

# LE RETOUR AU TRAVAIL APRÈS UNE TENTATIVE DE SUICIDE

Francis Roy

Doctorant en psychologie

CRISE / UQAM

# Plan de la présentation

- Tentative de suicide : prévalence et récurrence
- Santé mentale et travail
- Absentéisme lié aux problèmes de santé mentale
- Les facteurs liés au retour au travail après un problème de santé mentale
- Le retour au travail après une tentative de suicide: présentation d'un cas

# Problématique

- 50 à 100 tentatives de suicide pour chaque décès par suicide (OMS, 2002)
- Selon l'ESSQ (1998)
  - Prévalence annuelle de 5 personnes pour 1000
  - Environ 29 000 individus
  - Prévalence plus élevée chez les 15-24 ans (1,4%)
  - Pas de différence H vs F
  - 38% se sont présentés à l'urgence

# Problématique

- La TS est le facteur de risque le plus important du décès par suicide:
  - Risque 20 à 100 fois plus élevé
  - 10 à 15% vont décéder par suicide éventuellement
  - 0,5 à 2% dans les 12 mois
- Risque élevé de récurrence:
  - 9 à 32% dans les 12 mois
    - 1/3 dans les 4 semaines (Cedereke & Öjehagen, 2005)
- Un niveau sévère d'incapacité dans plusieurs sphères de la vie (incluant le travail) est associée à la récurrence
  - Score <50 au Global Assessment Functioning
  - Gr récurrence: 40% étaient en arrêt de travail (vs 16%)

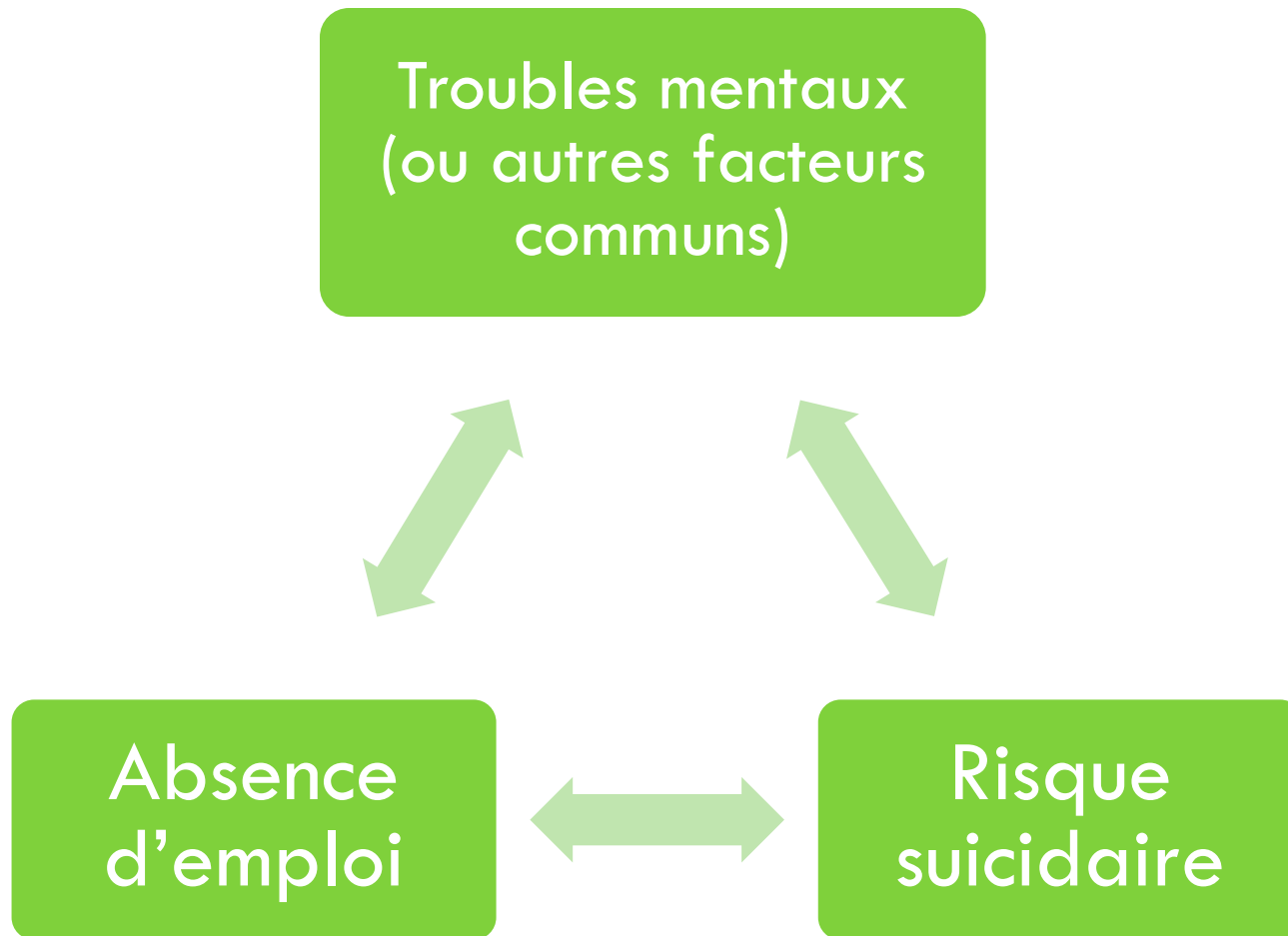
# Statut d'emploi et comportements suicidaires

- Être sans emploi augmente le risque de développer un problème de santé mentale et le retour au travail est suivi d'une diminution de ce risque (Murphy & Athanasou, 1999; Warr, 1987).
- Risque de suicide est 2 à 3 fois plus élevé chez les personnes sans emploi (Agerbo, 2005; Blakely et coll., 2003; Preti & Miotto, 1999; Jin & coll., 1995; Platt, 1984)
- Taux de tentatives de suicide sont jusqu'à 10 fois plus élevé chez les personnes sans emploi (Ostamo & coll., 2001).

# Statut d'emploi et comportements suicidaires



# Statut d'emploi et comportements suicidaires



# Problématique

- La restauration des capacités fonctionnelles, sociales et de travail a un rôle important dans le rétablissement à la suite d'une tentative de suicide.
- La qualité du suivi est cruciale pour favoriser la réintégration au sein du milieu de vie et diminuer le risque de récurrence
- À ce jour, aucune étude ne s'est intéressée au retour au travail suivant une tentative de suicide



# Santé mentale et travail

- Centralité du travail dans nos sociétés
  - Source de revenu, mais aussi...
  - Une des formes les plus importantes d'intégration sociale et de reconnaissance
  - Permet de se définir, de s'identifier et de construire son identité
  - Permet de s'accomplir, de se réaliser

# Santé mentale et travail

- L'impact du travail n'est jamais neutre...
  - Conditions favorables:
    - Lieu de protection face aux difficultés hors travail
    - Activité structurante qui permet le maintien de l'équilibre psychique
  - Conditions défavorables :
    - Source de stress peut contribuer au développement de problèmes de santé physique et mentale (épuisement, dépression)

# Santé mentale et travail

- Détérioration des conditions de travail et de la santé mentale des travailleurs entre 1991-2001 (N = 31571, 100 entreprises)

	<b>1991</b>	<b>2001</b>
Plus de 50h semaine	10 %	25 %
Stress lié à l'emploi (niveau élevé)	13 %	35 %
Surcharge des rôles (niveau élevé)	47 %	58 %
Satisfaction au travail (niveau élevé)	62 %	46 %
Sentiments dépressifs (niveau élevé)	24 %	36 %

# Absentéisme et problèmes de santé mentale

- Au Québec, nombre annuel moyen des journées d'incapacité pour un problème de santé mentale a plus que triplé entre 1992 et 1998 :
  - 7,0 vs 24,6 jours
- 30% à 50% des absences prolongées (plus de six mois) sont attribuables à des problèmes de santé mentale.
- Augmentation des indemnités versées par la CSST pour des lésions psychiques :
  - 1,5 millions \$ en 1990 vs 7,4 millions \$ en 2002

# Le retour au travail après un problème de santé

- La majorité des travaux concernent les problèmes de santé physique et les travailleurs accidentés
- Peu d'études sur le retour au travail après un problème de santé mentale
  - La plupart portent sur les difficultés d'insertion des personnes ayant des troubles mentaux sévères et persistants
  - Aucune portent sur le retour après une tentative de suicide

# Le retour au travail après un problème de santé

- Le retour au travail est influencé par des facteurs physiques, psychologiques, sociaux et économiques (Krause et coll., 2001) :
  - Caractéristiques des travailleurs
  - Nature et sévérité du problème
  - L'environnement de travail
  - Cadre administratif et légal
  - Traitements et soins reçus
  - Gestion du retour
  - Parcours personnel face à l'état de santé et la capacité de travail

# Le retour au travail après un problème de santé mentale

## Caractéristiques du travailleur Nature et sévérité du problème de santé

### Facteurs associés à un retour plus rapide

- ✓ Âgé  $\leq 50$  ans
- ✓ Éducation  $\leq$  sec. 5
- ✓ Marié ou en union libre
- ✓ Enfants à charge
- ✓ Poste permanent

### Facteurs associés à une absence prolongée

- ✓ Dépression ou dysthymie
- ✓ Désordre de l'anxiété
- ✓ Comorbidité
- ✓ Symptômes dépressifs modérés à sévères (BDI)
- ✓ Épisode et absence antérieur

Genre: résultats contradictoires  
Femmes absences plus fréquentes mais moins longues

# Le retour au travail après un problème de santé mentale

## Perception du problème de santé

### Facteurs associés à un retour plus rapide

✓ Perception d'un meilleur état  
de santé générale

### Facteurs associés à une absence prolongée

✓ Durée de l'absence estimée  
à plus de 3 mois par le  
travailleur

Relation problème de santé et travail =  
Pas d'effet significatif (2 études)



# Le retour au travail après un problème de santé mentale

## L'environnement de travail

### **Demande psychologique élevée**

- ✓ Santé mentale: aucun effet (2 étude;1 item)
- ✓ Santé physique: absence prolongée
- ✓ Augmente risque d'absence de 10jrs et +
- ✓ Interaction avec le niveau hiérarchique

### **Latitude décisionnelle**

- ✓ Niveau faible : 2 fois plus d'absence longue (4-21 jrs) et très longue (+ de 21 jrs)
- ✓ Niveau élevé : taux inférieurs d'absentéisme de courte et de longue durée

# Le retour au travail après un problème de santé mentale

## L'environnement de travail

### Soutien social

(collègues et  
superviseur)

- ✓ Diminution du soutien des collègues associée à une ↗ de 23 à 40% des d'absences 4-21 jrs.
- ✓ Hommes avec détresse psychologique élevée et soutien social élevé: 1,5 fois moins d'absences de 21 jrs et +
- ✓ Effet protecteur du soutien du superviseur : modère l'impact d'un niv. faible d'autonomie sur l'absentéisme

### Conflits

- ✓ Conflit avec le supérieur est associée avec une absence prolongée

# Le retour au travail après un problème de santé mentale

## Traitement médicaux et gestion administrative

### Facteurs associés à un retour plus rapide

- ✓ Traitement pharmacologique
- ✓ Traitement précoce: ↘ durée de l'absence d'environ 3 sem.
- ✓ Contact tél. superviseur + rencontre au retour (niveau dépression faible seulement)

### Facteurs qui nuisent au retour

- ✓ Effets secondaires de la médication
- ✓ Contestation de l'arrêt
- ✓ Pression pour retour anticipé
- ✓ Discontinuité des soins

Promotion d'un retour progressif par superviseur : pas d'effet

# Le retour au travail après un problème de santé mentale

- St-Arnaud et coll., 2003 : Entrevues rétrospectives avec 51 travailleurs ayant été en arrêt après un épuisement professionnel
  - Le retour au travail est un processus dynamique construit dans le temps au cours d'une interaction entre:
    1. Les événements qui ont précédé l'arrêt
    2. Le processus de restauration des capacités
    3. Les conditions du retour au travail.

# Gestion du retour au travail

- Facteurs facilitant (St-Arnaud et coll., 2003):
  - Modifications des conditions de travail
    - Changement de poste, de supérieur immédiat (conflits)
    - Réduction charge et temps de travail
    - Retour progressif (dans certaines conditions)
  - Rôle central du soutien social
    - Appui des supérieurs et collègues
    - Soutien des proches
  - Traitements pharmacologiques et psychothérapie
    - Redéfinition de son rapport au travail

# Gestion du retour au travail

- Difficultés (St-Arnaud et coll., 2003)
  - Conditions de travail
    - Retour dans les mêmes conditions
    - Assignation non désirée
  - Parcours médico-administratif
    - Contestation; retour trop rapide et imposé
    - Perte du contact avec médecin traitant
  - Rapports sociaux
    - Réactions négatives des collègues aux conditions d'insertion qu'ils voient comme des privilèges
    - Retour progressif: effets pervers lorsque collègues surchargés
  - Retour fragile
    - Perte d'estime de soi; sentiment de faiblesse, de culpabilité

# Le retour au travail : Synthèse

- Le risque d'absence prolongée et le retour au travail sont influencés par...
  - Caractéristiques de travailleurs
    - Âge, genre, statut marital, enfants, éducation, permanence
  - Problème de santé
    - Diagnostic, sévérité, comorbidité et récurrence.
  - Perception de l'état de santé et estimation du retour
  - Environnement de travail
    - Demande psychologique élevée, latitude décisionnelle et soutien social faible

# Le retour au travail: Synthèse

- Traitement et processus de rétablissement
  - Initiation précoce, traitement pharmaco, effets secondaires
  - Continuité des soins
- Gestion administrative de l'absence
  - Contestation, pression retour anticipé
  - Maintien d'un lien superviseur-employé
- Gestion du retour
  - Conditions de travail, assignation temporaire, retour progressif, aménagement de l'horaire de travail
  - Soutien social et perception des collègues
  - Parcours personnel: confiance et estime de soi, etc.



# Le retour au travail après une tentative de suicide

- Est-ce que les facteurs qui influencent le retour au travail après une tentative de suicide sont les mêmes que ceux après un problème de santé mentale ?
- Quelles sont les particularités propre aux vécus des personnes qui effectuent un retour au travail après une tentative de suicide ?
  - Est-ce que la personne rencontre les mêmes défis, vit les mêmes difficultés ?
  - Quelle est la réaction des collègues ?
  - Est-ce que la personne qui revient après une tentative vit davantage de stigma ?

# Le retour au travail après une tentative de suicide

- Étude en cours...
  - Échantillon projeté : 30 personnes qui sont retournées au travail après avoir fait une tentative au cours des 24 derniers mois. En emploi au moment de la tentative.
  - Collecte de données : Entrevues rétrospectives semi-structurées de 90-120 minutes, en personne ou par téléphone.
  - Groupe comparaison : personnes en arrêt de travail au cours des 24 derniers mois pour problème de santé mentale (sans comportements suicidaires).
  - Recrutement : syndicats et PAE, centres d'emploi, organismes communautaires en santé mentale et en prévention du suicide.

# Le retour au travail après une tentative de suicide

- Le cas de Marc
  - 47 ans; ouvrier depuis 14 ans
  - Satisfait et heureux dans son travail
  - Cumul d'événements de vie difficiles
    - Problème de santé chronique, rupture après 21 ans, décès parent, échecs amoureux.
  - 3 tentatives antérieures
    - Le milieu n'est pas au courant: lors de congés ou vacances

# Le retour au travail après une tentative de suicide

- Le cas de Marc
  - 4<sup>e</sup> tentative: 3 semaines d'hospitalisation
  - Arrêt de travail complet: 3 mois
  - Motif: Dépression majeure avec comportements suicidaires
  - Pendant l'arrêt: contacts limités aux ressources humaines
  - Retour progressif étalé sur 3 mois

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Un retour progressif contestée:

« D'un côté j'avais les boss qui voulait me convaincre de revenir à temps plein, de l'autre, j'avais la personne responsable santé-sécurité qui me disait qu'avec les médicaments que je prenais je n'étais pas apte à faire mon travail. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Un retour au travail vital :

« C'était vraiment important pour moi. Je sortais de chez-nous, je reprenais ma vie normale. Je n'avais plus de satisfaction, je n'avais plus de vie. »

« S'ils m'auraient arrêté encore, je pense que j'aurais réessayé. Si je reste chez nous, les idées restent noires. ...Ma vie c'est le travail. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

□ Avoir à refaire ses preuves:

« Je me sentais tellement mal de rentrer dans une shop ou j'avais à refaire mes preuves comme quoi j'étais capable de travailler. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ L'accueil des collègues:

« Mes premières demi-journées, la première chose que mes collègues m'ont dit c'est « t'as eu des vacances toute l'été » pis blablabla. »

« Eux autres dans leur tête, tu ne peux pas être en dépression. C'est illogique, ça n'existe pas. »



# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ La loi du silence:

« À mon retour au travail, le monde le savait.

D'habitude je rentrais, tout le monde me donnait des petits noms. Pis là je suis rentré pis tout le monde avait de la misère à me dire bonjour. ...Y avait pu de communication. »

« ... J'ai essayé de m'informer sur ce qui se passait mais personne ne voulait me répondre. Avec le temps j'ai su que ça s'était su. Tout finit par se savoir dans c't'usine -là »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ L'impact du stigma:

« ... je vais lâcher la job, je ne me sens plus bien là. Je me sens tout seul à la job. Mes collègues de travail ne me parlent plus. J'avais de la misère, je trouvais ça dur parce que ce n'était pas la relation qu'on avait avant. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Un superviseur à l'écoute:

« Lui je l'ai rencontré quand je suis rentré. Je lui ai expliqué. C'a été la seule personne qui a été vraiment à l'écoute, ouvert. Contrairement à d'autres personnes de la shop, il ne m'a pas jugé, il ne m'a pas mis à part. »

« à tous les jours il venait me voir : comment ça va, le moral es-tu bon, si y a quelque chose tu te gênes pas tu viens me voir, t'attend pas d'être rendu au bout, je ne veux pas que tu fasses de conneries. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Une stratégie gagnante : briser le silence

«Je pense que d'en parler, oui il y a du monde qui reste bête, qui reste surpris. Mais je pense que d'en parler c'est la meilleure chose que tu peux faire. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

- Rétablir les faits dans l'espoir d'être compris :  
« Faut que tu fasse comprendre que c'est une affaire qui est vraie, ce n'est pas « fake ». Si je leur conte mon histoire peut-être qu'il vont comprendre un peu plus. »
- « ... les gens le plus réticents vis-à-vis de moi, je vais changer ma tactique, je vais leur en parler. Je vais leur dire par où j'ai passé, qu'est-ce qui m'est arrivé. Peut-être qu'ils vont comprendre après. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Le désir d'un retour à la normale:

« Je voulais que ça redevienne comme avant. »

« Je leur disais (collègues) : « je ne veux pas que vous soyez autrement avec moi, je vous sens, je le ressens que vous n'êtes pas pareil. ...Je suis la même personne et j'aimerais qu'on me reparle comme qu'on me parlait avant. »

# Le retour au travail après une tentative de suicide

## □ Un retour presque à la normal...

« Après un an, ça recommence à revenir la situation, le monde recommence à me parler mais les activités qu'on pouvaient faire avant entre collègue de travail, ça il n'y en a plus. »

« ça serait le fun que ça revienne mais je ne me fais pas d'idée. Je l'accepte... »

## □ S'impliquer pour pouvoir partager son vécu et changer les choses...

# Conclusion

- Retour après TS : impact important sur les relations avec les collègues (stigma, isolement)
- Briser le silence: L'importance de sensibiliser les collègues lorsque la tentative est connue (ou rumeurs)
- L'importance du soutien de la part du superviseur (écoute, proactif)
- Faire un suivi après de la personne à chaque étape du processus de retour, l'inclure dans les décisions



# Conclusion



Intéressés à collaborer à la poursuite  
de cette étude ?

Contactez-moi:

Francis Roy

[roy.francis.2@courrier.uqam.ca](mailto:roy.francis.2@courrier.uqam.ca)