

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

Canada | Août 2021

Solutions Mieux-être
 LifeWorks



Table des matières

1 Faits saillants du mois d'août 2021 3

Un Canadien sur trois n'a pas de sentiment d'appartenance ou d'acceptation au travail, ou en est incertain. Il s'agit d'une augmentation, alors que cette proportion était d'un sur quatre avant la pandémie. 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} 13 **(par province)**

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

5 Score de Variation du stress mental 16

6 Variation du stress mental 17 **(en pourcentage)**

Données démographiques 18
Géographie 18
Emploi 18

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

8 Pleins feux sur 21

Productivité 21
Effort discrétionnaire 21
Présentéisme 22
Perte de productivité 25
Engagement 27
Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail 29

9 Aperçu de l'Indice de santé mentale 35 **par LifeWorks^{MC}**

Méthodologie 35
Calculs 35
Données et analyses supplémentaires 35

Faits saillants du mois d'août 2021

Conclusion principale : Un Canadien sur trois n'a pas de sentiment d'appartenance ou d'acceptation au travail, ou en est incertain. Il s'agit d'une augmentation, alors que cette proportion était d'un sur quatre avant la pandémie.

Au moins un jour par semaine, plus de la moitié des Canadiens travaillent même s'ils ne se sentent pas bien.

- Les participants qui travaillent même s'ils ne se sentent pas bien obtiennent des scores relatifs à l'isolement largement inférieurs à la moyenne nationale.
- 64 % des participants qui ont des enfants travaillent même s'ils ne se sentent pas bien au moins un jour par semaine, comparativement à 36 % des participants qui n'ont pas d'enfant.
- Les 46 % de participants qui ne travaillent jamais lorsqu'ils ne se sentent pas bien ont un score de santé mentale supérieur de près de 4 points au score de référence antérieur à 2020.

En moyenne, les Canadiens déclarent consacrer 85 % de leur énergie à leur travail au cours d'une journée normale, comparativement au résultat de référence antérieur à 2020, qui s'établissait à 89 %.

- Les participants qui déclarent consacrer plus d'énergie à leur travail ont une meilleure santé mentale que ceux qui font moins d'effort.

La santé mentale des Canadiens a atteint un sommet en août 2021, mais demeure inférieure au score de référence antérieur à 2020.

- L'Indice de santé mentale d'août 2021 se situe à près de 10 points sous le score de référence antérieur à 2020.
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale moins élevé (-24,6) que l'ensemble du groupe (-9,7) et que les participants qui en ont un (-4,4).
- Après s'être amélioré considérablement de juin à juillet 2021, le score de santé mentale des Albertains a reculé de 1,9 point en août, se situant à près de 13 points sous le score de référence antérieur à 2020.
- Pour le quinzième mois consécutif, les étudiants à temps plein obtiennent le plus faible score de santé mentale (-20,5) et ce mois-ci, ce sont eux qui connaissent la plus forte augmentation du stress mental (63,6).

- Parmi le groupe de participants qui travaillent même s'ils ne se sentent pas bien, l'énergie consacrée en moyenne au travail est de 74 %, soit 11 % de moins que les 85 % des personnes qui se sentent bien.

Les participants qui déclarent que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler ont une meilleure santé mentale.

- 65 % des Canadiens qui considèrent que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler obtiennent les meilleurs scores de santé mentale.
- 15 % des Canadiens qui ne considèrent pas que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler obtiennent les scores de santé mentale les moins élevés, plus du double que la moyenne nationale.
- Les participants qui recommandent leur organisation comme un endroit où il fait bon travailler ont un niveau de productivité de 86 %, comparativement à 80 % chez ceux qui sont incertains, et 75 % chez ceux qui ne recommanderaient pas leur organisation comme un endroit où il fait bon travailler.
- Les gestionnaires sont plus susceptibles que les non-gestionnaires de considérer que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler.

Un Canadien sur trois n'a pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail, ou en est incertain. Il s'agit d'une augmentation, alors que cette proportion était d'un sur quatre avant la pandémie.

- Les scores de santé mentale des participants qui n'ont pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail sont considérablement inférieurs à la moyenne nationale, et bien inférieurs à ceux des participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail.



est un endroit
où il fait bon travailler



même s'ils ne se sentent
pas bien au moins
un jour par semaine



même s'ils ne se sentent
pas bien au moins
un jour par semaine



d'appartenance
et d'acceptation au travail,
ou en sont incertains

- Quel que soit le groupe d'âge, le pourcentage de Canadiens qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail a diminué depuis le début de la pandémie, comparativement à actuellement.
- Les scores de santé mentale des participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail sont parmi les plus élevés, de même que leurs scores relatifs à l'isolement, et sont considérablement supérieurs à la moyenne nationale. De plus, les membres de ce groupe sont plus productifs (87 %) que les participants n'ayant pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail (74 %).

Les Canadiens qui travaillent de la maison ont des scores relatifs à l'isolement inférieurs à ceux des participants qui travaillent à leur lieu de travail, ou partagent leur temps entre la maison et leur lieu de travail.

- Parmi les participants qui travaillent de la maison à temps plein ou qui partagent leur temps entre la maison et leur lieu de travail, le sentiment d'appartenance et d'acceptation est passé de 73 % avant la pandémie à 61 % actuellement.

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

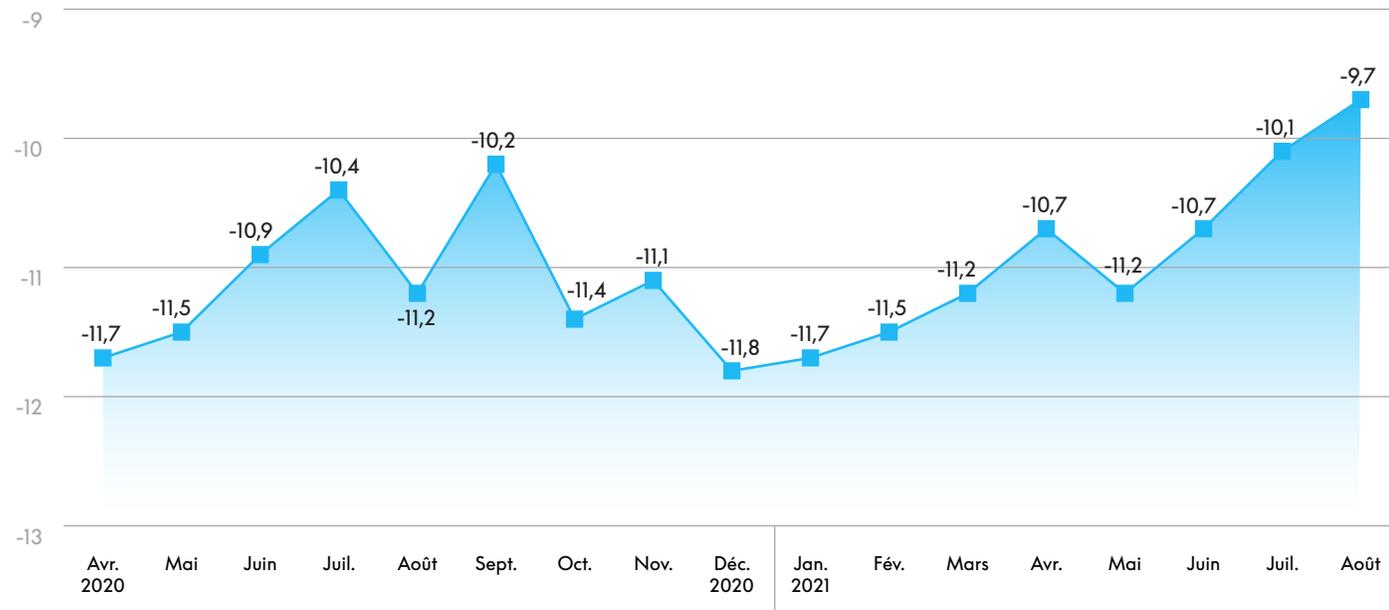
- Depuis janvier 2021, les scores de santé mentale des gestionnaires sont plus faibles que ceux des non-gestionnaires et sont inférieurs à la moyenne canadienne globale.
- En août 2021, le score de santé mentale des gestionnaires s'établit à -10,8, comparativement à -8,9 pour les non-gestionnaires.
- L'augmentation du stress mental est également plus marquée chez les gestionnaires (56,4) que chez les non-gestionnaires (51,7).

Il existe une forte corrélation entre les scores de santé mentale et la productivité.

- Les scores de santé mentale les moins élevés correspondent à une perte de productivité moins élevée, et les scores de santé mentale les plus élevés correspondent à une productivité plus élevée, une différence de 41 jours par année.
- Les plus grandes pertes de productivité sont observées chez les participants (10 %) dont le score de santé mentale est inférieur à -40. Ce groupe totalise également le plus grand nombre de jours de maladie par année (133).

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. **L'Indice de santé mentale^{MC} global pour août 2021 s'établit à -9,7 points.** Une diminution de près de 10 points par rapport au score de référence antérieur à la COVID-19 reflète une population dont la santé mentale est semblable au 4 % le plus en détresse de la population de référence.



ISM mois courant
Août 2021

-9,7

Juillet 2021

-10,1

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 (-11,5), suivie de la mesure de l'isolement (-11,1), de la productivité (-10,3), de l'anxiété (-10,3), de l'optimisme (-9,9) et de la santé psychologique en général (-2,8). Le score secondaire le plus élevé, et le seul supérieur au score de référence, demeure le score relatif au risque financier (4,7).

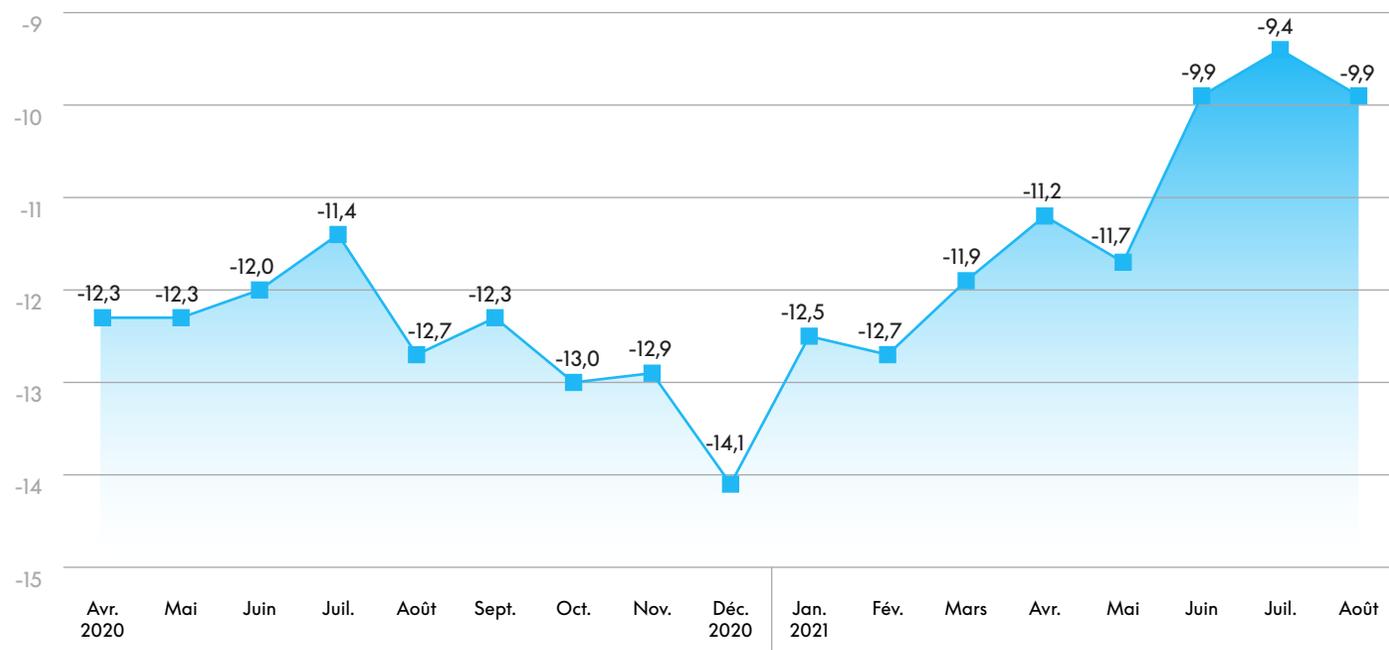
- Les scores secondaires relatifs à l'optimisme et à la santé psychologique générale sont en baisse par rapport à ceux de juillet 2021.
- Le score secondaire relatif au risque financier s'est considérablement amélioré, gagnant 1,1 point par rapport au mois précédent; il reste plus élevé que tous les autres et demeure supérieur au score de référence antérieur à 2020.

Scores secondaires de l'ISM ² 2021	Août	Juillet
Dépression	-11,5	-12,0
Isolement	-11,1	-11,7
Productivité	-10,3	-11,1
Anxiété	-10,3	-11,1
Optimisme	-9,9	-9,4
Santé psychologique	-2,8	-2,6
Risque financier	4,7	3,6

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

Optimisme

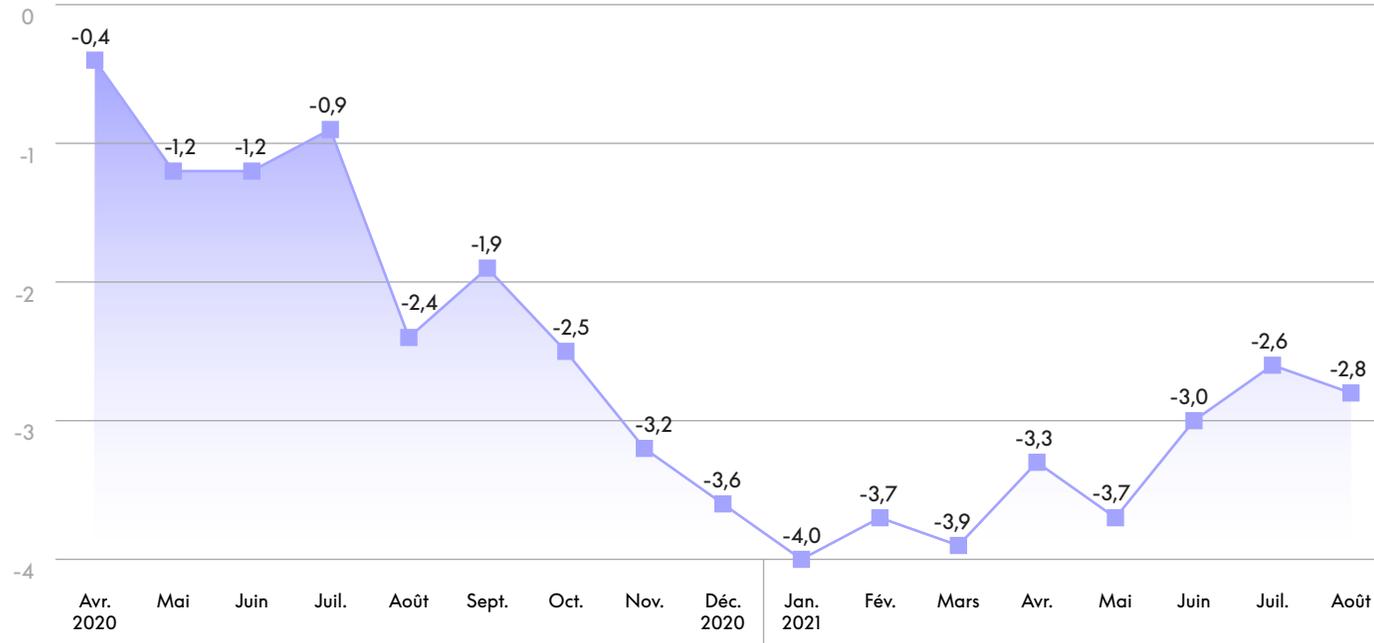
Depuis avril 2020, les scores secondaires relatifs à l'optimisme sont demeurés bien en deçà du score de référence. Malgré quelques mois de légère amélioration, y compris un sommet en juillet 2020, on a constaté un recul général jusqu'à un bas niveau en décembre 2020 (-14,1). Depuis décembre, le score secondaire relatif à l'optimisme est en hausse, ayant atteint son point le plus élevé à -9,4 en juillet 2021. En août 2021, le score secondaire relatif à l'optimisme a perdu 0,5 point, se situant à presque 10 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.

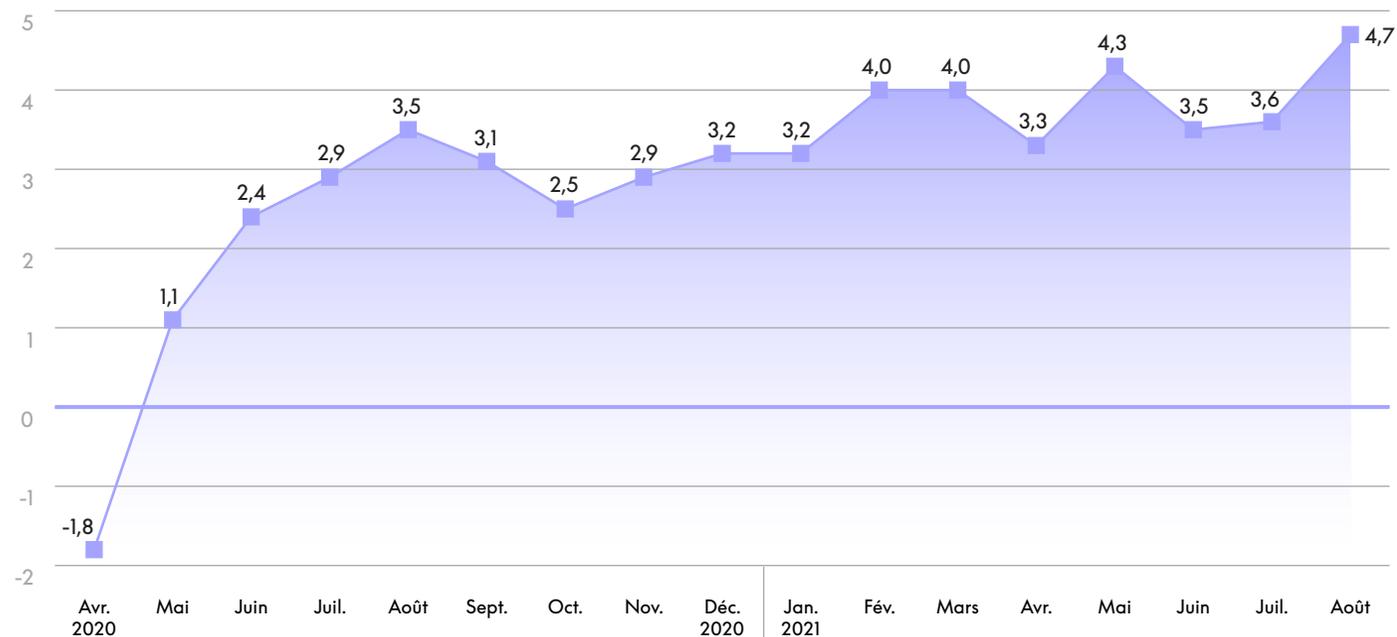
Entre le lancement de l'ISM en avril 2020 et janvier 2021, la santé psychologique générale des Canadiens a décliné pour se situer quatre points sous le score de référence antérieur à 2020. Depuis janvier 2021, les scores secondaires ont légèrement fluctué. En août 2021, le score secondaire relatif à la santé psychologique a légèrement chuté par rapport à celui de juillet, pour atteindre 2,8 points.



Risque financier

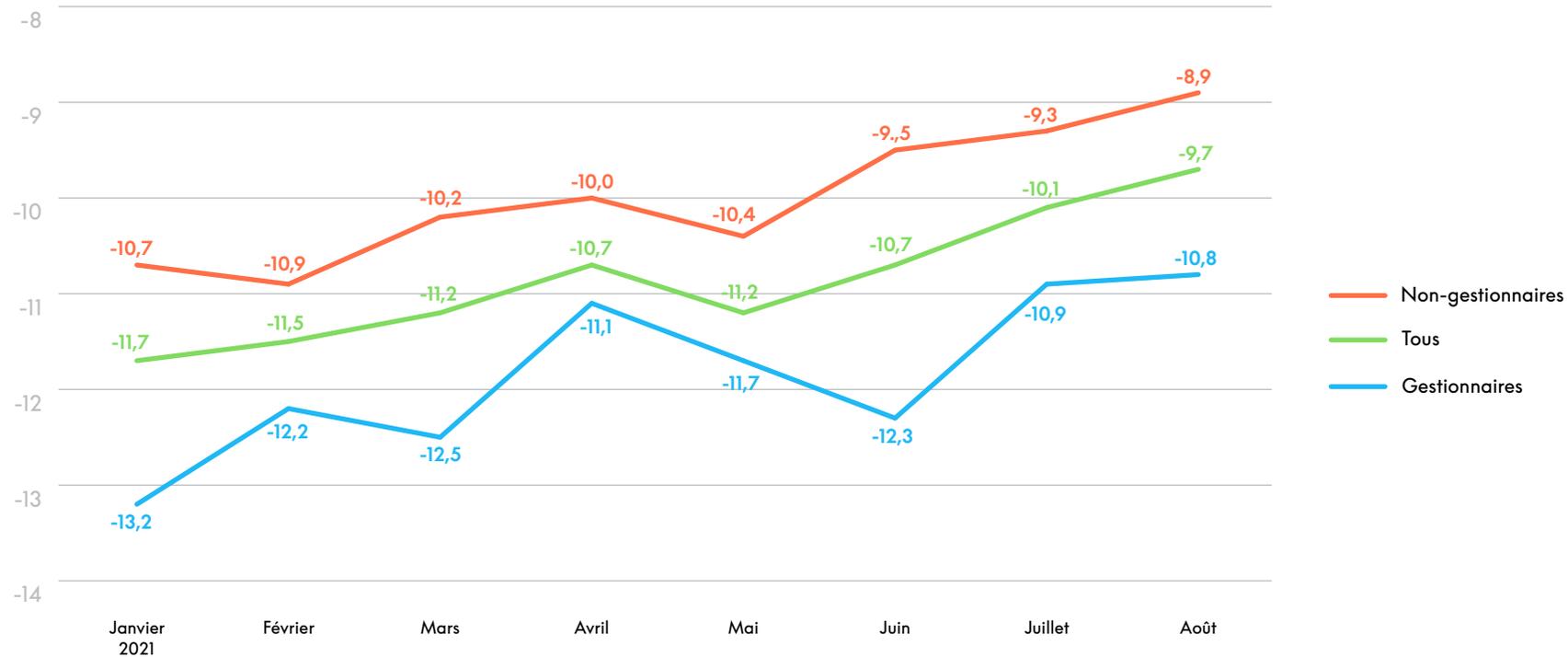
Le score secondaire relatif au risque financier mesure le niveau du fonds d'urgence des participants.

Le score secondaire relatif au risque financier s'est généralement amélioré depuis le lancement de l'ISM, en avril 2020. En août 2021, le score secondaire relatif au risque financier des Canadiens a atteint un sommet (4,7) depuis le lancement de l'Indice en avril 2020. Près de 5 points au-dessus du score de référence antérieur à 2020, le score secondaire relatif au risque financier s'est considérablement amélioré; il 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 août 2021, le score de santé mentale des gestionnaires s'établit à -10,8, comparativement à -8,9 pour les non-gestionnaires.



Données démographiques

- Depuis le lancement de l'ISM, les scores de santé mentale des femmes sont beaucoup plus bas que ceux des hommes. En août 2021, le score de santé mentale des femmes se situe à -11,4 comparativement à -8,0 pour les hommes.
- Depuis les 17 derniers mois, les scores de santé mentale s'améliorent à mesure que l'âge des cohortes augmente.
- Depuis le lancement de l'Indice 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 (-11,9) que ceux qui n'en ont pas (-8,8).

Emploi

- Dans l'ensemble, 5 % des participants sont sans emploi³ et 13 % 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 (-21,2), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (-19,6) et des participants présentement sans emploi (-10,3).
- Le score de santé mentale des gestionnaires (-10,8) est inférieur à celui des non-gestionnaires (-8,9).
- Les participants qui se décrivent comme travailleurs autonomes ou propriétaires uniques ont le score de santé mentale le plus élevé (-6,7).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 51 et 100 employés ont le score de santé mentale le plus faible (-13,6).

Fonds d'urgence

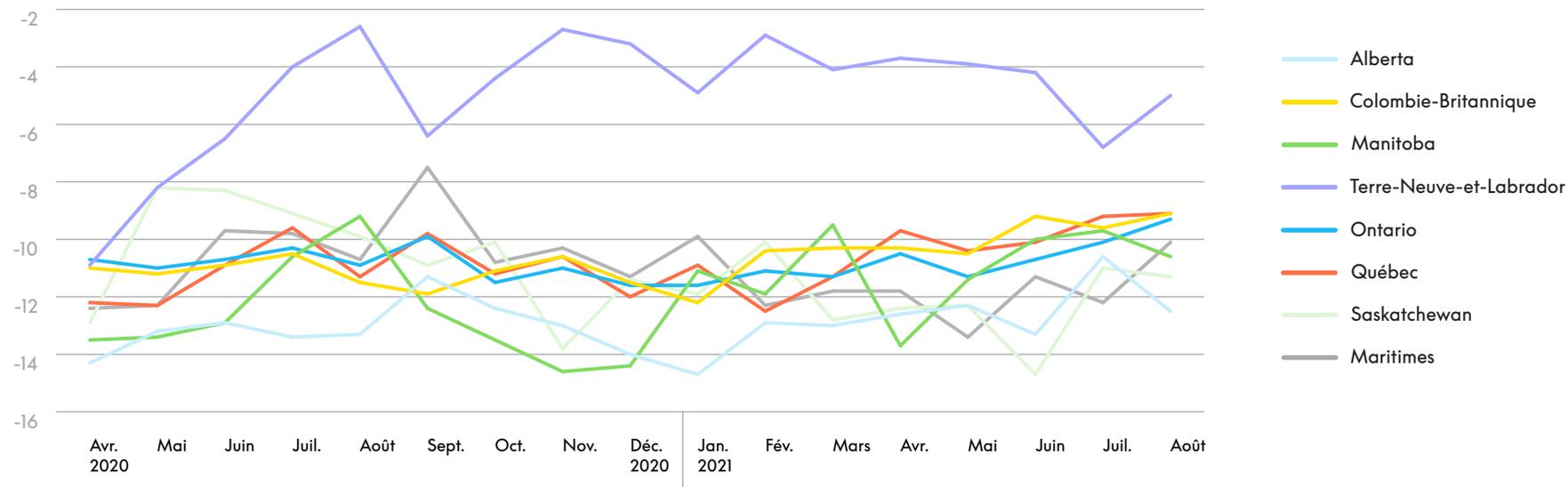
- Les participants qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (-24,6) que l'ensemble du groupe. Ceux qui en ont un obtiennent un score de santé mentale de -4,4.

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. À l'exception de Terre-Neuve-et-Labrador, les courbes de fluctuation des provinces se ressemblent. En ce qui concerne les scores, en août 2021, on constate une différence marquée entre le score de l'Alberta, soit -12,5, et celui de Terre-Neuve-et-Labrador, soit -5,0.

- Terre-Neuve-et-Labrador obtient le score le plus élevé parmi toutes les provinces, soit -5,0, malgré une augmentation de 1,8 point par rapport au mois précédent.
- C'est dans les Maritimes que le score de santé mentale s'est le plus amélioré (-10,1), s'appréciant de 2,1 points depuis le mois précédent.
- Après s'être amélioré considérablement (2,7 points) de juin à juillet 2021, le score de santé mentale des Albertains a reculé de 1,9 point en août, s'établissant à -12,5 points, ce qui est en deçà du score de référence antérieur à 2020.



Situation d'emploi	Août 2021	Juil. 2021
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	-8,2	-8,6
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	-19,6	-18,6
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	-21,2	-17,9
Présentement sans emploi	-10,3	-14,5
Groupe d'âge	Août 2021	Juil. 2021
20 à 29 ans	-21,6	-20,4
30 à 39 ans	-14,7	-15,5
40 à 49 ans	-12,1	-11,2
50 à 59 ans	-6,2	-7,0
60 à 69 ans	-2,4	-3,1
Nombre d'enfants	Août 2021	Juil. 2021
Aucun	-8,8	-9,2
1 enfant	-13,2	-12,9
2 enfants	-10,8	-10,5
3 enfants ou plus	-6,7	-12,4

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

Taille de l'effectif	Août 2021	Juil. 2021
Travailleur autonome/propriétaire unique	-6,7	-6,5
2 à 50 employés	-9,7	-9,4
51 à 100 employés	-13,6	-12,8
101 à 500 employés	-11,3	-12,4
501 à 1000 employés	-10,9	-13,2
1001 à 5000 employés	-9,8	-9,2
5001 à 10 000 employés	-8,4	-8,4
Plus de 10 000 employés	-6,8	-8,5
Gestionnaire	Août 2021	Juil. 2021
Gestionnaire	-10,8	-10,9
Non-gestionnaire	-8,9	-9,3

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)

Pour le quinzième mois consécutif, les étudiants à temps plein obtiennent le score de santé mentale le plus faible (-20,5).

Ce score demeure considérablement inférieur aux scores les plus faibles suivants : celui des participants du secteur des services publics (-13,7) et du secteur des arts, des spectacles et des loisirs (-13,4).

Ce mois-ci, les participants qui travaillent dans les secteurs des autres services (sauf les administrations publiques) (-5,3), de l'automobile (-6,8) et du transport et de l'entreposage (-6,9) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés.

La plus grande amélioration de la santé mentale depuis le mois dernier a été constatée chez les personnes travaillant dans les secteurs de l'information et de la culture, et de la construction.

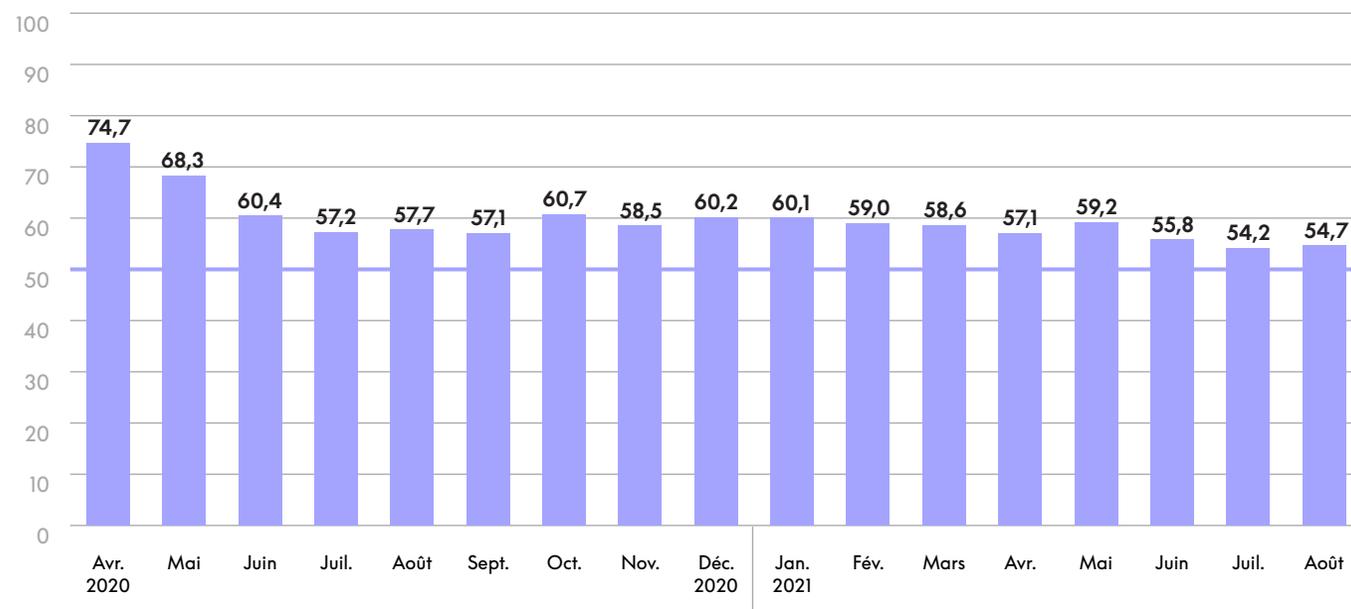
Les variations par rapport au mois dernier sont indiquées dans le tableau.

Secteur d'activité	Août 2021	Juillet 2021	Variation
Information et culture	-10,6	-15,1	4,6
Construction	-8,3	-10,8	2,5
Automobile	-6,8	-9,4	2,5
Services publics	-13,7	-16,1	2,4
Exploitation minière, pétrolière et gazière	-8,8	-10,5	1,7
Transport et entreposage	-6,9	-8,6	1,6
Commerce de détail	-11,6	-13,1	1,6
Autres services (sauf les administrations publiques)	-5,3	-6,2	1,0
Soins de santé et assistance sociale	-10,1	-10,5	0,4
Étudiant à temps plein	-20,5	-20,8	0,3
Autre	-9,9	-10,1	0,2
Finance et assurances	-10,8	-10,9	0,2
Arts, spectacles et loisirs	-13,4	-13,5	0,1
Services professionnels, scientifiques et techniques	-7,4	-7,5	0,0
Services d'enseignement	-9,2	-9,2	0,0
Administrations publiques	-8,6	-8,3	-0,3
Fabrication	-9,3	-8,6	-0,8
Services d'hébergement et de restauration	-13,1	-11,1	-2,0
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	-11,9	-9,7	-2,2
Commerce de gros	-13,4	-10,7	-2,7
Services immobiliers, de location et de location à bail	-10,6	-8,0	-2,7
Gestion de sociétés et d'entreprises	-9,6	-5,3	-4,2

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 août 2021 s'établit à 54,7. Il signale une nette augmentation du stress mental par rapport au mois précédent.

Le score actuel indique que 17 % de la population ressent un plus grand stress mental qu'au mois précédent, alors que 7 % en ressent moins. L'augmentation continue du stress mental depuis avril 2020 dénote une accumulation de pression importante dans la population canadienne.



VarStressM
Mois courant
Août 2021

54,7

VarStressM
Juillet 2021

54,2

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

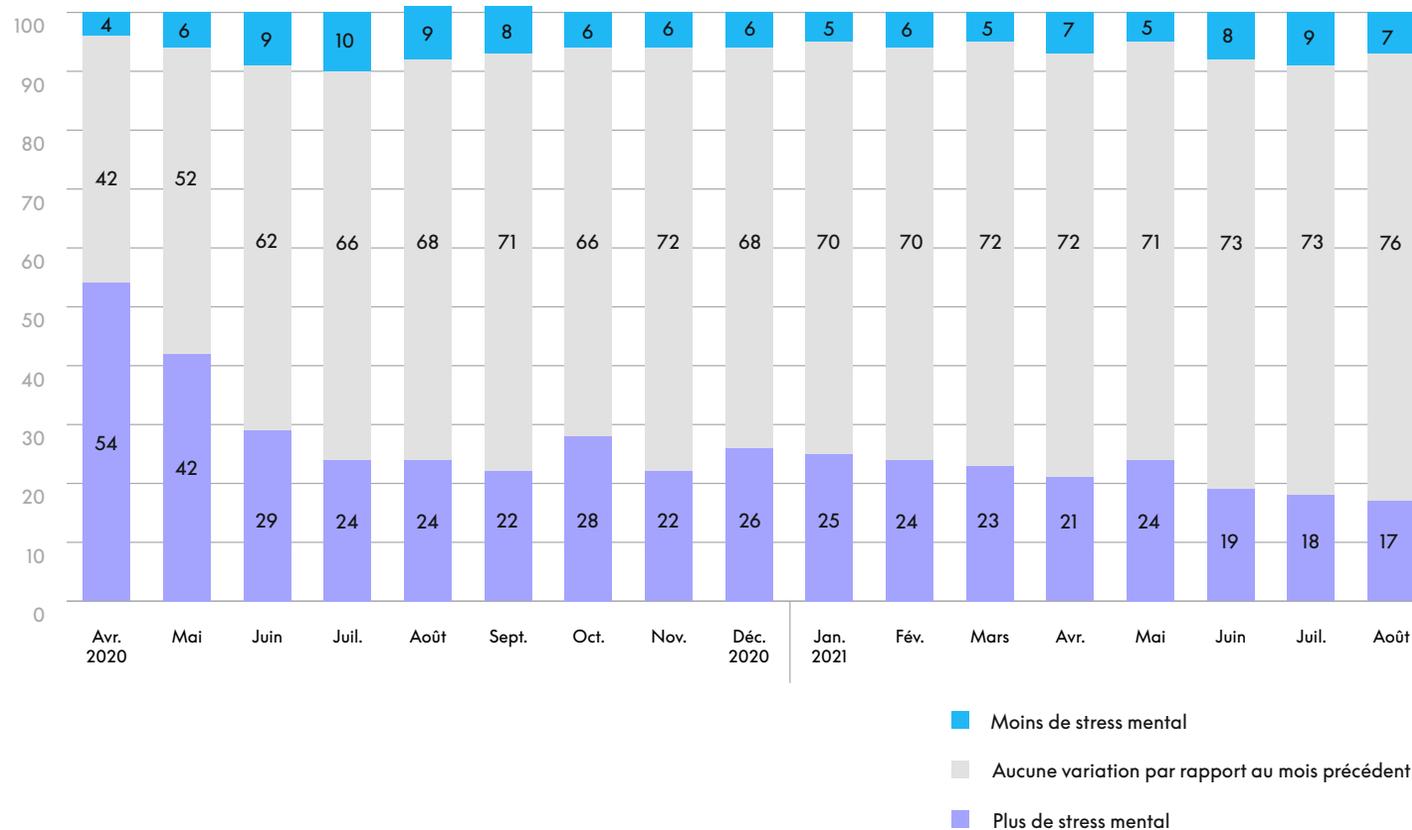
Variation du stress mental (en pourcentage)

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. Bien que ce chiffre ait baissé chaque mois pour atteindre 17 % en août 2021, 76 % des participants disent actuellement ressentir le même niveau de stress mental et 7 % 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 août 2021, le score de Variation du stress mental est de 56,2 chez les femmes et de 53,3 chez les hommes.

Géographie

- La hausse la plus marquée du stress d'un mois à l'autre touche les participants habitant en Alberta (58,5), suivis de ceux de la Colombie-Britannique (55,1), de l'Ontario (54,6) et du Québec (53,8).
- Les participants qui habitent dans les provinces où l'augmentation du stress mental est moindre en ont quand même ressenti beaucoup plus, y compris en Saskatchewan (53,2), au Manitoba (53,0), à Terre-Neuve-et-Labrador (52,0) et dans les Maritimes (51,7).

Emploi

- La plus forte augmentation du stress mental est observée chez les participants en emploi dont le salaire a été réduit (67,3), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (58,9), puis des participants sans emploi (55,8) et des participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé (53,7).
- L'augmentation du stress mental est plus marquée chez les gestionnaires (56,4) que chez les non-gestionnaires (53,6).

Situation d'emploi	Août 2021	Juil. 2021
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	53,7	53,1
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	58,9	61,9
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	67,3	64,9
Présentement sans emploi	55,8	51,3
Groupe d'âge	Août 2021	Juil. 2021
20 à 29 ans	63,8	60,3
30 à 39 ans	56,7	57,0
40 à 49 ans	55,5	54,9
50 à 59 ans	52,9	53,0
60 à 69 ans	50,8	49,8
Nombre d'enfants	Août 2021	Juil. 2021
Aucun	53,9	52,8
1 enfant	57,7	57,5
2 enfants	56,1	57,2
3 enfants ou plus	50,8	55,6

Province	Août 2021	Juil. 2021
Alberta	58,5	53,2
Colombie-Britannique	55,1	53,5
Manitoba	53,0	51,6
Terre-Neuve-et-Labrador	52,0	55,2
Maritimes	51,7	55,4
Québec	53,8	53,8
Ontario	54,6	54,9
Saskatchewan	53,2	51,1
Sexe	Août 2021	Juil. 2021
Homme	53,3	53,2
Femme	56,2	55,1
Revenu	Août 2021	Juil. 2021
Moins de 30 k\$/année	55,5	54,9
30 k\$ à <60 k\$/année	56,3	55,8
60 k\$ à <100 k\$/année	55,3	54,6
100 k\$ à <150 k\$/année	55,7	54,6
150 k\$ ou plus	50,1	50,6

Taille de l'effectif	Août 2021	Juil. 2021
Travailleur autonome/ propriétaire unique	54,8	56,1
2 à 50 employés	54,2	52,7
51 à 100 employés	56,4	55,4
101 à 500 employés	53,7	55,0
501 à 1000 employés	56,6	58,2
1001 à 5000 employés	54,9	52,7
5001 à 10 000 employés	56,2	54,6
Plus de 10 000 employés	53,1	52,9
Gestionnaire	Août 2021	Juil. 2021
Gestionnaire	56,4	56,2
Non-gestionnaire	53,6	53,2

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 étudiants à temps plein ont connu l'augmentation la plus importante de leur stress mental (63,6), suivis des participants travaillant dans le secteur du commerce de gros (61,7) et de ceux travaillant dans le secteur des services d'hébergement et de restauration (58,4).

Les scores de Variation du stress mental des participants qui travaillent dans le secteur de l'exploitation minière, pétrolière et gazière (51,1), des administrations publiques (52,3) et du commerce de détail (52,7) sont moins élevés qu'au mois précédent.

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

Secteur d'activité	Août 2021	Juillet 2021
Exploitation minière, pétrolière et gazière	51,1	51,1
Administrations publiques	52,3	50,6
Commerce de détail	52,7	56,9
Gestion de sociétés et d'entreprises	52,7	57,6
Autres services (sauf les administrations publiques)	52,9	52,0
Autre	53,2	51,4
Construction	53,2	58,5
Automobile	53,8	48,8
Transport et entreposage	53,8	52,8
Services professionnels, scientifiques et techniques	53,9	54,6
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	54,2	52,9
Information et culture	54,3	62,5
Fabrication	54,4	50,0
Services immobiliers, de location et de location à bail	54,6	52,6
Services d'enseignement	55,2	52,0
Finance et assurances	56,1	55,0
Soins de santé et assistance sociale	56,2	55,1
Services publics	56,3	57,5
Arts, spectacles et loisirs	58,2	62,1
Services d'hébergement et de restauration	58,4	50,7
Commerce de gros	61,7	62,8
Étudiant à temps plein	63,6	58,3

Pleins feux sur

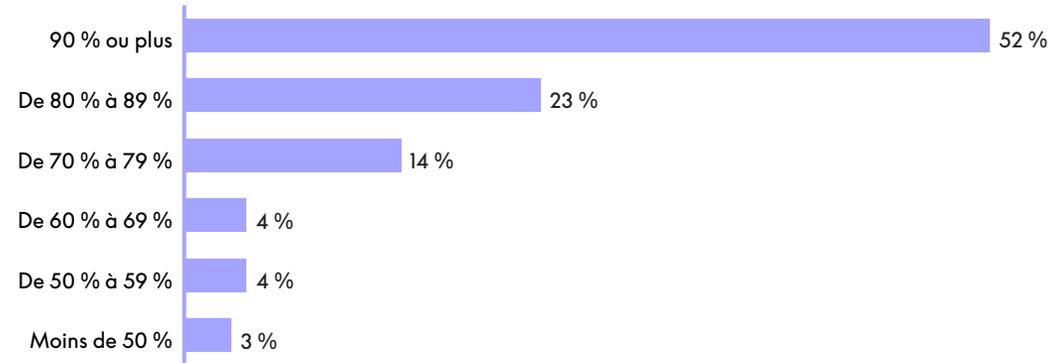
Productivité

Effort discrétionnaire

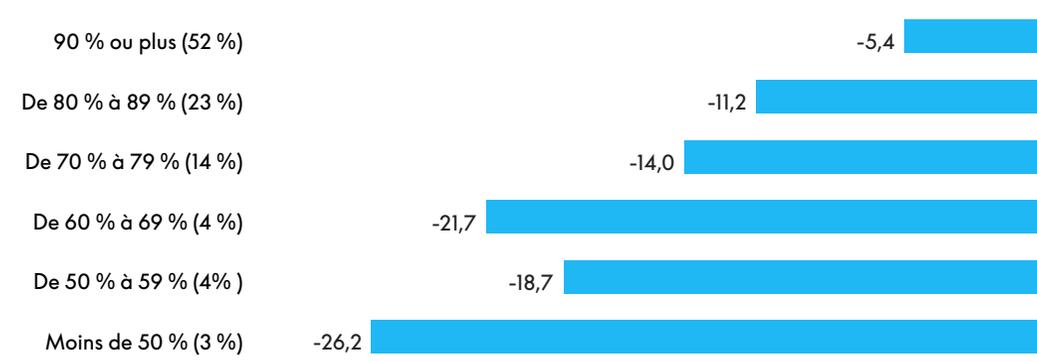
En août 2021, on a demandé aux Canadiens combien d'énergie ils consacrent à leur travail lors d'une journée normale. En août, parmi les participants canadiens, la somme d'énergie moyenne consacrée au travail s'élève à 85 %, comparativement à 89 %, le score de référence antérieur à 2020.

- Plus de la moitié (52 %) des participants canadiens consacrent 90 % ou plus de leur énergie à leur travail, et ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (-5,4).
- 3 % d'entre eux consacrent moins de 50 % de leur énergie à leur travail, et ce groupe obtient le score de santé mentale le moins élevé (-26,2).
- Les répondants de 30 ans et moins sont moins enclins (41 %) à consacrer 90 % ou plus de leur énergie à leur travail, comparativement aux participants de 50 ans et plus (56 %).
- Les participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé sont 40 % plus susceptibles de déclarer qu'ils consacrent 90 % et plus de leur énergie à leur travail que les participants en emploi dont le salaire a été réduit.

Énergie consacrée au travail au cours d'une journée normale



Score à l'ISM selon l'énergie consacrée au travail au cours d'une journée normale



Présentéisme

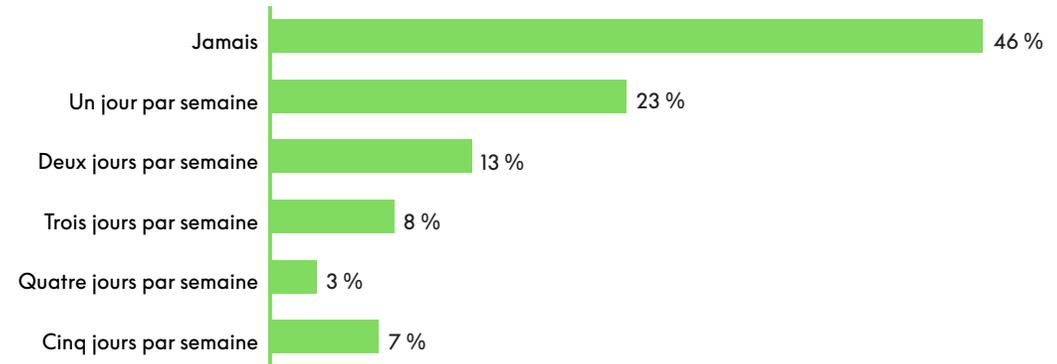
Par présentéisme, on entend la perte de productivité encourue lorsque quelqu'un travaille alors qu'il ne se sent pas bien⁴.

On a demandé aux participants s'ils travaillent souvent lorsqu'ils ne se sentent pas bien, sur le plan physique ou psychologique, au cours d'une semaine normale.

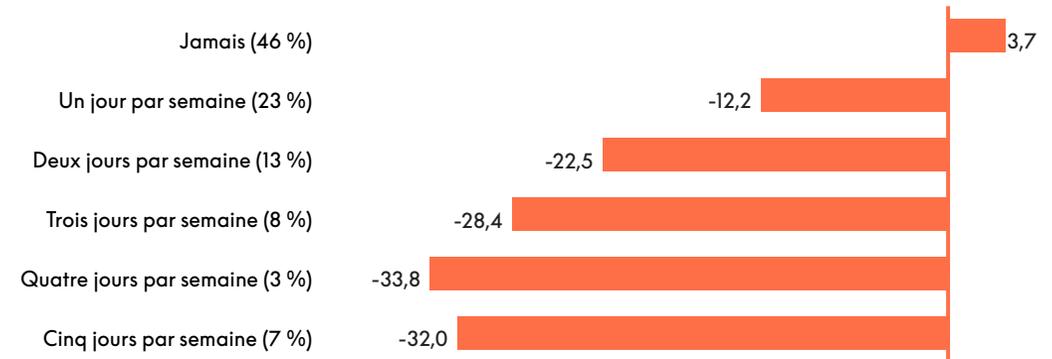
- Plus de la moitié (54 %) d'entre eux travaillent même s'ils ne se sentent pas bien au moins un jour par semaine. Les scores de santé mentale des participants de ce groupe sont considérablement plus faibles que ceux des participants qui disent ne jamais travailler lorsqu'ils ne se sentent pas bien.
- Le meilleur score de santé mentale s'établit à près de 4 points au-dessus du score de référence antérieur à 2020 (3,7), et on l'observe chez 46 % de participants qui ne travaillent jamais lorsqu'ils ne se sentent pas bien.
- Les participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé sont 40 % plus susceptibles de déclarer qu'ils ne travaillent jamais lorsqu'ils ne se sentent pas bien, comparativement aux participants en emploi dont le salaire a été réduit.
- 64 % des participants qui ont des enfants travaillent même s'ils ne se sentent pas bien au moins un jour par semaine, comparativement à 36 % des participants qui n'ont pas d'enfant.

4 Schultz, Chen, and Edington, *The cost and impact of health conditions on presenteeism to employers: a review of the literature*, *Pharmacoeconomics*. 2009; 27(5): p. 365-78. doi : 10.2165/00019053-200927050-00002.

Nombre de jours travaillés même si on ne se sent pas bien



Score à l'ISM selon le nombre de jours travaillés même si on ne se sent pas bien

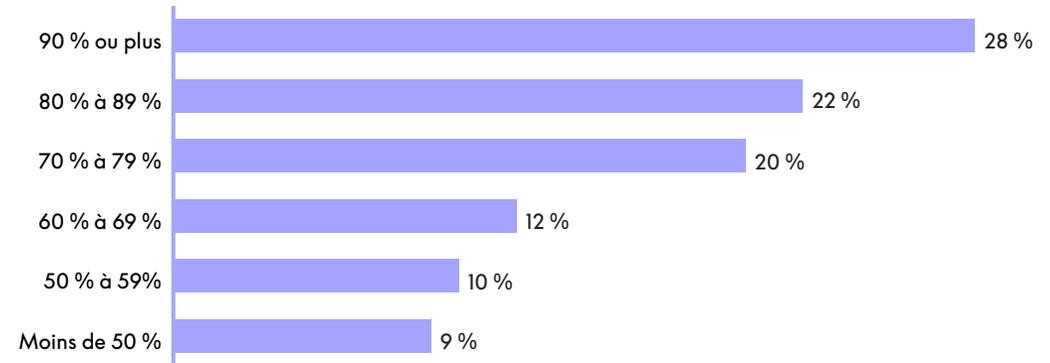


Énergie consacrée au travail même si on ne se sent pas bien

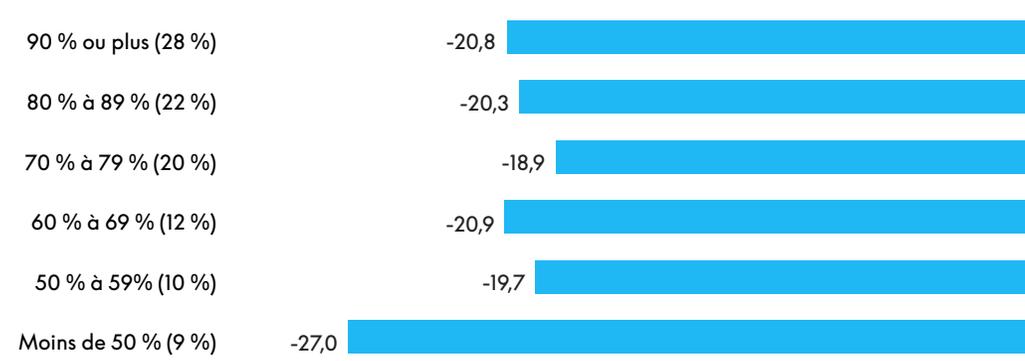
On a demandé aux participants qui travaillent même s'ils ne se sentent pas bien, sur le plan physique ou psychologique, au moins un jour par semaine, quel est le niveau d'énergie qu'ils consacrent à leur travail.

- Parmi ce groupe de participants, l'énergie consacrée en moyenne au travail chaque jour même s'ils ne se sentent pas bien est de 74 %, soit 11 % de moins que lorsqu'ils se sentent bien.
- Alors que plus d'un quart (28 %) des participants déclarent consacrer 90 % ou plus de leur énergie au travail même s'ils ne se sentent pas bien, ceux-ci obtiennent un score de santé mentale moins élevé (-20,8) que la moyenne nationale (-9,7).

Énergie consacrée au travail même si on ne sent pas bien

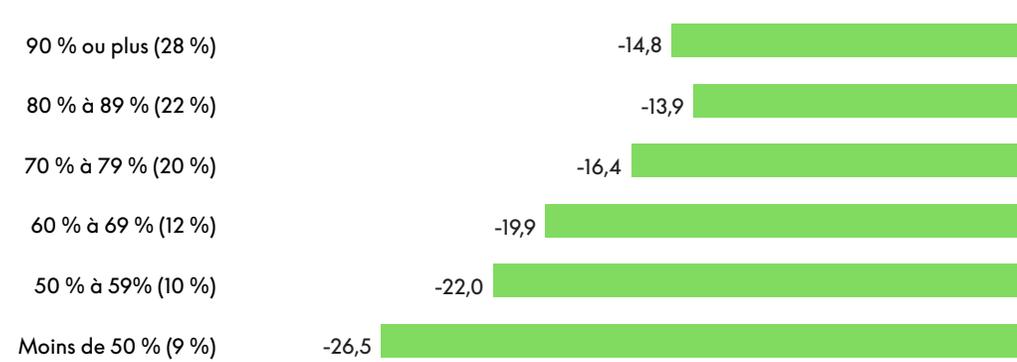


Score à l'ISM selon l'énergie consacrée au travail même si on ne se sent pas bien



- Les participants qui travaillent même s'ils ne se sentent pas bien obtiennent des scores relatifs à l'isolement largement inférieurs à la moyenne nationale.
- 9 % d'entre eux consacrent moins de 50 % de leur énergie à leur travail même s'ils ne se sentent pas bien, et ces participants obtiennent le score de santé mentale le moins élevé (-27,0) ainsi que le score relatif à l'isolement le plus faible (-26,5).

Score relatif à l'isolement selon l'énergie consacrée au travail même si on ne se sent pas bien



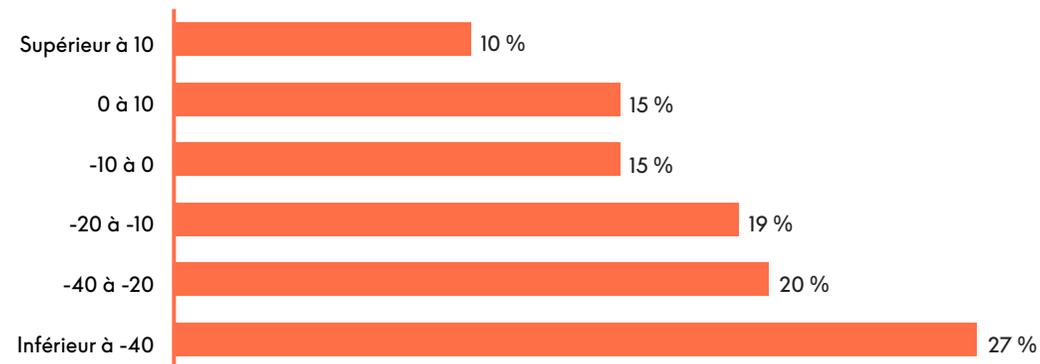
Perte de productivité

La productivité, telle qu'elle est définie ici, est influencée par trois éléments : l'absentéisme, l'effort discrétionnaire et le présentéisme.

Alors que l'absentéisme contribue à une perte de productivité, les données de référence indiquent qu'il s'agit d'une petite part de la perte globale. Les principaux facteurs de la perte de productivité sont l'effort discrétionnaire et le présentéisme. La section suivante estime⁵ la perte de productivité au moyen des données recueillies sur l'effort discrétionnaire et le présentéisme en août 2021.

- Il existe une forte corrélation entre les scores de santé mentale et la productivité. Les scores de santé mentale les moins élevés correspondent à une perte de productivité plus élevée, et les scores de santé mentale les plus élevés correspondent à une perte de productivité moins élevée.
- 10 % des participants ont un score de santé mentale de -40 ou moins. La perte de productivité parmi ces derniers est de 17 % inférieure à celle des 20 % des participants qui ont un score de santé mentale de 10 ou plus.

Perte de productivité moyenne selon le score à l'ISM



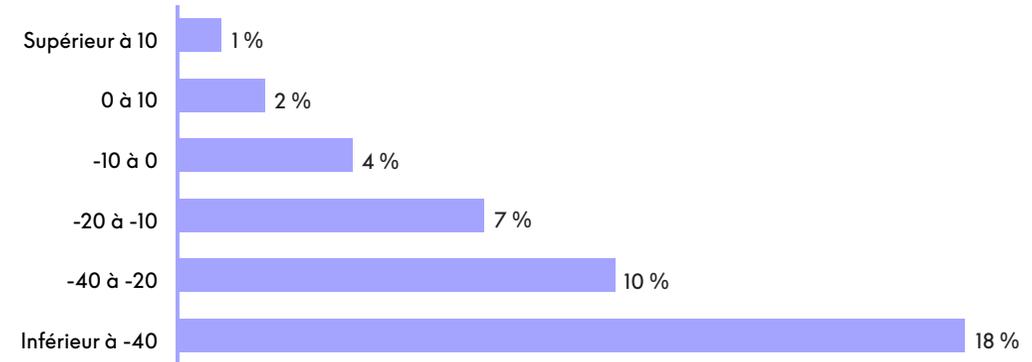
⁵ Cet estimé est fondé sur l'hypothèse d'une moyenne de 240 jours ouvrables par année.

Pertes attribuables au présentéisme

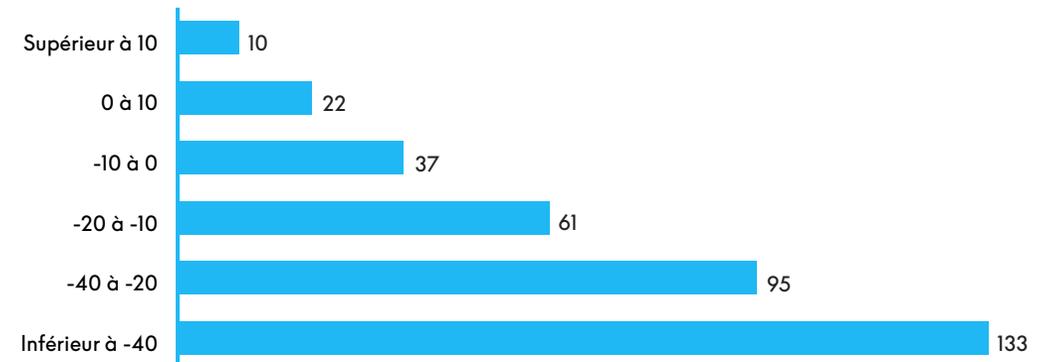
Un tiers (33 %) des participants de ce groupe ont un score de santé mentale inférieur à -20. Parmi ceux-ci, le présentéisme contribue davantage à la perte de productivité que l'effort discrétionnaire.

- Les pertes de productivité liées au présentéisme comptent pour 1 % des participants ayant les scores de santé mentale les plus élevés, ce qui correspond à une moyenne de 10 jours de maladie par année.
- Les plus grandes pertes de productivité sont observées chez les participants (10 %) dont le score de santé mentale est inférieur à -40. Ce groupe totalise également le plus grand nombre de jours de maladie par année (133).

Perte de productivité attribuable au présentéisme selon le score à l'ISM



Nombre moyen de jours de maladie selon le score à l'ISM

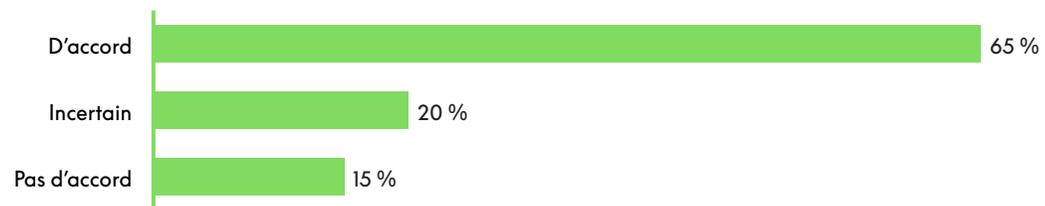


Engagement

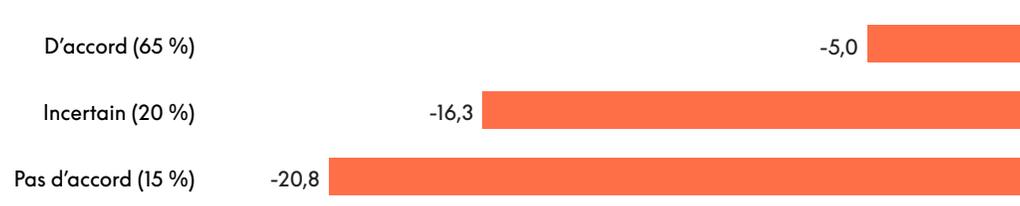
On a demandé aux participants s'ils recommanderaient leur organisation comme un endroit où il fait bon travailler.

- Près des deux tiers (65 %) des participants considèrent que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler, et ces derniers obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-5,0).
- Le score de santé mentale le moins élevé (-20,8) est observé chez les 15 % des participants qui ne considèrent pas que leur organisation est un endroit où il fait bon travailler.
- Les non-gestionnaires sont 35 % plus enclins que les gestionnaires à dire que leur organisation n'est pas un endroit où il fait bon travailler.

Mon organisation est un endroit où il fait bon travailler



Score à l'ISM selon que mon organisation est endroit où il fait bon travailler



- 67 % des participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé déclarent que leur organisation est un bon endroit où travailler, comparativement à 59 % des participants en emploi dont les heures ont été réduites, et à 51 % des participants en emploi dont le salaire a été réduit.

Les participants qui recommandent leur organisation comme un endroit où il fait bon travailler ont un niveau de productivité de 86 %, comparativement à 80 % chez ceux qui sont incertains, et à 75 % chez ceux qui ne recommanderaient pas leur organisation comme un endroit où il fait bon travailler.

Mon organisation est un endroit où il fait bon travailler (âge)



Mon organisation est un endroit où il fait bon travailler (situation d'emploi)



Mon organisation est un endroit où il fait bon travailler (productivité)



Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail

Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie

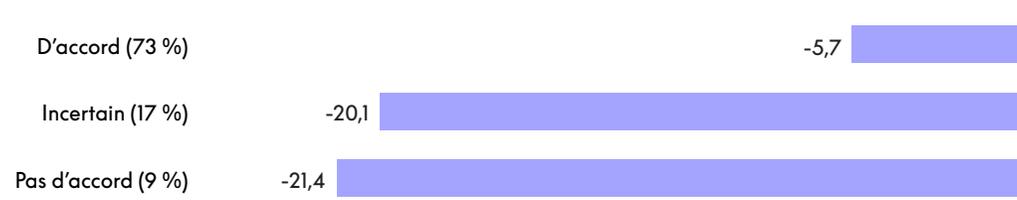
On a demandé aux participants s'ils avaient un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie.

- Plus d'un quart (26 %) des participants en étaient incertains ou n'avaient pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie. Ces participants obtiennent des scores de santé mentale très inférieurs à la moyenne nationale et aux scores obtenus par les participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail.
- Près des trois quarts (73 %) des participants avaient un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie, et ces derniers obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (-5,7).

Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie



Score à l'ISM selon le sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie

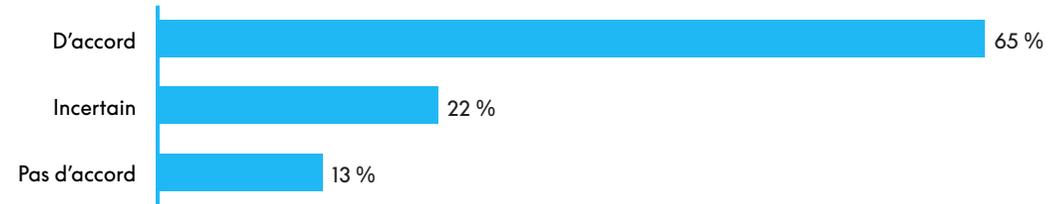


Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuel

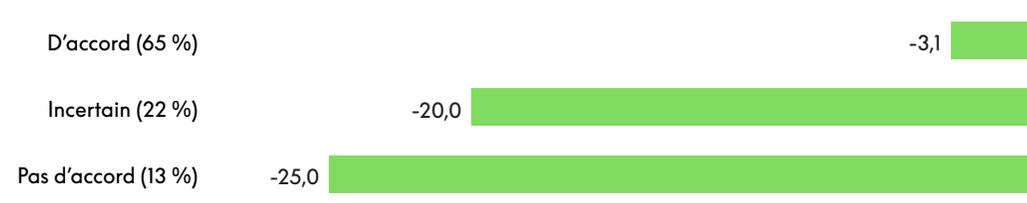
On a demandé aux participants s'ils avaient eu un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail au cours du mois précédent.

- Alors que 73 % d'entre eux ont eu un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie, seulement 65 % d'entre eux ont le même sentiment actuellement.
- Le score de santé mentale le plus élevé (-3,1) et le score relatif à l'isolement le plus élevé (-3,4) sont observés chez les participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuellement. Ces deux scores sont considérablement plus élevés que les moyennes nationales.
- Plus d'un tiers (35 %) des participants en sont incertains ou n'ont pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail comparativement à la période actuelle. Tous ces participants obtiennent des scores de santé mentale et des scores relatifs à l'isolement très inférieurs aux scores obtenus par les participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail.

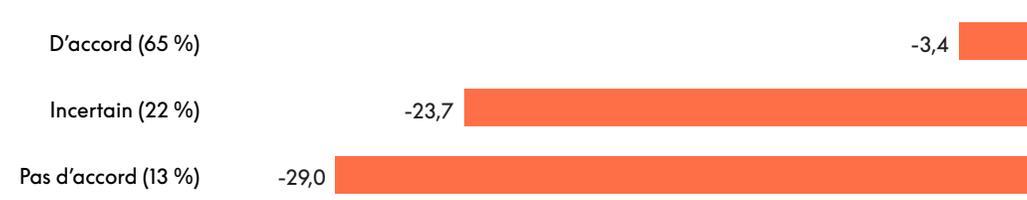
Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuellement



Score à l'ISM selon le sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuellement



Score relatif à l'isolement selon le sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuellement



Parmi ce groupe comptant près de 2 000 Canadiens ayant participé aux enquêtes d'avril 2021 et d'août 2021 :

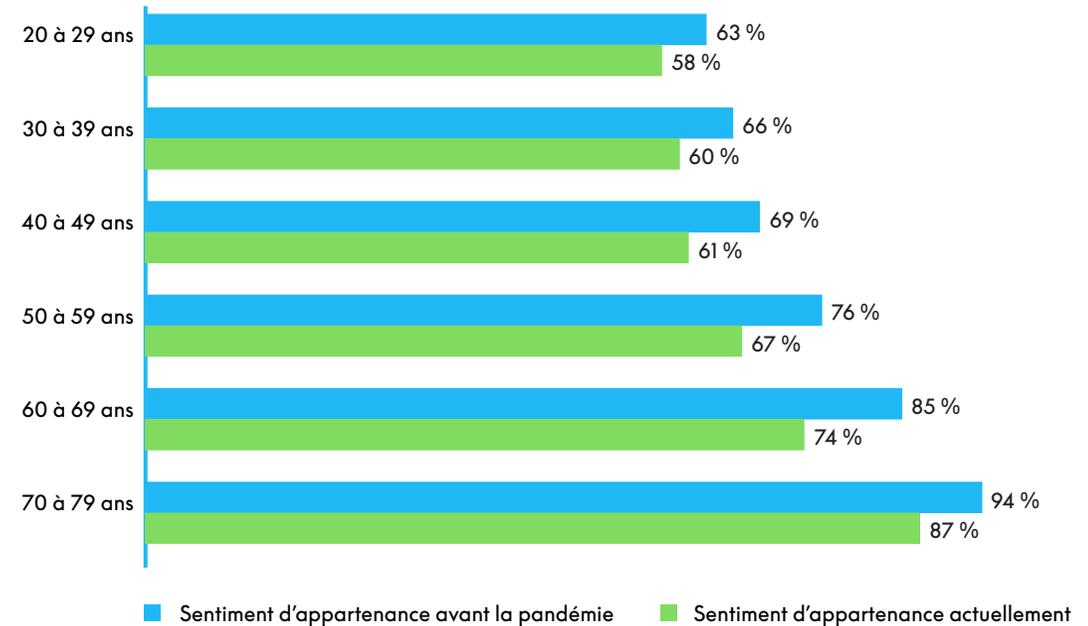
- 68 % des participants qui travaillent à leur lieu de travail ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail.
- Ceux qui travaillent exclusivement de la maison ont des scores relatifs à l'isolement (-9,6) inférieurs à ceux qui travaillent à leur lieu de travail (-7,3) et à ceux qui partagent leur temps entre la maison et leur lieu de travail (-7,6).
- Parmi les participants qui travaillent de la maison à temps plein ou qui partagent leur temps entre la maison et leur lieu de travail durant la pandémie, le sentiment d'appartenance et d'acceptation est passé de 73 % avant la pandémie à 61 % actuellement.

Le Rapport de l'[Indice de santé mentale de juillet 2021](#) montre que pour 35 % des Canadiens, travailler à temps plein sur leur lieu de travail est la situation idéale, 33 % souhaitent travailler de la maison à temps partiel, et 32 % désirent travailler de la maison à temps plein. Compte tenu des résultats des rapports de juillet 2021 et d'août 2021 obtenus par les mêmes participants, le score relatif à l'isolement de ceux qui veulent travailler sur leur lieu de travail à temps plein s'établit à -6,9, comparativement à -10,8 chez ceux qui veulent travailler de la maison à temps partiel, et à -14,4 chez ceux qui veulent travailler de la maison à temps plein.

Sentiment d'appartenance et d'acceptation : comparaison des groupes

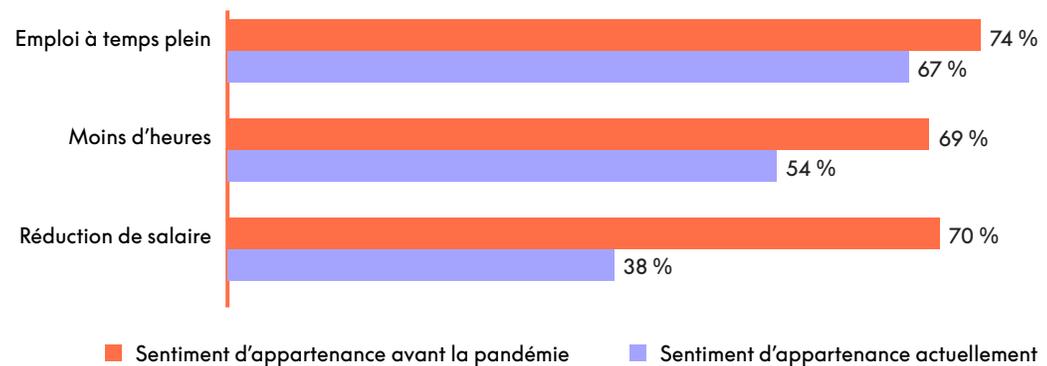
- Quel que soit le groupe d'âge, le pourcentage de Canadiens qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail a diminué depuis le début de la pandémie, comparativement à aujourd'hui.
- Alors qu'on remarque une diminution du sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail dans tous les groupes d'âge comparativement à ce que l'on constatait avant la pandémie, la proportion de participants qui rapportent un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail augmente avec l'âge.

Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie et actuellement (tranches d'âges)



Les participants en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé ont le plus grand sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie (74 %) et au cours du dernier mois (67 %), comparativement à ceux qui ont travaillé moins d'heures (69 % à 54 %) et à ceux dont le salaire a été réduit (70 % à 38 %).

Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail avant la pandémie et actuellement (situation d'emploi)



Sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail : productivité

Les participants qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail ont une productivité plus élevée (87 %) que les participants qui n'ont pas de sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail (74 %).

Productivité chez ceux qui ont un sentiment d'appartenance et d'acceptation au travail actuellement



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 30 juillet et le 5 août 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://www.lifeworks.com)

 twitter.com/LifeWorks

 [linkedin.com/company/lifeworks](https://www.linkedin.com/company/lifeworks)