

Crise : Les jeunes, les femmes et les managers sont les plus atteints mentalement

La santé mentale des salariés "n'a jamais été aussi basse" depuis le début de la crise sanitaire et particulièrement depuis le deuxième confinement, selon un baromètre réalisé par Opinionway pour le cabinet Empreinte Humaine et présenté mercredi.

Temps de lecture : minute

16 décembre 2020

Fatigue, burn out, dépression : avec la crise sanitaires, les maux inhérents au travail sont parfois exacerbés. Et désormais on a des chiffres sur le ressenti des salariés français : la moitié d'entre eux (50%) sont en situation de détresse psychologique (+1 point depuis octobre, +6 points par rapport au 1er confinement), dont 20% en détresse élevée (+ 2 points depuis octobre) avec un risque important de développer un trouble mental sévère, selon selon ce 5e et dernier baromètre 2020 d'Opinionway pour le cabinet Empreinte Humaine et présenté mercredi.

Réalisée du 2 au 9 décembre pour le cabinet spécialisé dans la prévention des risques psychosociaux auprès de 2 009 salariés représentatifs (méthode des quotas), cette étude fait apparaître que 31% des salariés risquent la dépression (+11 points depuis octobre).

La détresse psychologique est un indicateur de santé mentale utilisé pour diagnostiquer les troubles mentaux. Elle regroupe des manifestations de désespoir, de nervosité, d'agitation et de dépression. Elle favorise les troubles anxieux et de l'addiction et peut engendrer des conséquences physiques comme les AVC ou l'hypertension.

"La santé mentale des salariés n'a jamais été aussi basse depuis le début de la crise sanitaire" , analyse Christophe Nguyen, psychologue du travail et président d'Empreinte Humaine.

L'expert met en garde contre *"des troubles mentaux (qui) seront de plus en plus importants"* si *"des mesures de fond ne sont pas mises en oeuvre"*. Les moins de 29 ans sont les plus intensément touchés et affichent un taux de détresse psychologique de 70% (+3 points depuis octobre). Ils sont *"en perte de repère, vivent plus fortement l'effet du confinement, de l'insécurité économique et de l'isolement social(...). Par rapport au monde de l'entreprise, ils vivent une plus grande incertitude quant à leur avenir et se questionnent sur la viabilité de leur premier choix d'orientation professionnelle. Ils sont aussi moins acculturés à la vie de l'entreprise qui comprenait les liens sociaux, la collaboration, le partage de savoir-faire"*, analyse le dirigeant.

Charge mentale, responsabilité familiale, culpabilité: la santé psychologique des femmes salariées se détériore substantiellement avec 58% de détresse psychologique. Elles sont 1,5 fois plus à risque que les hommes en termes de détresse psychologique élevée.



À lire aussi

Faillite, dépression... Des associations aident les entrepreneurs dans l'impasse

Les managers, qui "manquent de formation" sur ces questions, sont aussi fortement touchés avec 56% d'entre eux en détresse psychologique.

"L'état

psychologique du manager a un impact direct sur celui de son équipe.

Avec le

télétravail notamment, les managers apparaissent comme

particulièrement sous pression pour aborder la question de la santé

psychologique de leurs

collaborateurs" , selon Christophe Nguyen.

Le télétravail a augmenté avec le deuxième confinement malgré de nombreuses réticences des entreprises. Quatre salariés sur 10 sont en télétravail (+13 points depuis octobre) dont 22% en télétravail total. Si 47% des salariés estiment télétravailler autant que possible, 37% déclarent que le télétravail n'est plus accepté dans leur entreprise et 27% qu'ils pourraient télétravailler plus mais que leur employeur de l'autorise pas.

L'atténuation de l'engouement pour le télétravail à 100% se confirme: les salariés ne sont plus que 55% à vouloir continuer (-14 points depuis octobre). Parmi les freins, le mode de management apparaît fortement. Ainsi, 7 salariés sur 10 estiment que le management français est trop conservateur en ce qui concerne le télétravail.

Article écrit par Maddyness avec AFP