



Santé mentale et emploi

MYTHE N° 1

« La santé mentale ne concerne pas le monde de l'entreprise. »

RÉALITÉ

Les problèmes de santé mentale (ex: dépression et anxiété) représentent un enjeu majeur de santé publique. Selon l'OMS, en 2020 la dépression sera la 2^e cause de maladie et d'arrêts de travail.

MYTHE N° 2

« Les problèmes de santé mentale c'est privé, cela n'a pas d'impact sur la sphère professionnelle. »

RÉALITÉ

L'impact des problèmes de santé mentale est fort: absentéisme, chômage, mais aussi éloignement du marché du travail des personnes concernées ou orientation trop précoce vers les régimes d'invalidité.

MYTHE N° 3

« En situation de chômage les femmes sont plus fragiles que les hommes. »

RÉALITÉ

Toute personne concernée par une situation de chômage prolongée peut être fragilisée psychologiquement. Les femmes ne sont pas plus fragiles que les hommes sur ce plan.

MYTHE N° 4

« Le chômage n'a aucun impact sur la prise de médicaments psychotropes. »

RÉALITÉ

En France on note que la consommation de médicaments psychotropes augmente significativement avec la durée du chômage. L'expérience de chômage peut induire une diminution de la confiance en soi et un découragement, qui impactent la santé mentale.

MYTHE N° 5

« Les personnes souffrant de troubles psychiques sont incapables de travailler. »

RÉALITÉ

Le taux d'emploi des personnes atteintes de troubles dépressifs ou anxieux est compris entre 60 % et 70 %, soit 10 à 15 points de moins que les personnes qui n'en souffrent pas.

MYTHE N° 6

« Il n'existe aucune solution pour aider les personnes en situation de handicap psychique à trouver un emploi. »

RÉALITÉ

De nouveaux dispositifs d'insertion professionnelle apparaissent (ex: job coaching, ESAT de transition, ou hors les murs). Les entreprises sont de plus en plus sensibilisées à l'accès à l'emploi des personnes en situation de handicap psychique.

MYTHE N° 7

« Le travail n'est pas bénéfique pour les personnes souffrant de troubles psychiques. »

RÉALITÉ

L'emploi peut être une aide importante dans le parcours de rétablissement des personnes concernées par un trouble psychique. Les personnes ayant (re)trouvé un emploi voient leur état de santé s'améliorer.

MYTHE N° 8

« La souffrance psychique au travail n'est pas un risque professionnel. »

RÉALITÉ

Entre 2010 et 2015, la souffrance psychique liée au travail a augmenté chez les salariés français. Ces pathologies d'origine professionnelle toucheraient plus les femmes et augmenteraient avec l'âge.

MYTHE N° 9

« L'emploi n'est pas une préoccupation pour les personnes qui ont des idées suicidaires. »

RÉALITÉ

18% des personnes ayant eu des idées suicidaires déclarent que leur emploi est plus important que tout le reste, contre 5 % en population générale.

MYTHE N° 10

« Le burn-out et le bore-out ne sont pas des maladies professionnelles, c'est une nouvelle mode. »

RÉALITÉ

Ces deux concepts ne sont pas reconnus comme des maladies professionnelles, cependant la médecine s'accorde à parler de risque psychosocial (RPS).

MYTHE N° 11

« On ne peut pas prévenir les risques psychosociaux (RPS). On ne peut agir que si le salarié est déjà en souffrance. »

RÉALITÉ

Il est tout à fait possible d'intervenir en amont et de prévenir les risques psychosociaux et le mal-être au travail: gestion du stress, coaching, cellule d'écoute, gestion de la violence, etc.

MYTHE N° 12

« Il faut vraiment être fragile psychologiquement pour faire une dépression à cause de son travail. »

RÉALITÉ

Plusieurs études ont montré que les conditions actuelles de travail (intensification du travail, précarisation des liens d'emploi, automatisation...) ont des effets néfastes sur la santé mentale des salariés et représentent un réel problème de santé publique.