

Fiche thématique de l'OIE sur la santé mentale

10 octobre 2022



A powerful
and balanced
voice for business

Le bien-être mental, une priorité sur le lieu de travail

Journée mondiale de la santé mentale 2022

LA SANTÉ MENTALE SUR LE LIEU DE TRAVAIL EN BREF



La santé mentale (SM) représente le plus redoutable défi au bien-être et à la productivité des individus. Travail et SM sont étroitement liés. Un cadre de travail sûr et sain favorise la SM, une bonne SM permettant à chacun de travailler de façon productive en toute sécurité. Pourtant, les problèmes de SM sur le lieu de travail touchent des millions de travailleurs et coûtent des milliers de milliards de dollars dans le monde, et ils sont largement répandus dans toutes les économies, qu'elles soient développées, en développement ou dans les pays les moins avancés.

Les transformations récemment observées dans le monde du travail - dont le développement des technologies, le changement climatique, la mondialisation et l'évolution démographique - modifient le lieu et les modes de travail. La pandémie de Covid-19 a accéléré le rythme du changement, notamment pour ce qui est du travail à distance, du commerce électronique et de l'automatisation. Elle a aussi bouleversé les marchés du travail, accentué l'instabilité financière et amené une restructuration généralisée des entreprises. Pour de nombreux travailleurs, ces changements ont fait émerger de nouveaux risques psychologiques ou aggravé ceux qui existaient.

UNE QUESTION PERTINENTE POUR LES ENTREPRISES

Les employeurs sont conscients du rôle important qu'ils jouent dans l'amélioration de la SM et de la productivité de leurs effectifs. Les entreprises qui mettent en œuvre des politiques et des programmes de SM y trouvent souvent des avantages, tout particulièrement à travers une diminution du nombre de journées perdues pour congé maladie, une amélioration des chiffres des mouvements de personnel ou encore la satisfaction, le moral et la productivité des salariés.

LA NÉCESSITÉ DE PRENDRE DES MESURES PRÉVENTIVES

L'amélioration de la SM au travail exige des efforts et des stratégies différents de la part des employeurs et des employés en matière de **prévention** des problèmes de SM liés au travail et de **protection et de promotion** de la SM au travail.

Les entreprises, en collaboration avec les travailleurs, peuvent garantir le bien-être mental en faisant de la SM un élément essentiel des systèmes de gestion de sécurité et santé au travail (SST) existants afin d'identifier, d'évaluer et d'atténuer efficacement les risques psychosociaux. Elles doivent accorder la même importance aux problèmes de SM qu'à la santé physique.

LES OBSTACLES À UNE GESTION EFFICACE DE LA SM

En dépit des effets visiblement négatifs d'une mauvaise SM et de l'urgente et absolue nécessité de remédier aux problèmes de SM, de formidables obstacles viennent compliquer la situation. Le diagnostic est généralement plus complexe et plus long à établir ; les symptômes sont souvent quelque peu diffus et pas toujours faciles à distinguer des problèmes rencontrés dans et avec le travail ou importés de l'extérieur ; les problèmes sont souvent durables et le risque de rechute élevé. Ces difficultés s'accompagnent d'une stigmatisation et d'une discrimination, si bien que les personnes ayant des problèmes de SM sont moins susceptibles d'être traitées favorablement ou de participer à un dialogue ouvert sur ces questions.



Cela met en lumière la nécessité de sensibiliser employeurs et dirigeants d'entreprise en les formant de manière efficace et en faisant davantage connaître et accepter les problèmes de SM sur le lieu de travail, afin que des efforts collectifs puissent être déployés pour les résoudre et les gérer au lieu de les ignorer.

IDENTIFICATION, ÉVALUATION ET GESTION DES RISQUES DE SM

Eu égard aux coûts humains et financiers des problèmes de SM, il nous faut instaurer des cadres de travail positifs et porteurs, et acquérir la capacité de détecter les difficultés qui surgissent et d'intervenir, de façon précoce et efficace.

Une note d'information de l'OMS et de l'OIT sur la santé mentale au travail insiste sur la nécessité d'adopter une stratégie en trois points pour remédier au problème.

L'approche stratégique ci-dessous (*en anglais*) constitue une méthode pour prévenir ou minimiser les risques psychosociaux de façon structurée. Des méthodologies plus détaillées et des actions spécifiques seront disponibles dans le prochain document d'orientation de l'OIE sur la santé mentale.

