



Recherche en un coup d'œil

Le bien-être au travail: une question de choix pour un meilleur avenir

MOTS CLÉS : Programmes de bien-être au travail, stress, traumatismes liés au stress du travail

Pourquoi nous avons effectué cette étude

Les problèmes de santé psychologique, comme la dépression et les traumatismes liés au stress, sont une des principales causes d'incapacité dans la fonction publique fédérale. Certains membres du personnel du Service correctionnel du Canada (SCC) enregistrent des niveaux élevés de stress professionnel en raison de leur travail auprès des délinquants. D'autres employés du SCC subissent un stress attribuable aux pressions de la charge de travail et aux exigences organisationnelles.

Pour résoudre les problèmes de stress professionnel, un grand nombre d'organisations élaborent des programmes de bien-être au travail.

Ce que nous avons fait

Dans le cadre de cette étude, l'auteur a effectué une analyse bibliographique des programmes de bien-être au travail et procédé à un sondage auprès de 63 ministères et organismes fédéraux ainsi que 13 ministères des services correctionnels provinciaux et territoriaux pour déterminer les différents types de programmes de bien-être qu'ils offraient. Il a également demandé des renseignements à la GRC et aux forces armées canadiennes, compte tenu des événements stressants auxquels font face régulièrement policiers et soldats.

Ce que nous avons constaté

La plupart de leurs interventions en milieu de travail se classait dans l'une des quatre grandes catégories suivantes :

- apprentissage et perfectionnement (stratégies éducatives faisant la promotion du bien-être des employés);
- activités de conditionnement physique;
- activités de dépistage et de promotion de la santé (mesure de la pression artérielle et de la glycémie, vérification de la fréquence cardiaque et programmes de vaccination);
- programmes de reconnaissance des employés.

Les Forces armées canadiennes ont pu mettre en œuvre des programmes d'« inoculation contre le stress » afin de réduire le risque de traumatismes psychologiques ainsi que des programmes d'entraide entre pairs pour les soldats souffrant de traumatismes attribuables au stress.

La GRC fait face aux traumatismes causés par le stress professionnel en améliorant les services psychologiques (prévention, détection, éducation et dépistage), en recourant à des aumôniers et à des programmes d'entraide également entre pairs et en favorisant la participation des familles aux séances d'éducation et d'information.

Au regard de la littérature actuelle, les programmes efficaces de bien-être au travail sont des initiatives globales à long terme bénéficiant d'un financement adéquat, faisant appel à des intervenants clés et qui comptent un « champion » au sein de l'organisation.

Ce que cela signifie

Il est important que les chercheurs continuent d'analyser le contexte pour recenser les tendances nouvelles et émergentes, les idées originales et les différentes façons de relever les défis. Nous avons constaté que même si le SCC a déjà certains éléments de programmes de bien-être au travail, certaines des initiatives promulguées dans d'autres ministères pourraient également l'intéresser.

Pour de plus amples renseignements

Bensimon, P. *Le bien-être au travail : une question de choix pour un meilleur avenir*, Ottawa (Ontario), Service correctionnel du Canada, 2010.

Pour obtenir une version PDF du rapport intégral, veuillez écrire à recherche@csc-scc.gc.ca.

Préparé par : Philippe Bensimon, Ph.D.

Pour nous joindre

Direction de la recherche
613-996-3287

recherche@csc-scc.gc.ca