

Rapport de l'Indice de santé mentale par LifeWorks^{MC}

Canada | Septembre 2021

Solutions Mieux-être
 LifeWorks



Table des matières

1 Faits saillants du mois de septembre 2021 **3**

Les employés plus âgés songent plus à quitter leur emploi parce qu'ils ne se sentent pas appréciés à leur juste valeur. 3

2 Indice de santé mentale par LifeWorks^{MC} **6**

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale^{MC} 7
Optimisme 8
Santé psychologique générale 9
Risque financier 10
Gestionnaires et non-gestionnaires 11
Données démographiques 12
Emploi 12
Fonds d'urgence 12

3 Indice de santé mentale^{MC} (par province) 13

4 Indice de santé mentale^{MC} (par secteur d'activité) 15

5 Score de Variation du stress mental 16

6 Variation du stress mental (en pourcentage) 17

Données démographiques 18
Géographie 18
Emploi 18

7 Variation du stress mental (par secteur d'activité) 20

8 Pleins feux sur 21

Émotion 21
Roulement de personnel 22
Départs volontaires 22
Satisfaction au travail et augmentation de salaire 24
Stress au travail 25
Préférences concernant le travail 26
Changements au travail 27

9 Aperçu de l'Indice de santé mentale par LifeWorks^{MC} 28

Méthodologie 28
Calculs 28
Données et analyses supplémentaires 28

Faits saillants du mois de septembre 2021

Conclusion principale : les employés plus âgés songent plus à quitter leur emploi parce qu'ils ne se sentent pas appréciés à leur juste valeur.

Près d'un Canadien sur cinq a quitté son emploi durant la pandémie en raison d'une plus grande tension mentale ou d'un stress mental accru au travail.

- 33 % des Canadiens ont signalé un stress au travail plus important en 2021 qu'en 2020.
- 16 % des participants ont quitté leur emploi en raison de leurs responsabilités de proche aidant, et ce groupe obtient le pire score de santé mentale (-28,4).
- Les participants qui ont des enfants et les gestionnaires sont plus de deux fois plus susceptibles que les autres à déclarer qu'ils ont quitté leur emploi durant la pandémie.

Plus du tiers des Canadiens envisagent de quitter leur emploi, ou hésitent à le faire.

- 35 % des Canadiens qui songent à quitter leur emploi ou qui hésitent à le faire obtiennent un score de santé mentale inférieur de plus de 10 points par rapport à ceux qui n'envisagent pas de quitter leur emploi.

Après trois mois d'embellie, la santé mentale des Canadiens s'est détériorée en septembre 2021.

- L'Indice de santé mentale de septembre 2021 est plus de 10 points inférieur au score de référence antérieur à 2020.
- Tous les scores secondaires de l'Indice de santé mentale, hormis ceux relatifs à l'isolement et au risque financier, ont chuté par rapport à août 2021.
- L'optimisme a baissé par rapport au sommet atteint en juillet 2021, et se trouve presque au niveau observé en avril 2021.
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale moins élevé (-23,8) que l'ensemble du groupe (-10,3) et que les participants qui en ont un (-5,7).
- Malgré une hausse de quatre points par rapport au mois d'août, pour le seizième mois consécutif, les étudiants obtiennent le plus faible score de santé mentale (-16,5).
- Conformément aux conclusions tirées dans les rapports de l'ISM de juin 2020, août 2020 et janvier 2021, les participants qui rapportent avoir des émotions positives (calme, gratitude, bonheur et espoir) obtiennent un score de santé mentale (0,0) largement supérieur à ceux qui rapportent des émotions négatives (colère, apathie/indifférence, incrédulité, frustration, désespoir, inquiétude/anxiété) (-23,1).

- Les employés plus âgés songent plus à quitter leur emploi parce qu'ils ne se sentent pas appréciés à leur juste valeur.

Les Canadiens en moins bonne santé mentale sont plus susceptibles de quitter un emploi où ils sont heureux pour obtenir une augmentation de salaire.

- Plus d'un cinquième des Canadiens quitteraient un emploi où ils sont heureux pour obtenir une augmentation de salaire de 10 % ou moins, et ce groupe obtient l'un des scores de santé mentale les moins élevés.
- 74 % des participants quitteraient un emploi où ils sont heureux pour obtenir toute augmentation de salaire.
- Les 26 % de Canadiens qui ne quitteraient pas un emploi où ils sont heureux pour obtenir un meilleur salaire obtiennent l'un des scores de santé mentale les plus élevés (-4,5), près de six points de plus que la moyenne globale (-10,3).
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence, les participants qui ont des enfants et les gestionnaires sont plus susceptibles que les autres membres de leur cohorte de quitter un emploi qu'ils aiment pour un meilleur salaire.

Les gestionnaires continuent d'avoir une moins bonne santé mentale et ressentent plus de tension mentale que les non-gestionnaires.

- Depuis janvier 2021, les scores de santé mentale des gestionnaires sont plus faibles que ceux des non-gestionnaires et sont inférieurs à la moyenne canadienne globale.

Les parents

sont plus de deux fois plus susceptibles

que les participants sans enfant de déclarer qu'ils ont quitté leur emploi durant la pandémie.

35 %

des Canadiens qui songent à quitter leur emploi

ou qui hésitent à le faire obtiennent un score de santé mentale moins élevé.

33 %

des Canadiens ont signalé un stress au travail

plus important par rapport à 2020.

33 %

des participants indiquent que leur employeur

leur a demandé quelles étaient leurs préférences concernant leur travail, et les membres de ce groupe obtiennent un score de santé mentale plus élevé.

- En septembre 2021, le score de santé mentale des gestionnaires s'établit à -10,4, comparativement à -10,0 pour les non-gestionnaires.
- L'augmentation du stress mental est également plus marquée chez les gestionnaires (58,2) que chez les non-gestionnaires (55,8).

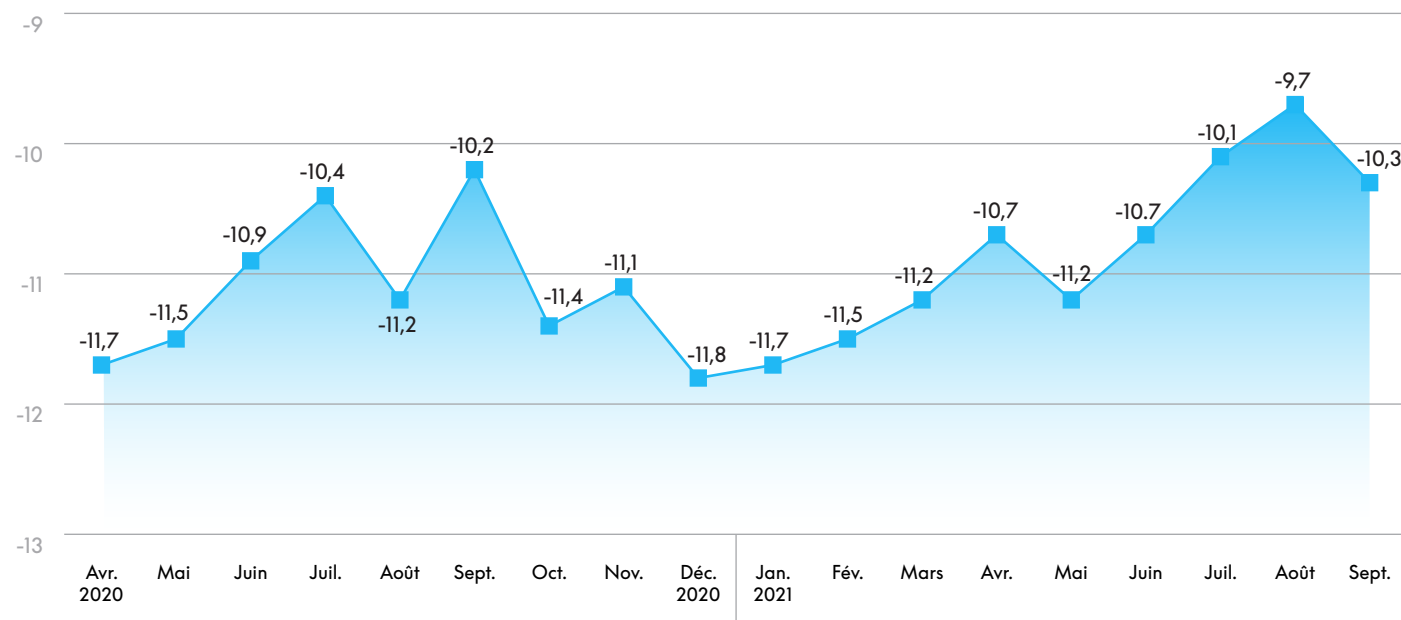
Lorsqu'on demande aux Canadiens quels changements ils aimeraient voir au travail, un tiers d'entre eux mentionnent la flexibilité de leur horaire de travail.

- Près de la moitié des Canadiens indiquent que leur employeur ne leur a pas demandé quelles étaient leurs préférences concernant le travail, et les membres de ce groupe obtiennent l'un des scores de santé mentale les moins élevés.
- 29 % des Canadiens souhaitent avoir de la flexibilité quant à leur lieu de travail.
- 17 % des Canadiens veulent avoir plus de soutien ou un meilleur soutien quant à leur mieux-être personnel.
- Les participants qui ont des enfants sont plus enclins que ceux qui n'en ont pas à vouloir de la flexibilité quant à leur lieu de travail et à leur horaire.

Indice de santé mentale par LifeWorks^{MC}

L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) est une mesure de la variation comparativement au score de référence de la santé mentale et du risque¹. **Au mois de septembre 2021, l'Indice de santé mentale^{MC} global s'établit à -10,3 points.**

Une diminution de 10 points par rapport au score de référence antérieur à la COVID-19 reflète une population dont la santé mentale est semblable au trois pour cent le plus en détresse de la population de référence.



ISM mois courant
Septembre 2021

-10,3

Août 2021

-9,7

¹ Le score de référence tient compte des données recueillies en 2017, 2018 et 2019.

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale^{MC}

Le score secondaire de l'Indice de santé mentale^{MC} le plus faible correspond à la mesure du risque de dépression (-12,2), suivie de la mesure de l'anxiété (-11,3), de l'optimisme (-11,3), de l'isolement (-10,9) de la productivité (-10,4) et de la santé psychologique en général (-3,3). Le score secondaire le plus élevé, et le seul supérieur au score de référence, demeure le score relatif au risque financier (5,2).

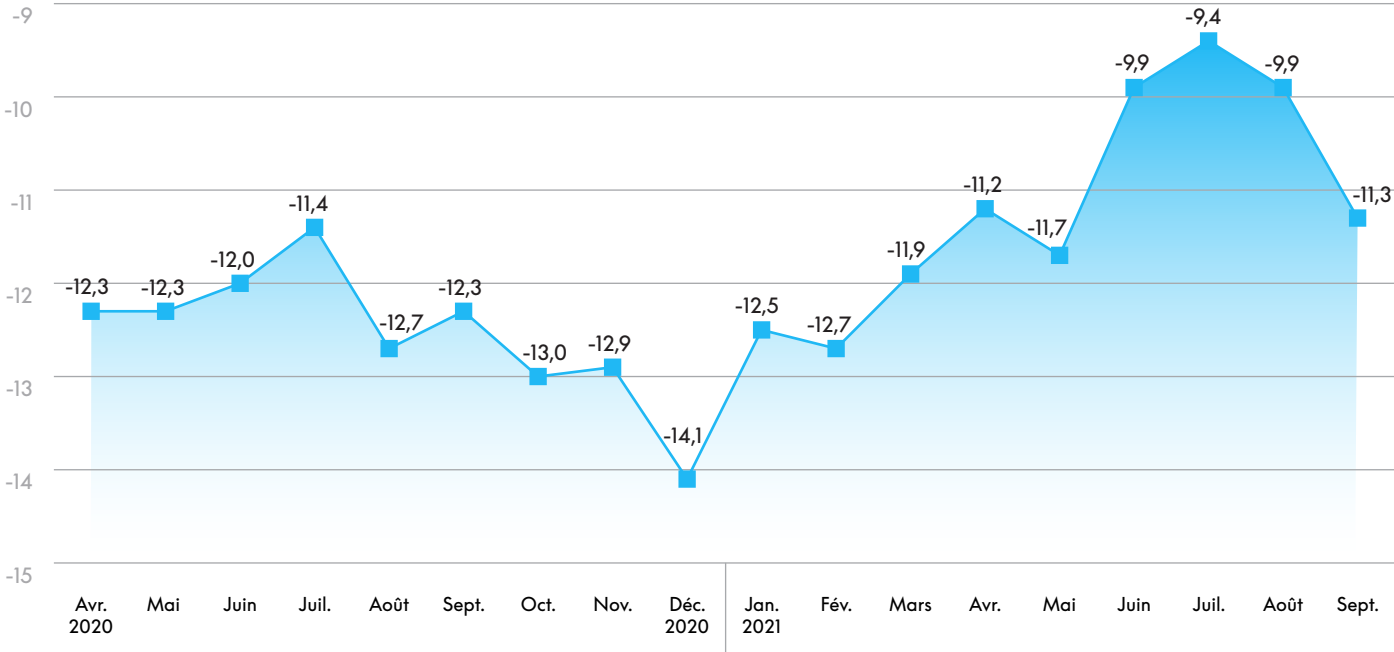
- Tous les scores secondaires de l'Indice de santé mentale, hormis ceux relatifs à l'isolement et au risque financier, ont chuté par rapport à août 2021.
- Le score secondaire relatif au risque financier s'est considérablement amélioré, gagnant 0,6 point par rapport au mois précédent; il reste plus élevé que tous les autres et demeure supérieur au score de référence antérieur à 2020.

Scores secondaires de l'ISM ² 2021	Septembre	Août
Dépression	-12,2	-11,5
Anxiété	-11,3	-10,3
Optimisme	-11,3	-9,9
Isolement	-10,9	-11,1
Productivité	-10,4	-10,3
Santé psychologique	-3,3	-2,8
Risque financier	5,2	4,7

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

Optimisme

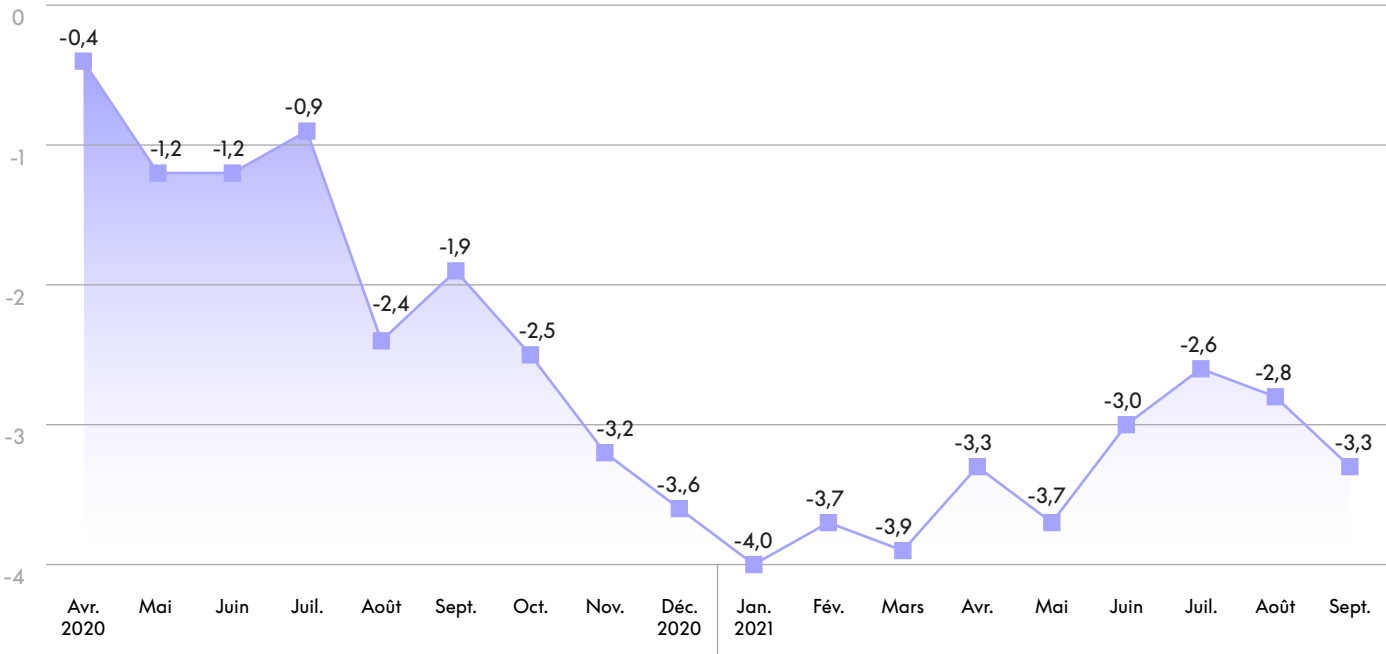
Depuis avril 2020, les scores secondaires relatifs à l'optimisme sont demeurés bien en deçà du score de référence. Malgré quelques mois de légère amélioration, y compris un sommet en juillet 2020, on a constaté un recul général jusqu'à un bas niveau en décembre 2020 (-14,1). Depuis décembre, le score secondaire relatif à l'optimisme est en hausse, ayant atteint son point le plus élevé à -9,4 en juillet 2021. En septembre 2021, le score secondaire relatif à l'optimisme a continué sa chute, à plus de 11 points sous le score de référence.



Santé psychologique générale

Le score secondaire relatif de la santé psychologique évalue la perception que les participants ont de leur niveau de santé psychologique global.

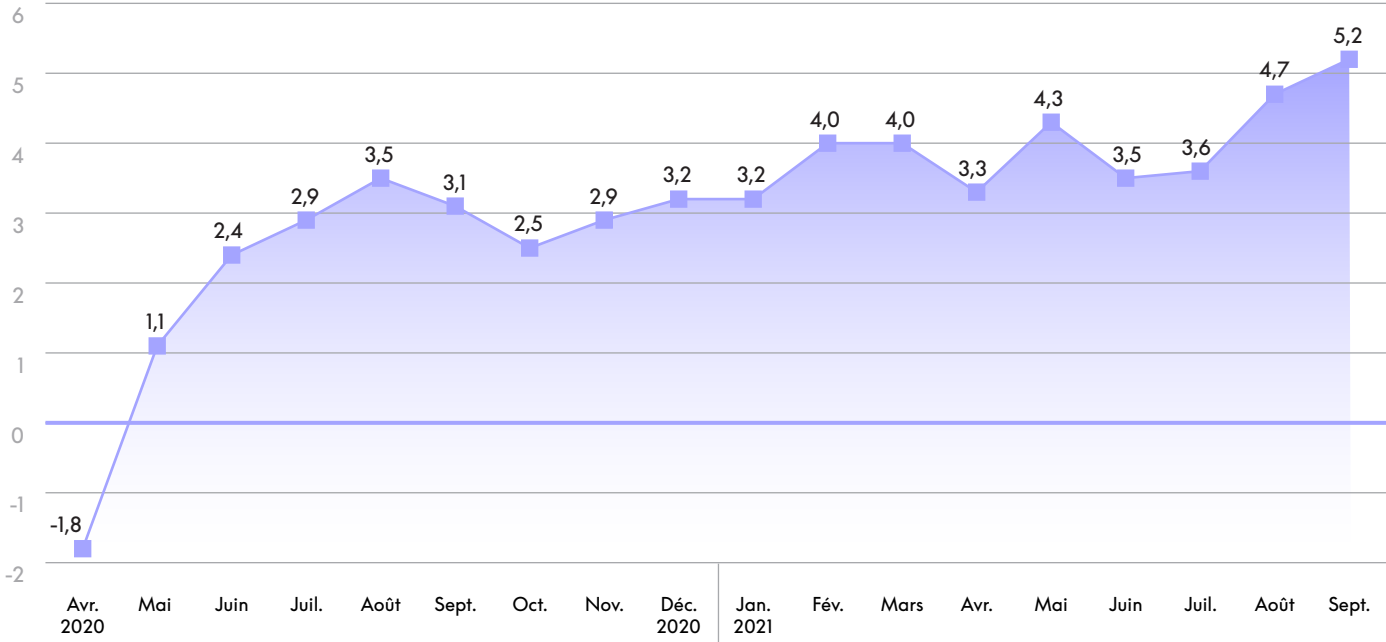
Entre le lancement de l'ISM en avril 2020 et janvier 2021, la santé psychologique générale des Canadiens a décliné pour se situer quatre points sous le score de référence antérieur à 2020. Depuis janvier 2021, les scores secondaires ont légèrement fluctué. En septembre 2021, le score relatif à la santé psychologique a légèrement fléchi pour un deuxième mois consécutif, s'établissant à -3,3.



Risque financier

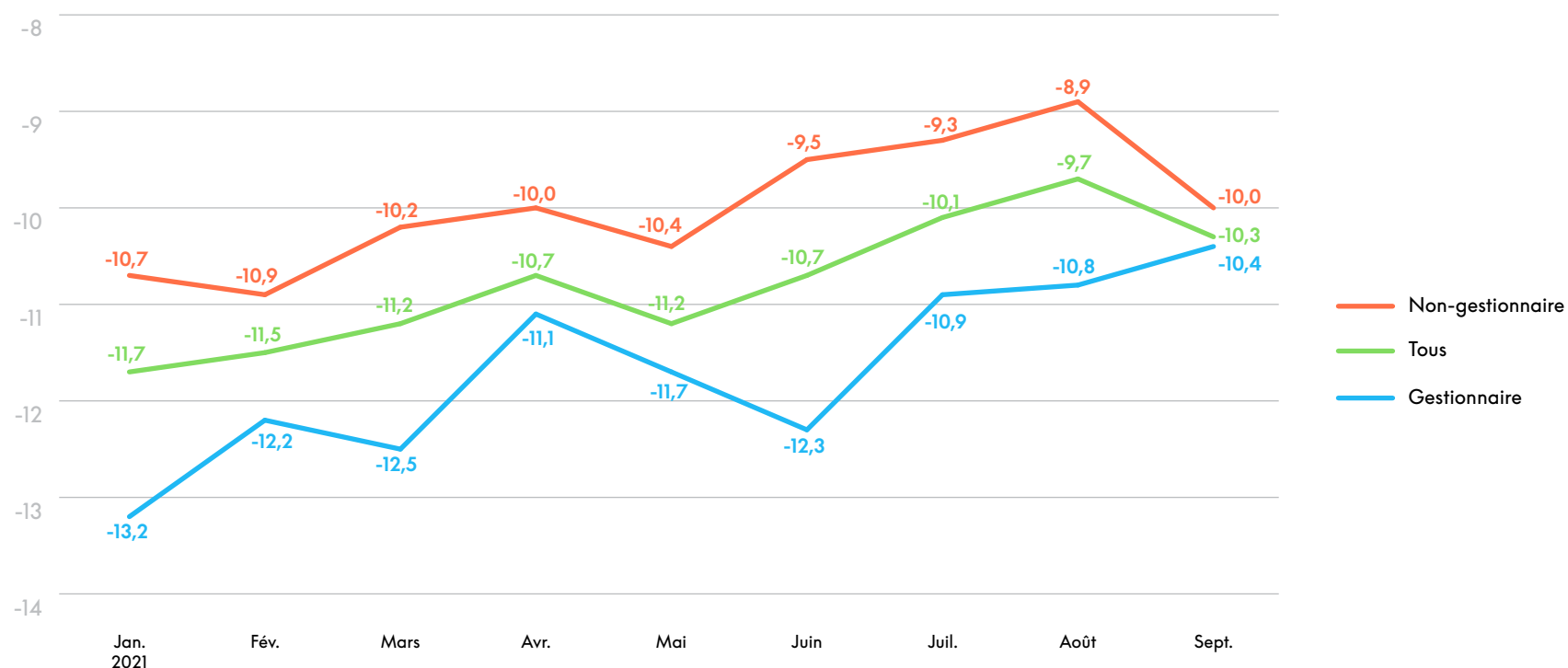
Le score secondaire relatif au risque financier mesure le niveau du fonds d'urgence des participants.

Le score secondaire relatif au risque financier s'est généralement amélioré depuis le lancement de l'ISM, en avril 2020. En septembre 2021, le score secondaire relatif au risque financier des Canadiens a atteint un sommet (5,2) depuis le lancement de l'indice en avril 2020. Plus de cinq points au-dessus du score de référence antérieur à 2020, le score secondaire relatif au risque financier reste plus élevé que tous les autres scores secondaires de santé mentale.



Gestionnaires et non-gestionnaires

Depuis janvier 2021, les scores de santé mentale des gestionnaires sont plus faibles que ceux des non-gestionnaires et sont inférieurs à la moyenne canadienne globale. Les non-gestionnaires obtiennent des scores de santé mentale systématiquement plus élevés que ceux de la population canadienne. En septembre 2021, le score de santé mentale des gestionnaires s'établit à -10,4, comparativement à -10,0 pour les non-gestionnaires. Alors que la hausse du score de santé mentale des gestionnaires s'est poursuivie en septembre, le score de santé mentale des non-gestionnaires a diminué par rapport au mois précédent.



Données démographiques

- Depuis le lancement de l'ISM, les scores de santé mentale des femmes sont beaucoup plus bas que ceux des hommes. En septembre 2021, le score de santé mentale des femmes est de -12,3, comparativement à -8,3 pour les hommes.
- Depuis les 18 derniers mois, les scores de santé mentale s'améliorent à mesure que l'âge des cohortes augmente.
- Depuis le lancement de l'ISM en avril 2020, on constate des différences entre les scores de santé mentale des participants qui ont des enfants et de ceux qui n'en ont pas. Plus d'un an plus tard, ce phénomène se poursuit alors que les participants qui ont au moins un enfant obtiennent un score plus bas (-11,6) que ceux qui n'en ont pas (-9,7).

Emploi

- Dans l'ensemble, 4 % des participants sont sans emploi³ et 12 % rapportent une réduction de leur salaire ou de leurs heures de travail.
- Les participants en emploi dont le salaire a été réduit par rapport au mois précédent ont le plus faible score de santé mentale (-21,0), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (-17,7) et des participants présentement sans emploi (-16,0).
- Le score de santé mentale des gestionnaires (-10,4) est légèrement inférieur à celui des non-gestionnaires (-10,0).
- Les participants qui se décrivent comme travailleurs autonomes ou propriétaires uniques ont le score de santé mentale le plus élevé (-6,3).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 51 et 100 employés ont le score de santé mentale le plus faible (-13,8).

Fonds d'urgence

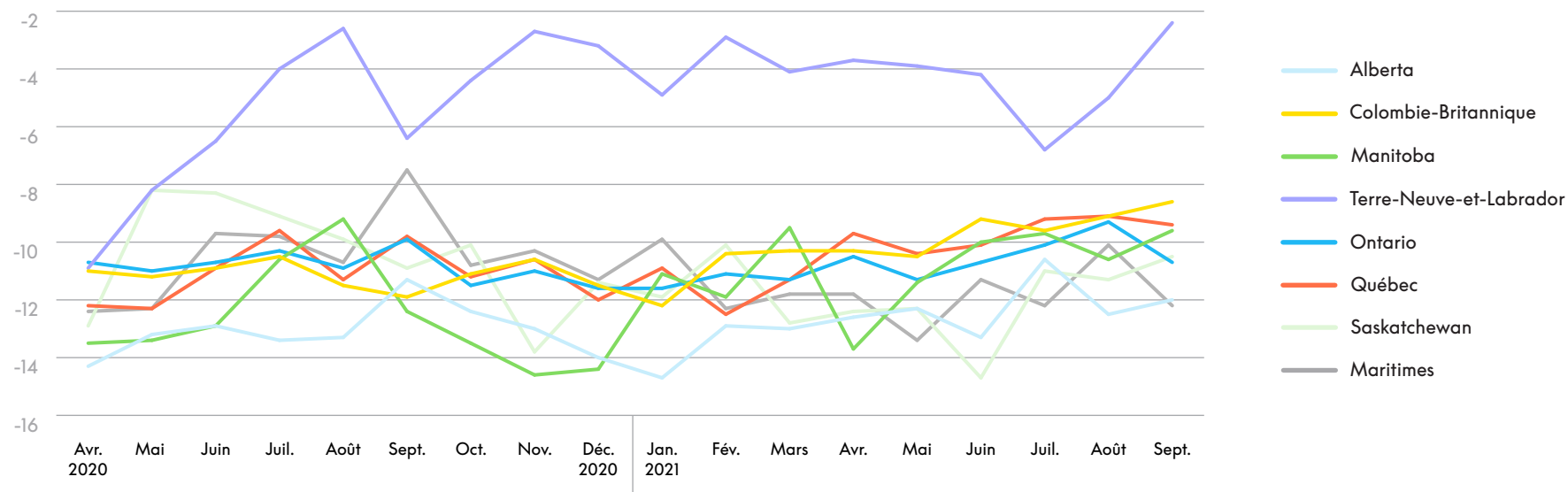
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (-23,8) que l'ensemble du groupe. Ceux qui en ont un obtiennent un score de santé mentale de -5,7.

3 Les participants à l'ISM qui travaillaient au cours des six derniers mois sont inclus dans l'enquête.

Indice de santé mentale^{MC} (par province)

Depuis avril 2020, les scores de santé mentale provinciaux fluctuent. Sauf à Terre-Neuve-et-Labrador, les courbes de fluctuation des provinces se ressemblent. En ce qui concerne les scores, en septembre 2021, on constate une différence marquée entre le score de l'Alberta, soit -12,0, et celui de Terre-Neuve-et-Labrador, soit -2,4.

- Terre-Neuve-et-Labrador obtient le score le plus élevé parmi toutes les provinces, soit -2,4, en raison d'une augmentation de 2,6 points par rapport au mois précédent.
- À la suite d'une importante chute du score (2,1 points) du mois d'août au mois de septembre 2021, le score de santé mentale des Maritimes s'est établi à -12,2 points, ce qui est inférieur au score de référence antérieur à 2020.



Situation d'emploi	Sept. 2021	Août 2021
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	-8,8	-8,2
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	-17,7	-19,6
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	-21,0	-21,2
Présentement sans emploi	-16,0	-10,3
Groupe d'âge	Sept. 2021	Août 2021
20 à 29 ans	-20,4	-21,6
30 à 39 ans	-14,8	-14,7
40 à 49 ans	-11,1	-12,1
50 à 59 ans	-8,1	-6,2
60 à 69 ans	-4,9	-2,4
Nombre d'enfants	Sept. 2021	Août 2021
Aucun	-9,7	-8,8
1 enfant	-12,2	-13,2
2 enfants	-11,0	-10,8
3 enfants ou plus	-10,8	-6,7

Province	Sept. 2021	Août 2021
Alberta	-12,0	-12,5
Colombie-Britannique	-8,6	-9,1
Manitoba	-9,6	-10,6
Terre-Neuve-et-Labrador	-2,4	-5,0
Maritimes	-12,2	-10,1
Québec	-9,4	-9,1
Ontario	-10,7	-9,3
Saskatchewan	-10,5	-11,3
Sexe	Sept. 2021	Août 2021
Homme	-8,3	-8,0
Femme	-12,3	-11,4
Revenu	Sept. 2021	Août 2021
Moins de 30 k\$/année	-21,1	-19,4
30 k\$ à <60 k\$/année	-14,5	-14,7
60 k\$ à <100 k\$/année	-10,9	-10,0
100 k\$ à <150 k\$/année	-7,7	-6,3
150 k\$ ou plus	-2,9	-2,8

Taille de l'effectif	Sept. 2021	Août 2021
Travailleur autonome/propriétaire unique	-6,3	-6,7
2 à 50 employés	-9,8	-9,7
51 à 100 employés	-13,8	-13,6
101 à 500 employés	-11,8	-11,3
501 à 1000 employés	-12,7	-10,9
1001 à 5000 employés	-8,9	-9,8
5001 à 10 000 employés	-10,2	-8,4
Plus de 10 000 employés	-9,1	-6,8
Gestionnaire	Sept. 2021	Août 2021
Gestionnaire	-10,4	-10,8
Non-gestionnaire	-10,0	-8,9

Les chiffres surlignés en orange sont les pires scores du groupe.

Les chiffres surlignés en vert sont les meilleurs scores du groupe.

Disponibles sur demande :

Analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques

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

Malgré une hausse de quatre points par rapport au mois précédent, les étudiants obtiennent le plus faible score de santé mentale (-16,5) pour le seizième mois consécutif. Ce score demeure considérablement inférieur aux scores les plus faibles suivants : celui des participants du secteur des services publics (-14,8) et du secteur des services immobiliers, de location et de location à bail (-14,5).

Les participants qui travaillent dans les secteurs de la gestion de sociétés et d'entreprises (-2,0), des services professionnels, scientifiques et techniques (-5,9) et de la construction (-7,8) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés.

Les étudiants à temps plein et les participants qui travaillent dans le secteur de la gestion de sociétés et d'entreprises, ainsi que ceux qui travaillent dans le secteur des services d'hébergement et de restauration ont vu la plus grande amélioration de leur santé mentale depuis le mois dernier.

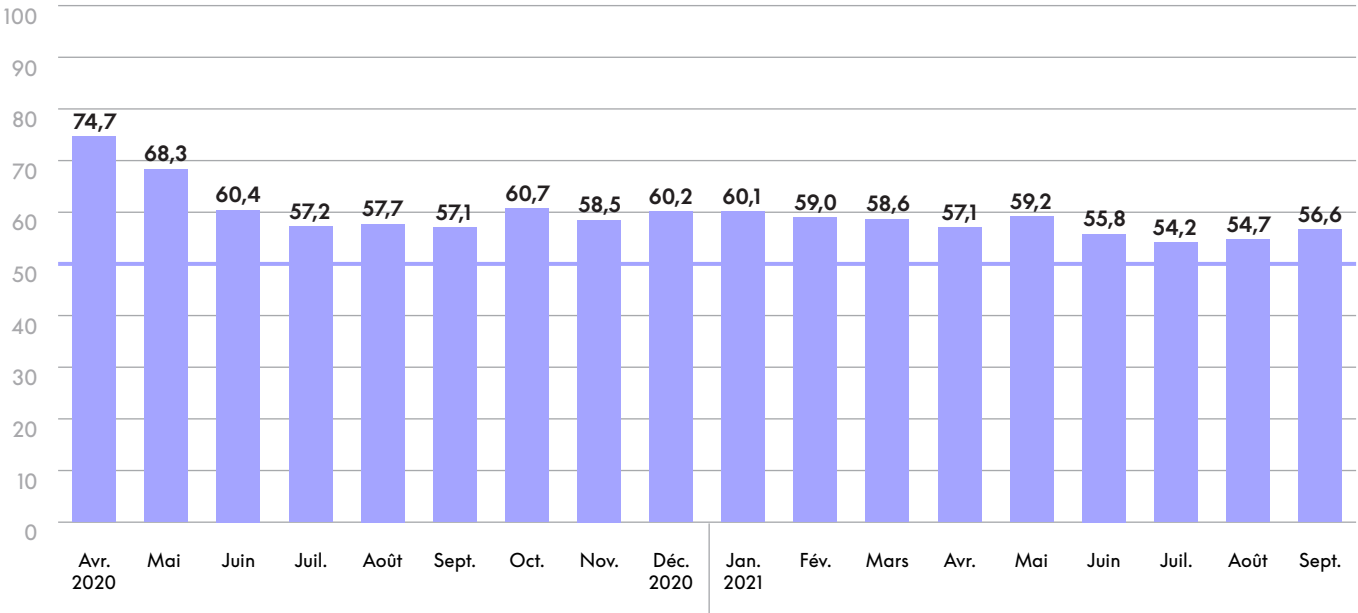
Les variations par rapport au mois dernier sont indiquées dans le tableau.

Secteur d'activité	Septembre 2021	Août 2021	Variation
Gestion de sociétés et d'entreprises	-2,0	-9,6	7,5
Étudiant à temps plein	-16,5	-20,5	4,0
Services d'hébergement et de restauration	-11,4	-13,1	1,7
Services professionnels, scientifiques et techniques	-5,9	-7,4	1,5
Commerce de gros	-11,9	-13,4	1,5
Arts, spectacles et loisirs	-12,1	-13,4	1,3
Construction	-7,8	-8,3	0,5
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	-12,0	-11,9	-0,1
Administrations publiques	-8,7	-8,6	-0,1
Services d'enseignement	-9,4	-9,2	-0,2
Autre	-10,4	-9,9	-0,5
Fabrication	-9,9	-9,3	-0,6
Finance et assurances	-11,8	-10,8	-1,0
Services publics	-14,8	-13,7	-1,1
Commerce de détail	-12,8	-11,6	-1,2
Exploitation minière, pétrolière et gazière	-10,2	-8,8	-1,4
Transport et entreposage	-8,6	-6,9	-1,7
Soins de santé et assistance sociale	-12,0	-10,1	-1,9
Information et culture	-12,6	-10,6	-2,0
Automobile	-9,8	-6,8	-3,0
Autres services (sauf les administrations publiques)	-8,8	-5,3	-3,5
Services immobiliers, de location et de location à bail	-14,5	-10,6	-3,9

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. **Le score de Variation du stress mental pour septembre 2021 s'établit à 56,6.** Il signale une nette augmentation du stress mental par rapport au mois précédent.

Le score actuel indique que 20 % de la population ressent un plus grand stress mental qu'au mois précédent, alors que 6 % en ressent moins. L'augmentation continue du stress mental depuis avril 2020 dénote une accumulation de pression importante dans la population canadienne.



- ▲ Plus de stress mental
- 50 = Aucune variation par rapport au mois précédent
- ▼ Moins de stress mental

VarStressM
Mois courant
Septembre 2021

56,6

VarStressM
Août 2021

54,7

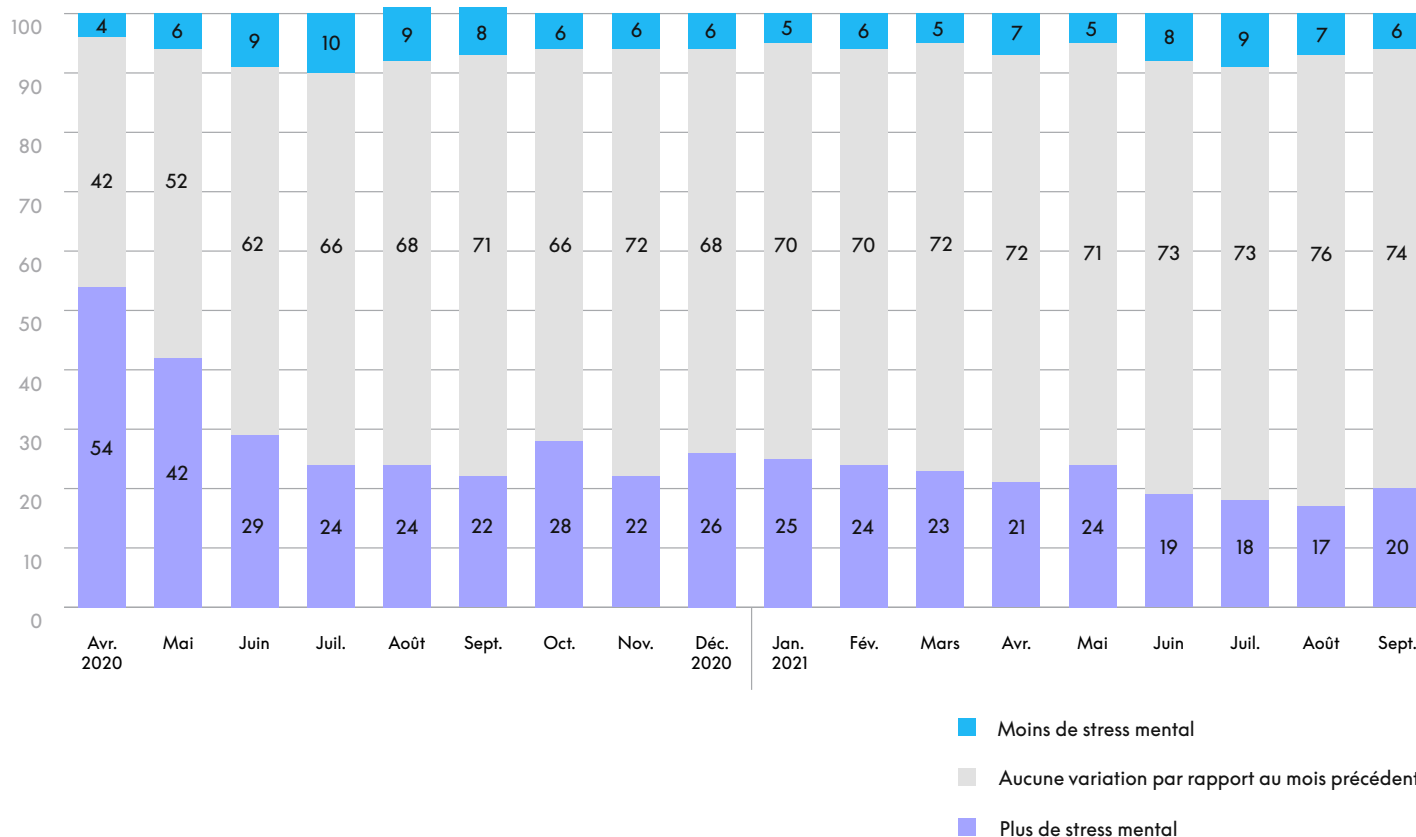
Variation du stress mental (en pourcentage)

L'indicateur Variation du stress mental permet de suivre chaque mois l'évolution du stress. Le graphique présente le pourcentage de participants ressentant plus de stress, le même niveau de stress et moins de stress pour chaque mois de la période d'enquête.

Depuis plus d'un an, le pourcentage de participants disant ressentir un plus grand stress mental que le mois précédent connaît une baisse constante; toutefois, les données montrent que cette baisse est trop négligeable pour faire passer le score global de Variation du stress mental sous la barre de 50 (un score inférieur à 50 indiquant une diminution par rapport au mois précédent). Comme la proportion de participants qui ressentent un niveau comparable ou plus élevé de stress comparativement au mois précédent continue d'excéder la proportion de participants rapportant moins de stress mental, on peut supposer que les effets d'un stress important persisteront au sein de la population et que l'atteinte d'un niveau de stress plus soutenable et plus sain en sera compromise.

En avril 2020, 54 % des participants ont indiqué que leur stress mental avait augmenté. En septembre 2021, 20 % des participants rapportaient un stress mental accru, alors que 74 % des participants disent actuellement ressentir le même niveau de stress mental et 6 % affirment être moins stressés mentalement.

Variation du stress mental par mois



Données démographiques

- Depuis le lancement de l'ISM en avril 2020, on constate une augmentation plus marquée du stress mental chez les jeunes participants d'un mois à l'autre, comparativement aux participants plus âgés.
- Depuis avril 2020, l'augmentation du stress mental est plus grande chez les femmes que chez les hommes. En septembre 2021, le score de Variation du stress mental est de 58,6 chez les femmes et de 54,7 chez les hommes.

Géographie

- L'augmentation de stress la plus marquée d'un mois à l'autre touche les participants qui habitent en Alberta (59,7), suivis des résidents de l'Ontario (57,7), de la Saskatchewan (57,4), de Terre-Neuve-et-Labrador (56,5) et du Québec (55,8).
- Les participants qui habitent dans les provinces où l'augmentation du stress mental est moindre en ont quand même ressenti beaucoup plus, y compris dans les Maritimes (53,8), en Colombie-Britannique (53,6) et au Manitoba (53,2).

Emploi

- La plus forte augmentation du stress mental est observée chez les participants en emploi dont le salaire a été réduit (65,3), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (64,2), puis des participants sans emploi (54,6) et des participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé (55,6).
- L'augmentation du stress mental est plus marquée chez les gestionnaires (58,2) que chez les non-gestionnaires (55,8).

Situation d'emploi	Sept. 2021	Août 2021
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	55,6	53,7
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	64,2	58,9
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	65,3	67,3
Présentement sans emploi	54,6	55,8
Groupe d'âge	Sept. 2021	Août 2021
20 à 29 ans	61,0	63,8
30 à 39 ans	59,9	56,7
40 à 49 ans	57,3	55,5
50 à 59 ans	55,7	52,9
60 à 69 ans	52,9	50,8
Nombre d'enfants	Sept. 2021	Août 2021
Aucun	55,7	53,9
1 enfant	59,7	57,7
2 enfants	57,3	56,1
3 enfants ou plus	57,6	50,8

Province	Sept. 2021	Août 2021
Alberta	59,7	58,5
Colombie-Britannique	53,6	55,1
Manitoba	53,2	53,0
Terre-Neuve-et-Labrador	56,5	52,0
Maritimes	53,8	51,7
Québec	55,8	53,8
Ontario	57,7	54,6
Saskatchewan	57,4	53,2
Sexe	Sept. 2021	Août 2021
Homme	54,7	53,3
Femme	58,6	56,2
Revenu	Sept. 2021	Août 2021
Moins de 30 k\$/année	59,2	55,5
30 k\$ à <60 k\$/année	57,3	56,3
60 k\$ à <100 k\$/année	56,4	55,3
100 k\$ à <150 k\$/année	56,8	55,7
150 k\$ ou plus	55,1	50,1

Taille de l'effectif	Sept. 2021	Août 2021
Travailleur autonome/propriétaire unique	57,3	54,8
2 à 50 employés	56,6	54,2
51 à 100 employés	58,6	56,4
101 à 500 employés	56,1	53,7
501 à 1000 employés	57,8	56,6
1001 à 5000 employés	55,3	54,9
5001 à 10 000 employés	59,4	56,2
Plus de 10 000 employés	55,2	53,1
Gestionnaire	Sept. 2021	Août 2021
Gestionnaire	58,2	56,4
Non-gestionnaire	55,8	53,6

Les chiffres surlignés en orange sont les pires scores du groupe.

Les chiffres surlignés en vert sont les meilleurs scores du groupe.

Disponibles sur demande :

Analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques

Variation du stress mental (par secteur d'activité)

Les participants du secteur des arts, des spectacles et des loisirs ont connu la plus forte hausse du stress mental (63,4), suivis des participants du secteur des soins de santé et de l'assistance sociale (60,7) et du commerce de gros (59,5).

Les scores de variation du stress mental des participants qui travaillent dans les secteurs de l'agriculture, de la foresterie, de la pêche et de la chasse (53,8), et des autres services (sauf les administrations publiques) (54,1) sont moins élevés qu'au mois précédent.

Les variations du stress mental des deux derniers mois sont indiquées dans ce tableau.

Secteur d'activité	Septembre 2021	Août 2021
Autre	51,7	53,2
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	53,8	54,2
Autres services (sauf les administrations publiques)	54,1	52,9
Transport et entreposage	54,1	53,8
Services professionnels, scientifiques et techniques	54,6	53,9
Services publics	54,8	56,3
Finance et assurances	55,2	56,1
Gestion de sociétés et d'entreprises	55,9	52,7
Étudiant à temps plein	56,1	63,6
Services immobiliers, de location et de location à bail	56,1	54,6
Administrations publiques	56,3	52,3
Construction	56,4	53,2
Fabrication	56,5	54,4
Commerce de détail	56,8	52,7
Exploitation minière, pétrolière et gazière	57,4	51,1
Services d'hébergement et de restauration	57,4	58,4
Automobile	58,5	53,8
Information et culture	58,9	54,3
Services d'enseignement	58,9	55,2
Commerce de gros	59,5	61,7
Soins de santé et assistance sociale	60,7	56,2
Arts, spectacles et loisirs	63,4	58,2

Pleins feux sur

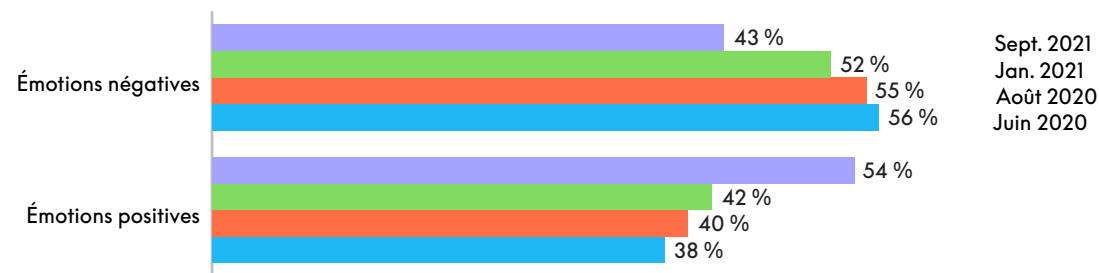
Émotion

Près de 18 mois après le début de la pandémie de COVID-19, les principales émotions citées par les Canadiens en septembre 2021 sont plus susceptibles d'être positives qu'à n'importe quel moment depuis juin 2020.

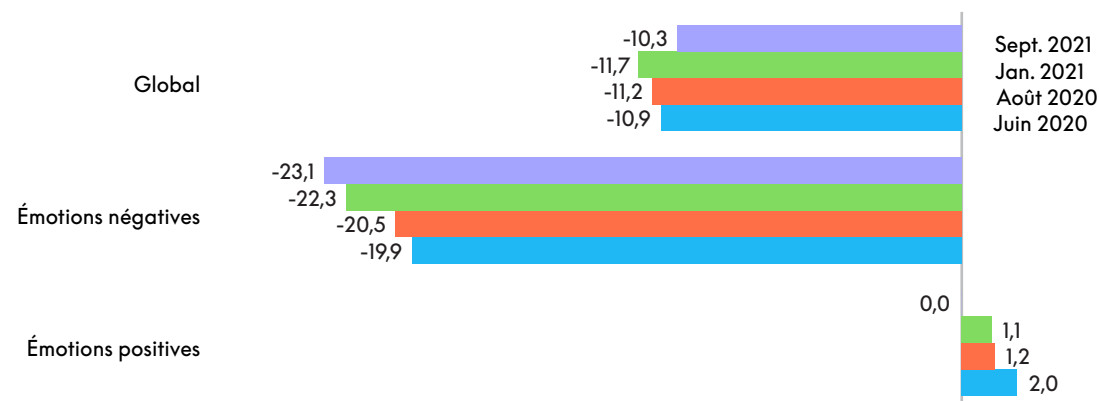
- En juin 2020, 56 % des Canadiens déclaraient avoir ressenti une émotion négative (colère, apathie/indifférence, incrédulité, frustration, désespoir, inquiétude/anxiété); cette proportion est passée à 43 % en septembre 2021.
- Les femmes sont 70 % plus enclines que les hommes à affirmer que l'émotion qu'elles ressentent principalement est l'inquiétude.

Le score de santé mentale global a augmenté de 0,6 point entre juin 2020 et septembre 2021. Le score de santé mentale des participants qui rapportent avoir eu des émotions négatives (colère, apathie/indifférence, incrédulité, frustration, désespoir, inquiétude/anxiété) a chuté de 3,2 points, alors que le score de santé mentale des participants qui déclarent avoir eu des émotions positives (calme, gratitude, bonheur et espoir) a chuté de 2,0 points.

Comparaison longitudinale entre le choix en pourcentage de chaque type d'émotion



Comparaison longitudinale entre le type d'émotion et le score à l'ISM



Roulement de personnel

Départs volontaires

On a demandé aux participants s'ils songeaient à quitter leur emploi.

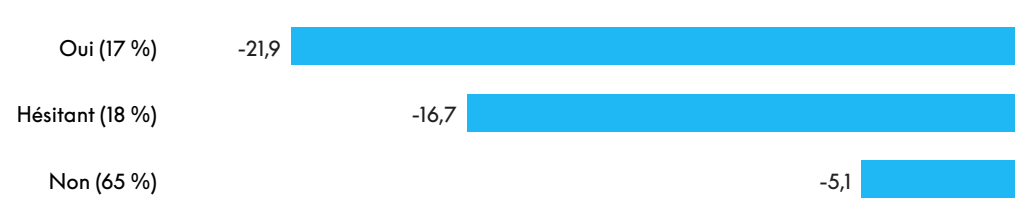
- Près des deux tiers des participants (65 %) n'envisagent pas de quitter leur emploi, et ceux-ci obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-5,1).
- Plus du tiers des participants (35 %) envisagent de quitter leur emploi, ou hésitent à le faire. Le score de santé mentale de ces participants est inférieur de plus de 10 points par rapport à celui des participants qui ne songent pas à quitter leur emploi.
- Les participants en emploi dont le salaire a été réduit sont 50 % plus enclins à envisager de quitter leur emploi que les participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé.
- Les participants de moins de 40 ans sont 70 % plus susceptibles de songer à quitter leur emploi que les participants de plus de 50 ans.

À mesure que les participants avancent en âge, il en va de même pour la proportion de participants qui rapportent ne pas se sentir appréciés à leur juste valeur au travail. Douze pour cent des participants âgés de 40 à 69 ans songent à quitter leur emploi parce qu'ils ne se sentent pas appréciés à leur juste valeur, comparativement à quatre pour cent des participants âgés de 20 à 39 ans.

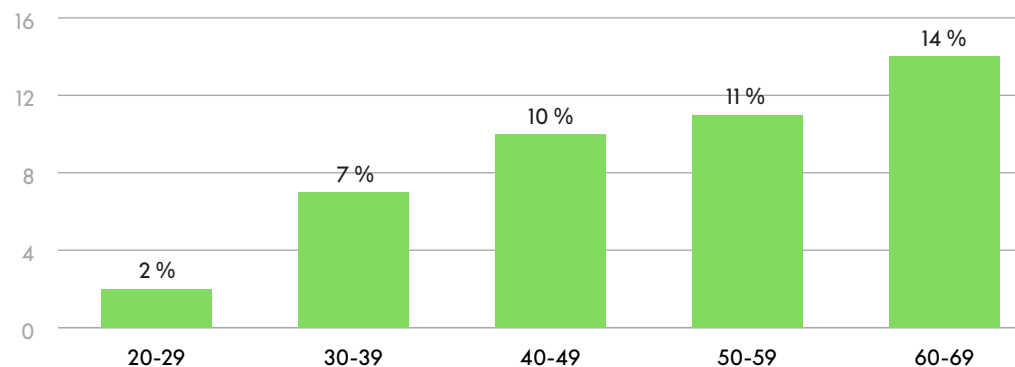
Participants qui songent à quitter leur emploi



Score à l'ISM des participants qui songent à quitter leur emploi



Sentiment de ne pas être apprécié à sa juste valeur comme motif de démission (par groupe d'âge)



Roulement de personnel durant la pandémie

On a demandé aux participants s'ils avaient quitté un emploi durant la pandémie.

- Quatre-vingt-douze pour cent des participants n'ont pas quitté leur emploi durant la pandémie, et ces derniers obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-9,2).
- Huit pour cent des participants ont quitté un emploi durant la pandémie, et ces derniers obtiennent un score de santé mentale sensiblement plus faible (-20,7).
- Les participants qui ont des enfants sont plus de deux fois plus susceptibles que les participants qui n'en ont pas de déclarer qu'ils ont quitté leur emploi durant la pandémie.
- Les gestionnaires sont plus de deux fois plus susceptibles que les non-gestionnaires de rapporter avoir quitté leur emploi durant la pandémie.

Pourcentage de participants qui ont quitté ou non leur emploi durant la pandémie



Score à l'ISM des participants ont quitté ou non leur emploi durant la pandémie

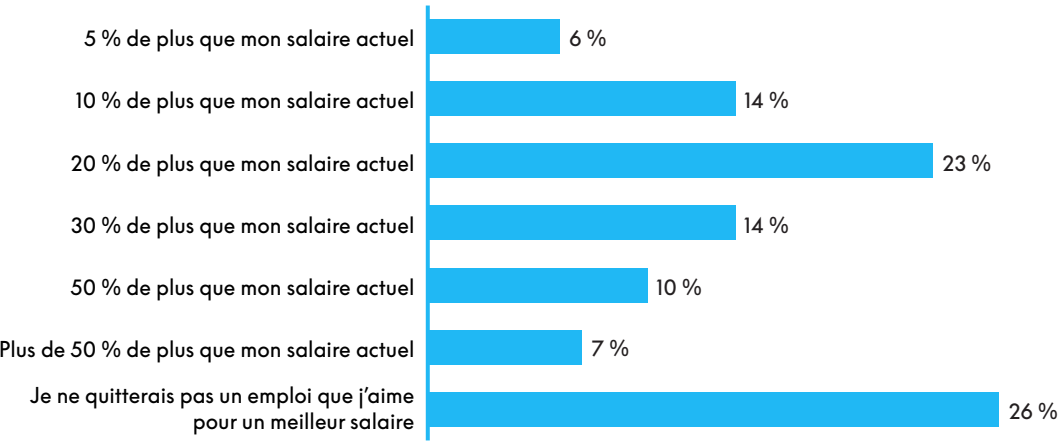


Satisfaction au travail et augmentation de salaire

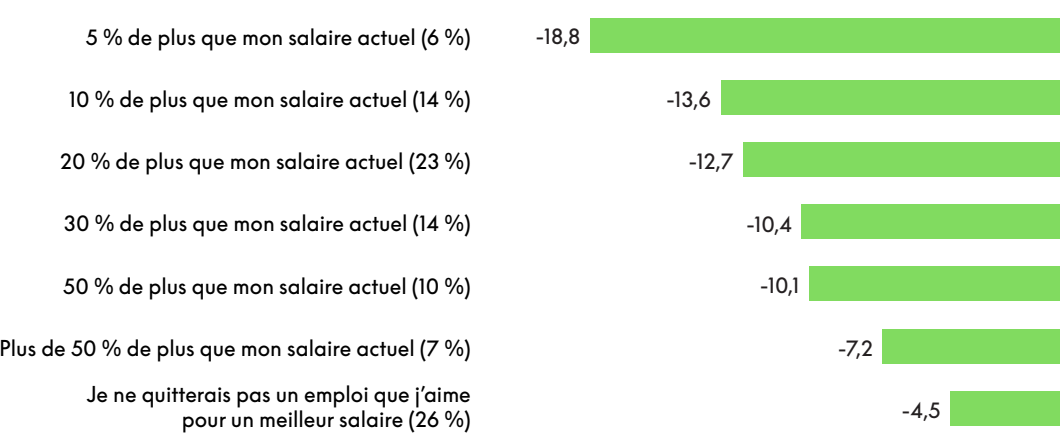
On a demandé aux participants s'ils quitteraient un emploi où ils sont heureux pour obtenir une augmentation de salaire.

- Plus d'un participant sur quatre (26 %) ne quitterait pas un emploi où il est heureux pour une augmentation de salaire, et ces derniers obtiennent le meilleur score de santé mentale (-4,5), soit près de 6 points de plus que le score global (-10,3).
- Près des trois quarts (74 %) quitteraient un emploi où ils sont heureux pour obtenir une augmentation de salaire.
- Un participant sur cinq (20 %) quitterait un emploi où il est heureux pour une augmentation de 10 % ou moins. Ce groupe obtient le pire score de santé mentale.
- Six pour cent des participants quitteraient un emploi où ils sont heureux pour obtenir une augmentation de salaire de 5 %.
- Les participants qui ont des enfants et les gestionnaires sont plus enclins que les participants qui n'ont pas d'enfants à quitter un emploi qu'ils aiment pour un meilleur salaire.
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence sont plus susceptibles que ceux qui en ont un de quitter un emploi qu'ils aiment pour un meilleur salaire.

Quelle augmentation de salaire vous inciterait à quitter un emploi où vous êtes heureux?



Score à l'ISM selon l'augmentation de salaire qui vous inciterait à quitter un emploi où vous êtes heureux



Stress au travail

On a demandé aux participants en quoi le stress au travail a changé en 2021 par rapport à 2020.

- Plus de la moitié des participants (58 %) affirment que le stress au travail n’a pas varié en 2021 par rapport à 2020, et ceux-ci obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-3,9).
- Le tiers des participants (33 %) affirment que le stress a augmenté en 2021 par rapport à 2020, et ceux-ci obtiennent le score de santé mentale le moins élevé (-21,4).
- Les participants en emploi dont le salaire a été réduit sont près de 80 % plus enclins à rapporter une hausse du stress au travail que les participants en emploi dont les heures ou le salaire n’ont pas changé.
- Les participants de moins de 30 ans sont près de trois fois plus susceptibles que ceux de 50 ans et plus à signaler une atténuation du stress au travail en 2021.
- Les gestionnaires sont près de 40 % plus enclins à rapporter une hausse du stress au travail que les non-gestionnaires.

Variation du stress au travail depuis 2020



Score à l’ISM selon la variation du stress au travail depuis 2020



Préférences concernant le travail

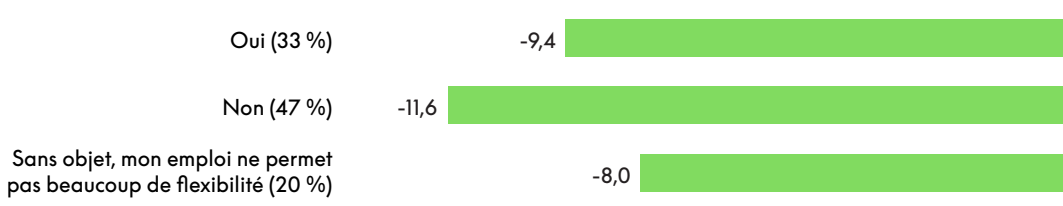
On a demandé aux participants si leur employeur s’était renseigné sur leurs préférences concernant leur travail.

- Près de la moitié des participants (47 %) indiquent que leur employeur ne leur a pas demandé quelles étaient leurs préférences concernant leur travail, et les membres de ce groupe obtiennent le score de santé mentale le moins élevé (11,6).
- Le tiers des participants (33 %) indiquent que leur employeur s’est renseigné sur leurs préférences concernant leur travail.
- Les gestionnaires sont près de 40 % plus susceptibles que les non-gestionnaires de signaler que leur employeur s’est renseigné sur leurs préférences concernant leur travail.

Votre employeur s’est-il renseigné sur vos préférences concernant votre travail?



Score à l’ISM selon que votre employeur s’est renseigné sur vos préférences concernant votre trc

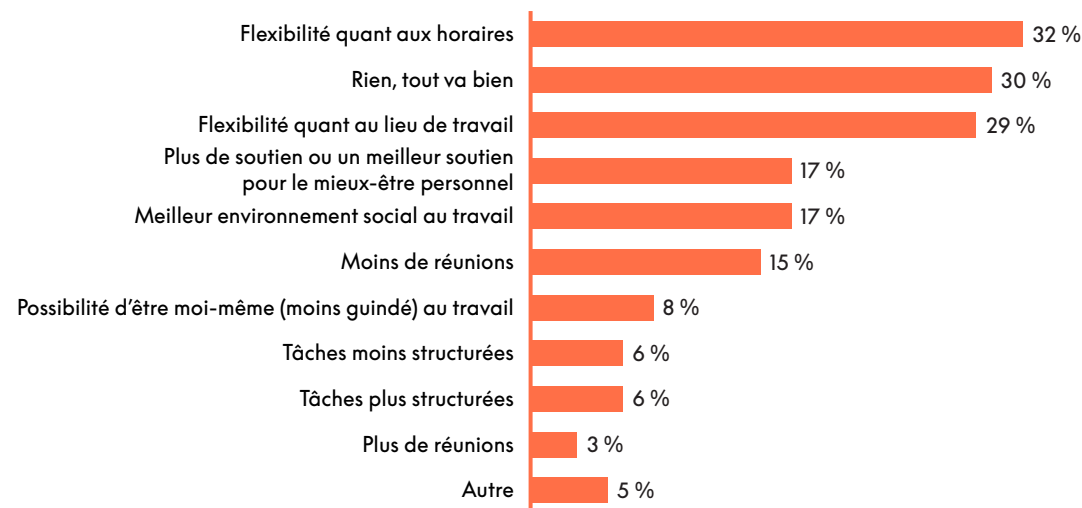


Changements au travail

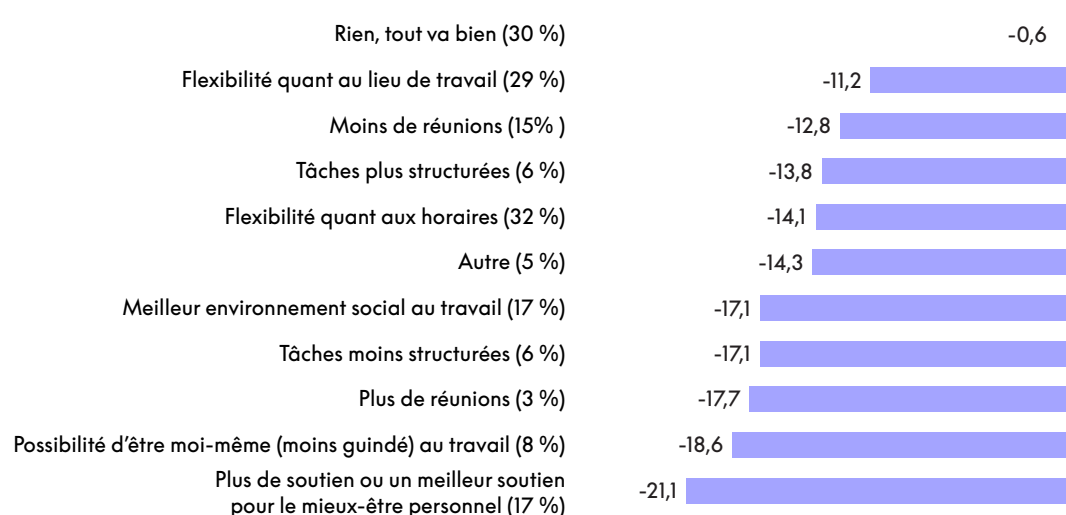
On a demandé aux participants ce qu'ils aimeraient qu'il se produise au travail au cours des prochains mois.

- Près d'un tiers des participants (32 %) rapportent vouloir davantage de flexibilité dans leur horaire de travail et 29 % désirent plus de flexibilité quant à leur lieu de travail.
- Près du tiers des participants (30 %) se disent satisfaits de ce qu'ils vivent au travail, et ceux-ci obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-0,6).
- Près d'un participant sur cinq (17 %) dit vouloir plus de soutien ou un meilleur soutien en ce qui a trait à son mieux-être personnel, et les membres de ce groupe obtiennent le score de santé mentale le moins élevé (-21,1).
- Les participants qui ont des enfants sont 40 % plus enclins que ceux qui n'en ont pas à rapporter qu'ils souhaitent plus de flexibilité quant au lieu de travail, et 30 % sont plus enclins à vouloir plus de flexibilité quant à leur horaire de travail.
- Les gestionnaires sont près de 75 % plus enclins que les non-gestionnaires à vouloir moins de réunions.

Qu'est-ce que vous aimeriez qu'il se produise au travail dans les prochains mois?



Score à l'ISM selon ce que vous aimeriez qu'il se produise au travail dans les prochains mois



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

La santé mentale et le bien-être de la population sont essentiels à la santé globale et à la productivité. L'Indice de santé mentale^{MC} fournit une mesure de l'état de santé mentale actuel des adultes en emploi dans chaque région, comparativement aux données de référence recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les hausses et les baisses de l'ISM 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 :

- 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.
- Un score de Variation du stress mental (VarStressM), qui mesure le niveau déclaré de stress mental par rapport au mois précédent.
- Une section « Pleins feux sur » qui rend compte de l'incidence spécifique des enjeux courants dans la communauté.

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, du secteur

d'activité et de la répartition géographique au Canada. Les mêmes participants répondent chaque mois au sondage pour éviter tout biais d'échantillonnage. On leur a demandé de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes. L'Indice de santé mentale^{MC} est publié depuis le mois d'avril 2020. Les données de référence ont été recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les données ayant servi à préparer le présent rapport ont été recueillies entre le 2 et le 10 septembre 2021.

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 avec le score de référence et avec ceux du mois précédent. Le score de référence tient compte des données recueillies en 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. Le score indique la variation par rapport 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.

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@lifeworks.com

À propos de Solutions Mieux-être LifeWorks

Solutions Mieux-être LifeWorks est un chef de file mondial en solutions virtuelles et présentielles qui favorisent le mieux-être global des gens. Nous offrons un continuum de soins personnalisé pour aider nos clients à veiller au mieux-être de leurs employés et, ainsi, à contribuer au succès de leur entreprise.

Pour de plus amples renseignements, visitez :

 [LifeWorks.com](https://lifeworks.com)

 twitter.com/LifeWorks

 linkedin.com/company/lifeworks