Rapport de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé

Canada | Mai 2023

TELUS Santé

Table des matières

1. Ce que vous devez retenir pour mai 2023 3

2. Indice de santé mentale 5

Risque pour la santé mentale 6

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale ... 7

Anxiété 8

Isolement 9

Productivité 10

Gestionnaires et non-gestionnaires 11

Santé mentale par sexe et par âge 12

Santé mentale par situation d'emploi 12

Fonds d'urgence 12

3. Indice de santé mentale par province 13

4. Indice de santé mentale par secteur d'activité 15

5. Pleins feux sur… 16

Soutien en matière de santé mentale offert par les employeurs 16

Collaboration 18

Problèmes au travail 21

Objectifs 24

6. Aperçu de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé. 30

Méthodologie 30

Calculs 30

Données et analyses supplémentaires 30

Ce que vous devez retenir pour mai 2023.

1. **N'ayant que très peu ou pas varié au cours des trois derniers mois, le score de santé mentale des travailleurs canadiens a atteint un plateau correspondant aux résultats obtenus au début de la pandémie.**

- Affichant un score de 64,6, la santé mentale des travailleurs au Canada est demeurée stable par rapport au mois précédent.
- 33 pour cent des travailleurs canadiens présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 24 pour cent ont un faible risque de souffrir d'un problème de santé mentale.
- Pour le treizième mois consécutif, l'anxiété et l'isolement correspondent aux scores secondaires de santé mentale les plus bas.
- Les scores secondaires de l'optimisme, du risque financier et de la santé psychologique générale ont diminué depuis avril 2023.
- Les scores de santé mentale ont baissé en Alberta, au Québec et à Terre-Neuve-et-Labrador, mais ils ont augmenté ou sont demeurés les mêmes dans les autres provinces.
- Les ouvriers affichent un score de santé mentale inférieur par rapport aux travailleurs du secteur des services et aux travailleurs de bureau.
- Le score de santé mentale des gestionnaires s'est amélioré, tandis que le score de santé mentale des non-gestionnaires a diminué par rapport à avril 2023.

2. **Les travailleurs qui collaborent avec d'autres ont une meilleure santé mentale que ceux qui travaillent exclusivement de manière indépendante.**

- 87 pour cent des répondants collaborent avec leurs collègues à l'occasion ou tout le temps; les 38 pour cent qui collaborent tout le temps avec d'autres obtiennent les meilleurs scores de santé mentale.
- Près de deux personnes sur cinq (38 pour cent) préféreraient travailler seules la plupart du temps; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus faible, soit près de 10 points en dessous de celui des travailleurs qui ne préféreraient pas travailler seuls et plus de trois points en dessous de la moyenne nationale (64,6).
- Les personnes préférant travailler seules la plupart du temps obtiennent les pires scores liés à l'isolement, soit près de 12 points de moins que les employés qui ne préfèrent pas travailler seuls.

des travailleurs collaborent avec leurs collègues tout le temps et ce groupe obtient **les meilleurs scores de santé mentale**

des gestionnaires ont vécu des conflits dans leur équipe au cours de la dernière année

ne se sentent pas aussi soutenus par leur employeur qu'au début de la pandémie en ce qui a trait à leur santé mentale

des gestionnaires **affirment qu'il y a eu du harcèlement ou de l'intimidation** au sein de leur équipe au cours de la dernière année

TELUS Santé

- 73 pour cent décrivent leur collaboration avec leurs collègues comme étant positive, et le score de santé mentale de ce groupe est supérieur de 22 points à celui des travailleurs qui font état d'une expérience négative.

3. Plus d'un gestionnaire sur quatre a vécu des conflits dans son équipe au cours de la dernière année.

- 34 pour cent des gestionnaires ont eu des préoccupations en lien avec la santé mentale d'un employé et 26 pour cent affirment avoir vécu des conflits au sein de leur équipe.
- 26 pour cent des gestionnaires ont vécu des conflits dans leur équipe
- Les scores de santé mentale des gestionnaires ayant rencontré des problèmes au sein de leur équipe sont inférieurs de 11 points ou plus à celui des gestionnaires qui n'ont pas rencontré de problèmes.
- Au cours de la dernière année, il y a eu du harcèlement ou de l'intimidation au sein de l'équipe de 12 pour cent des gestionnaires.
- 18 pour cent des travailleurs ont affirmé avoir eu des conflits au travail dans la dernière année.

4. Un travailleur sur cinq ne se sent pas aussi soutenu par son employeur qu'au début de la pandémie en ce qui a trait à sa santé mentale; 18 pour cent ne se sont jamais sentis soutenus.

- Le score de santé mentale des travailleurs qui ne se sentent pas soutenus est inférieur de 14 points ou plus à celui des travailleurs qui se sentent soutenus et de huit points à la moyenne nationale.
- Les travailleurs qui indiquent que le soutien offert par leur employeur a augmenté obtiennent un score de santé mentale de 12 points supérieur à celui des travailleurs qui indiquent que le soutien a diminué.
- Le soutien en santé mentale offert par leur employeur a augmenté selon 15 pour cent des travailleurs et diminué selon huit pour cent d'entre eux.

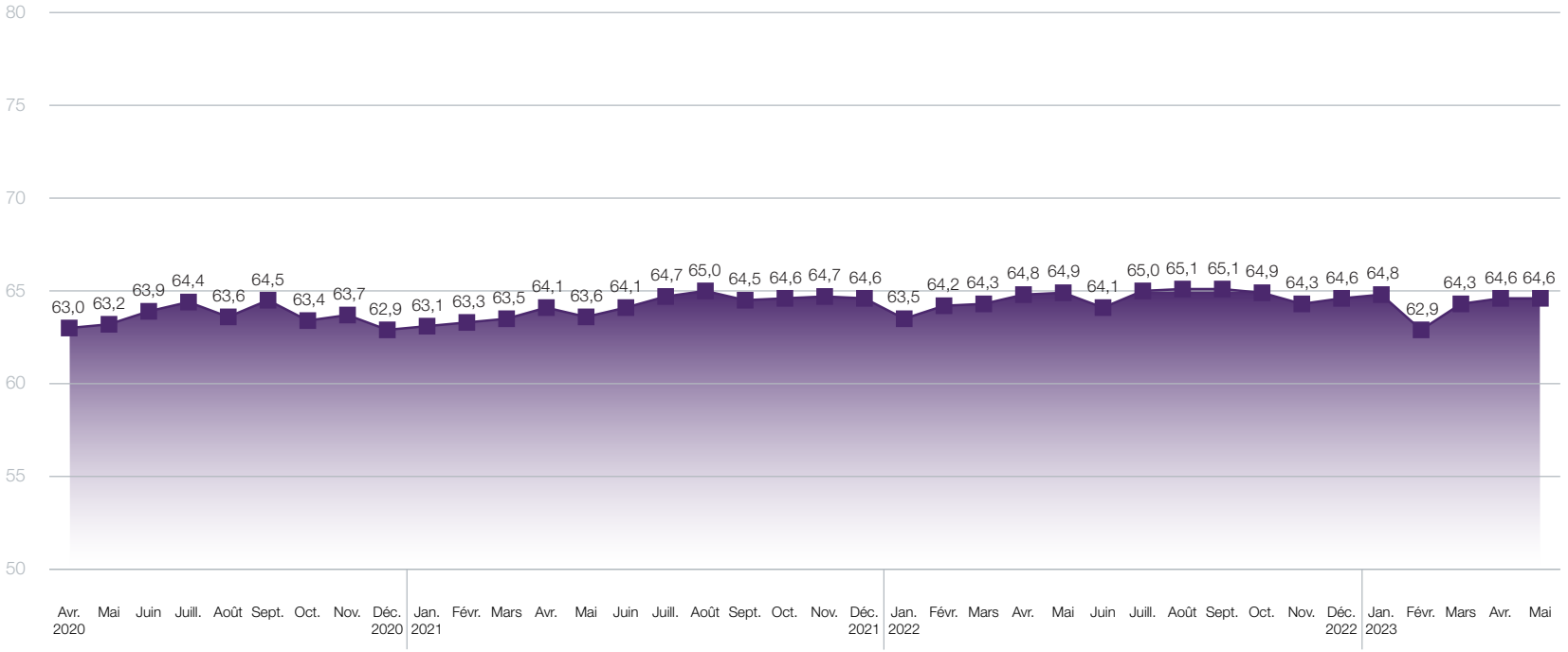
5. Un grand nombre de travailleurs ne croient pas pouvoir atteindre leurs objectifs, ce qui entraîne des répercussions profondes sur leur santé mentale.

- 18 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs financiers.
- 15 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de logement.
- 14 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs relationnels.
- 12 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs de carrière.
- 12 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé physique.
- 11 pour cent ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé mentale.
- Les scores de santé mentale des travailleurs qui ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs sont 18 points ou plus sous ceux des travailleurs qui croient pouvoir atteindre leurs objectifs.

Indice de santé mentale.

L'Indice de santé mentale (ISM) global pour mai 2023 s'établit à 64,6. Le score de santé mentale des travailleurs au Canada est demeuré stable par rapport au mois précédent.

ISM : mois actuel Mai 2023	Avril 2023
64,6	64,6

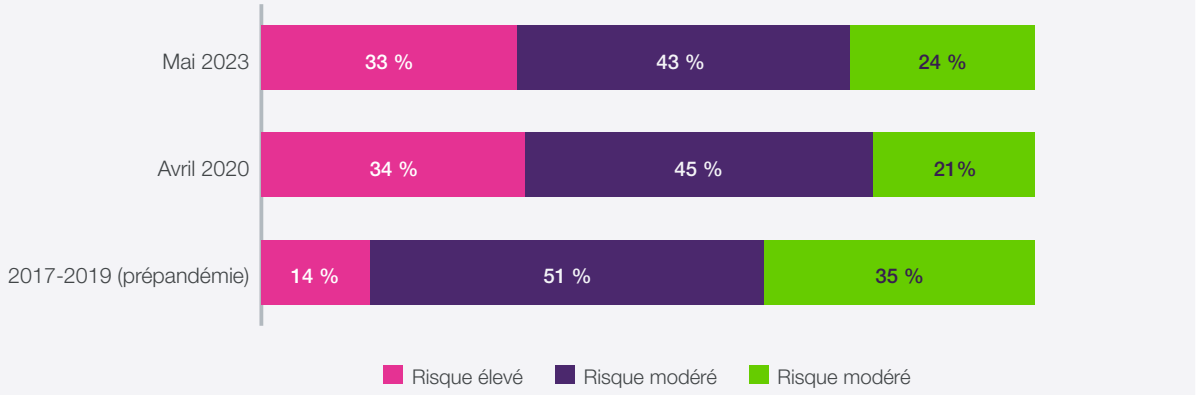


- 0-49 : santé mentale à risque
- 50-79 : santé mentale précaire
- 80-100 : santé mentale optimale

TELUS Santé

Risque pour la santé mentale.

En mai 2023, 33 pour cent des travailleurs canadiens présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 24 pour cent ont un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale. Trois ans après le lancement de l'Indice en avril 2020, vers le début de la pandémie de COVID-19, on observe seulement une légère réduction de la proportion de travailleurs présentant un risque élevé (1 pour cent) et une amélioration modeste (3 pour cent) du nombre de travailleurs présentant un faible risque.



Le pourcentage de répondants ayant reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression est d'environ 30 pour cent dans le groupe présentant un risque élevé, de sept pour cent dans celui présentant un risque modéré, et d'un pour cent dans celui présentant un risque faible.

Scores secondaires de l’Indice de santé mentale.

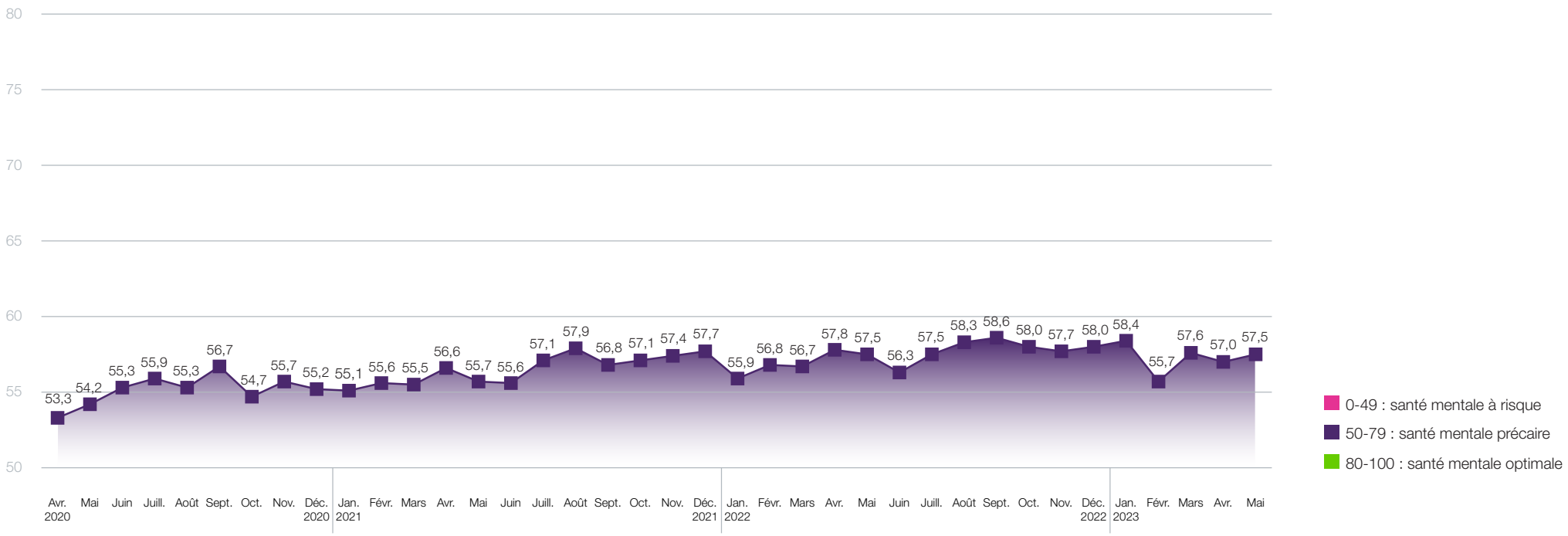
Depuis plus d’un an, le score secondaire de l’Indice de santé mentale le plus faible correspond à la mesure du risque d’anxiété (57,5). Il est suivi des scores secondaires liés à l’isolement (60,9), à la dépression (62,5), à la productivité (62,7), à l’optimisme (67,0) et au risque financier (68,4). Malgré une légère réduction, la santé psychologique générale (72,0) demeure le score de santé mentale le plus favorable en mai 2023.

- Pour le treizième mois consécutif, l’anxiété et l’isolement correspondent aux scores secondaires de santé mentale les plus bas.
- Les scores secondaires de l’optimisme, du risque financier et de la santé psychologique générale ont diminué par rapport au mois précédent.
- La plus grande amélioration concerne le score secondaire relatif à la productivité, qui a augmenté de deux points depuis avril 2023.

Scores secondaires de l’Indice de santé mentale	Mai 2023	Avril 2023
Anxiété	57,5	57,0
Isolement	60,9	59,6
Dépression	62,5	62,4
Productivité	62,7	60,7
Optimisme	67,0	67,4
Risque financier	68,4	69,6
Santé psychologique	72,0	72,6

Anxiété

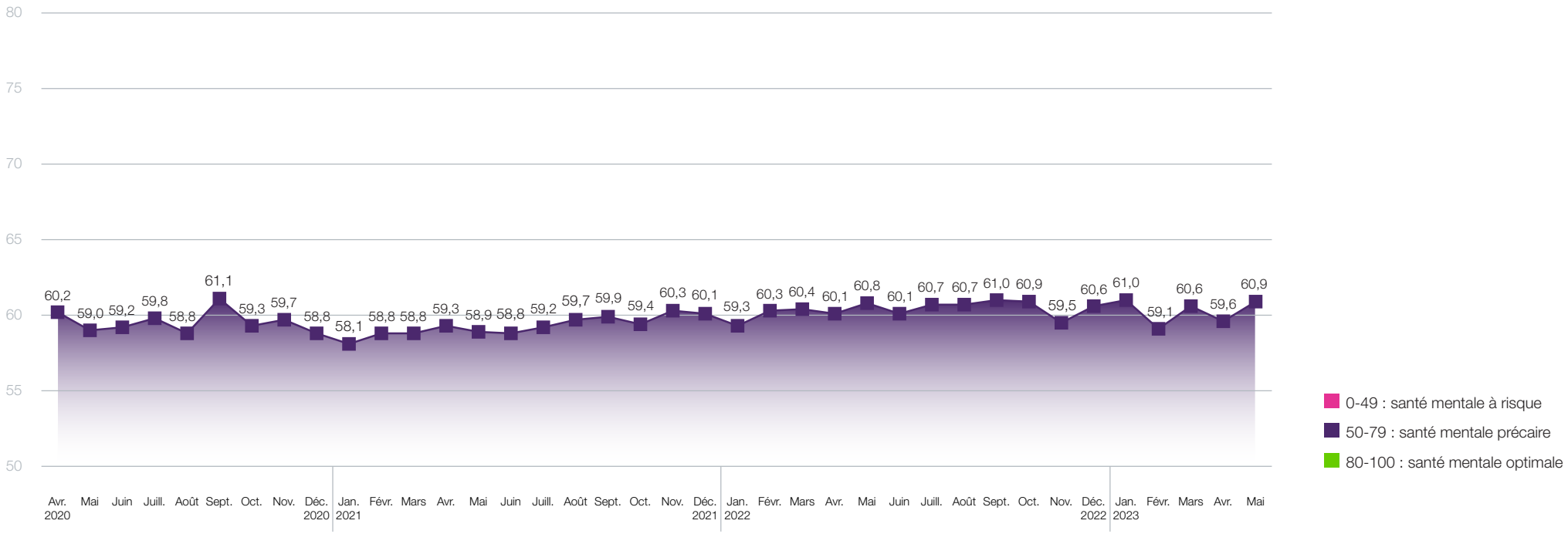
Le score secondaire de l'anxiété a fluctué depuis le lancement de l'Indice en avril 2020, bien qu'il y ait une tendance générale à l'amélioration. Après avoir atteint un sommet en septembre 2022, le score de l'anxiété a diminué jusqu'en février 2023, malgré deux mois d'amélioration modeste au cours de cette période. Une amélioration considérable de 1,9 point a été observée en mars 2023. En mai 2023, le score de l'anxiété (57,5) s'est légèrement amélioré par rapport au mois précédent; cependant, il demeure le score le plus faible parmi tous les scores secondaires de santé mentale pour le treizième mois consécutif.



- 0-49 : santé mentale à risque
- 50-79 : santé mentale précaire
- 80-100 : santé mentale optimale

Isolement

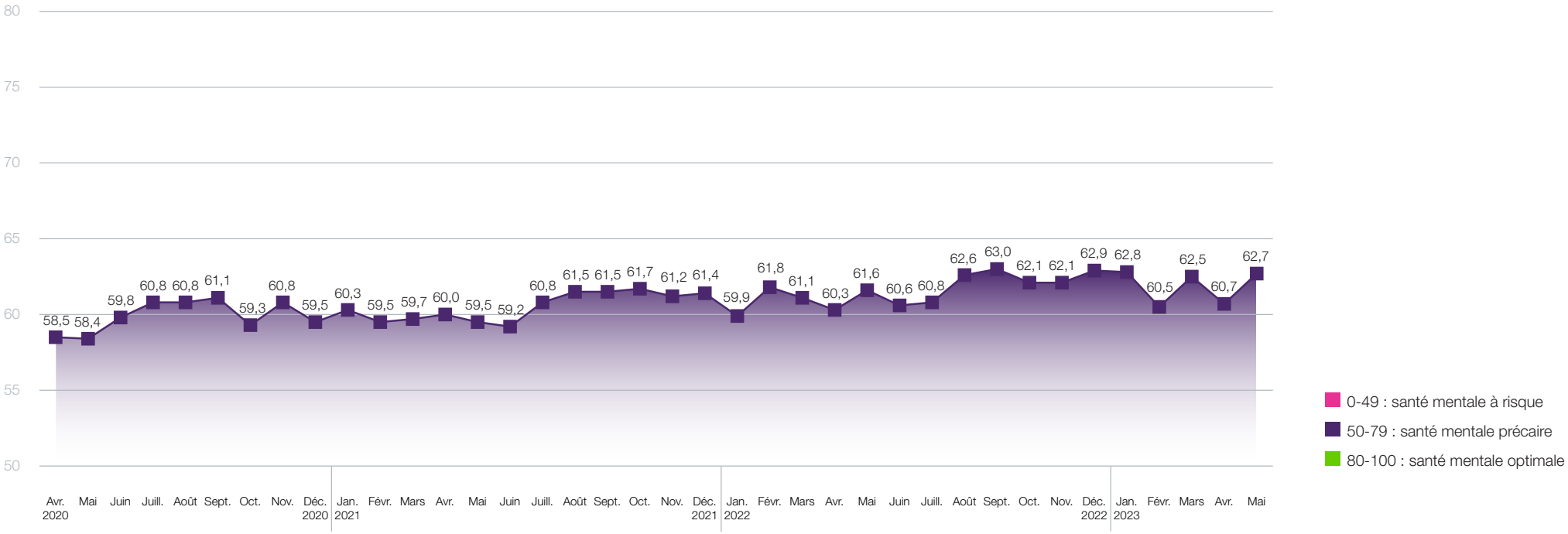
Bien qu'il s'améliore graduellement depuis septembre 2022, le score secondaire relatif à l'isolement a connu une seule augmentation notable depuis le lancement de l'Indice en avril 2020 et celle-ci remonte à septembre 2020. Après une baisse d'un point en novembre 2022, ce score secondaire a connu un rebond jusqu'en janvier 2023. Depuis janvier 2023, les scores de l'isolement ont fluctué, accusant des baisses marquées, suivies de fortes augmentations. En mai 2023, le score de l'isolement a augmenté de 1,3 point par rapport à avril.



Productivité

Le score secondaire relatif à la productivité mesure l'incidence de la santé mentale sur la productivité et l'atteinte des objectifs professionnels.

Il est instable, mois après mois, depuis le lancement de l'ISM en avril 2020, ayant connu plusieurs périodes d'amélioration qui ont été suivies de déclins. Dans l'ensemble, l'incidence de la santé mentale sur la productivité a diminué. À l'instar d'autres scores secondaires, le score lié à la productivité a connu une forte baisse en février 2023, mais a gagné deux points en mars. En avril 2023, le score de la productivité a de nouveau fortement diminué; il affiche toutefois une importante amélioration de deux points en mai 2023.

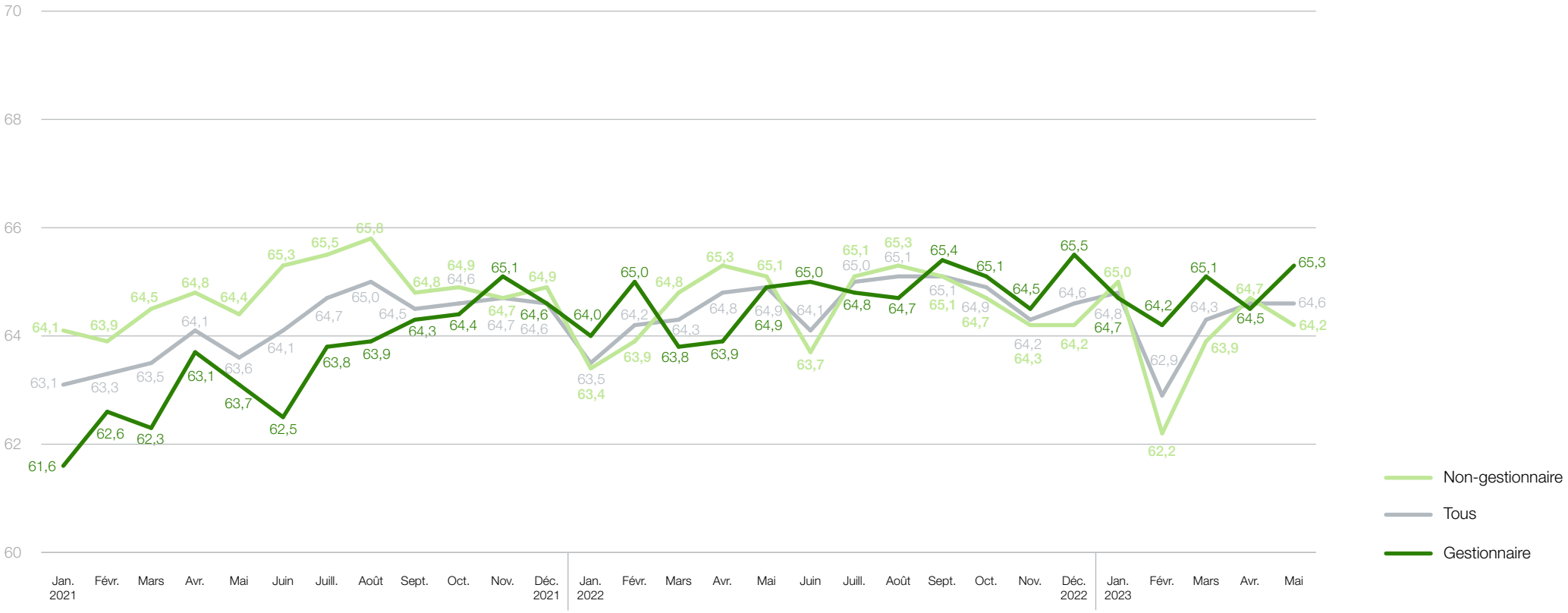


- 0-49 : santé mentale à risque
- 50-79 : santé mentale précaire
- 80-100 : santé mentale optimale

Gestionnaires et non-gestionnaires.

De janvier à octobre 2021, les scores de santé mentale des gestionnaires étaient plus faibles que ceux des non-gestionnaires et inférieurs à la moyenne canadienne. Il n'y a pas de tendance constante depuis novembre 2021, et les gestionnaires et les non-gestionnaires affichent des scores de santé mentale similaires depuis juin 2022.

En mai 2023, le score de santé mentale des gestionnaires s'est amélioré tandis que celui des non-gestionnaires a diminué par rapport au mois précédent.



Santé mentale par sexe et par âge.

- Depuis le lancement de l'ISM, le score de santé mentale des femmes est beaucoup plus bas que celui des hommes. En mai 2023, le score de santé mentale des femmes se situe à 62,1 comparativement à 67,2 pour les hommes.
- Depuis avril 2020, les scores de santé mentale s'améliorent avec l'âge.
- On observe des différences entre les scores de santé mentale des personnes avec et sans enfants depuis le lancement de l'Indice, en avril 2020. Plus de trois ans plus tard, ce phénomène se poursuit alors que les participants qui ont au moins un enfant obtiennent un score plus bas (61,6) que ceux qui n'en ont pas (65,8).

Santé mentale par situation d'emploi.

- Dans l'ensemble, cinq pour cent des participants sont sans emploi[1] et huit pour cent signalent une réduction de leur salaire ou de leurs heures de travail.
- Les participants dont le salaire a été réduit par rapport au mois précédent ont le plus faible score de santé mentale (52,4), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (58,0), de ceux présentement sans emploi (60,9) et de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (65,5).
- Les gestionnaires ont un score de santé mentale supérieur (65,3) à celui des non-gestionnaires (64,2).
- Les ouvriers affichent un score de santé mentale plus bas (61,8) que les travailleurs du secteur des services (64,8) et les travailleurs de bureau (65,2).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 1 001 et 5 000 employés affichent le score de santé mentale le plus élevé (66,1).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 5 001 et 10 000 employés affichent le score de santé mentale le plus faible (61,5).

Fonds d'urgence

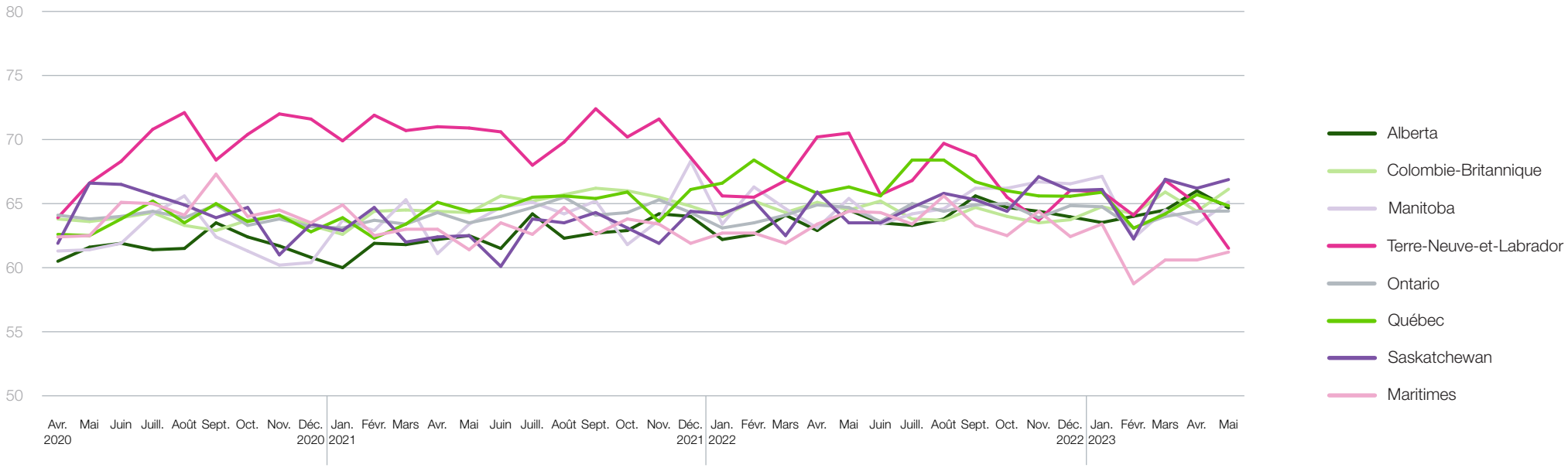
- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (49,0) que l'ensemble du groupe (64,6). Les travailleurs qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale de 70,4.

1 Les participants à l'établissement de l'ISM qui travaillent depuis les six derniers mois sont inclus dans le sondage.

Indice de santé mentale par province.

Depuis avril 2020, les scores de santé mentale provinciaux ont fluctué. Sauf à Terre-Neuve-et-Labrador, les courbes de fluctuation des provinces se ressemblent. En mai 2023, les scores de santé mentale en Alberta, au Québec et à Terre-Neuve-et-Labrador ont diminué, alors que ceux des autres provinces sont demeurés les mêmes ou ont augmenté par rapport à avril 2023.

- C'est en Colombie-Britannique et au Manitoba que la santé mentale s'est le plus améliorée, avec une hausse de 1,7 point par rapport au mois précédent.
- Les Maritimes affichent toujours le score de santé mentale le plus bas (61,2), malgré une augmentation de 0,6 point par rapport à avril 2023.



Situation d'emploi	Mai 2023	Avril 2023
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	65,5	65,7
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	58,0	55,7
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	52,4	51,4
Présentement sans emploi	60,9	62,2

Groupe d'âge	Mai 2023	Avril 2023
20 à 29 ans	54,2	52,2
30 à 39 ans	59,0	58,1
40 à 49 ans	61,9	62,4
50 à 59 ans	66,3	66,3
60 à 69 ans	71,8	73,1

Nombre d'enfants	Mai 2023	Avril 2023
Aucun	65,8	66,2
1 enfant	61,6	60,0
2 enfants	61,7	62,2
3 enfants ou plus	60,6	61,5

Province	Mai 2023	Avril 2023
Alberta	64,7	66,0
Colombie-Britannique	66,1	64,4
Manitoba	65,1	63,4
Terre-Neuve-et-Labrador	61,5	65,0
Maritimes	61,2	60,6
Québec	64,8	65,7
Ontario	64,4	64,4
Saskatchewan	66,9	66,2

Sexe	Mai 2023	Avril 2023
Homme	67,2	66,9
Femme	62,1	62,3

Revenu	Mai 2023	Avril 2023
Moins de 30 k$/année	52,5	52,2
30 k$ à <60 k$/année	60,9	60,3
60 k$ à <100 k$/année	63,7	64,0
100 k$ à <150 k$/année	66,7	67,1
150 k$ ou plus	71,3	69,7

Taille de l'effectif	Mai 2023	Avril 2023
Travailleur autonome/ propriétaire unique	65,9	69,3
2 à 50 employés	64,9	64,2
51 à 100 employés	63,7	62,0
101 à 500 employés	64,9	64,8
501 à 1 000 employés	63,4	63,0
1 001 à 5 000 employés	66,1	66,3
5 001 à 10 000 employés	61,5	61,5
Plus de 10 000 employés	65,1	65,4

Gestionnaire	Mai 2023	Avril 2023
Gestionnaire	65,3	64,5
Non-gestionnaire	64,2	64,7

Environnement de travail	Mai 2023	Avril 2023
Secteur ouvrier	61,8	61,0
Bureau	65,2	65,4
Services	64,8	65,0

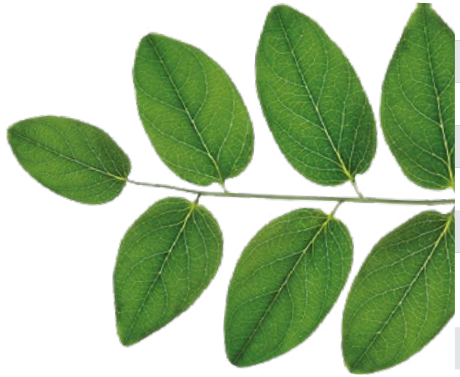
Les chiffres surlignés en magenta sont les pires scores du groupe.
Les chiffres surlignés en vert sont les meilleurs scores du groupe.

Indice de santé mentale par secteur d'activité.

En mai 2023, malgré une augmentation importante par rapport au mois précédent, les employés du secteur de l'information et de la culture ont obtenu le score de santé mentale le plus faible (58,3), suivis des employés de la restauration (59,6) et de ceux des services publics (60,1).

Les répondants qui travaillent dans les secteurs de l'automobile (70,7), des services professionnels, scientifiques et techniques (70,2), et du commerce de gros (69,9) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés ce mois-ci.

Les changements par rapport au mois précédent sont indiqués dans le tableau.



Secteur d'activité	Mai 2023	Avril 2023	Change
Hébergement	66,7	58,5	8,2
Information et culture	58,3	51,0	7,3
Services d'administration et de soutien	60,5	55,6	4,9
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	66,3	62,1	4,1
Commerce de gros	69,9	66,9	3,0
Restauration	59,6	58,1	1,5
Transport	67,6	66,2	1,4
Soins de santé et assistance sociale	63,4	62,2	1,2
Autre	63,3	62,7	0,5
Services financiers et assurances	66,5	66,1	0,4
Arts, spectacles et loisirs	64,5	64,4	0,1
Automobile	70,7	70,9	-0,2
Technologie	65,3	65,6	-0,2
Services professionnels, scientifiques et techniques	70,2	70,6	-0,4
Construction	63,6	64,0	-0,4
Services d'enseignement	65,9	66,4	-0,5
Fabrication	66,3	66,8	-0,6
Autres services (sauf les administrations publiques)	60,3	61,2	-0,9
Entreposage	60,7	61,8	-1,0
Services immobiliers, de location et de location à bail	67,6	69,1	-1,6
Commerce de détail	63,2	64,8	-1,6
Extraction minière, exploitation en carrière et extraction pétrolière et gazière	66,8	69,7	-2,9
Médias et télécommunications	61,5	66,7	-5,2
Administrations publiques	62,2	67,9	-5,7
Services publics	60,1	66,8	-6,7

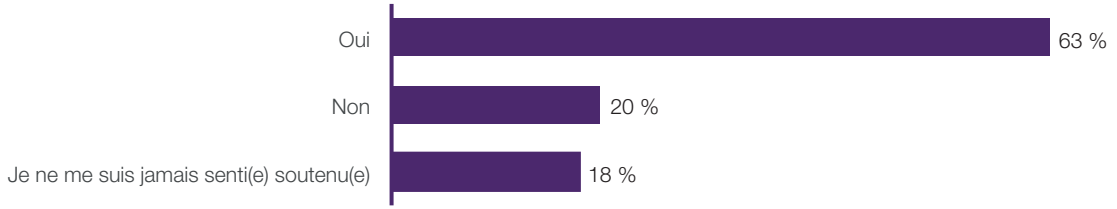
Pleins feux sur...

Soutien en matière de santé mentale offert par les employeurs.

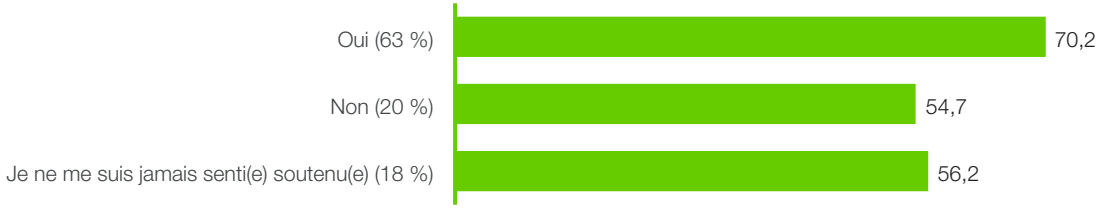
On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils se sentent toujours aussi soutenus par leur employeur qu'au début de la pandémie sur le plan de la santé mentale et du bien-être.

- Près des deux tiers (63 pour cent) se sentent aussi soutenus par leur employeur qu'au début de la pandémie, et ce groupe obtient un score de santé mentale (70,2) supérieur de 14 points ou plus à celui des travailleurs qui ne se sentent pas soutenus, et de plus de cinq points à la moyenne nationale (64,6).
- Près de deux répondants sur cinq (38 pour cent) ne se sont jamais sentis soutenus ou ne se sentent pas soutenus actuellement. Ce groupe obtient un score de santé mentale de 64,6 points, soit huit points ou plus sous la moyenne nationale.

Vous sentez-vous toujours aussi soutenu(e) par votre employeur que vous l'étiez au début de la pandémie en ce qui a trait à votre santé mentale et à votre bien-être?



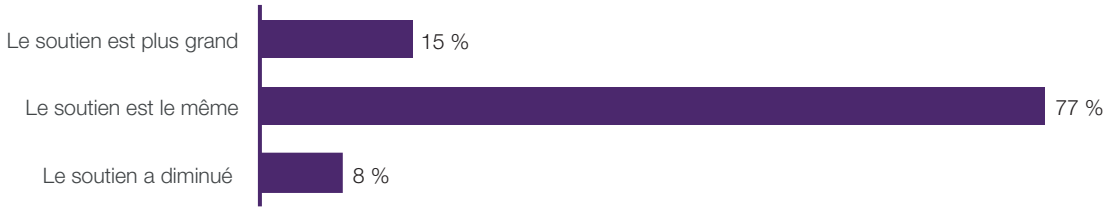
Score de l'ISM selon la réponse à la question « Vous sentez-vous toujours aussi soutenu(e) par votre employeur que vous l'étiez au début de la pandémie en ce qui a trait à votre santé mentale et à votre bien-être? »



On a demandé aux travailleurs canadiens si leur employeur a changé le niveau de soutien offert aux employés en matière de santé mentale et de bien-être.

- Plus d'un travailleur sur sept (15 pour cent) indique que son employeur offre un plus grand niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (66,3), soit plus de 12 points au-dessus du score des travailleurs qui affirment que le soutien a diminué (52,8) et près de deux points au-dessus de la moyenne nationale (64,6).
- Les gestionnaires sont deux fois plus nombreux que les non-gestionnaires à indiquer que leur employeur offre un plus grand niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être.
- Les ouvriers sont 50 pour cent plus susceptibles que les travailleurs de bureau et deux fois plus susceptibles que les travailleurs du secteur des services à indiquer que leur employeur a amélioré le niveau de soutien offert en matière de santé mentale et de bien-être.
- Près d'un répondant sur dix (8 pour cent) signale que le niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être a diminué. Le score de santé mentale de ce groupe (52,8) est inférieur de près de 12 points à la moyenne nationale (64,6).
- Près de quatre répondants sur cinq (77 pour cent) signalent que le niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être n'a pas changé. Le score de santé mentale de ce groupe (65,5) est légèrement supérieur à la moyenne nationale (64,6).

Niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être offert par l'employeur



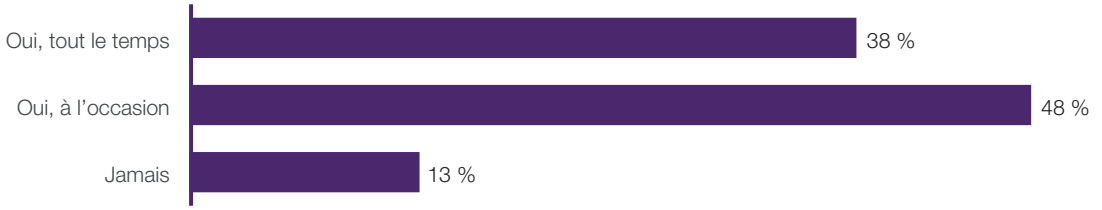
Score de l'ISM selon le niveau de soutien en matière de santé mentale et de bien-être offert par l'employeur

Collaboration

On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils doivent collaborer avec des collègues dans l'exercice de leurs fonctions.

- Près de deux personnes sur cinq (38 pour cent) doivent tout le temps collaborer avec leurs collègues; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (66,3), soit trois points de plus que les travailleurs qui ne sont pas obligés de collaborer (63,3) et près de deux points de plus que la moyenne nationale (64,6).
- Les gestionnaires sont 80 pour cent plus nombreux que les non-gestionnaires à collaborer avec leurs collègues tout le temps.
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont près de 70 pour cent plus nombreux que les travailleurs de moins de 40 ans à indiquer ne pas avoir besoin de collaborer avec leurs collègues.
- Près d'une personne sur sept (13 pour cent) n'a pas besoin de collaborer avec ses collègues; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus faible (63,3), soit trois points en dessous de la moyenne nationale (64,6).

Dans l'exercice de vos fonctions, devez-vous collaborer avec des collègues?



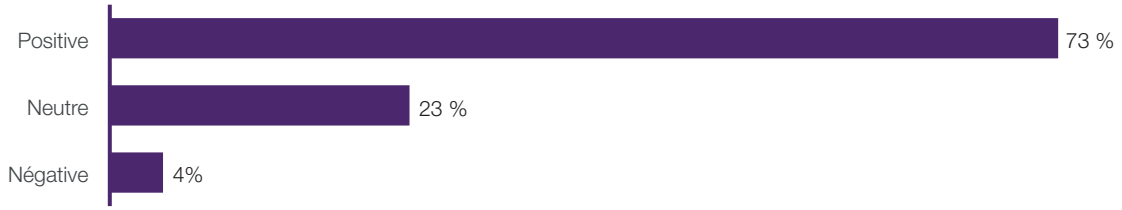
Score de l'ISM selon la fréquence de l'obligation de collaborer avec des collègues dans l'exercice des fonctions

TELUS Santé

On a demandé aux travailleurs canadiens de qualifier leur expérience de collaboration avec leurs collègues.

- Près des trois quarts (73 pour cent) font état d'une expérience de collaboration positive avec leurs collègues; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus élevé (68,0), un score de près de 22 points au-dessus de celui des travailleurs qui font état d'une expérience négative (46,4) et de plus de trois points au-dessus de la moyenne nationale (64,6).
- Quatre pour cent qualifient de négative leur expérience de collaboration avec leurs collègues; le score de santé mentale de ce groupe (46,4) est inférieur de plus de 18 points à la moyenne nationale (64,6).

Expérience de collaboration avec les collègues



Score de l'ISM selon l'expérience de collaboration avec les collègues

On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils préféreraient exécuter leurs tâches seuls.

- Près de deux personnes sur cinq (38 pour cent) préféreraient travailler seules la plupart du temps; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus faible (61,4), soit près de 10 points sous celui des travailleurs qui ne préféreraient pas travailler seuls (71,0) et plus de trois points sous la moyenne nationale (64,6).
- Les travailleurs qui préfèrent travailler seuls la plupart du temps obtiennent les pires scores relatifs à l'isolement (56,5), soit près de 12 points sous le score des employés qui ne préfèrent pas travailler seuls (68,2).
- Près d'un travailleur sur dix (8 pour cent) ne préférerait pas travailler seul; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (71,0), un résultat de plus de 6 points au-dessus de la moyenne nationale (64,6).

Préféreriez-vous exécuter vos tâches seul(e)?

Score de l'ISM selon la réponse à la question « Préféreriez-vous exécuter vos tâches seul(e)? »

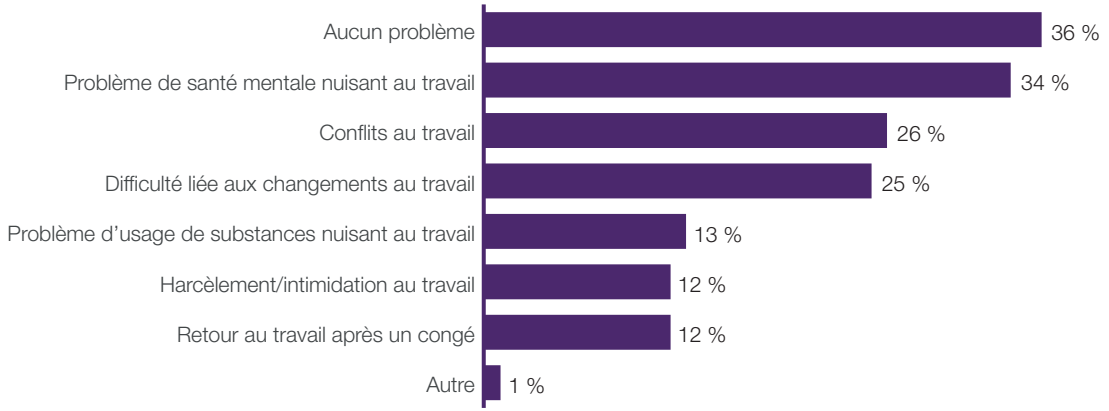
Score lié à l'isolement selon la réponse à la question « Préféreriez-vous exécuter vos tâches seul(e)? »

Problèmes au travail.

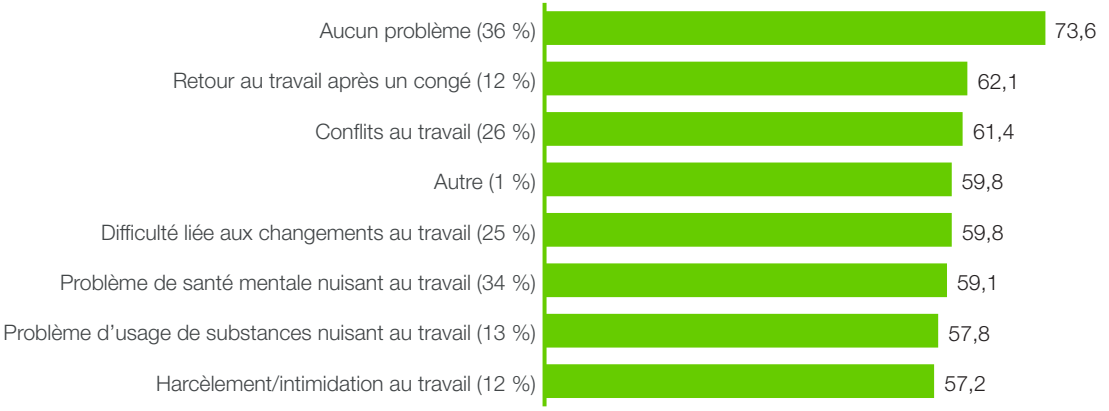
On a demandé aux gestionnaires canadiens s'ils ont rencontré des problèmes au sein de leur équipe dans la dernière année.

- Près des deux tiers des gestionnaires (64 pour cent) ont rencontré un ou plusieurs problèmes au sein de leur équipe.
- Plus du tiers des gestionnaires (34 pour cent) ont eu des préoccupations relatives à la santé mentale d'un employé, 26 pour cent ont vécu des conflits dans l'équipe et 25 pour cent ont eu des problèmes de gestion du changement.
- Les scores de santé mentale des gestionnaires qui ont rencontré des problèmes au sein de leur équipe sont inférieurs de 11 points ou plus au score de santé mentale des gestionnaires qui n'ont pas rencontré de problèmes.
- Le score de santé mentale le moins élevé (57,2) se trouve chez les 12 pour cent de gestionnaires qui font état de harcèlement ou d'intimidation au sein de leur équipe; ce score est inférieur de plus de 16 points à celui des gestionnaires qui n'ont pas rencontré de problèmes.
- Les gestionnaires de sexe masculin sont 60 pour cent plus nombreux que les gestionnaires de sexe féminin à affirmer ne pas avoir rencontré de problèmes au sein de leur équipe.
- Plus du tiers (36 pour cent) des gestionnaires n'ont pas rencontré de problèmes en milieu de travail. À 73,6, le score de santé mentale de ce groupe est supérieur de neuf points à la moyenne nationale (64,6).

Problèmes en milieu de travail rencontrés par les gestionnaires



Score de l'ISM selon les problèmes en milieu de travail rencontrés par les gestionnaires



On a demandé aux gestionnaires ayant signalé des problèmes au sein de leur équipe s'ils ont cherché à obtenir des conseils ou du soutien.

- Plus de deux gestionnaires sur cinq (42 pour cent) n'ont pas demandé de conseils ou de soutien pour les problèmes au sein de leur équipe; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus élevé (64,3).
- Les gestionnaires de moins de 40 ans sont 50 pour cent plus nombreux que les gestionnaires de plus de 50 ans à avoir demandé des conseils ou du soutien pour les problèmes au sein de leur équipe.
- Près de trois gestionnaires sur cinq (58 pour cent) ont demandé des conseils ou du soutien pour les problèmes au sein de leur équipe. Le score de santé mentale des membres de ce groupe (58,1) est inférieur de plus de six points à la moyenne nationale (64,6).

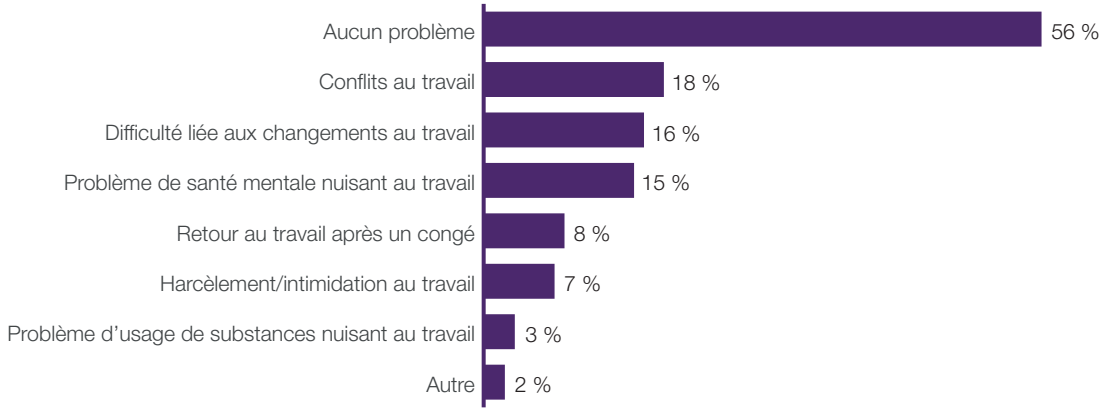
Avez-vous déjà demandé des conseils ou du soutien pour résoudre des problèmes au sein de votre équipe?

Score de l'ISM selon la réponse à la question « Avez-vous déjà demandé des conseils ou du soutien pour résoudre des problèmes au sein de votre équipe? »

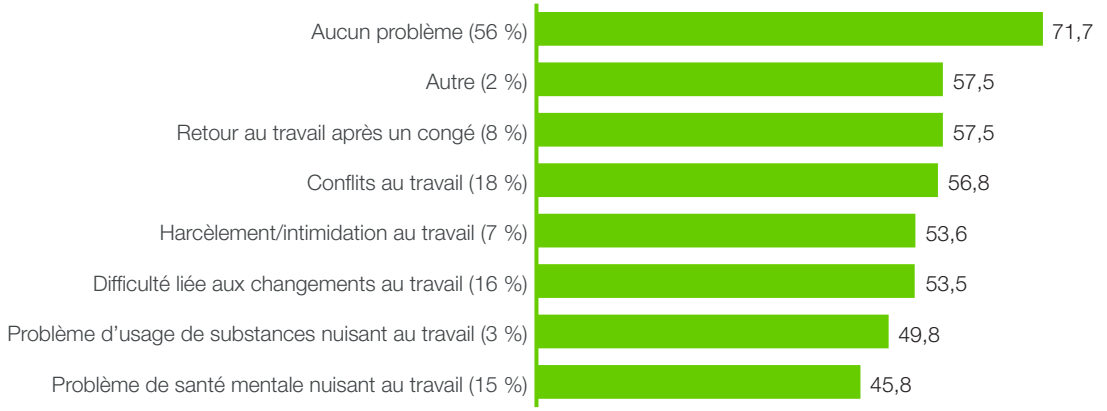
On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils ont rencontré des problèmes au travail au cours de la dernière année.

- Plus de deux travailleurs sur cinq (44 pour cent) ont vécu un ou plusieurs problèmes au travail au cours de la dernière année.
- Près d'un travailleur sur cinq (18 pour cent) a vécu un conflit au travail, 16 pour cent ont rencontré des difficultés liées aux changements au travail, et 15 pour cent ont éprouvé un problème de santé mentale nuisant à leur travail.
- Les scores de santé mentale des employés qui ont rencontré des problèmes sont inférieurs de 14 points ou plus au score de santé mentale des employés qui n'ont pas rencontré de problèmes.
- Le score de santé mentale le plus faible (45,8) se trouve chez les 15 pour cent de travailleurs qui font état de problèmes de santé mentale nuisant au travail; ce score est 26 points en dessous de celui des employés qui n'ont pas rencontré de problèmes.
- Les travailleurs de 50 ans et plus sont 50 pour cent plus nombreux que les travailleurs de moins de 40 ans à ne pas avoir eu de problèmes au travail au cours de la dernière année.
- Plus de la moitié des répondants (56 pour cent) n'ont pas rencontré des problèmes au travail au cours de la dernière année. Ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (71,7), un résultat supérieur de sept points à la moyenne nationale (64,6).

Problèmes rencontrés par les employés en milieu de travail



Score de l'ISM selon les problèmes rencontrés par les employés en milieu de travail

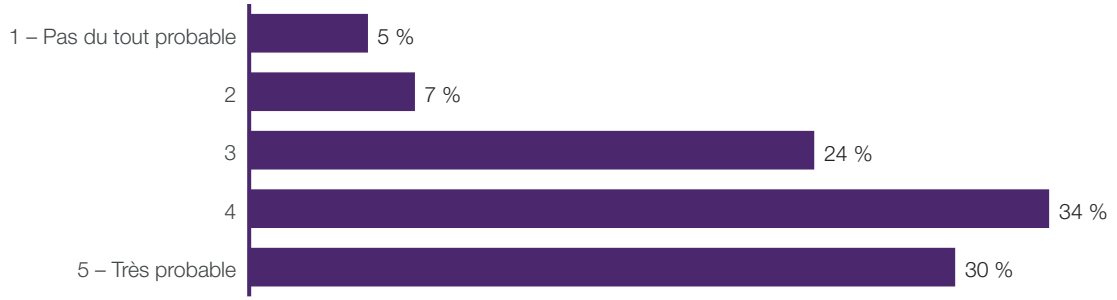


Objectifs

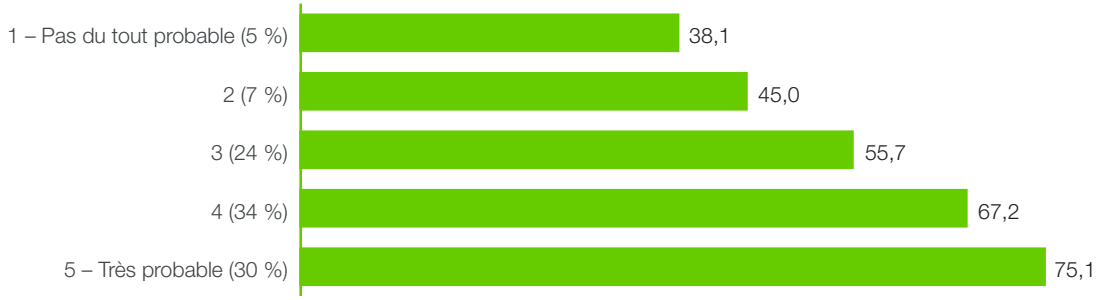
On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs.

- Plus d'un travailleur sur dix (12 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs de carrière; ce groupe a un score de santé mentale de 22 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs de carrière, et de 20 points ou plus sous la moyenne nationale (64,6).
- Les non-gestionnaires sont deux fois et demie plus susceptibles que les gestionnaires de signaler qu'ils n'atteindront pas leurs objectifs de carrière.
- Les personnes dont le revenu du ménage est inférieur à 60 000 $ sont trois fois plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu du ménage est supérieur à 100 000 $ de croire qu'elles n'atteindront pas leurs objectifs de carrière.
- Près des deux tiers des répondants (64 pour cent) ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs de carrière. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur de trois points ou plus à la moyenne nationale (64,6).

Quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs de carrière?



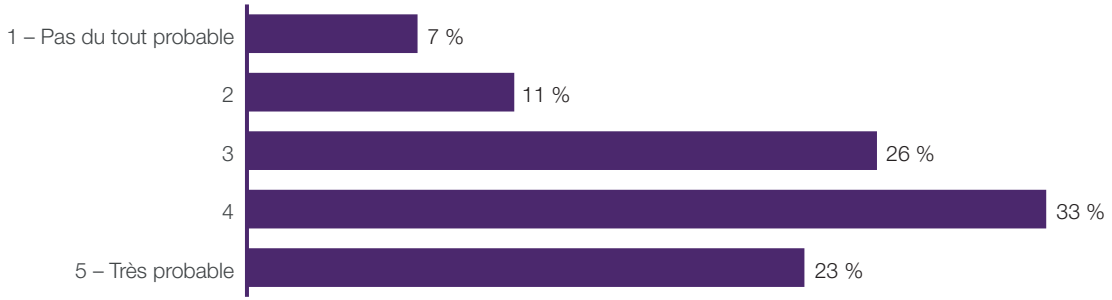
Score de l'ISM selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs de carrière



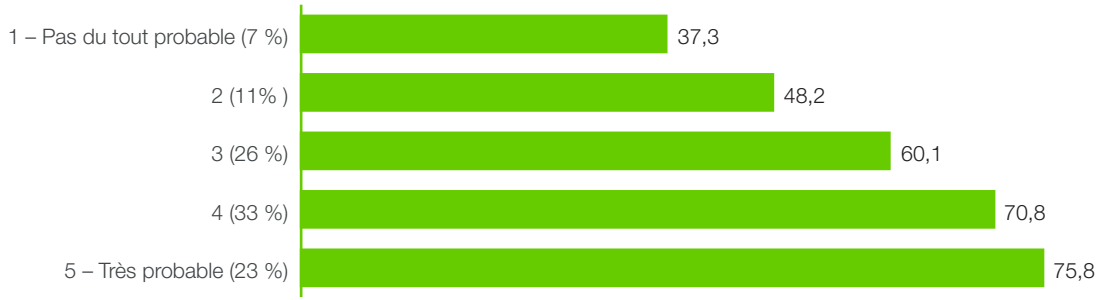
On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs financiers.

- Près d'un travailleur sur cinq (18 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs financiers; ce groupe a un score de santé mentale de 22 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs financiers, et de 16 points ou plus sous la moyenne nationale (64,6).
- Les scores liés au risque financier des travailleurs qui ne croient pas qu'ils atteindront leurs objectifs financiers sont au moins 26 points en dessous de ceux des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs.
- Les non-gestionnaires sont 50 pour cent plus susceptibles que les gestionnaires de signaler qu'ils n'atteindront pas leurs objectifs financiers.
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont deux fois plus nombreux que les travailleurs qui en ont un à croire qu'ils n'atteindront pas leurs objectifs financiers.
- Les personnes dont le revenu du ménage est supérieur à 100 000 $ sont 50 pour cent plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu du ménage est inférieur à 60 000 $ de croire qu'elles atteindront leurs objectifs financiers.
- Plus de la moitié (56 pour cent) des répondants croient qu'ils atteindront leurs objectifs financiers. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur de six points ou plus à la moyenne nationale (64,6).

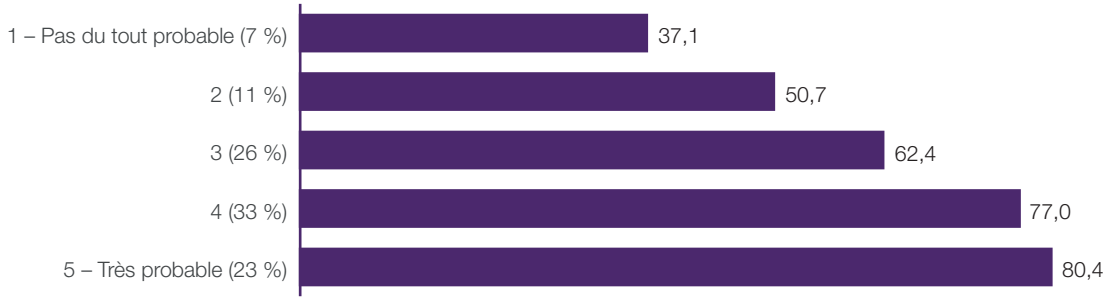
Selon vous, quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs financiers?



Score de l'IMS selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs financiers



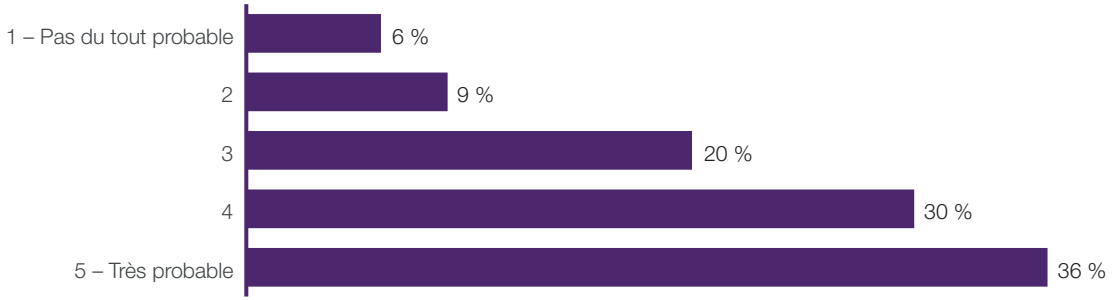
Score de risque financier selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs financiers



On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs en matière de logement.

- Plus d'un travailleur sur sept (15 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs en matière de logement; ce groupe a un score de santé mentale de 18 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de logement, et de 17 points ou plus sous la moyenne nationale (64,6).
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont deux fois plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à croire qu'ils n'atteindront pas leurs objectifs en matière de logement.
- Les personnes sans enfants sont 40 pour cent plus nombreuses que les parents à indiquer qu'elles n'atteindront pas leurs objectifs en matière de logement.
- Les personnes dont le revenu du ménage est supérieur à 100 000 $ sont 50 pour cent plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu du ménage est inférieur à 60 000 $ de croire qu'elles atteindront leurs objectifs en matière de logement.
- Deux tiers (66 pour cent) des répondants croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de logement. Le score de santé mentale de ce groupe est supérieur à la moyenne nationale (64,6).

Selon vous, quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs en matière de logement?

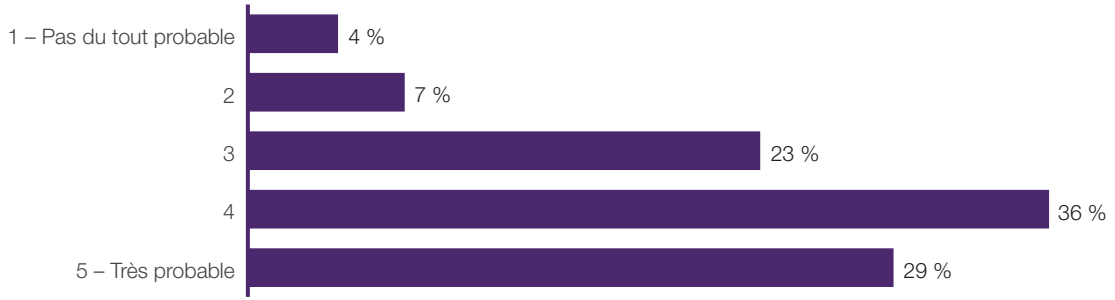


Score de l'ISM selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs en matière de logement

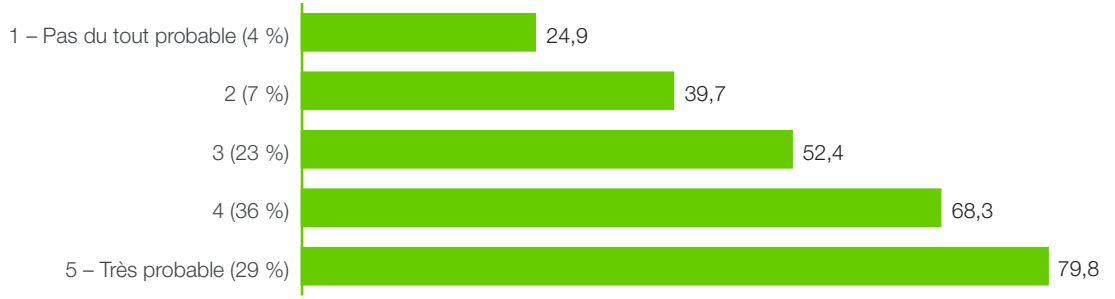
On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs en matière de santé mentale.

- Plus d'un travailleur sur dix (11 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs en matière de santé mentale; ce groupe a un score de santé mentale de 28 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé mentale, et de 25 points sous la moyenne nationale (64,6).
- Les femmes sont 40 pour cent plus nombreuses que les hommes à croire qu'elles n'atteindront pas leurs objectifs en matière de santé mentale.
- Près des deux tiers des répondants (65 pour cent) croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé mentale. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur de quatre points ou plus à la moyenne nationale (64,6).

Selon vous, quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs en matière de santé mentale?



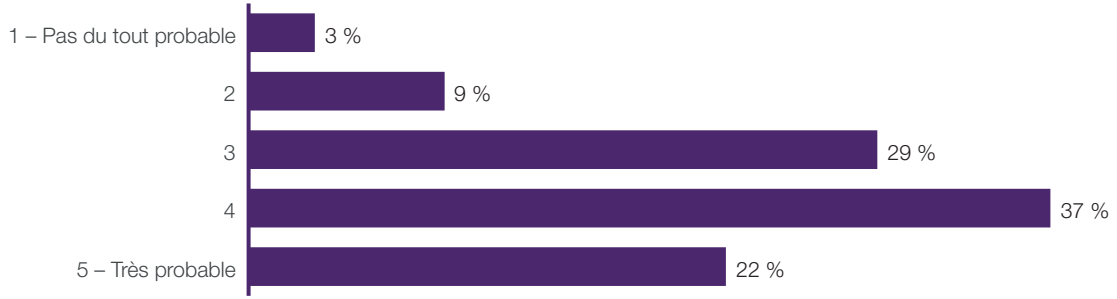
Score de l'ISM selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs de santé mentale



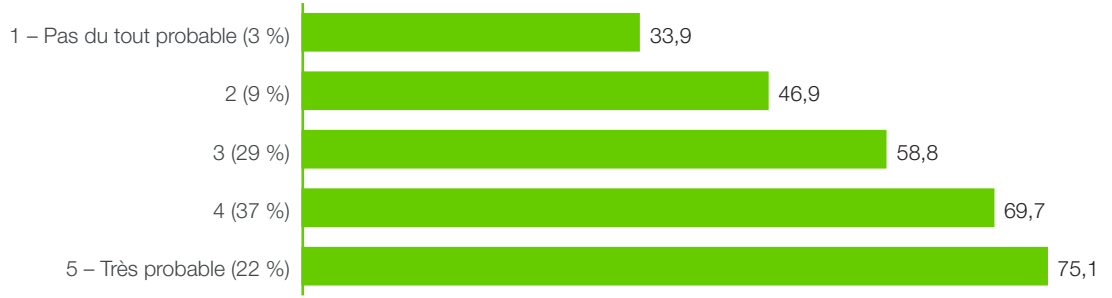
On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs en matière de santé physique.

- Plus d'un travailleur sur dix (12 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs en matière de santé physique; ce groupe a un score de santé mentale de 23 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé physique, et de 18 points ou plus sous la moyenne nationale (64,6).
- Près de trois travailleurs sur cinq (59 pour cent) croient qu'ils atteindront leurs objectifs en matière de santé physique. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur de cinq points ou plus à la moyenne nationale (64,6).

Selon vous, quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs en matière de santé physique?



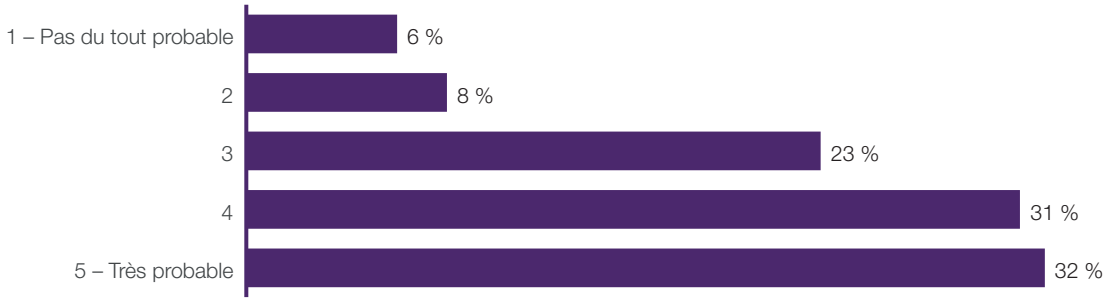
Score de l'ISM selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs en matière de santé physique



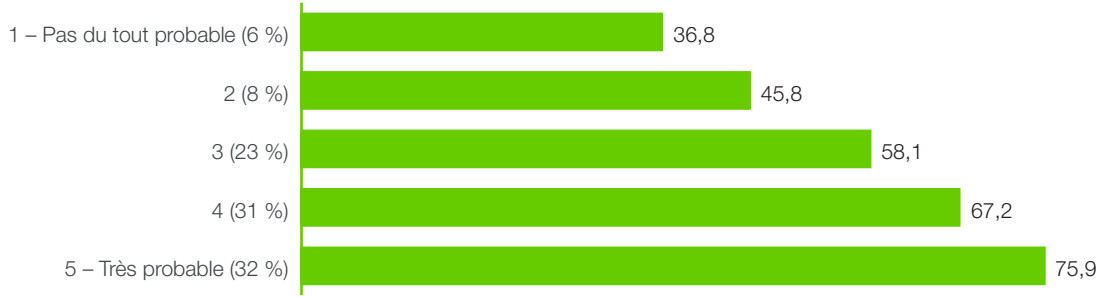
On a demandé aux travailleurs canadiens quelle est la probabilité qu'ils atteignent leurs objectifs relationnels.

- Un travailleur sur sept (14 pour cent) ne croit pas qu'il atteindra ses objectifs relationnels; ce groupe a un score de santé mentale de 21 points ou plus sous celui des travailleurs qui croient qu'ils atteindront leurs objectifs relationnels, et de 19 points ou plus sous la moyenne nationale (64,6).
- Les non-gestionnaires sont 50 pour cent plus susceptibles que les gestionnaires de croire qu'ils n'atteindront pas leurs objectifs relationnels.
- Près des deux tiers des répondants (63 pour cent) croient qu'ils atteindront leurs objectifs relationnels. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur de trois points ou plus à la moyenne nationale (64,6).

Selon vous, quelle est la probabilité que vous atteigniez vos objectifs relationnels?



Score de l'ISM selon la probabilité perçue d'atteindre les objectifs relationnels



Aperçu de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé (auparavant LifeWorks).

La santé mentale et le bien-être de la population sont essentiels à la santé globale et à la productivité au travail. L'Indice de santé mentale fournit une mesure de l'état de santé mentale actuel des adultes en emploi. 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 comporte deux parties :

1. L'Indice de santé mentale (ISM) global.
2. Une section « Pleins feux sur » qui rend compte de l'incidence spécifique des enjeux courants dans la collectivité.

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. On leur a demandé de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes. Les données contenues dans le présent rapport ont été recueillies entre le 1er et le 8 mai 2023..

Calculs

Afin de créer l'Indice de santé mentale, 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. La répartition des scores se fait selon l'échelle suivante :

À risque 0 à 49 **Précaire 50 à 79** **Optimale 80 à 100**

Données et analyses supplémentaires

Les répartitions démographiques 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. Communiquez avec **ISM@lifeworks.com**

TELUS Santé

TELUS Santé

www.telussante.com