

# PORTRAIT DE LA SANTÉ MENTALE ET DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX DU TRAVAIL

Pourquoi ?

Le personnel du secteur de l'éducation est plus à risque de vivre de la **détresse psychologique**. Pourtant, **très peu de données** rigoureuses existent sur le sujet. C'est pourquoi votre participation est cruciale !

Dans le but de ?

- Évaluer les **risques psychosociaux** liés au travail.
- Documenter l'influence de la **pandémie** sur la santé mentale.
- Formuler des **recommandations** et des pistes d'action favorables à la santé mentale.

Pour qui ?

Tout le personnel **de soutien, professionnel, enseignant et cadre** des établissements d'**enseignement public** francophones et anglophones au niveau **préscolaire, primaire et secondaire** du Québec.

De quelle façon ?

En remplissant un **questionnaire** en ligne de 30 à 45 minutes. Les réponses seront traitées par l'INSPQ de façon **anonyme** et resteront **confidentielles**.

En partenariat avec :

Québec 

**INSPQ** INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC

POUR TOUTE QUESTION, N'HÉSITÉS PAS À  
CONTACTER LES RESPONSABLES DU PROJET :  
MARIEVE.PELLETIER@INSPQ.QC.CA  
MAUDE.LAFANTAISIE@INSPQ.QC.CA



# Voici davantage d'informations sur le portrait de la santé mentale et des risques psychosociaux du travail chez les employés du secteur de l'éducation publique au Québec.



## Quels sont les risques psychosociaux ?

Ce sont des facteurs qui sont **liés à l'organisation du travail, aux pratiques de gestion, aux conditions d'emploi et aux relations sociales** qui augmentent la probabilité d'engendrer des effets néfastes sur la santé physique et psychologique des personnes exposées.

Notamment :

- La charge de travail
- L'autonomie décisionnelle
- Le soutien social du supérieur
- Le soutien social des collègues
- La reconnaissance au travail



## Quels bénéfices une approche de santé publique peut-elle apporter ?

- La santé publique a un rôle de protection et de prévention en **s'attaquant à la source des problèmes au niveau organisationnel**.
- L'INSPQ, un centre d'expertise en santé publique, **agit de façon rigoureuse et indépendante**.



## Pourquoi devrait-on s'en préoccuper ?

- Pour **prévenir et réduire les impacts néfastes sur la santé psychologique** (ex : détresse psychologique, dépression) et **physique** (ex : maladie cardiovasculaire).
- Pour **diminuer le roulement de personnel** et encourager le maintien au travail.
- Pour **favoriser un agréable climat au travail et des réalisations de qualité** par une mise à profit des aptitudes des employés et par une meilleure reconnaissance des efforts.
- Pour **répondre aux responsabilités légales** en matière de santé et de sécurité au travail, qui couvrent aussi la santé psychologique.



## De quelle façon ces objectifs seront-ils atteints ?

- Plusieurs questions utilisées sont **validées** par des acteurs du milieu de l'éducation ou **tirées de grandes enquêtes** de santé au travail au Québec.
- Selon les données disponibles, des comparaisons seront faites **par secteur d'activité, par profession et par région**.



## Quelles sont les principales stratégies d'intervention ?

- Mettre l'emphase sur des actions préventives.
- Agir sur l'organisation du travail.
- Proposer des mesures applicables et réalistes.
- Optimiser l'utilisation des ressources.

Voici des **exemples plus concrets de mesures** qui pourraient être suggérées selon les résultats :

- Mettre en place des moyens pour que les tâches établies soient réalisables à l'intérieur des heures régulières de travail.
- Valoriser les idées originales ou les nouvelles méthodes de travail développées par des employés.
- Éviter de laisser détériorer les situations conflictuelles.



## Pourquoi votre participation est-elle importante ?

Les risques psychosociaux du travail sont **identifiables, mesurables et modifiables**. Toutefois, peu de données rigoureuses existent pour le secteur de l'éducation au Québec. Votre participation est donc essentielle **pour produire ces données probantes qui tiendront également compte de l'impact de la pandémie**.

