

Le stress au travail dans le Bas-Saint-Laurent

Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes¹, 2005

« Le stress au travail est défini comme les réactions physiques et émotives nocives qui se déclenchent lorsque les exigences de l'emploi ne correspondent pas aux capacités, aux ressources et aux besoins du travailleur. C'est une réalité qui est reconnue partout dans le monde comme un grave problème pour la santé physique et mentale des personnes et pour la santé des organisations. Les travailleurs stressés sont aussi plus susceptibles d'être en mauvaise santé, peu motivés, moins productifs et moins prudents au travail [...]. Selon certaines estimations, le stress lié au travail coûte à l'économie nationale un montant exorbitant en indemnités pour cause de maladie, en perte de productivité, en soins de santé et en frais de litige. [...] »

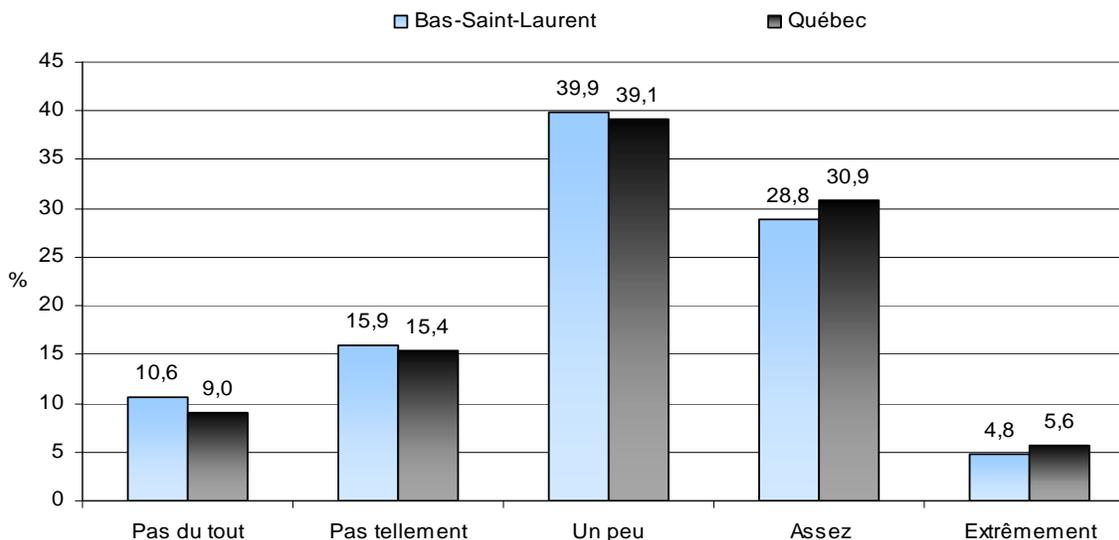
J. Park, « Stress au travail et rendement », *Perspective*, décembre 2007, p. 5-19 (Statistique Canada, n° 75-001-XIF au catalogue)

Le stress au travail dans la vie quotidienne

Dans la dernière enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2005, au Bas-Saint-Laurent, on constate que deux personnes sur trois, âgées de 15-74 ans ayant travaillé au cours des douze mois précédant l'enquête, vivaient peu de stress au travail (66 % ont vécu des journées un peu, pas tellement ou pas du tout stressantes), dans leur vie de tous les jours. Cette proportion est de 64 % pour la population des travailleurs québécois.

Par contre, 29 % des gens de la région considéraient vivre des journées assez stressantes au travail, tandis que 5 % des Bas-Laurentiens âgés de 15-74 ans jugeaient leurs journées au travail extrêmement stressantes. Ces proportions sont respectivement de 31 % et de 6 % pour la population québécoise. Aucune différence significative sur le plan statistique n'a été notée entre le Bas-Saint-Laurent et le Québec.

Graphique 1
Répartition des travailleurs de 15-74 ans détenant un emploi dans les douze mois précédant l'enquête, selon leur perception du stress au travail dans leur vie quotidienne, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005



¹ Note méthodologique : tout au long de l'année 2005, des enquêteurs de Statistique Canada ont fait compléter des questionnaires portant sur leur santé à quelque 132 000 personnes à la grandeur du Canada, dont 3 518 seulement au Bas-Saint-Laurent, soit en moyenne 440 par territoire de MRC. L'enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2005 (cycle 3.1) s'adressait à la population de 12 ans ou plus vivant dans des logements privés. Parmi les personnes du Bas-Saint-Laurent ayant participé à cette vaste enquête, 765 ont été interviewées en face à face, généralement à leur domicile, et 2 753 par téléphone. Le taux de réponse combiné à l'enquête s'établit à 79,6 %.

Le stress au travail dans la vie quotidienne selon les MRC

Au Bas-Saint-Laurent, environ une personne sur trois (34 %) considère vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, cette proportion est légèrement plus faible que celle du Québec (37 %). Quant aux données selon les MRC du Bas-Saint-Laurent, elles présentent quelques différences à ce sujet. En effet, en 2005, 31 % de la population de la MRC de Rivière-du-Loup ou de La Matapédia considèrent vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, comparativement à 43 % pour la MRC de Matane. Les autres MRC présentent des proportions variant entre 32 % et 34 %. Ces écarts ne sont tout de même pas significatifs sur le plan statistique.

Quand on examine de près les données selon le sexe pour le Bas-Saint-Laurent, on remarque une différence significative au niveau du stress vécu quotidiennement au travail chez les hommes. Effectivement, ceux de la région sont moins nombreux à vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail que leurs vis-à-vis québécois (30 % contre 35 %). Chez les femmes, la proportion est légèrement supérieure pour les Bas-Laurentiennes, lorsqu'on les compare aux Québécoises (respectivement 39 % et 38 %). Enfin, comme la MRC de Matane présente la plus forte proportion de personnes vivant des journées stressantes au travail de façon générale, cela se répercute également sur les données selon le sexe : on constate que les femmes, autant que les hommes, de cette MRC, ont tendance à être les plus nombreux (respectivement 51 % et 37 %, sexes réunis : 43 %) à vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, comparativement à la population des autres MRC du Bas-Saint-Laurent et de la province. Ces différences ne sont toutefois pas significatives sur le plan statistique.

Graphique 2

Répartition des travailleurs de 15-74 ans considérant vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, territoires de MRC du Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

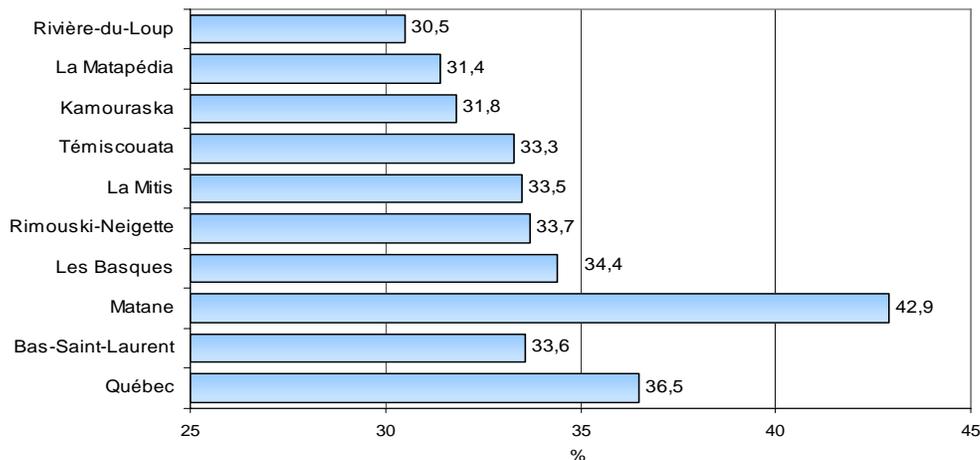


Tableau 1

Répartition des travailleurs de 15-74 ans considérant vivre des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, selon le sexe, territoires de MRC du Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Territoires de MRC	Sexe		Total
	Hommes	Femmes	
La Matapédia	* 27,7	36,8	31,4
Matane	* 36,7	51,3	42,9
La Mitis	31,3	36,6	33,5
Rimouski-Neigette	* 27,5	40,4	33,7
Les Basques	* 32,2	* 37,5	34,4
Rivière-du-Loup	30,7	* 30,1	30,5
Témiscouata	* 29,7	37,5	33,3
Kamouraska	* 25,9	39,0	31,8
Bas-Saint-Laurent	29,7 (-)	38,5	33,6
Québec	35,1	38,3	36,5

(-) Valeur significativement plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

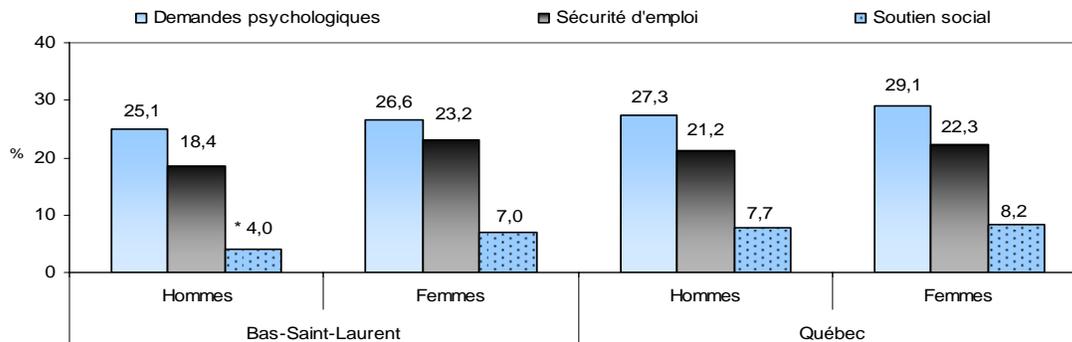
Le stress au travail : les demandes psychologiques, la sécurité d'emploi et le soutien social*

En analysant les données selon le sexe, au Bas-Saint-Laurent, on note que les hommes ressentent moins de stress au travail, en général, que les femmes sur le plan psychologique, c'est-à-dire la charge de travail et la présence de demandes conflictuelles. Elles sont aussi plus nombreuses que les hommes à vivre un niveau élevé de stress lorsqu'il s'agit de faire face à la menace de perdre son emploi et au fait de ne pas recevoir d'aide de la part de collègues ou superviseurs ou d'être exposés aux conflits au travail (soutien social). Une différence particulière entre les hommes et les femmes est remarquée au sujet de la sécurité d'emploi. Ces dernières ont tendance à être plus nombreuses que les hommes à vivre des journées assez ou extrêmement stressantes à cause de la sécurité d'emploi. De façon générale, les Bas-Laurentiens vivent moins de stress au travail que leurs homologues québécois, sur les plans psychologique, de la sécurité d'emploi et du soutien social. Lorsque comparée au Québec, seule la proportion concernant la sécurité d'emploi est légèrement plus élevée chez les femmes de la région que chez celles de la province (respectivement 23 % et 22 %). On ne note cependant aucune différence significative sur le plan statistique entre les sexes pour ces trois types de stress au travail.

Les données analysées selon les groupes d'âge démontrent que le niveau de stress augmente légèrement pour la population de travailleurs âgés de 30 à 44 ans et de 45 à 59 ans. Les travailleurs de moins de 30 ans ainsi que ceux de 60 ans et plus sont ceux chez qui le niveau élevé de stress est le plus faible, pour ces trois types de stress au travail. La situation est similaire pour le Québec.

*Voir les définitions des types de stress au travail et le calcul des niveaux de stress à la page 8.

Graphique 3
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant un niveau élevé de stress, selon le type de stress et selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005



* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

Tableau 2
Répartition des travailleurs de 15-74 ans selon le niveau de stress au travail et selon les groupes d'âge, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Indicateurs de stress / Niveau	Bas-Saint-Laurent					Québec				
	Groupes d'âge					Groupes d'âge				
	15-29	30-44	45-59	60-74	Total	15-29	30-44	45-59	60-74	Total
<i>Demandes psychologiques - charge de travail</i>										
Bas	14,6	13,5	15,6	* 14,8	14,6 (-)	18,2	14,8	18,8	27,6	17,8
Moyen	63,0 (+)	58,1	56,9	66,1	59,6 (+)	56,5	53,3	53,2	52,0	54,1
Élevé	22,4	28,4	27,5	* 19,1	25,8	25,3	31,9	28,0	20,3	28,1
<i>Sécurité d'emploi</i>										
Bas	72,8	67,2	72,8	77,6	71,4	68,7	67,4	72,5	70,1	69,5
Moyen	* 7,1	* 9,9	* 7,3	**	8,1	10,6	9,0	6,8	9,1	8,8
Élevé	20,1	22,9	19,9	* 14,5	20,6	20,7	23,6	20,6	20,8	21,7
<i>Soutien social</i>										
Bas	44,3	35,1	36,8	45,1	39,0	41,9	35,7	37,5	40,4	38,4
Moyen	51,3	58,6	57,5	51,3	55,6	52,2	55,5	53,3	52,6	53,7
Élevé	* 4,4	* 6,2	* 5,7	**	5,4	5,9	8,8	9,2	* 7,0	8,0

(+)(-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

** Coefficient de variation supérieur à 33,3 %. La valeur n'est pas assez fiable pour être publiée.

Le stress au travail : le pouvoir décisionnel*

Un second type de stress au travail est lié au pouvoir décisionnel, c'est-à-dire la marge de manœuvre possible ainsi que la possibilité d'avoir son mot à dire dans le déroulement des événements au travail. Chez les hommes, trois travailleurs sur cinq au Bas-Saint-Laurent et au Québec considèrent qu'ils vivent des journées assez ou extrêmement stressantes au travail parce qu'ils vivent des situations où ils n'ont peu ou pas de pouvoir décisionnel concernant l'évolution de leur travail ou leur façon de travailler. Chez les femmes, cette proportion est de 56 % au Bas-Saint-Laurent et de 53 % au Québec. Sans que ce ne soit significatif sur le plan statistique, les femmes de la région ont donc tendance à vivre davantage de stress à ce sujet que les femmes de la province.

Concernant les données selon les groupes d'âge, les proportions du niveau élevé de stress au travail augmentent en fonction de l'âge des travailleurs lorsqu'il est question de pouvoir décisionnel au travail. Les jeunes travailleurs ressentent donc moins de stress que les travailleurs plus âgés. Cette tendance est la même au Québec à ce sujet. Une différence significative est remarquable chez les travailleurs de 15-29 ans, où un peu plus de la moitié (53 %) vivent un niveau élevé de stress concernant le pouvoir décisionnel au travail, comparativement à 46 % chez les 15-29 ans du Québec.

*Voir les définitions des types de stress au travail et le calcul des niveaux de stress à la page 8.

Graphique 4
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant un niveau élevé de stress relatif au pouvoir décisionnel, selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

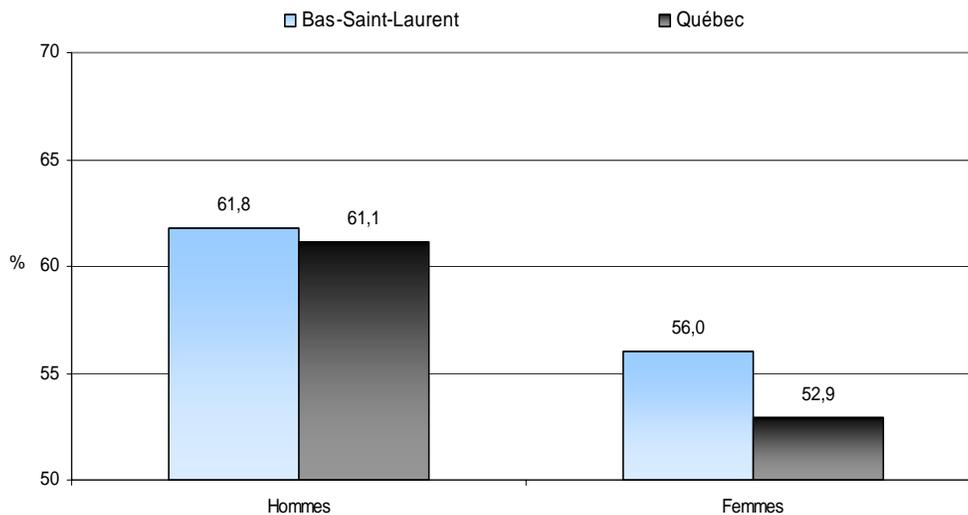


Tableau 3
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant selon le niveau de stress relatif au pouvoir décisionnel, selon les groupes d'âge, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Indicateur de stress / Niveau	Bas-Saint-Laurent					Québec				
	Groupes d'âge					Groupes d'âge				
	15-29	30-44	45-59	60-74	Total	15-29	30-44	45-59	60-74	Total
<i>Pouvoir décisionnel - latitude de décision</i>										
Bas	11,6	* 7,4	* 7,2	**	8,3	13,5	9,1	8,6	* 5,0	10,0
Moyen	35,2	34,2	30,0	* 24,1	32,5	40,7	31,7	27,5	25,1	32,7
Élevé	53,2 (+)	58,4	62,7	73,4	59,2	45,8	59,2	64,0	70,0	57,3

(+) Valeur significativement plus élevée que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

** Coefficient de variation supérieur à 33,3 %. La valeur n'est pas assez fiable pour être publiée.

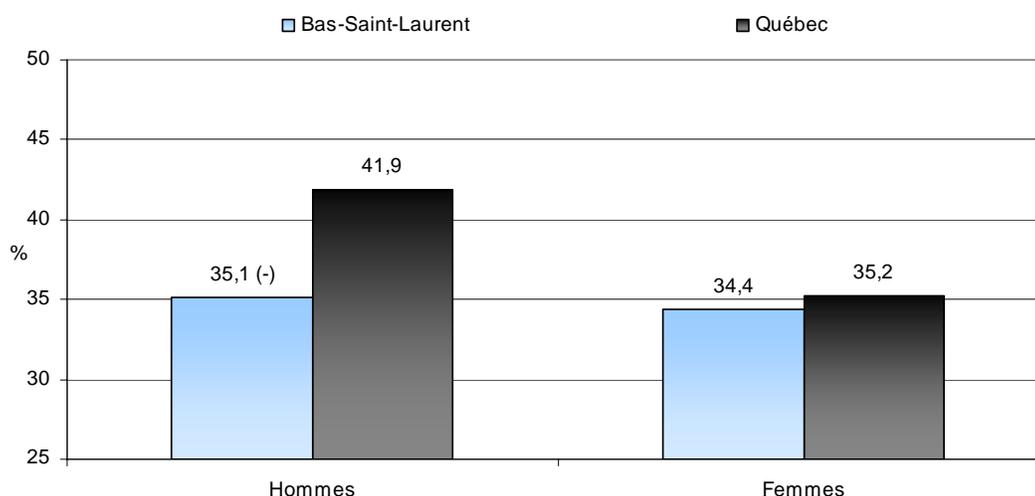
Le stress au travail : les aptitudes et les compétences*

Ce type de stress est induit par le fait que le travail exige un degré élevé d'acquisition de nouvelles connaissances ou un niveau élevé de compétences. Au Bas-Saint-Laurent, on note des proportions semblables chez les hommes et les femmes qui considèrent vivre un niveau élevé de stress au travail à ce sujet, soit respectivement de 35 % et 34 % chez les travailleurs de 15-74 ans. Au Québec, les hommes sont significativement plus nombreux que leurs homologues de la région à vivre un niveau élevé de ce type de stress au travail (QC : 42 % et BSL : 35 %). Du côté des femmes, la situation est similaire pour la région et la province (BSL : 34 % et QC : 35 %).

Selon les groupes d'âge, dans la région, on remarque que les 30-44 ans et les 45-59 ans sont proportionnellement plus nombreux à vivre un niveau élevé de stress au travail (38 % et 36 %), relativement aux aptitudes et compétences requises au travail. Les personnes de 60-74 ans sont celles qui semblent être le moins exposées à ce type de stress au travail (le niveau élevé est de 24 %). Au Québec, un travailleur sur trois âgé de 15-29 ans ou de 60-74 ans considère vivre un niveau élevé de stress au travail (32 % et 34 %) dans de plus faibles proportions que les autres travailleurs, concernant les aptitudes et compétences requises. De façon significative, le groupe des Bas-Laurentiens de 30-44 ans compte proportionnellement moins d'individus vivant un niveau élevé de stress relatif aux aptitudes et compétences requises au travail, comparativement aux 30-44 ans du Québec. En général, la population du Bas-Saint-Laurent se classe significativement en plus grande proportion au niveau moyen de stress (BSL : 54 % et QC : 50 %) et en plus faible proportion que le Québec au niveau de stress élevé pour ce type de stress au travail (BSL : 35 % et QC : 39 %).

*Voir les définitions des types de stress au travail et le calcul des niveaux de stress à la page 8.

Graphique 5
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant un niveau élevé de stress relatif aux aptitudes et compétences requises au travail, selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005



(-) Valeur significativement plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

Tableau 4
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant selon le niveau de stress relatif aux aptitudes et compétences requises au travail, selon les groupes d'âge, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Indicateur de stress / Niveau	Bas-Saint-Laurent					Québec				
	Groupes d'âge					Groupes d'âge				
	15-29	30-44	45-59	60-74	Total	15-29	30-44	45-59	60-74	Total
<i>Compétences - aptitudes requises</i>										
Bas	12,2	* 9,0	10,6	* 17,7	11,0	15,4	9,7	9,8	11,8	11,5
Moyen	56,1	53,1 (+)	53,0	58,4	54,3 (+)	52,2	46,7	49,7	54,5	49,7
Élevé	31,7	38,0 (-)	36,4	* 23,9	34,7 (-)	32,4	43,7	40,5	33,6	38,8

(+)(-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

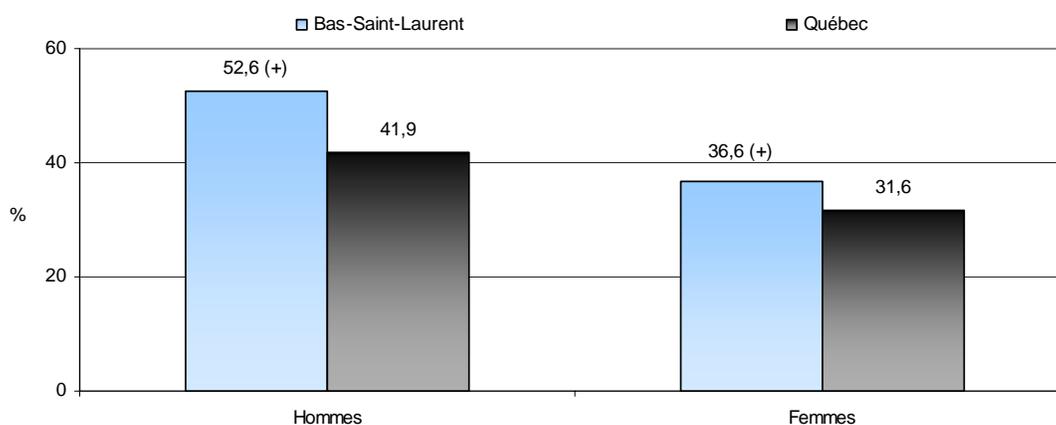
Le stress au travail : les exigences physiques*

Les exigences physiques peuvent être une source de stress au travail lorsque celles-ci deviennent une préoccupation face aux dangers physiques et aux blessures potentielles sur les lieux de travail. Les hommes du Bas-Saint-Laurent sont significativement plus nombreux (53 %) à considérer vivre un niveau élevé de stress face aux exigences physiques lorsqu'on les compare aux hommes du Québec (42 %). Cette différence est aussi notable du côté des femmes, avec des proportions de 37 % dans la région contre 32 % pour la province, différence qui est également significative sur le plan statistique.

Dans la région, les personnes de 60-74 ans sont moins nombreuses à vivre un niveau élevé de stress au travail à propos des exigences physiques (37 %). Au niveau provincial, ce sont les gens âgés de 60-74 ans et aussi ceux de 45-59 ans qui sont les moins nombreux à vivre un tel niveau de stress (32 % chacun). Dans la région, les proportions les plus élevées de personnes vivant un niveau élevé de stress en rapport avec les efforts physiques exigés par leur travail sont celles âgées de 15-29 ans (50 %), suivies des 30-44 ans et des 45-59 ans (44 % chacun, proportions statistiquement différentes lorsque comparées au Québec). La situation est quelque peu différente pour le Québec : les 15-29 ans sont les plus nombreux (46 %), suivis des 30-44 ans (36 %). Les personnes des groupes d'âges de 45-59 et de 60-74 ans sont moins nombreuses à vivre un niveau élevé de stress relatif aux exigences physiques au travail (32 % chacun). De façon générale et significative sur le plan statistique, le niveau élevé de stress en lien avec les efforts physiques exigés au travail est perçu de façon plus importante dans la région comparativement à la province (45 % c. 37 %).

*Voir les définitions des types de stress au travail et le calcul des niveaux de stress à la page 8.

Graphique 6
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant un niveau élevé de stress relatif aux exigences physiques, selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005



(+) Valeur significativement plus élevée que celle du Québec, au seuil de 0,05.

Tableau 5
Répartition des travailleurs de 15-74 ans présentant selon le niveau de stress relatif aux exigences physiques, selon les groupes d'âge, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Indicateur de stress / Niveau	Bas-Saint-Laurent					Québec				
	Groupes d'âge					Groupes d'âge				
	15-29	30-44	45-59	60-74	Total	15-29	30-44	45-59	60-74	Total
<i>Exigences physiques</i>										
Bas	37,2	46,6 (-)	47,3 (-)	50,2	44,3 (-)	42,3	55,7	59,1	60,4	53,1
Moyen	12,5	* 9,7	* 8,7	* 13,2	10,4	12,2	8,8	8,9	7,8	9,8
Élevé	50,3	43,7 (+)	44,0 (+)	36,6	45,3 (+)	45,5	35,5	32,0	31,8	37,2

(+)(-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

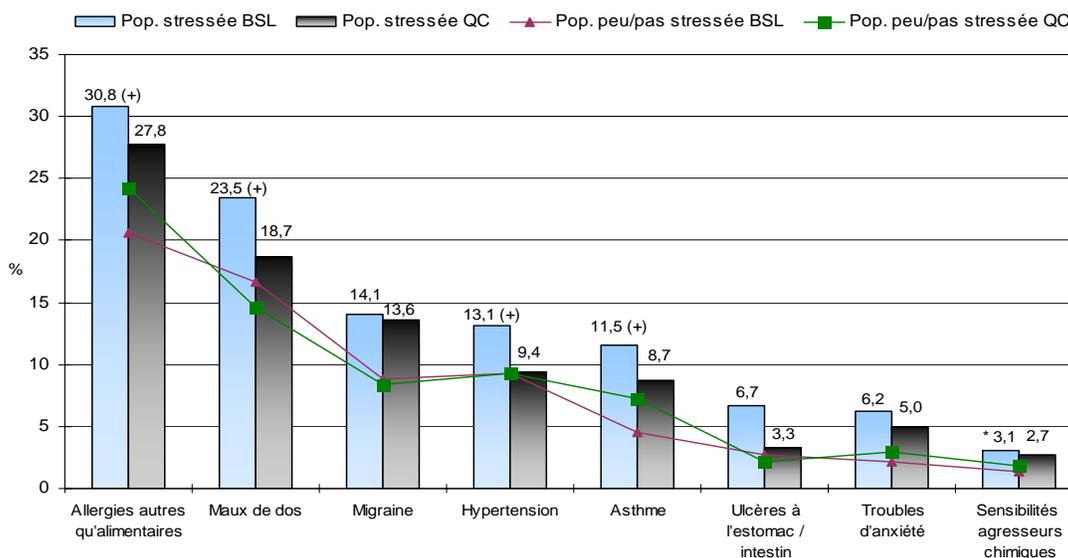
Le stress au travail : santé et satisfaction face à son emploi

Les travailleurs de 15-74 ans qui vivent des journées assez ou extrêmement stressantes au travail seraient davantage nombreux à souffrir de maladies chroniques que les travailleurs de 15-74 ans vivant des journées peu ou pas stressantes au travail. Le graphique 7 nous démontre des écarts significatifs entre la région et la province au sujet de certaines maladies telles que les allergies autres qu'alimentaires, les maux de dos, l'hypertension et l'asthme. Par ailleurs, au Bas-Saint-Laurent, chez les travailleurs de 15-74 ans vivant des journées stressantes, on remarque que les prévalences de l'ensemble des maladies chroniques illustrées dans cette figure sont toujours supérieures aux prévalences des maladies des travailleurs de 15-74 ans vivant des journées peu ou pas stressantes. Au Québec, seule la prévalence pour l'hypertension demeure semblable (9 %), que les travailleurs soient stressés ou non au travail. Des études démontrent que les taux de toute une gamme de maladies sont plus élevés chez les personnes occupant un emploi où les tensions sont fortes que chez celles qui occupent un emploi où les tensions sont faibles¹.

Aussi, au Bas-Saint-Laurent, parmi les travailleurs qui se disent satisfaits ou très satisfaits de leur emploi, près d'un travailleur sur trois (32 %) considère vivre des journées assez ou extrêmement stressantes, alors que cette proportion grimpe à 60 % chez les travailleurs se disant insatisfaits ou très insatisfaits de leur emploi. À ce sujet, les données pour la province sont similaires à celles de la région à une exception près, soit la proportion de gens se disant insatisfaits ou très insatisfaits de leur emploi, qui ont considéré avoir vécu, pour une personne sur cinq (21 %) des journées un peu stressantes au travail. Cette proportion est significativement inférieure à celle du Québec (27 %).

Graphique 7

Prévalence des maladies chroniques chez les travailleurs de 15-74 ans qui vivaient des journées un peu, pas tellement ou pas du tout stressantes et chez les travailleurs de 15-74 ans vivant des journées assez ou extrêmement stressantes au travail, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005



(+) Valeur significativement plus élevée que celle du Québec, au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation supérieur à 16,5 % et inférieur ou égal à 33,3 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

Tableau 6

Répartition des travailleurs de 15-74 ans selon la satisfaction envers leur travail et la perception du stress au travail dans la vie quotidienne, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2005

Satisfaction de son emploi	Bas-Saint-Laurent			Québec		
	Évaluation du stress au travail (%)					
	Pas du tout ou pas tellement	Un peu	Assez ou extrêmement	Pas du tout ou pas tellement	Un peu	Assez ou extrêmement
Satisfait ou très satisfait	27,4	41,0	31,6	25,8	40,4	33,8
Ni satisfait ni insatisfait	16,4	29,1	54,5	16,2	32,9	50,9
Insatisfait ou très insatisfait	19,2	20,8 (-)	60,0	14,8	26,5	58,7
Total	26,5	39,9	33,6	24,4	39,1	36,5

(-) Valeur significativement plus faible que celle du Québec, au seuil de 0,05.

¹ R.A. Karasek et T. Theorell, Healthy work: stress, productivity and the reconstruction of working life, New York, Basic Books, 1990.

Définition du stress au travail

Dans cette enquête, plusieurs questions portaient sur le stress au travail. Ces dernières furent posées aux répondants âgés de 15-74 ans détenant un emploi ou ayant une entreprise au cours des douze mois précédant l'enquête. Ces questions furent regroupées selon six types de stress pouvant être vécus au travail, soit :

- *les demandes psychologiques* : ce type de stress est déterminé selon la présence de demandes conflictuelles et la charge de travail. Possibilité de quatre cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.
- *la sécurité d'emploi* : ce type de stress est déterminé selon le degré de sécurité de l'emploi. Possibilité de quatre cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.
- *le soutien social* : ce type de soutien se définit comme le degré d'exposition à l'hostilité ou aux conflits ainsi que l'aide reçue de la part des superviseurs ou collègues pour accomplir ses tâches. Possibilité de douze cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.
- *le pouvoir décisionnel* : il est déterminé selon la marge de manœuvre que permet le travail ainsi que si l'individu avait son mot à dire dans le déroulement des choses. Possibilité de huit cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.
- *les aptitudes et compétences requises* : ce type de stress est déterminé selon le degré de compétences exigées et d'acquisition de connaissances, ainsi que selon la répétitivité des tâches au travail. Possibilité de douze cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.
- *les exigences physiques* : ce type de soutien est déterminé selon les efforts physiques exigés par l'emploi. Possibilité de quatre cotes où une cote élevée indique un niveau élevé de stress au travail.

Les cotes de chacun des types de stress ont été classées selon trois catégories afin d'obtenir les degrés de stress suivants : bas (premier tiers), moyen (deuxième tiers) et élevé (troisième tiers).

Note : Les gens devant répondre par procuration ont été exclus de ce bloc de questions.

Ce document a été réalisé par l'équipe de surveillance, infocentre et ententes de gestion de l'Agence de la santé et des services sociaux du Bas-Saint-Laurent en janvier 2008.

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter Nathalie Bérubé – (418) 727-4516