



Centre de santé et de services sociaux
de Québec-Sud

Le retour au travail à la suite d'un problème de santé mentale : une étape cruciale

Louise St-Arnaud

Équipe de Recherche sur les Impacts, Psychologiques,
Organisationnels et Sociaux du Travail (RIPOST)

CSSS de Québec-Sud

Louise.saint-arnaud@ssss.gouv.qc.ca

Pourquoi s'intéresser à la réintégration au travail à la suite d'un problème de santé mentale ?

- Les problèmes de santé mentale représentent actuellement l'une des plus importantes causes d'absence au travail
- Ces problèmes de santé entraînent généralement de longues périodes d'absence et génèrent un risque élevé de rechute
- Le retour au travail et le maintien en emploi s'avèrent un défi majeur en santé mentale au travail
- Peu d'études ont traité de ce phénomène

Les objectifs de l'étude

- Identifier et décrire les facteurs qui ont contribué au retrait du travail
- Préciser les interventions et les stratégies utilisées dans le cadre du processus de rétablissement des capacités
- Décrire et analyser les conditions personnelles et organisationnelles qui favorisent le retour ou la prolongation de l'absence

La démarche proposée

- Un volet quantitatif : Le questionnaire
- Un volet qualitatif : Les entrevues

LE VOILET QUANTITATIF

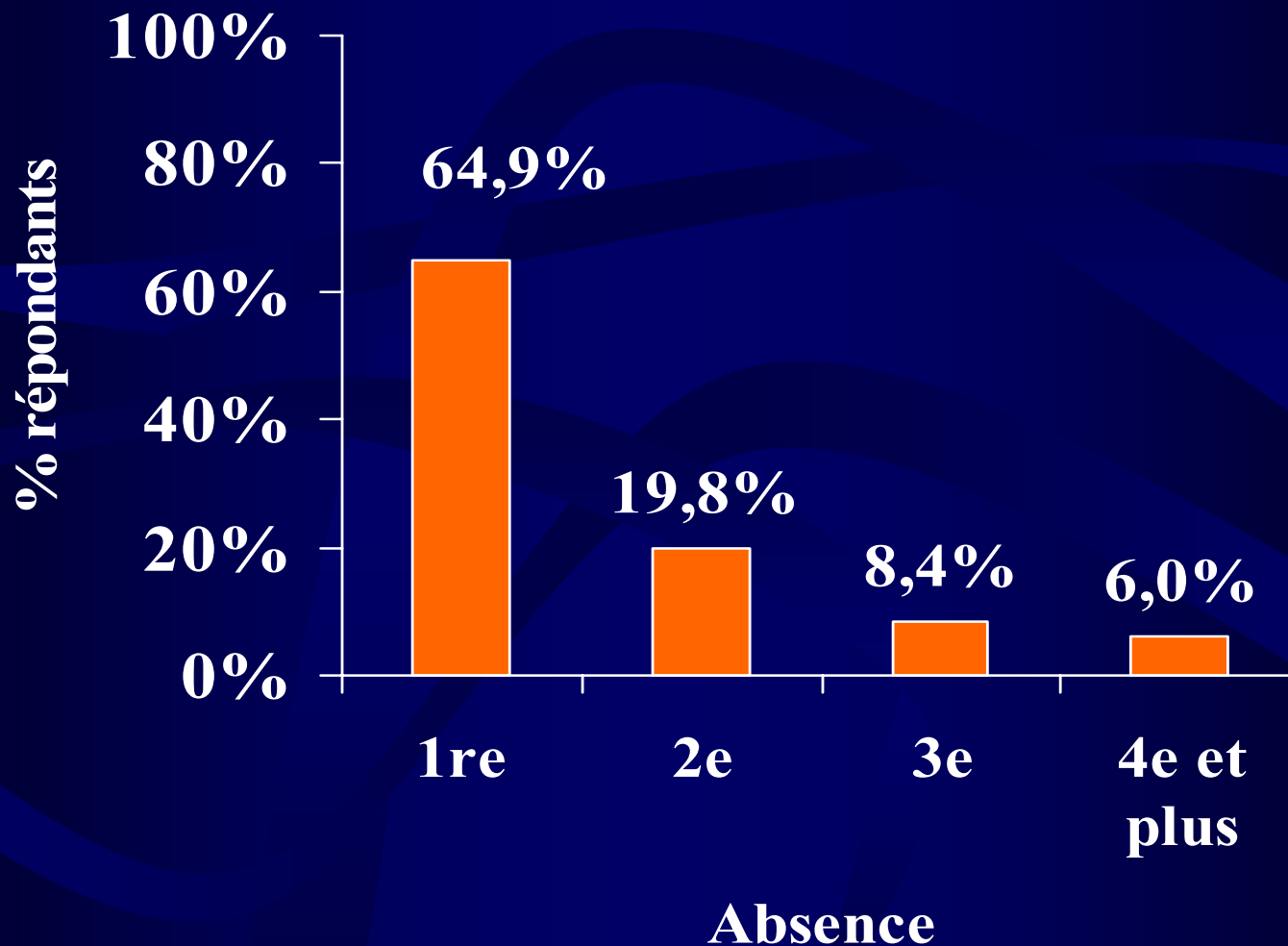
Le questionnaire

Décrire et comparer le profil et l'issue de la réinsertion professionnelle des travailleurs qui se sont absents selon le retour ou non au travail et la résolution ou non de leur problème de santé

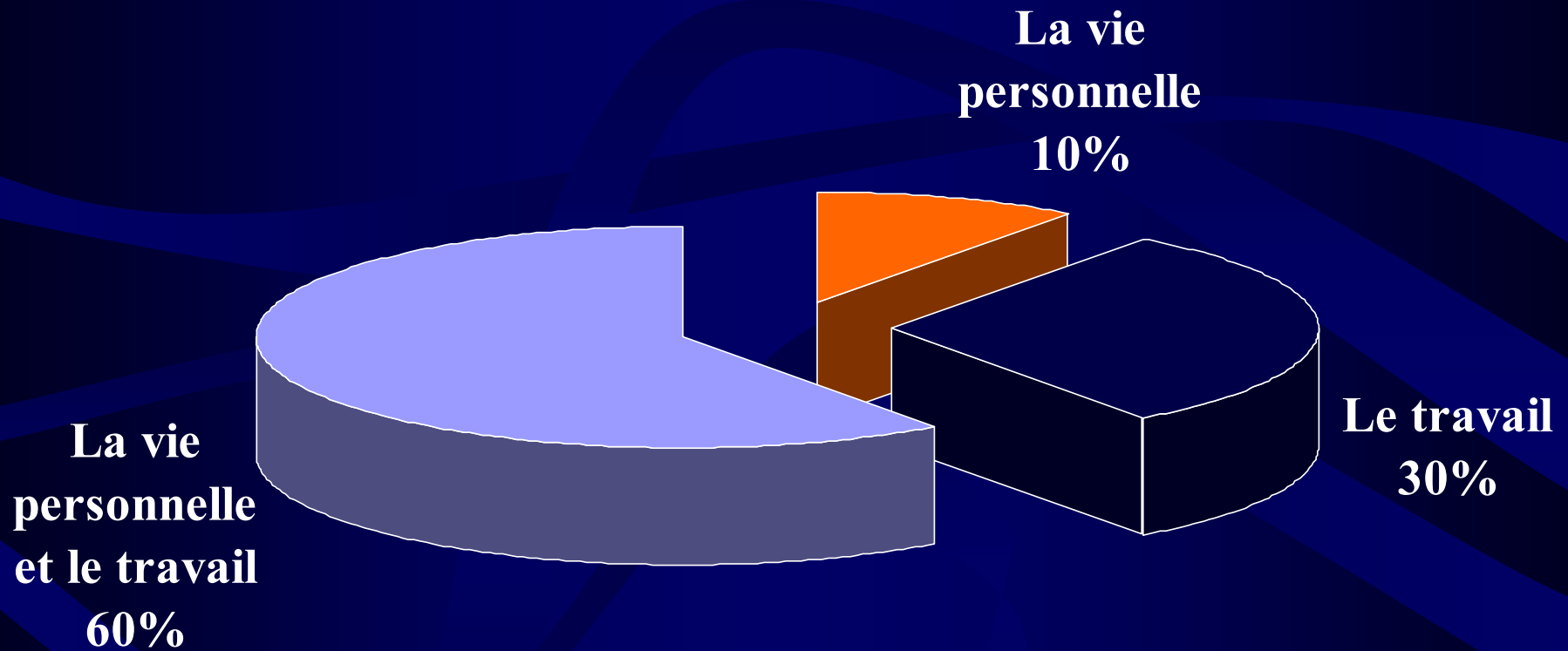
Le questionnaire

- Caractéristiques démographiques (sexe, âge, composition du ménage) ;
- Caractéristiques de l'emploi (statut d'emploi, expérience, type d'emploi) ;
- Profil d'absence au travail (épisodes antérieurs, durée d'absence) ;
- État de santé perçu et vie sociale ;
- Principale cause de l'arrêt de travail;
- Facteurs reliés au travail ;
- Conditions de la réinsertion : retour progressif, changements dans le travail lors du retour.

Répartition des personnes selon le nombre d'épisodes d'absence en raison d'un problème de santé mentale



Le travail : un facteur incontournable



Distribution de fréquence selon les facteurs liés au travail

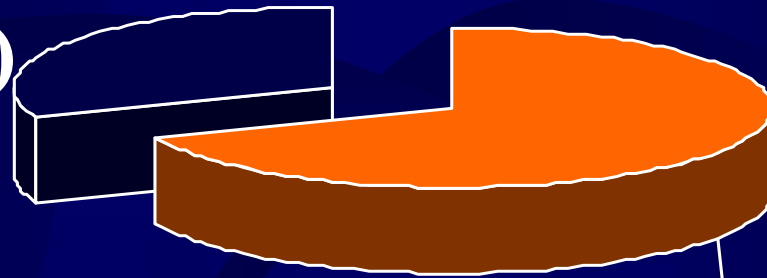
- Surcharge de travail 62 %
- Non-reconnaissance des efforts 48 %
- Conflit avec supérieur ou la direction 30 %
- Conflit avec collègue 20 %
- Évaluation négative 19 %
- Absence d'autonomie 14 %
- Inquiétude face à la perte d'emploi 14 %
- Autres facteurs (harcèlement, violence, attitude négative, etc.) 38 %

Proportion des personnes selon le retour au travail

**Non retour
au travail**

31%

(n = 577)



**Retour au
travail**

69%

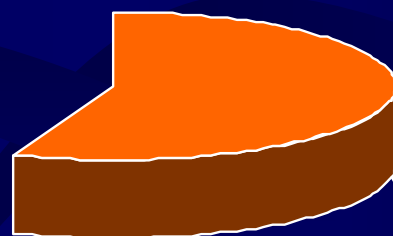
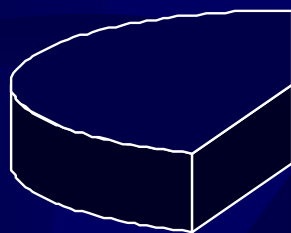
(n = 1273)

Variables liées au non-retour au travail

- Principale cause de l'arrêt : **le travail**
- Caractéristiques sociodémographiques : **hommes, personnes plus âgés, vivant seul et sans enfant**
- État de santé : **épisode(s) antérieur(s), prise de médicaments, perception plus négative de l'état de santé et vie sociale peu satisfaisante**

Résolution des problèmes de santé chez les personnes qui ont effectué un retour au travail

**Problèmes de
santé non-
résolu
44%
(n = 545)**



**Problèmes de
santé résolu
56%
(n = 688)**

Variables reliées aux problèmes de santé non-résolu (chez les retours)

- Caractéristique sociodémographique : **non significatif**
- État de santé : **épisode(s) antérieur(s), prise de médicaments, perception plus négative de l'état de santé dans l'entourage, vie sociale peu satisfaisante**
- Caractéristique du travail : **pas de changement dans le travail qui va dans le sens d'une amélioration lors du retour, retour progressif non-significatif**

LE VOILET QUALITATIF

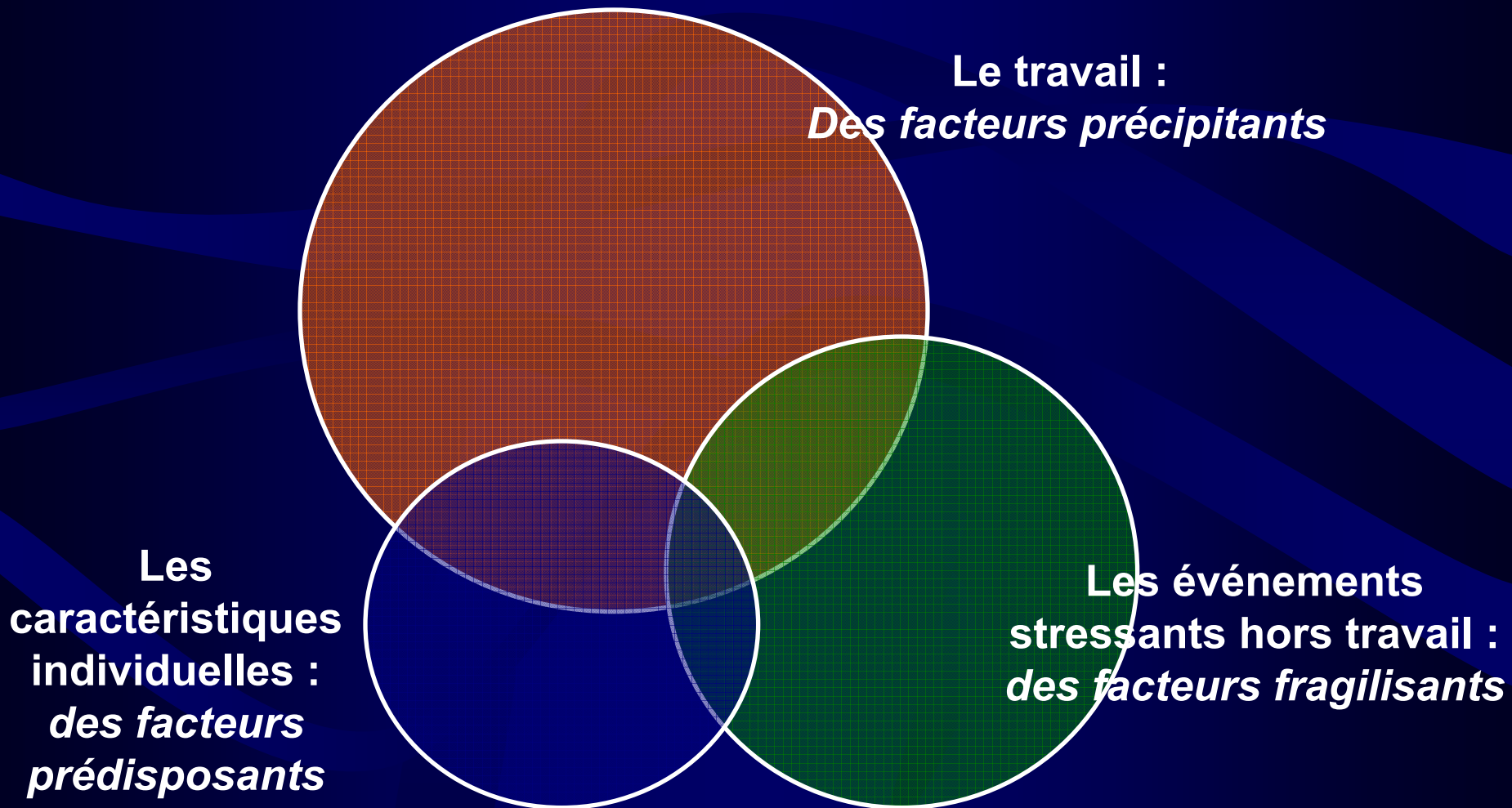
Les entrevues

Comprendre le jeu des variables observées dans le cadre de l'analyse quantitative et préciser les mécanismes sous-jacents au processus de réinsertion professionnelle

Trois grandes séquences ont marqué la trajectoire des participants

- L'histoire antérieure et les événements qui ont précédé l'arrêt de travail
- L'arrêt de travail et le processus de restauration des capacités
- Le retour au travail ou la prolongation de l'incapacité de travail et le retrait permanent de la sphère professionnelle

Les événements qui ont précédé l'arrêt de travail



Les facteurs personnels

- Événements stressants de la vie personnelle
 - Des événements accidentels et tragiques
 - Des facteurs psychosociaux
 - Des effets cumulés
 - Des effets conjugués
 - Des effets protecteurs
- Des facteurs psychologiques prédisposants
 - Épisode(s) psychiatrique (s) antérieur(s)
 - Troubles mentaux caractérisés (maniaco-dépression, trouble obsessionnel-compulsif, phobie, dépression unipolaire, agoraphobie, etc.,)
 - Importants problèmes relationnels reliés à un trouble de la personnalité
 - des problèmes connus et reconnus
 - des problèmes déniés et décriés

Le travail

- Complexification de la tâche
- Mobilité professionnelle imposée
- Précarité d 'emploi
- Surinvestissement et non-reconnaissance
- Travail démobilisant
- Harcèlement psychologique et violence

L'arrêt de travail et le processus de rétablissement

Une expérience éprouvante

- La dépression : un problème difficile à accepter
- De la peur de quitter à la peur de revenir
- Des mots qui rassurent

Les mesures médico-administratives : des mesures qui suscitent beaucoup d'inquiétudes et des pratiques pouvant entraver le rétablissement

- Le rôle du médecin traitant :
 - Diagnostiquer, traiter et rassurer...
- L'expertise médicale en cours d'absence :
 - Une pratique qui peut générer des effets secondaires
- Des pratiques peu concertées
 - Ressources humaines, gestionnaires, médecins

Le traitement : des pratiques centrées sur l'individu

- Le repos : un premier pas vers le rétablissement
- Le traitement : médicaments et thérapie
- Des approches centrées sur l'individu : essentielles mais non suffisantes
- La convalescence : une expérience teintée d'ambivalence

L'anticipation du retour au travail : un pensez y bien

- Avant tout, sentir que l'on va mieux
- Les écueils du retour obligé
- De l'état de santé à la capacité fonctionnelle : un passage souvent hasardeux
- L'anticipation des conditions de travail : une possible impasse pour le retour au travail

La préparation du retour au travail

- Une pratique exceptionnelle
- Une étape essentielle

The background is a dark blue gradient with several lighter blue, wavy, horizontal lines that create a sense of movement. On the right side, there is a small, vertical, silver-colored cylindrical object, possibly a pen or a stylus, positioned near the top edge.

Le retour au travail et les mesures de soutien

**Le retour progressif :
une mesure essentielle, mais fragile**

Un contexte difficile :

« Prends ton temps, mais fais vite ! »

Un contexte favorable :

« Prends ton temps, on t'attend »

Stratégies de maintien en emploi :

Des stratégies palliatives à des conditions de travail inchangées

- L'aménagement partiel des conditions de travail :
 - Revenir à temps partiel
 - Faire sa semaine en 4 jours
 - Prendre plus de congés
- Une mobilité professionnelle :
 - Changer d'emploi... l'espoir d'un ailleurs meilleur



SYNTHÈSE ET CONCLUSION

En résumé

- Les événements qui ont contribué au retrait du travail : des liens à faire pour assurer le retour au travail et le maintien en emploi
- Le regard de l'autre : pas sans effets sur le processus de désinsertion et de réinsertion professionnelle
- La résistance à l'arrêt de travail et la crainte d'un retour précoce : des expériences peu propices au rétablissement
- État de santé et capacité de travail : un distinction à faire

En résumé (suite)

- Les mesures médico-administratives : des effets secondaires peu propices au processus de rétablissement
- La perception qu'ont les personnes de leur état de santé : une variable intéressante
- L'anticipation du retour au travail : un pensez y bien
- La préparation du retour au travail : une étape essentielle

En résumé (suite)

- Le retour progressif : une mesure essentielle mais fragile
 - Une progression dans le temps et dans la tâche
- Les mesures de soutien lors du retour : à la hauteur des « *a priori* »
- Les stratégies de maintien :
 - L'aménagement du temps partiel : des moyens à soutenir
 - La mobilité professionnelle : intéressant mais attention !

Des pistes d'action

- Agir sur l'organisation du travail
- Des activités de sensibilisation et d'information générale sur la santé mentale
- Le développement d'une approche intégrée de l'incapacité et du retour au travail
- Le soutien dans le milieu de travail
- La formation des gestionnaires
- Le développement d'interventions préventives