

Indice de santé mentale national^{MC}

Canada | Mai 2020

**Pleins feux sur l'incidence
de la pandémie de COVID-19
sur la santé mentale**





Table des matières

Sommaire	2
Données et analyses supplémentaires	6
Aperçu de l'Indice de santé mentale ^{MC}	7
Méthodologie	7
Calculs	8
Indice de santé mentale ^{MC}	9
Indice de santé mentale ^{MC} (par secteur d'activité)	11
Score de Variation du stress mental	12
Variation du stress mental (cumulatif)	13
Variation du stress mental (par secteur d'activité)	15
Répercussions de la pandémie de COVID-19	16
Retombées	20



Sommaire

Il y a trois mois, l'Organisation mondiale de la Santé déclarait que la COVID-19 était une pandémie mondiale. Alors que le taux de nouveaux cas quotidiens de COVID-19 et de décès associés ralentit à l'échelle nationale, le Québec et l'Ontario continuent de rapporter le plus grand nombre de cas cumulatifs et quotidiens au pays. Dans ces deux provinces, les personnes âgées résidant dans des établissements de soins de longue durée sont durement touchées par la COVID-19.

Depuis le début de l'éclosion, les interventions du Canada sont axées sur trois principes : préserver la sécurité des Canadiens, protéger les particuliers, les travailleurs et les familles des répercussions financières de la pandémie, et aider les entreprises et les organismes de bienfaisance. Des mesures de soutien financier offertes par le gouvernement aux particuliers, aux familles et aux entreprises de presque tous les secteurs continuent d'être annoncées chaque jour, fournissant un certain répit financier à la plupart des Canadiens. Devant un taux de chômage record et de faibles prévisions économiques, les décideurs doivent concilier la nécessité de redémarrer l'économie et les risques potentiels d'une hausse de la transmission communautaire.

Alors que toutes les provinces sont en état d'urgence et que les restrictions sociales et physiques sont bien en place, elles commencent à envisager d'assouplir les mesures sociales et d'autoriser une réouverture graduelle. Alors que la majorité des Canadiens sont nerveux à l'idée d'un assouplissement des restrictions jusqu'à ce que le virus soit contenu,



la plupart des provinces procèdent à la réouverture progressive de certains commerces de détail et parcs provinciaux, et commencent à autoriser les petits rassemblements¹. Les écoles sont toujours fermées partout au pays, sauf au Québec (à l'exclusion des écoles dans la région de Montréal), où les écoles élémentaires sont ouvertes. La frontière entre le Canada et les États-Unis est encore fermée pour tous les déplacements non essentiels. L'effet résultant et cumulatif de la pandémie de COVID-19 continue à affecter la santé mentale des Canadiens.

Indice de santé mentale^{MC}

L'Indice de santé mentale^{MC} global pour mai 2020 s'établit à -12 points. Cet indice représente une déviation par rapport au score de référence de 75, où un score négatif indique une santé mentale affaiblie comparativement au score de référence, et un score positif, une meilleure santé mentale. Le score de référence tient compte des données sur la santé mentale de 2017, 2018 et 2019. Une baisse de 12 points par rapport au score de référence antérieur à la COVID-19². Cela demeure inchangé depuis avril 2020 et reflète une population dont la santé mentale est similaire au 1 pour cent de la population de référence la plus en détresse.

Le score secondaire de l'Indice de santé mentale^{MC} le plus faible correspond à la mesure du risque d'anxiété (-14 points), suivi de la mesure de la dépression (-13,9), de la productivité au travail (-13,5), de l'optimisme (-12,3) et de l'isolement (-11,9). Bien qu'il y ait une légère diminution de l'anxiété par rapport au mois précédent, il y a une augmentation plus importante du sentiment d'isolement. Malgré tout, l'autoévaluation de la santé psychologique générale a relativement peu changé (-1,2); toutefois, cette mesure est inférieure aux autres scores secondaires. Par ailleurs, le score financier est supérieur de 1,1 point au score de référence, ce qui constitue une amélioration par rapport à avril. Cela laisse entendre que les Canadiens

L'Indice de santé mentale^{MC}
global pour mai 2020
demeure inchangé
à -12 points.

1 Teneo, 7 mai 2020 – Coronavirus update

2 Le score brut pour les données de référence de l'Indice de santé mentale^{MC} est de 75/100. Le score de mai 2020 s'établit à 63/100.



ont probablement commencé à prendre la pleine mesure de leur épargne en raison de cette crise. Cela dit, les personnes qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent un score plus faible pour la santé mentale (-24,3) que l'ensemble du groupe. En outre, les personnes qui n'ont pas de fonds d'urgence ont uniformément des scores plus faibles à l'Indice de santé mentale^{MC}.

Parmi les personnes qui ont répondu au sondage en avril et en mai, plus de la moitié ont perdu leur emploi en mai; 60,5 pour cent des participants ont indiqué que leurs revenus et leur emploi n'avaient pas changé; 27,6 pour cent ont subi une réduction de leurs heures ou de leur salaire depuis avril, et 11,9 pour cent sont sans emploi, une hausse de 8,7 pour cent par rapport au mois d'avril³. Sur le plan du revenu du ménage, les participants qui rapportent une réduction du salaire ou des heures par rapport au mois dernier ont des scores plus faibles à l'Indice de santé mentale^{MC} que ceux qui travaillent et ceux sans emploi. Les participants dont les revenus sont plus faibles sont plus susceptibles d'avoir subi une baisse de salaire ou des heures que ceux dont les revenus sont plus élevés. Quel que soit le statut d'emploi, le score de santé mentale est plus faible chez les femmes (-13,9) que chez les hommes (-9,2). De plus, plus le groupe d'âge est jeune, plus le score à l'Indice de santé mentale^{MC} est faible.

Les personnes employées dans les secteurs des services publics, des arts, spectacles et loisirs et du transport/entreposage ont connu un déclin de leur santé mentale depuis le mois dernier, alors que les personnes dans les secteurs du commerce de gros, de la finance et des assurances ont constaté la plus grande amélioration. Les personnes travaillant dans le secteur des soins de santé et des services sociaux montrent une amélioration ce mois-ci (-11,0) comparativement au mois dernier (-12,3), malgré la pression et les risques associés aux professions dans ce secteur. Cette amélioration dans le secteur des soins de santé et des services sociaux s'explique possiblement par le soutien que les travailleurs de la santé reçoivent du grand public et les risques qui y sont associés.

Les personnes qui ont accès à un programme d'aide aux employés (PAE) soit directement, soit par l'entremise de leur conjoint ont un meilleur score à l'Indice de santé mentale^{MC} (-10,7) que les personnes qui n'en ont pas (-12,4). Cela donne une idée de la valeur de ce type de soutien, car la disponibilité d'un PAE montre le bon vouloir de l'employeur.

Bien qu'il y ait une légère diminution de l'anxiété par rapport au mois précédent, il y a une augmentation plus importante du sentiment d'isolement.

³ Pour être inclus, les participants doivent avoir été en emploi au cours des six derniers mois.

Variation du stress mental

Le score de Variation du stress mental pour mai 2020 s'établit à 68,3. Il signale une augmentation soutenue du stress mental par rapport au mois précédent. Le score actuel indique que plus de 40 pour cent de la population ressent un plus grand stress mental qu'au mois précédent, alors qu'une petite proportion en ressent moins. Notons qu'il s'agit du deuxième mois consécutif où le score de Variation du stress mental a augmenté dans l'ensemble de la population. Sur le plan des provinces, la plus grande augmentation du stress d'un mois à l'autre est constatée chez les résidents de la Colombie-Britannique (71,0), suivi de l'Alberta (68,8), des Maritimes (68,5) et du Québec (68,4). Les répondants qui habitent dans les provinces où le stress mental est plus faible ont également connu des augmentations significatives. Il s'agit notamment de l'Ontario (67,7), suivi de Terre-Neuve-et-Labrador (66,7), du Manitoba (65,3) et de la Saskatchewan (65,2).

L'augmentation la plus marquée du stress mental est constatée chez les personnes en emploi dont le salaire a été réduit (74,2), comparativement aux personnes en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé (66,1) et les personnes sans emploi (67,2). Dans ce groupe, les répondants plus jeunes ont connu une hausse dramatique et significative du stress mental comparativement aux plus âgés. Cette augmentation peut indiquer une incertitude financière plus marquée et une augmentation de la charge mentale associée chez les jeunes qui viennent d'entrer sur le marché du travail et qui n'ont pas nécessairement de stabilité financière. En outre, on voit une augmentation plus marquée du stress mental chez les personnes qui se définissent comme une femme (70,6) et les personnes ayant entre 20 et 29 ans (71,3).

Les scores de variation du stress mental dans les secteurs de l'automobile, de l'extraction minière, pétrolière et gazière et des services publics sont plus favorables que ceux du mois précédent. Les scores les moins favorables pour le mois courant, lorsqu'on les compare au mois précédent, sont dans les secteurs des services immobiliers, de la location et de la location à bail, et des arts, spectacles et loisirs. De plus, le score de Variation du stress mental dans le secteur des soins de santé et des services sociaux s'est amélioré par rapport au mois précédent (78,7 contre 70,2).

La pandémie continue de susciter nombre d'inquiétudes et de craintes, mais leur niveau a chuté par rapport au mois précédent. L'inquiétude la plus répandue ayant une incidence sur la santé mentale demeure les répercussions financières de la pandémie (35 pour cent),



suivie de la crainte de voir un proche décéder (28 pour cent), la peur de contracter la COVID-19 (26 pour cent), et l'incertitude quant à l'incidence du virus sur la famille et les relations (24 pour cent).

Une grande majorité des participants (73 pour cent) indique que la pandémie de COVID-19 a une incidence négative sur leur santé mentale. Environ la moitié de tous les participants (46 pour cent) croit que même s'ils en ressentent les répercussions, ils se disent également capables de tenir le coup; 27 pour cent signalent qu'ils sont plus inquiets, et 12 pour cent indiquent que la pandémie a une incidence très négative ou qu'ils sont en crise. Globalement, plus la personne est jeune, plus le niveau d'incidence négative résultant de la pandémie de COVID-19 est élevé. Les personnes ayant des enfants sont plus susceptibles d'avoir subi cette incidence négative sur leur santé mentale que celles qui n'en ont pas.

Quatre-vingt-quinze pour cent des participants indiquent avoir vécu certaines perturbations dans leur vie personnelle en raison de la pandémie de COVID-19. À ce point, la plus grande proportion de répondants (28 pour cent) croit que les perturbations qu'ils ont connues disparaîtront en 2021, ce qui constitue un changement par rapport au mois précédent, où la majorité indiquait ressentir que les perturbations disparaîtraient en juin; 17 pour cent croient qu'elles disparaîtront d'ici juin 2020; 39 pour cent croient qu'elles disparaîtront soit en juillet, en août ou en septembre 2020; et 10 pour cent croient que ces perturbations disparaîtront soit en octobre, novembre et décembre 2020. Les personnes croyant que les perturbations causées par la pandémie dans leur vie personnelle se prolongeront sont plus susceptibles de voir leur santé mentale décliner en raison de la pandémie.

Les deux principaux facteurs de l'Indice de santé mentale^{MC} sont le risque financier et l'isolement.

Données et analyses supplémentaires

La répartition démographique des scores secondaires, et les analyses corrélationnelles croisées et personnalisées sont disponibles sur demande. L'analyse comparative par rapport aux résultats nationaux ou tout sous-groupe est disponible sur demande. Écrivez à ISM@morneaushepell.com.

Les deux principaux facteurs de l'Indice de santé mentale^{MC} demeurent le risque financier et l'isolement.

Le rapport de l'ISM complet
Comparaison selon les pays

Cliquez sur le bouton pour voir une comparaison de l'ISM entre l'Australie, le Canada, le Royaume-Uni et les États-Unis.



Aperçu de l'Indice de santé mentale^{MC}

La santé mentale et le mieux-être de la population sont essentiels à la santé globale et à la productivité au travail. L'Indice de santé mentale^{MC} fournit une mesure de l'état de santé mentale actuel des adultes en emploi d'une région donnée, comparativement aux données de référence recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les hausses et les baisses de l'Indice ont pour but de prédire les risques quant aux coûts et à la productivité, et d'indiquer s'il est nécessaire que les entreprises et les gouvernements investissent en santé mentale.

Le rapport de l'Indice de santé mentale^{MC} compte trois parties :

1. L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) global, qui est une mesure de la variation par rapport au score de référence de la santé mentale et du risque.
2. Un score de Variation du stress mental (VarStressM), qui mesure le niveau déclaré de stress mental par rapport au mois précédent.
3. Une section « pleins feux sur » qui rend compte de l'incidence spécifique des enjeux courants dans la communauté; dans l'immédiat et un avenir prévisible, les mesures fournies dans cette section sont liées à l'incidence de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale.

Méthodologie

Les données du présent rapport ont été recueillies au moyen d'un sondage en ligne mené auprès de 3 000 Canadiens résidant au Canada, actuellement en emploi ou qui l'ont été dans les six mois précédents. Les participants ont été sélectionnés selon leur représentativité sur le plan de l'âge, du sexe, de l'industrie et de la répartition géographique au Canada. Les mêmes répondants participent chaque mois afin d'éliminer le biais d'échantillonnage. On a demandé aux répondants de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes.

Sondage en ligne mené
auprès de 3 000 Canadiens
résidant au Canada



L'Indice de santé mentale^{MC} est publié une fois par mois, à compter d'avril 2020. Les données de référence ont été recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les données contenues dans le présent rapport ont été recueillies entre le 30 avril 2020 et le 11 mai 2020.

Calculs

Afin de créer l'Indice de santé mentale^{MC}, la première étape a consisté à établir un système de notation convertissant les réponses individuelles à chaque question en valeur ponctuelle. Les valeurs ponctuelles les plus élevées sont associées à une meilleure santé mentale et à un risque inférieur pour la santé mentale. Les scores de chaque personne ont été additionnés, puis divisés par le nombre total de points possible, pour obtenir un score sur 100. Le score brut est la moyenne mathématique des scores individuels.

Pour démontrer la variation, les scores du mois courant sont ensuite comparés au score de référence et à ceux du mois précédent. Le score de référence comprend les données de 2017, 2018 et 2019. Il s'agit d'une période de relative stabilité sociale et de croissance économique soutenue. **La variation par rapport au score de référence est l'Indice de santé mentale^{MC}.**

Un score de zéro à l'Indice de santé mentale^{MC} représente une absence de variation, un score positif représente une amélioration, et un score négatif représente un déclin.

Un score de Variation du stress mental est également rapporté, puisqu'un stress mental accru et prolongé peut contribuer à la détérioration de la santé mentale. Il est rapporté séparément et ne fait pas partie du calcul de l'Indice de santé mentale^{MC}. Le score de Variation du stress mental est égal au (Pourcentage rapportant moins de stress mental + Pourcentage rapportant le même niveau de stress mental * 0,5) * -1 + 100. Les données comparent le mois courant au mois précédent. **Un score de Variation du stress mental de 50 signifie que le stress mental n'a pas changé par rapport au mois précédent. Un score supérieur à 50 montre une augmentation du stress mental, et un score inférieur à 50 montre une diminution du stress mental.** La plage s'étend de 0 à 100. Une succession de scores supérieurs à 50, de mois en mois, indique un risque élevé.



Indice de santé mentale^{MC}

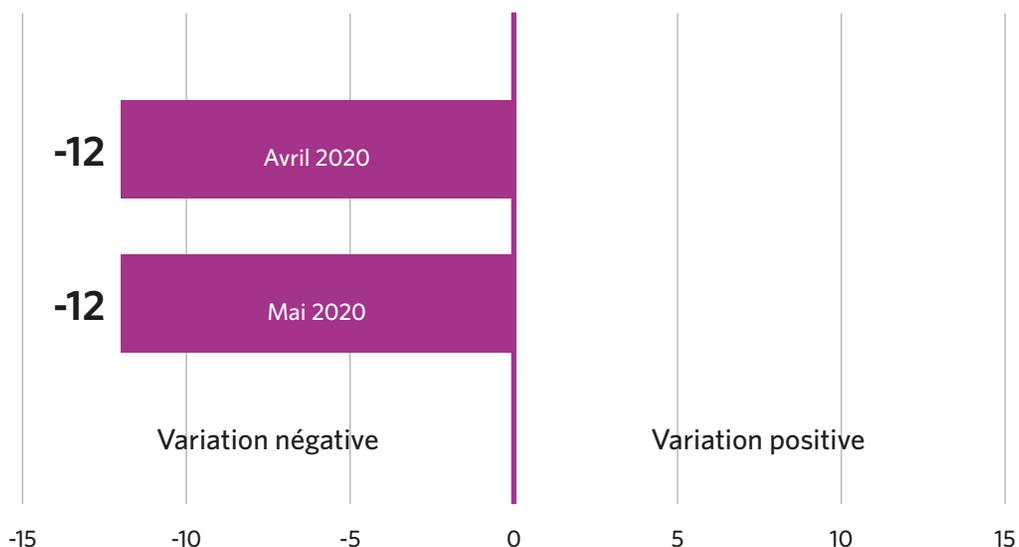
L'Indice de santé mentale^{MC} (IMS) est une mesure de la variation comparativement au score de référence de la santé mentale et du risque⁴. Bien que des améliorations modestes ont été constatées dans les scores de l'anxiété et du risque financier, on constate une augmentation du sentiment d'isolement. L'Indice de santé mentale^{MC} demeure inchangé par rapport au mois dernier.

Indice de santé mentale^{MC}

Mois courant
Mai 2020 **-12**

Mois dernier **-12**

Scores secondaires ⁵ de l'Indice de santé mentale ^{MC}	Mois courant	Mois précédent
Anxiété	-14,0	-14,8
Dépression	-13,9	-14,0
Optimisme	-12,3	-12,3
Santé psychologique	-1,2	-0,4
Productivité	-13,5	-13,4
Isolement	-11,9	-10,6
Risque financier	1,1	-1,8



L'Indice de santé mentale^{MC} global reste inférieur de 12 points par rapport au score de référence. Le score actuel correspond au premier rang centile du score de référence.

⁴ Le score de référence tient compte des données recueillies en 2017, 2018 et 2019.

⁵ La répartition démographique des scores secondaires est disponible sur demande.



Statut d'emploi ⁶	Mois courant	Mois précédent
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	-9,4	
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	-14,3	-11,4
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	-15,4	
Présentement sans emploi	-15,2	-15,5
Groupe d'âge	Mois courant	Mois précédent
20 à 29 ans	-21,4	-22,3
30 à 39 ans	-16,9	-16,4
40 à 49 ans	-12,7	-13,0
50 à 59 ans	-7,8	-7,0
60 à 69 ans	-4,8	-4,1
Nombre d'enfants	Mois courant	Mois précédent
Aucun	-10,7	-10,3
1 enfant	-13,7	-13,6
2 enfants	-13,4	-15,3
3 enfants ou plus	-9,2	-11,9
Province	Mois courant	Mois précédent
Alberta	-13,2	-14,3
Colombie-Britannique	-11,2	-11,0
Manitoba	-13,4	-13,5
Terre-Neuve-et-Labrador	-8,2	-10,9
Maritimes	-12,3	-12,4
Québec	-12,3	-12,2
Ontario	-11,0	-10,7
Saskatchewan	-8,2	-12,9

Sexe	Mois courant	Mois précédent
Masculin	-9,2	-8,8
Féminin	-13,9	-14,6
Revenu	Mois courant	Mois précédent
Revenu du ménage <30K \$/année	-18,9	-21,0
30K \$ à <60K \$/année	-15,7	-15,7
60K \$ à <100K \$/année	-11,6	-12,2
100K \$ à 150K \$	-7,0	-6,8
Nombre d'adultes	Mois courant	Mois précédent
1 adulte	-15,0	-15,9
2 adultes	-10,0	-10,0
3 adultes	-11,3	-11,7
4 adultes	-12,7	-10,6
5 adultes et plus	-13,9	-16,4
Accès à un PAE	Mois courant	Mois précédent
Oui	-10,7	nd
Non	-12,4	nd
Je ne sais pas	-11,2	nd
Utilisation du PAE en 2020 par ceux qui y ont accès	Current	Mois précédent
Oui	-19,6	nd
Non	-9,4	nd

⁶ Le mois précédent, on demandait au répondant s'il était en emploi ou non; d'autres qualificatifs sur l'emploi ont été ajoutés au sondage de mai 2020.

Les chiffres surlignés en **orange** sont les scores **les plus négatifs** du groupe. Les chiffres surlignés en **vert** sont les scores **les moins négatifs** du groupe.

Disponibles sur demande :
Scores sectoriels, analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques



Indice de santé mentale^{MC} (par secteur d'activité)

La santé mentale des personnes travaillant dans différents secteurs d'activité varie immensément selon le marché et la situation culturelle. Les scores de santé mentale les plus élevés sont observés dans les services publics (-6,1) et l'extraction minière, pétrolière et gazière (-9,3). Les scores de santé mentale les plus faibles se trouvent dans le secteur de l'hébergement et des services de restauration (-16,8), des arts, spectacles et loisirs (-15,5) et des services immobiliers, de location et de location à bail (-14,3). Les améliorations par rapport au mois dernier sont indiquées dans le tableau suivant :

Secteur d'activité	Indice de santé mentale ^{MC} de mai 2020	Indice de santé mentale ^{MC} d'avril 2020	Amélioration
Services publics	-6,1	-9,3	3,2
Arts, spectacles et loisirs	-15,5	-18,4	2,8
Transport et entreposage	-10,3	-13,0	2,7
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	-12,0	-13,8	1,8
Information et culture	-13,7	-15,5	1,8
Soins de santé et assistance sociale	-11,0	-12,3	1,3
Automobile	-13,0	-13,7	0,8
Gestion de sociétés et d'entreprises	-12,5	-13,2	0,7
Services professionnels, scientifiques et techniques	-11,4	-12,0	0,6
Exploitation minière, pétrolière et gazière	-9,3	-9,9	0,6
Services d'enseignement	-11,1	-11,6	0,5
Administrations publiques	-11,6	-12,0	0,4
Autre	-8,8	-9,1	0,2
Hébergement et services de restauration	-16,8	-17,0	0,2
Construction	-9,7	-9,5	-0,3
Commerce de détail	-11,2	-10,7	-0,5
Fabrication	-9,7	-9,1	-0,6
Services immobiliers, de location et de location à bail	-14,3	-12,7	-1,6
Autres services (sauf les administrations publiques)	-13,8	-11,8	-2,0
Finance et assurances	-13,1	-11,0	-2,2
Commerce de gros	-10,0	-6,0	-4,1



Score de Variation du stress mental

Le score de Variation du stress mental (VarStressM) est une mesure du niveau de stress mental par rapport au mois précédent.

VarStressM	
Mois courant Mai 2020	68,3
Mois dernier	74,7

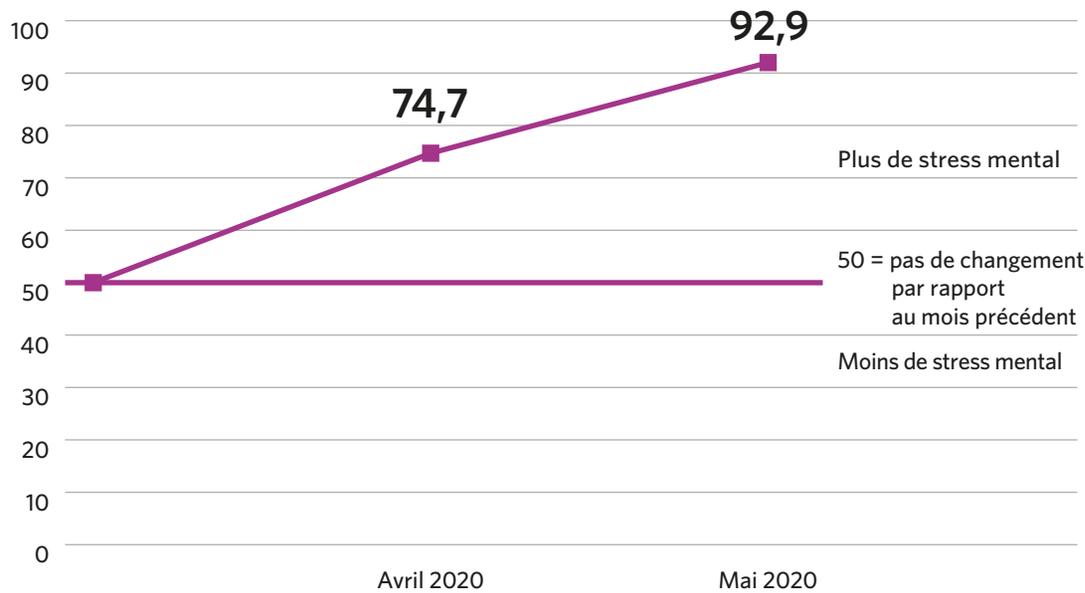
Le score de Variation du stress mental pour mai 2020 s'établit à 68,3. Il signale une augmentation importante du stress mental par rapport au mois précédent. Le score actuel indique que plus de 40 pour cent de la population ressent un plus grand stress mental qu'au mois précédent, alors qu'une petite proportion en ressent moins. Une augmentation de la Variation du stress mental en avril et en mai, comparativement au score de référence, indique une accumulation de pression importante dans la population.





Variation du stress mental (cumulatif)

Le score de Variation du stress mental (Varstressm) est une mesure du niveau de stress mental par rapport au mois précédent. Cette variation est fondée sur une valeur de 50, signifiant aucune variation nette du stress mental, les valeurs inférieures à 50 indiquant une diminution nette du stress mental par rapport au mois précédent, alors que les valeurs supérieures à 50 indiquent une augmentation nette du stress mental. Le graphique ci-dessous suit les augmentations et les diminutions afin de rendre compte de l'effet cumulatif sur le stress mental.





Statut d'emploi ⁷	Mois courant	Mois précédent
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	66,1	
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	72,9	74,5
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	74,2	
Présentement sans emploi	67,2	76,5
Groupe d'âge	Mois courant	Mois précédent
20 à 29 ans	71,3	75,4
30 à 39 ans	70,5	76,4
40 à 49 ans	69,1	76,0
50 à 59 ans	68,3	74,4
60 à 69 ans	63,8	70,4
Nombre d'enfants	Mois courant	Mois précédent
Aucun	67,5	74,3
1 enfant	70,6	73,5
2 enfants	69,9	77,4
3 enfants ou plus	63,3	77,1
Province	Mois courant	Mois précédent
Alberta	68,8	77,5
Colombie-Britannique	71,0	74,7
Manitoba	65,3	77,4
Terre-Neuve-et-Labrador	66,7	82,1
Maritimes	68,5	76,6
Québec	68,4	72,1
Ontario	67,7	74,5
Saskatchewan	65,2	75,3

Sexe	Mois courant	Mois précédent
Masculin	66,0	70,5
Féminin	70,6	78,8
Revenu	Mois courant	Mois précédent
Revenu du ménage <30K \$/année	68,5	71,5
30K \$ à <60K \$/année	68,4	72,2
60K \$ à <100K \$/année	68,6	75,2
100K \$ à 150K \$	67,9	76,4
Nombre d'adultes	Mois courant	Mois précédent
1 adulte	69,4	75,4
2 adultes	68,0	74,6
3 adultes	67,5	74,9
4 adultes	67,3	72,9
5 adultes et plus	69,8	72,4
Accès à un PAE	Mois courant	Mois précédent
Oui	70,0	nd
Non	67,9	nd
Je ne sais pas	64,1	nd
Utilisation du PAE en 2020 par ceux qui y ont accès	Mois courant	Mois précédent
Oui	74,4	nd
Non	69,4	nd

Les chiffres surlignés en orange sont les scores **les plus négatifs** du groupe. Les chiffres surlignés en vert sont les scores **les moins négatifs** du groupe.

Disponibles sur demande :
Scores sectoriels, analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques

⁷ Le mois précédent, on demandait au répondant s'il était en emploi ou non; d'autres qualificatifs sur l'emploi ont été ajoutés au sondage de mai 2020.



Variation du stress mental (par secteur d'activité)

La santé mentale des personnes travaillant dans différents secteurs d'activité varie immensément selon le marché et la situation culturelle. Les variations du stress mental les plus favorables ont été observées dans les secteurs de l'agriculture, foresterie, pêche et chasse (60,0), de la gestion de sociétés et d'entreprises (62,0) et des services publics (62,5). Les scores de santé mentale les moins favorables se trouvent dans le secteur des arts, spectacles et loisirs (73,2) et des services immobiliers, de location et de location à bail (78,2) et des services d'enseignement (72,3).

Chaque secteur d'activité a rapporté une hausse du stress mental pendant deux mois consécutifs.

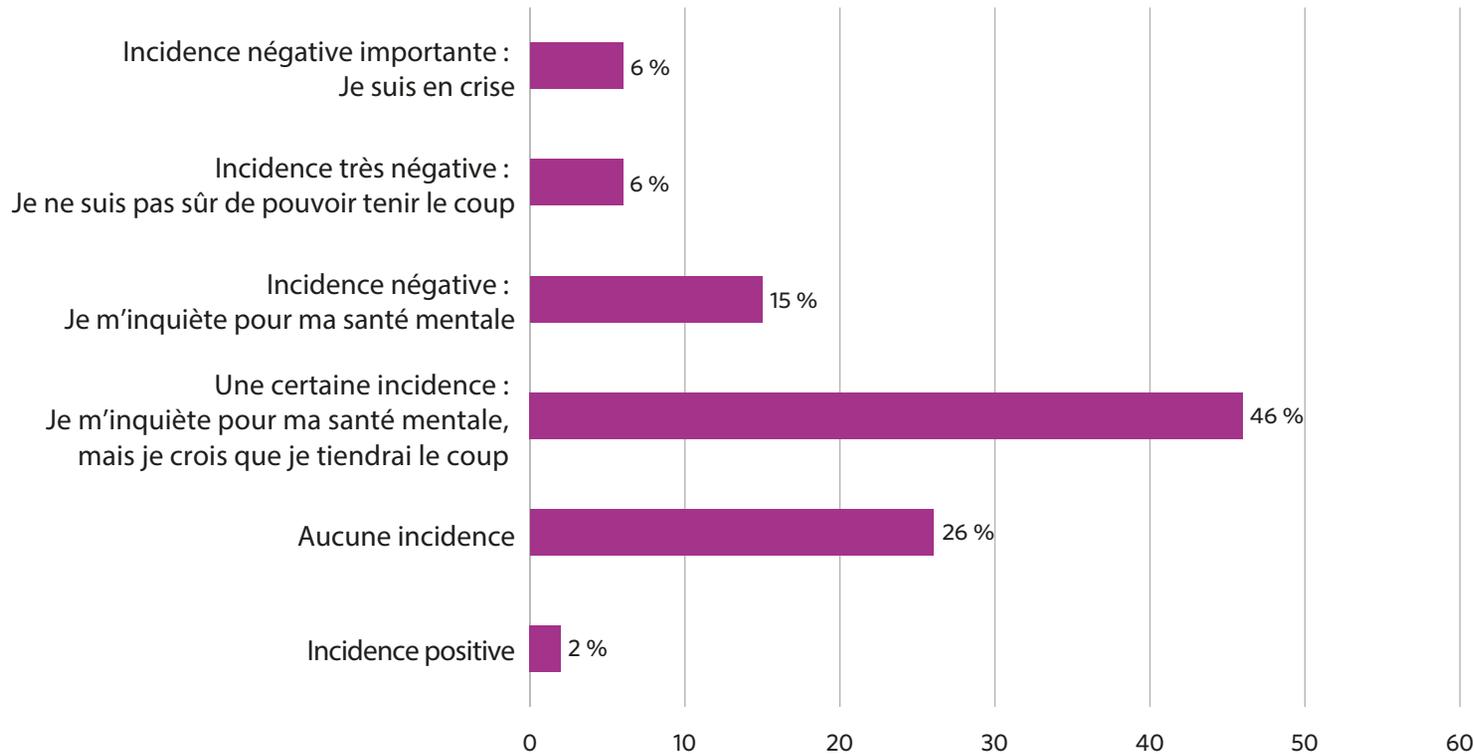
Les variations du stress mental sont indiquées dans le tableau ci-après :

Secteur d'activité	Variation du stress mental en mai 2020	Variation du stress mental en avril 2020
Autre	58,9	67,7
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	60,0	67,6
Gestion de sociétés et d'entreprises	62,0	67,9
Information et culture	62,5	74,6
Services publics	62,5	75,0
Automobile	64,0	84,1
Exploitation minière, pétrolière et gazière	64,8	83,0
Fabrication	65,4	69,7
Transport et entreposage	66,0	75,8
Services professionnels, scientifiques et techniques	67,9	78,0
Hébergement et services de restauration	68,5	75,8
Commerce de détail	68,6	72,8
Construction	68,7	72,5
Commerce de gros	69,1	71,9
Autres services (sauf les administrations publiques)	69,5	74,8
Soins de santé et assistance sociale	70,2	78,7
Administrations publiques	71,3	74,4
Finance et assurances	72,0	75,0
Services d'enseignement	72,3	77,5
Services immobiliers, de location et de location à bail	72,8	72,9
Arts, spectacles et loisirs	73,2	76,2

Tous les scores étant supérieurs à 50, mai est le deuxième mois consécutif auquel on constate une augmentation du stress mental.



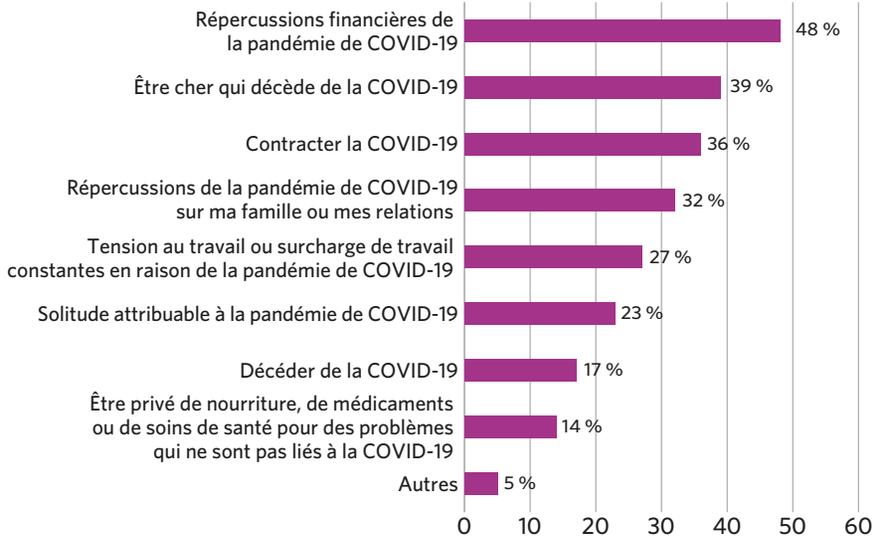
Répercussions de la pandémie de COVID-19



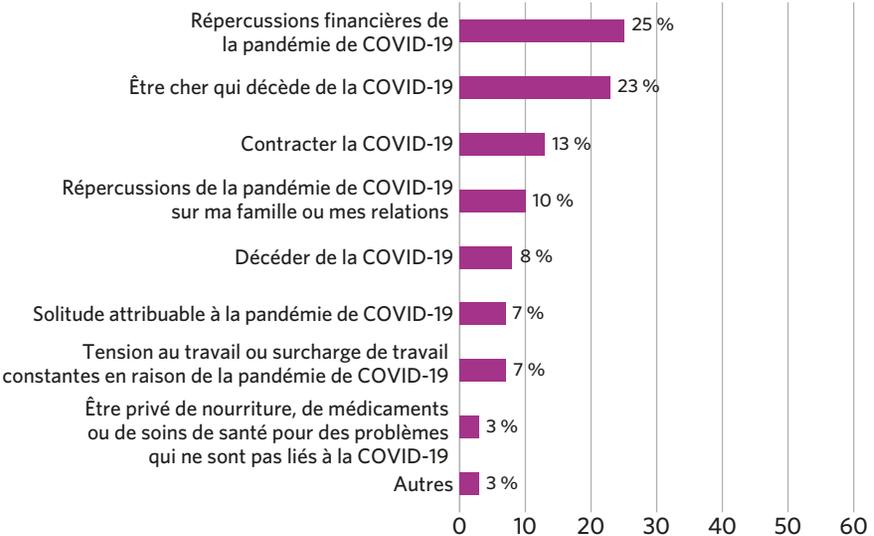
Une grande majorité des participants (73 pour cent) indique que la pandémie de COVID-19 a une incidence négative sur leur santé mentale. Environ la moitié de tous les participants (46 pour cent) croit que même s'ils en ressentent les répercussions, ils se disent également capables de tenir le coup; 27 pour cent signalent qu'ils sont plus inquiets, et 12 pour cent indiquent que la pandémie a une incidence très négative ou qu'ils sont en crise.



Facteurs contribuant à l'incidence de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale (choix multiples)⁸



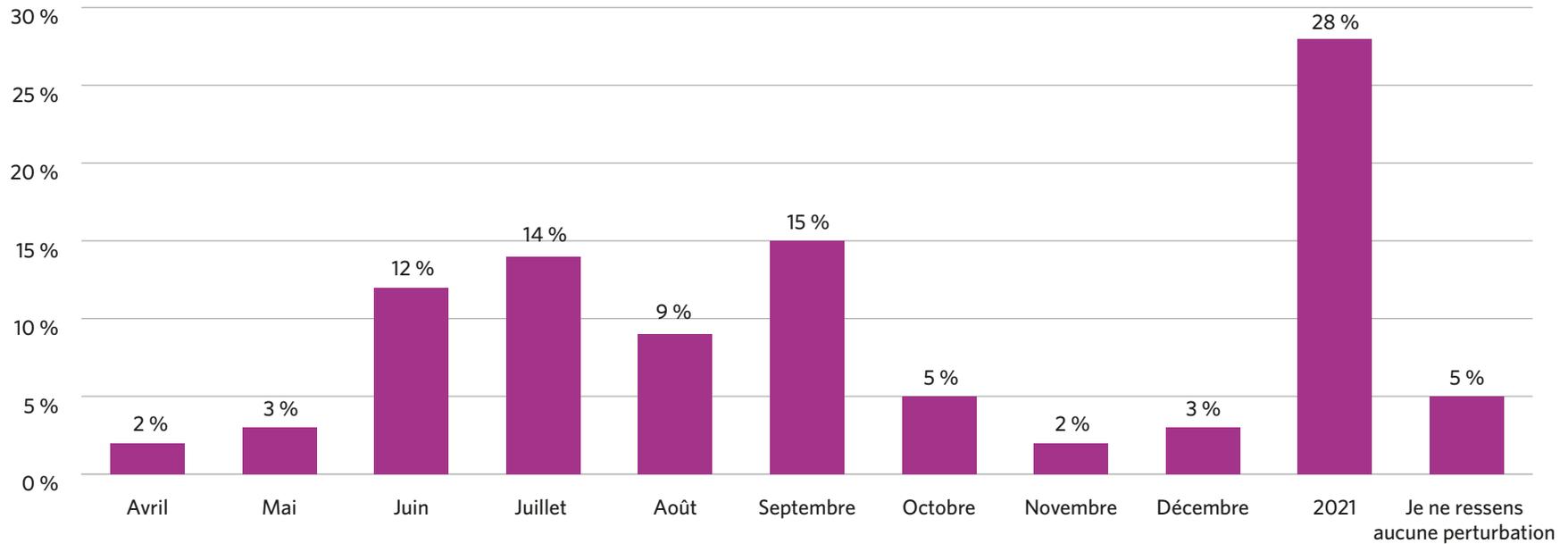
Principal facteur contribuant à l'incidence de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale (multiple selections)⁸



Lorsque la pandémie de COVID-19 a une incidence sur la santé mentale, les principales inquiétudes qui affectent la santé mentale demeurent les mêmes qu'au mois précédent; bien que le pourcentage de personnes déclarant les principales inquiétudes a chuté légèrement, la baisse la plus importante ayant trait aux répercussions financières de la pandémie et la peur de contracter la COVID-19.

⁸ Les graphiques tiennent compte des données recueillies chez 2 183 personnes ayant fait un choix.

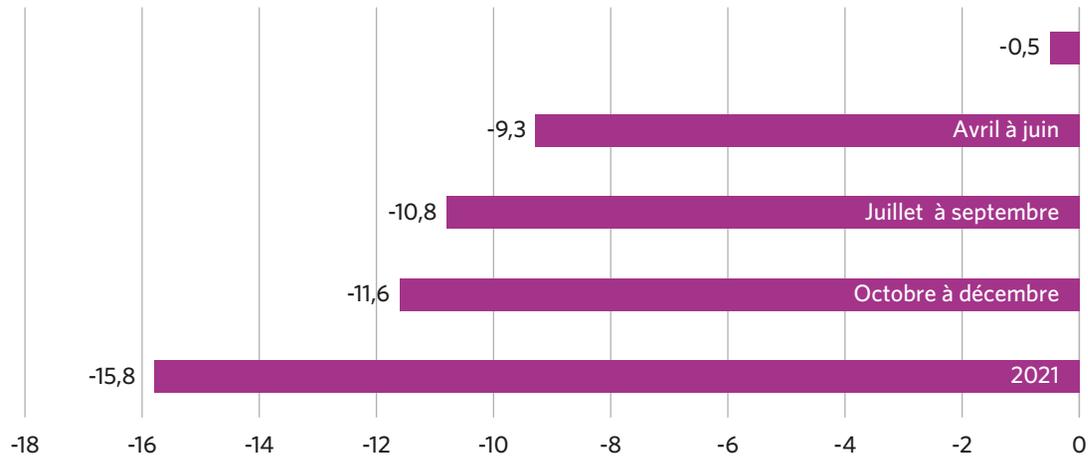
Compte tenu de la pandémie de COVID-19, quand croyez-vous que disparaîtront les perturbations sur votre vie personnelle?



On relève un changement significatif quant à la fin prévue des perturbations causées par la pandémie de COVID-10 de juin 2020 à 2021. Le mois précédent, 23 % des participants s'attendaient à ce que les perturbations prennent fin en juin 2020, mais ce mois-ci, seulement 12 % des répondants croient qu'elles disparaîtront en juin. Le mois précédent, 10 % des participants s'attendaient à ce que les perturbations prennent fin en 2021, mais ce mois-ci, ce chiffre est passé à 28 %. En mai, le score à l'ISM moyen des participants qui s'attendent à ce que les perturbations prennent fin en 2021 (-15,8) est similaire à celui du mois précédent (-16,1).



Indice de santé mentale selon la fin prévue des perturbations



En date de mai 2020, la croyance la plus courante est que les perturbations dans la vie personnelle découlant de la pandémie dureront jusqu'en 2021. Plus on croit que ces perturbations dureront longtemps, plus l'Indice de santé mentale^{MC} est négatif.

Retombées

Les scores actuels de l'Indice de santé mentale^{MC} constituent un avertissement clair en ce qui concerne les répercussions de la pandémie sur la santé mentale. L'Indice montre un déclin significatif de la santé mentale au Canada. Nous voyons également une augmentation considérable du stress mental comparativement au mois précédent, et un lien évident avec les enjeux liés à la pandémie de COVID-19. Alors que les risques de la COVID-19 pour la santé physique attirent une grande attention, son incidence sur la santé mentale nécessite le même degré d'attention et d'intervention. Ces répercussions sur la santé mentale se feront sentir bien après que le risque d'infection s'atténuera. Elles touchent la qualité de vie des personnes, la stabilité des familles, les risques de coûts de santé et d'invalidité pour les organisations et le niveau de participation à l'économie, une préoccupation de nos gouvernements compte tenu de leur effet sur la vitesse de la reprise économique.

Pour maîtriser la situation, il faut agir à au moins trois niveaux :

- 1. Les particuliers** doivent se préoccuper de l'incidence de la pandémie sur leur santé mentale. Bien qu'il soit prévisible qu'une certaine pression accompagne un changement d'une telle envergure, se sentir dépassé et incapable de tenir le coup, ou se sentir coincé et incapable de s'adapter, sont des signes clairs que vous avez besoin du soutien d'un confident ou d'un conseiller professionnel.
- 2. Les entreprises** doivent prévenir les risques chez les employés. L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) mesure le risque pour la santé mentale et l'état de santé mentale de la population active. Les scores actuels laissent entrevoir un risque pour le mieux-être à long terme des employés, ce qui peut avoir une incidence sur la productivité des entreprises, les coûts de santé et les congés d'invalidité. Les entreprises auraient avantage à mettre l'accent sur la santé mentale grâce à des messages qui sensibilisent aux signes avant-coureurs des problèmes de santé mentale, à des campagnes de lutte contre la stigmatisation liée au besoin d'un soutien en santé mentale, et à la promotion du régime de soins de santé et des ressources publiques.
- 3. Les gouvernements** doivent s'occuper de la santé mentale de la population. Une population sous pression est moins susceptible de participer pleinement à l'économie. Outre la santé et la sécurité, il faut porter une véritable attention à la santé mentale. Cela devrait inclure des messages clairs concernant les stratégies d'adaptation et la promotion des ressources publiques.

Le rapport de
l'ISM complet

Comparaison
selon les pays

Cliquez sur le bouton pour voir une comparaison de l'ISM entre l'Australie, le Canada, le Royaume-Uni et les États-Unis.

L'Indice de santé mentale^{MC} est publié mensuellement et mesure les tendances au fil du temps.

Morneau Shepell est un grand fournisseur de services de gestion des ressources humaines axés sur la technologie, qui adopte une approche intégrée du mieux-être des employés grâce à sa plateforme infonuagique. Nous cherchons à offrir à nos clients des solutions de calibre mondial afin de favoriser le mieux-être mental, physique, social et financier de leurs employés. En veillant au mieux-être des gens, nous contribuons au succès des entreprises. Nos services portent sur l'aide aux employés et à la famille, la santé et le mieux-être, la reconnaissance, l'administration des régimes de retraite et d'assurance collective, les services-conseils en régimes de retraite, et les services en actuariat et en placements. Morneau Shepell compte environ 6 000 employés qui travaillent avec près de 24 000 organisations clientes, lesquelles utilisent nos services dans 162 pays. Morneau Shepell inc. est une société cotée à la Bourse de Toronto (TSX : MSI). Pour plus de renseignements à ce sujet, visitez notre site Web morneaushepell.com.

 @Morneau_Shepell

 Morneau Shepell