

Santé mentale en entreprise :

Prêt à passer du Révélateur désigné coupable à l'Acteur santé de ses salariés ?

Sophie Bayle - Publié le 28 mars 2022



Selon l'Organisation mondiale de la santé, une personne sur quatre est confrontée à des troubles de sa santé mentale au cours de sa vie

Depuis 7 ans, les Français ont enchaîné les expériences psychologiques extrêmes comme autant d'atteintes sévères aux valeurs fondatrices de leur Liberté - Egalité - Fraternité :

- attentats terroristes répétés en 2015
- fracture sociale soldée par les chars d'assaut dans la capitale face aux gilets jaunes en 2018,
- pandémie mondiale et les joies des premiers confinements universels en 2020,
- poursuivant aujourd'hui en 2022 par la menace d'une troisième guerre mondiale...

Longtemps solides, les rôleurs gaulois épicuriens mettent aujourd'hui un genou à terre : leur santé mentale se détériore, au travail encore plus qu'ailleurs.

Le phénomène est même planétaire puisque l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a tiré le signal d'alarme le 22 juillet 2021 : La pandémie de Covid-19 aura [un impact "à long terme et d'une grande portée" sur la santé mentale.](#)

A l'échelle nationale, une [enquête de Santé publique France](#), mise en ligne le 23 décembre 2021, a révélé à quel point **la santé mentale des Français avait décliné** depuis le début de la pandémie. D'après cette étude, 18% d'entre eux présenteraient des signes de troubles dépressifs et 23% un état anxieux, soit respectivement 8 et 9 points de plus qu'avant l'épidémie.

Managers et DRH en première ligne

Contrôle excessif, perte de sens dans ses missions professionnelles, e-réunionite et perte d'ancrage physique du collectif au bureau... **Managers et DRH se sont retrouvés très exposés. Le nombre de collaborateurs en arrêt de travail a augmenté de 30%** entre janvier et mai 2021, selon la mutuelle santé Malakoff Humanis qui a enquêté pour mesurer l'impact de la crise sanitaire sur l'absentéisme et les risques psychosociaux. En 2020, **le taux d'absentéisme a bondi de 20 %** par rapport à 2019. Pis, d'après les statistiques de la Dares (ministère du Travail), [les démissions ont explosé en 2021 par rapport à 2019 : de + 10 % à + 20 %](#) selon la taille de l'entreprise, notamment chez les salariés « précédemment en activité partielle ».

Si la santé mentale en entreprise gagne en visibilité, le sujet reste tabou : [selon l'enquête Opinion Ways pour Psychodon](#) 76% des collaborateurs considèrent que leur employeur est responsable de la santé mentale de ses salariés, alors que 73 % des salariés sont convaincus qu'évoquer leur trouble psychique embarrasserait leur management (ce pourcentage monte à 85 % en Île-de-France). **Les directions des ressources humaines peinent encore à définir le rôle de l'entreprise et à trouver des solutions concrètes** de prévention et d'accompagnement pour aider les salariés. Ils attendent souvent qu'il soit trop tard avant de se manifester.



Faire de la santé mentale un facteur d'attraction de la marque employeur

Certains se saisissent du sujet et agissent pour faire de l'entreprise, autrefois dénoncée comme révélatrice, voire cause des troubles psychologiques, un espace acteur de la santé mentale de ses salariés.

Et cela tombe bien : le bouleversement du monde du travail, accéléré par la pandémie, a révélé de **nouvelles attentes de la part des salariés** : [selon l'enquête Opinion Ways pour Psychodon](#) alors que 76 % d'entre eux souhaitent que leur employeur agisse pour leur santé mentale, l'engagement concret des entreprises est jugé insuffisant. **L'accès à un accompagnement psychologique est même devenu un critère de sélection des talents** de la génération Z : 60 % d'entre eux le prennent en compte dans leur processus de sélection d'un employeur.

Initiatives :

Positionner l'employeur comme un pourvoyeur de solutions pour conduire au bien-être

Coaching personnalisé, individuels et confidentiel

Pour accompagner ses collaborateurs et les aider à gérer leur stress, le groupe pharmaceutique Baxter a mis en place une ligne d'écoute avec une plate-forme. L'idée est de proposer aux salariés d'auto-évaluer leur état mental en répondant à un questionnaire, d'accéder à des fiches conseils, à des conférences sur le télétravail ou encore le management.

« Il faut donner du sens aux collaborateurs tout en leur permettant de se préserver, de rester efficaces », explique Mélanie Lidzborski, directrice des ressources humaines France du groupe. L'entreprise propose également depuis début 2021 des accompagnements personnalisés et individuels sous forme de coaching (cf l'article du Parisien ci-dessous).

Téléconsultations gratuites avec un psychologue, cours de fitness et de bien-être mental

L'entreprise de santé Roche Diabetes Care France a, elle aussi, décidé de créer des espaces de discussions en proposant des téléconsultations gratuites ainsi qu'une permanence téléphonique avec un psychologue. Pour aider ses salariés à se sentir mieux, une plate-forme digitale « Live Well » a également été créée.

Des start-ups dédiées à la santé mentale des salariés

[AlanMind](#) mise sur « L'entreprise de demain, championne de la santé mentale » et vise à devenir le leader de la santé mentale en Europe et a lancé en septembre dernier un nouveau service digital complet dédié à la santé mentale des collaborateurs en entreprise.

[Holivia](#) propose une culture positive et holistique du bien-être personnel au sein de l'entreprise pendant que [Icas prévention RPS](#) veut faire de la prévention de la santé mentale, incluant les risques psychosociaux (RPS), un acte de management bienveillant.



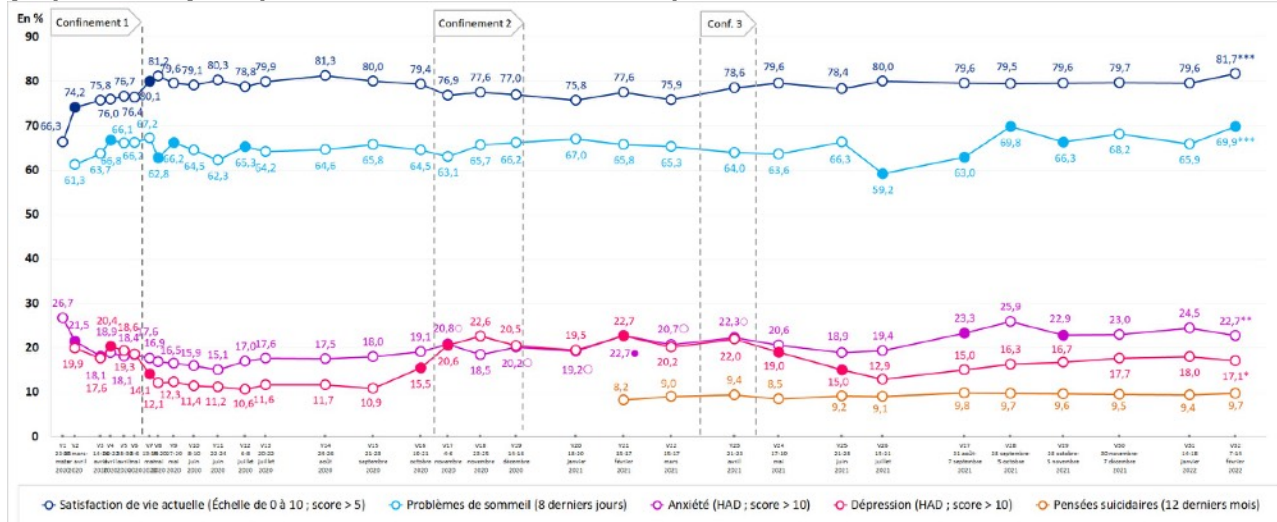
Annexe 1 : Le sujet de la santé mentale en entreprise fait la UNE en 2022

- **Le Parisien** titre le 26 janvier 2022 : « **Télétravail et santé mentale, le grand défi des Ressources Humaines.** Certaines entreprises multiplient les initiatives en faveur de la santé mentale de leurs employés. » <https://www.leparisien.fr/teletravail-et-sante-mentale-le-grand-defi-des-ressources-humaines-26-01-2022.php>
- **Le Monde** titre le 24 février 2022 : « **Santé psychologique au travail et Covid-19** » : des pistes pour faire face au bouleversement de la vie professionnelle » <https://www.lemonde/2022/02/24/sante-psychologique-au-travail-et-covid-19-des-pistes-pour-faire-face-au-bouleversement-de-la-vie-professionnelle.html>
- **Franceinfo** titre le 16 mars 2022 : Présidentielle 2022 : **pourquoi franceinfo se focalise sur le tabou de la santé mentale** - La pandémie de Covid-19 a renforcé les troubles psychiques, dont une personne sur quatre est atteinte à un moment de sa vie, selon l'Organisation mondiale de la santé. https://www.francetvinfo.fr/sante/psycho-bien-etre/sante-mentale/presidentielle-2022-pourquoi-franceinfo-se-focalise-sur-le-tabou-de-la-sante-mentale_4929041.html
- **Les Échos Entrepreneurs** titrent le 22 mars 2022 : « **Démotivation : les salariés zombies, nouveau fléau des PME** ». <https://business.lesechos.fr/entrepreneurs/ressources-humaines-demotivation-les-salaries-zombies-nouveau-fleau-des-pme.php>

Annexe 2 : L'état des lieux : 1 personne sur 4 souffre d'anxiété (2 fois plus qu'avant la pandémie) Jeunes, femmes et précaires sont les plus touchés

Selon la dernière vague de l'enquête CoviPrev, le niveau des indicateurs de santé mentale observé lors du premier confinement en mars 2020 s'est maintenu (les derniers chiffres datent de février 2022), promettant une détresse durable : 70% des personnes interrogées déclarent des problèmes de sommeil, 23% d'anxiété, 17% de dépression et 10% ont des pensées suicidaires.

Prévalences et évolutions des indicateurs de santé mentale et des problèmes de sommeil (% pondérés). Enquête CoviPrev, France métropolitaine, février 2022



Les arrêts pour motifs psychologiques ont été particulièrement nombreux dans les plus grandes entreprises. 35% des personnes sondées se disent stressées, à bout de forces (24%), tandis que près d'un tiers craint de perdre son emploi, relève encore le mutualiste. 29% des salariés ont ressenti plus de stress pendant la pandémie et 14% affirment avoir développé des habitudes addictives tels que le tabac ou l'alcool.

Ces difficultés ne datent pas de la pandémie. Les troubles relevant de la santé mentale (anxiété, épisode dépressif non-caractérisé) et de la psychiatrie (dépression, addictions, troubles du comportement, bipolarité...) se classent au troisième rang des affections les plus récurrentes, après les cancers et les problèmes cardio-vasculaires, selon l'OMS.

Une personne sur quatre en moyenne y sera confrontée au cours de sa vie, prévenait déjà l'organisation des Nations unies en 2001.

Mais la situation sanitaire a exacerbé ces problématiques. Près d'un adulte sur cinq (17%) en France montre des signes d'un état dépressif, et près d'un sur quatre (23%) témoigne d'un état anxieux, selon la dernière vague de l'enquête CoviPrev de Santé publique France, réalisée en février. Ils n'étaient respectivement que 10% et 14% avant la pandémie. Par ailleurs, 10% des Français ont eu des pensées suicidaires au cours de l'année 2021, selon cette même enquête. Soit deux fois plus qu'avant le Covid-19. Les plus jeunes, les femmes et les personnes précaires ont été particulièrement touchés.

Le chiffre : un malade sur deux n'est pas soigné

En dépit de cette large prévalence des troubles psychiques, 40% à 60% des personnes qui en font l'expérience ne sont pas prises en charge, selon la Mutualité française, une fédération de mutuelles. Pourtant, il s'agit de la catégorie de pathologies qui représente le coût le plus élevé pour l'Assurance-maladie, rappelle le ministère de la Santé.

Une faible prise en charge d'autant plus dommageable que les troubles psychiques sont intimement liés aux autres formes de maladies. Les personnes dépressives ont par exemple 30% de chances en moins d'être en bonne santé cardiovasculaire, note l'Inserm.