

TRAVAILLE SANS BON SENS

ENTREVUE AVEC MICHEL VÉZINA*

Selon Michel Vézina, de 35% à 40% des problèmes de santé mentale sont dus au travail. Ils sont devenus la première cause d'absentéisme.

PROPOS RECUEILLIS PAR JEAN-SÉBASTIEN MARSAN
PHOTO BENOIT AQUIN

RECTO VERSO : LA SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL SEMBLE BIEN MAL en point. Est-ce parce que l'on dépiste mieux les problèmes ou parce que la situation s'aggrave?

MICHEL VÉZINA : Il est certain que la situation se dégrade depuis quelques années. On constate sur le plan scientifique que certaines dimensions de l'organisation du travail sont pathogènes. Depuis le début des années 1990, on a constaté deux phénomènes en augmentation de 20% à 50% : premièrement, l'intensification du travail, c'est-à-dire faire plus de choses en moins de temps ou avec moins de ressources, et, deuxièmement, une précarisation des emplois. Quand on met les deux ensemble, on double, voire on triple, le nombre de cas d'intimidation et de violence au travail.

RV Comment peut-on atténuer ou régler le problème?

MV Il y a trois dimensions de l'organisation du travail que l'on considère comme des antidotes aux problèmes de santé mentale. La première,

* Pionnier au Québec en santé mentale au travail, le Dr Michel Vézina est médecin spécialiste en santé communautaire. Il est professeur et chercheur au département de médecine sociale et préventive de l'Université Laval et conseiller scientifique à l'Institut national de santé publique du Québec.



Plus ça va plus la notion du temps change, tout s'accélère. On prend plus le temps de vivre

PHOTO BENOIT AQUIN POUR RECTO VERSO

c'est l'autonomie : avoir le contrôle et l'autorité sur la sphère de travail, participer à la prise de décisions, avoir un travail qui permet d'utiliser ses habiletés, de développer son identité. La deuxième dimension, c'est le soutien social, l'aide obtenue des collègues ou des supérieurs hiérarchiques. Vous pouvez demander à un travailleur de faire beaucoup, mais il faut l'aider quand il en a besoin. Il faut aussi être capable de connaître le contenu de son travail afin de pouvoir l'aider; un supérieur qui n'a qu'une autorité de gestion, qui ne sait pas comment se fait le travail de ses subordonnés, n'est guère utile en terme de soutien professionnel. D'où l'importance d'avoir un collectif de travail fort, une équipe sur laquelle s'appuyer. Malheureusement, les nouvelles formes d'organisation du travail mettent souvent les gens en compétition. Non seulement il n'y a pas de soutien social mais, dans les cas extrêmes, il y a du harcèlement.

La troisième dimension, la plus importante à mon avis, c'est la reconnaissance, ce qu'on appelle aussi la réciprocité sociale. Quand une personne s'investit dans son travail, elle devrait obtenir une reconnaissance de ses efforts. Un retour sur son investissement, si l'on peut dire, parce que cela peut s'exprimer avec de l'argent : un mauvais salaire n'est pas une façon de reconnaître les efforts d'un travailleur. Au-delà du salaire, il y a aussi l'estime, le respect de la part de l'employeur et le statut dans l'entreprise. Si vous vous défoncez au travail mais qu'on vous considère comme un moins que rien, que vous êtes dans une situation de précarité d'emploi, ce n'est pas une façon de reconnaître vos capacités. Les gens qui sont reconnus dans une organisation sont moins malades et beaucoup plus productifs, c'est tout à l'avantage de l'entreprise.

RV Aujourd'hui, le travail occupe une place centrale dans notre vie. Et quand il y a un problème, tout peut s'écrouler...

MV Autrefois, lorsque les gens avaient des problèmes au travail, ils pouvaient s'appuyer sur leur environnement, il y avait un esprit de ►

Claudine Robillard, à 24 ans, aurait préféré débouler un escalier et se casser un bras, plutôt que quitter son emploi «super intéressant, socialement engagé et artistique», tout en finissant son bac à l'université et en travaillant comme barmaid. Après la pause des Fêtes, elle pleurait à tout bout de champs, épuisée. Elle a dû tout lâcher. Après trois mois de repos forcé, elle se sent d'attaque, mais ne retournera pas faire de l'animation théâtrale. «Je ne pourrais pas.» Elle se contentera de travailler comme barmaid.