

Webinaire

« Santé mentale et emploi : où en est-on ? »

Mercredi 22 Juin 2022 (14h-15h)

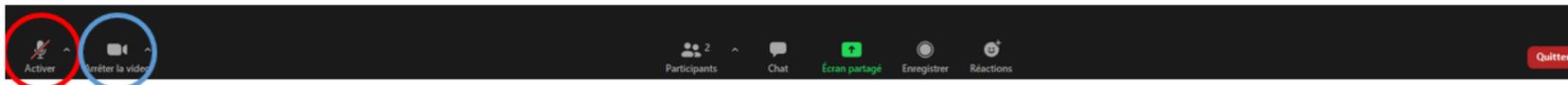


→ Information aux participants : Enregistrement du webinaire

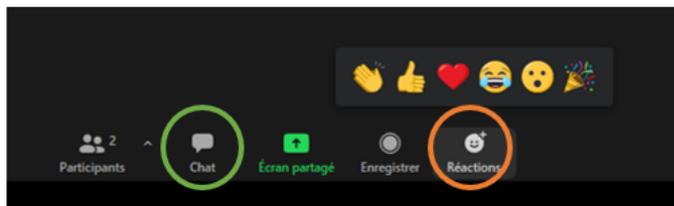


Présentation de l'outil Zoom

Activer/
Désactiver le micro



Activer/
Désactiver la vidéo



• Vous pourrez poser des questions aux intervenants via ce chat.

Converser via le chat

Lever la main/
Réagir



N'hésitez pas à écrire vos questions dans le chat de discussion.

→ Nous les poserons aux intervenants à la fin des présentations !



Sommaire du webinaire

1 **Éclairage** : Santé mentale et troubles psychiques : de quoi parle-t-on ?

2 **Focus** : Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

3 **Témoignage** : En Indre-et-Loire, des exemples d'actions concrètes réalisées et en cours

➔ *Tout au long du webinaire, **des temps d'échange** pour répondre à vos questions*

Éclairage
Santé mentale et troubles
psychiques : de quoi parle-t-on ?



Santé mentale et troubles psychiques : de quoi parle-t-on ?



Morgane GUEGUEN

Coordinatrice

Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM) d'Indre
et Loire



Qu'est-ce que la santé mentale?

Selon l'**OMS**, la **santé mentale** est un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Il n'y a
pas de
santé
sans
santé
mentale !



Qu'est-ce que la santé mentale?

État qui varie tout au long de la vie en fonction de facteurs environnementaux (logement, isolement, précarité, emploi...) et/ou personnels (histoire de vie, biologie..)

→ les conditions de travail sont un déterminant important de la santé mentale





Qu'est-ce que la santé mentale?

Santé mentale positive

- Bien-être, épanouissement personnel, capacité d'agir dans ses rôles sociaux

Détresse psychique réactionnelle

- Due à des situations éprouvantes et des difficultés
- Temporaire et ne nécessite pas de soins spécialisés
- N'est pas révélatrice d'un trouble psychique

Trouble psychiatrique de durée variable

- +/- sévère et +/- handicapant
- Relève d'une prise en charge médicale
- Conséquences majeurs: handicap, décès prématuré, discrimination et exclusion



Qu'est-ce qu'un trouble psychique?

C'est une pathologie qui:

- entraîne des changements majeurs de la pensée, des émotions et des comportements
- altère le fonctionnement dans la vie quotidienne
- perdure dans le temps
- se développe souvent à l'adolescence ou au début de l'âge adulte (pour 75% avant 25 ans)





Qu'est-ce qu'un trouble psychique?

Quelques chiffres:

- 1 personne sur 4 sera concernée par un problème de santé mentale au cours de sa vie
- Au niveau mondial:
 - 2^{ème} plus gros problème de santé des 15-29 ans
 - 2^{ème} cause de handicap
 - 1^{ère} cause d'invalidité et d'arrêt maladie de longue durée
- 200 000 tentatives de suicide/an en France → 24 décès /jour
- Les troubles psychiques sont le premier poste de dépense de la CPAM



Qu'est-ce que le rétablissement ?

Le rétablissement est un processus foncièrement personnel et unique qui vise à **changer ses attitudes, ses valeurs, ses sentiments, ses objectifs, ses aptitudes et ses rôles**. C'est un moyen de vivre une **vie satisfaisante**, remplie **d'espoir** et **productive** malgré les limites résultant de la maladie. Le rétablissement va de pair avec la découverte d'un nouveau sens et d'un nouveau but à sa vie, à mesure qu'on réussit à surmonter les effets catastrophiques de la maladie mentale...

Se rétablir, c'est reprendre le contrôle de sa vie, se réengager dans une vie active et sociale, et aller vers le projet de vie qu'on a choisi de privilégier. C'est un chemin non linéaire, jamais terminé.



Qu'est-ce que le rétablissement ?

Les cinq principes clés du rétablissement recensés par Samantha Copeland (1997) sont :

- **l'espoir** : la personne qui connaît des difficultés de santé mentale se rétablit autant que possible, atteint un état de rétablissement stable et entreprend alors de réaliser ses rêves et ses objectifs ;
- **la responsabilité personnelle** : il incombe à chacun, avec l'aide des autres, d'agir et de faire ce qu'il faut pour continuer à aller bien ;
- **l'éducation** : il s'agit d'apprendre tout ce que l'on peut sur ce que l'on éprouve afin de pouvoir prendre les bonnes décisions concernant tous les aspects de la vie ;
- **le plaidoyer pour soi-même** (self-advocacy) : il s'agit de savoir communiquer avec les autres de façon efficace afin d'obtenir ce dont on a besoin, ce qu'on veut et ce qu'on mérite pour continuer à aller bien et à se rétablir ;
- **le soutien** : en travaillant sur son propre rétablissement, savoir accepter le soutien d'autrui et savoir aider autrui aide à se sentir mieux et améliorer sa qualité de vie.



Qu'est-ce que le rétablissement ?

Les cinq étapes du rétablissement (Andresen, Caputi, Oades, 2006) : le rétablissement est un chemin propre à chacun mais qui peut se diviser en 5 étapes successives :

- Temps de retrait : avec profond sentiment de perte et de désespoir ;
- Prise de conscience : réalisation que tout n'est pas perdu, qu'une vie intéressante est possible et retour du sentiment de pouvoir agir ;
- Reconstruction : reprise en main de sa vie, travail actif pour restaurer une identité positive et des objectifs ;
- Préparation : bilan des forces et des faiblesses et début des efforts d'acquisition des compétences pour se rétablir ;
- Croissance : autogestion de la maladie, résilience et restauration de l'image de soi pour un parcours de vie choisi car significatif pour soi.



Qu'est-ce que le rétablissement ?

Principes d'une pratique axée sur le rétablissement

1. Écouter activement la personne
2. Aider la personne à préciser ses objectifs personnels (différents de ceux qui ont été identifiés par les professionnels)
3. Montrer que l'on croit en les forces de la personne
4. Donner des exemples inspirant l'espoir
5. Être attentif aux objectifs qui sortent la personne de son rôle de malade
6. Recenser les ressources autres qu'en santé mentale (amis, contacts, organisations, etc.)
7. Renforcer les stratégies d'adaptation existantes
8. Favoriser les interventions thérapeutiques choisies par la personne
9. Avoir une attitude respectueuse et travailler d'égal à égal (collaboration active)
10. Appuyer les objectifs autodéterminés, garder l'espoir même si surviennent des rechutes et avoir des attentes positives

La notion de guérison concerne le devenir de la maladie, alors que le rétablissement concerne le devenir de la personne. Ce sont des notions indépendantes.



Accès et maintien en emploi : les freins et facilitateurs à prendre en compte

Un emploi représente plus qu'un salaire!

- sentiment d'utilité
- occasions d'apprendre
- travail au sein d'un groupe
- porteur d'espoir
- au cœur du processus de rétablissement d'une maladie psychique





Accès et maintien en emploi : les freins et facilitateurs à prendre en compte

FREINS	LEVIERS
<ul style="list-style-type: none">• Stigmatisation et discrimination• Jeunes adultes de 20 à 29 ans (entrée dans la vie active)• Postes précaires avec des salaires faibles• Invalidité intermittente• Méconnaissance des troubles psychiques par la population générale et en particulier le monde du travail• Mobilité	<ul style="list-style-type: none">• Élimination des obstacles:<ul style="list-style-type: none">→ Adaptation des attitudes (formation/sensibilisation des entreprises (employeurs + salariés) à la santé mentale→ Adaptation des environnements (horaires de travail, tâches du poste...)• Comprendre les conséquences du handicap psychique: capacités et limite de la personne → elle ne se résume pas à sa pathologie• Intervention précoce• Tutorat et soutien par les pairs (outil majeur du maintien dans l'emploi)• Savoir trouver des appuis à l'extérieur• Collaboration entre les secteurs• La médecine du travail : interlocuteur à privilégier• Accompagnement conjoint employeur/salarié



Les premiers secours en santé mentale (PSSM)

Qu'est-ce que c'est?

Les PSSM consistent en l'aide apportée à une personne qui développe un trouble de santé mentale, qui subit l'aggravation d'un trouble déjà existant ou qui est confronté à une situation de crise.

Ils sont équivalents aux gestes de 1ers secours physique mais pour la santé mentale



Les premiers secours en santé mentale (PSSM)

Objectifs

- Acquérir des connaissances de base sur les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles: écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs
- Déstigmatiser les troubles psychiques



Les premiers secours en santé mentale (PSSM)

Pour qui?

- Tout public
- Pas de prérequis

Combien?

- 250€ par personne
- Pas encore éligible au CPF

Comment ?

- Plusieurs formats de sessions: 2 journées successives/ 2 journées non successives, 4 demi-journées
- Module standard/module jeune
- Groupes de 8 à 16 personnes max

Focus

Quels nouveaux enjeux post
crise sanitaire ?



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?



Clarisse HERMELIN

Coordinatrice

Conseil Local de Santé Mentale (CLSM)
de la Métropole tourangelle



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Impact de la restructuration des modes/conditions de travail pour les travailleurs*
 - 54 % des travailleurs ont eu une relative stabilité des conditions de travail par rapport à l'avant-crise sanitaire et **32 % ont eu des conditions de travail en partie dégradées.**
 - Forte diversité des situations de travail pendant la crise sanitaire, distinction des salariés selon 4 catégories:

Peu d'impact	1 travailleur sur 2
Intensification	1 travailleur sur 3
Dégradation	1 travailleur sur 10
Accalmie	< 1 travailleur sur 20

*Sources:

« Quelles conséquences de la crise sanitaire sur les conditions de travail et les risques psycho-sociaux? » Dares Analyses N°28, 28 mai 2021



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Impact de la restructuration des modes/conditions de travail pour les travailleurs*

Peu d'impact pour 1 travailleur sur 2

Ce sont plutôt :



Des hommes



Des ouvriers
et des employés



De plus de 45 ans

Qui travaillent surtout dans :



Agriculture



Industrie



Construction



➤ Une adaptation réussie de l'organisation du travail

On note une plus grande présence sur site que d'autres travailleurs mais une coopération et un soutien importants au sein du collectif de travail.

Les gestes barrières ont moins souvent représenté une gêne pour travailler.

Pas d'objectifs chiffrés ou des objectifs adaptés.

➤ Une insécurité de l'emploi

*Sources:

« Quelles conséquences de la crise sanitaire sur les conditions de travail et les risques psycho-sociaux? » Dares Analyses N°28, 28 mai 2021



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Impact de la restructuration des modes/conditions de travail pour les travailleurs*

Et généralement dans des établissements dont l'activité a fortement augmenté

Intensification pour 1 travailleur sur 3

Ce sont plutôt :



Des femmes



Des cadres
et professions intermédiaires

Qui travaillent surtout dans :



Santé



Enseignement



Commerce
de détail



➤ Des conditions de travail en partie dégradées

Des horaires plus longs, plus atypiques et un travail plus intense

Une hausse de l'exigence émotionnelle

➤ Une réorganisation des collectifs pour faire face à la surcharge de travail

Une plus grande autonomie pour les travailleurs, en présentiel ou en télétravail

Du respect pour le travail effectué

➤ Un renforcement du sens de leur travail, lié au caractère essentiel attribué à ces activités

*Sources: « Quelles conséquences de la crise sanitaire sur les conditions de travail et les risques psycho-sociaux? » Dares Analyses N°28, 28 mai 2021



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Impact de la restructuration des modes/conditions de travail pour les travailleurs*

Forte dégradation pour 1 travailleur sur 10

Ce sont plutôt :



Des femmes



Des télétravailleurs



Des cadres et professions
intermédiaires

Qui travaillent surtout dans :



Banque et assurance



Enseignement



Des conditions de travail fortement dégradées

Une hausse de la charge de travail

Des horaires atypiques

Un isolement relatif

Une perte du sentiment d'utilité sociale des tâches effectuées

Des problèmes de coopération au sein du collectif

Des difficultés à maîtriser les outils numériques de travail à distance

*Sources: « Quelles conséquences de la crise sanitaire sur les conditions de travail et les risques psycho-sociaux? » Dares Analyses N°28, 28 mai 2021



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Impact de la restructuration des modes/conditions de travail pour les travailleurs*

Accalmie pour moins d'1 travailleur

Ce sont plutôt :



Des hommes



Des moins de 34 ans



Des ouvriers
et des employés

Qui travaillent surtout dans :



Hébergement et
restauration



Activités culturelles

> Des conditions de travail relativement meilleures

- Une baisse importante de la charge de travail
- Une baisse de la demande émotionnelle
- Le maintien d'une coopération et d'un soutien social
- Un renforcement du sentiment d'utilité dans le travail

> Mais une grande exposition aux risques psycho-sociaux

- Une hausse des horaires atypiques
- Une plus grande insécurité socio-économique

*Sources: « Quelles conséquences de la crise sanitaire sur les conditions de travail et les risques psycho-sociaux? » Dares Analyses N°28, 28 mai 2021



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

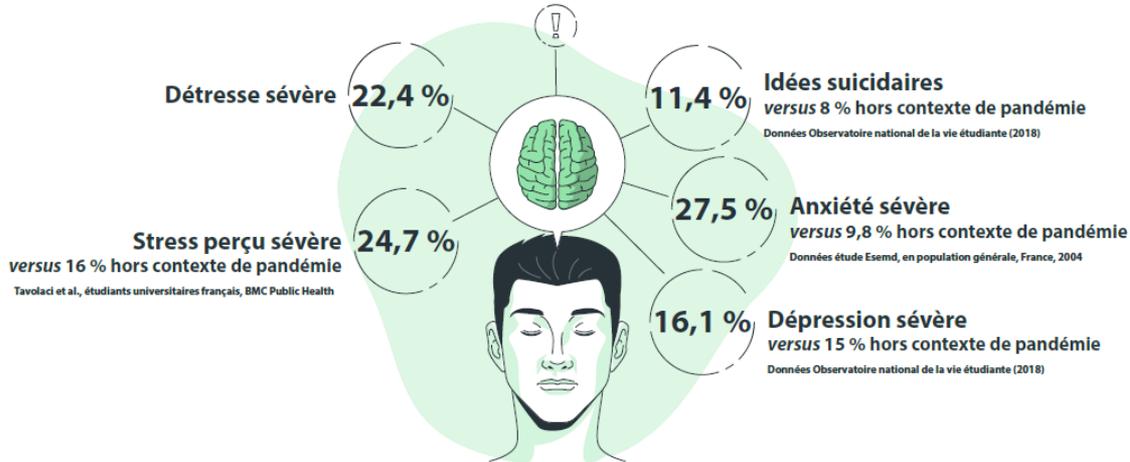
- Post crise sanitaire : travailleurs en situation de handicap*
 - Près de **37 %** des personnes en situation de handicap interrogées ont le sentiment d'une dégradation de leur état de santé physique et **32 % de leur santé mentale**;
 - Près de **69 % des personnes en situation de handicap ont déclaré vivre des périodes intenses de stress, de nervosité ou d'anxiété** (contre 41 % pour le reste de la population française).
- Elles sont **54 % à avoir vécu davantage d'épisodes de dépression**, contre seulement 11 % pour le reste de la population. ;
 - Plus de **50 %** se sont senties isolées pendant la première période de confinement;
 - **65 %** s'estiment favorable au développement du télétravail (**83 %** pour l'ensemble de la population)

**Sources: « Comment les personnes en situation de handicap ont-elles vécu la crise de la Covid en 2020 ? », Observatoire de l'emploi et du handicap, Agefiph, mars 2021*



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

- Post crise sanitaire : jeunes adultes*



- 78% des étudiants n'ont pas pu réaliser un stage programmé;
- Près d'1 étudiant/4 envisage une réorientation;
- Un cinquième des étudiants estiment que leurs chances d'insertion professionnelle sera mauvaises ou très mauvaises

*Sources:

« Photographie de l'état de santé mentale des étudiants universitaires confinés en France lors de la pandémie de coronavirus », Centre National de Ressources et de Résilience, juin 2020;

« Les impacts du confinement et de la crise sanitaire sur la jeunesse », Banque des Territoires, septembre 2020



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?

Face à ces constats:

- Nécessité de prendre en considération la diversité des impacts de la crise sanitaire sur les travailleurs et futurs travailleurs dans une logique d'accès et de maintien en emploi;
- La santé mentale recouvre une diversité de difficultés dont la gravité et la durée sont très aléatoires → favoriser une approche organisationnelle en adéquation avec la temporalité de la personne et de l'entreprise;
- Le travail est un facteur d'insertion sociale, d'estime de soi, de confiance en soi ayant un impact sur le bien-être quotidien.



Quels nouveaux enjeux post crise sanitaire ?



Temps de questions/réponses

Témoignage
**En Indre-et-Loire, des exemples
d'actions concrètes réalisées et en
cours**



En Indre-et-Loire, des exemples d'actions concrètes réalisées et en cours

- Constitution d'un groupe de travail « Lutter contre la stigmatisation et emploi » depuis 2019, dont les actions concrètes sont:
 - **4 émissions de radio** en partenariat avec une radio locale (2021),
 - Sur la **stigmatisation** et la santé mentale ([lien émission](#))
 - Sur des témoignages de **parcours d'insertion professionnelle** ([lien émission](#))
 - Sur des témoignages de personnes et entreprise ayant participé au **DUODAY** ([lien émission](#))
 - Sur la **pair-aidance** ([lien émission](#))
 - Depuis 2021 : partenariat dans le cadre du **Plan local d'Insertion des Travailleurs Handicapés (PLITH)**, avec l'organisation de conférences et ateliers de sensibilisation sur le handicap et la santé mentale à **destination des entreprises, et plus spécifiquement les membres des Comités Sociaux et Environnementaux (CSE)**



En Indre-et-Loire, des exemples d'actions concrètes réalisées et en cours

PTSM 37 – les fiches actions en cours de réalisation

FA 1.2: « Organiser des actions auprès des employeurs et des formateurs pour améliorer le repérage »

Objectifs:

- Organiser des actions auprès des employeurs pour améliorer le repérage des salariés en difficulté psychique
- Sensibilisation aux troubles psychiques pour favoriser l'intégration des salariés et le maintien en poste
- Favoriser les liens avec les organismes de formation pour faciliter l'aménagement du cursus de formation et éviter les ruptures
- Destigmatisation des troubles psychiques vers le monde de l'emploi et de la formation
- Favoriser l'emploi des personnes avec souffrance psychique et diminuer leur taux de chômage



En Indre-et-Loire, des exemples d'actions concrètes réalisées et en cours

FA 7.3 « Faciliter l'inclusion des personnes ayant des troubles de la santé mentale par l'emploi et le logement au travers de partenariats intersectoriels »

Objectifs:

- Proposer des alternatives innovantes d'accompagnement, proposer des expérimentations et des innovations en favorisant la coopération entre les secteurs du logement, de l'emploi et du médical
- Favoriser une meilleure articulation entre les partenaires santé, emploi et logement
- Prévenir les risques psycho-sociaux des professionnels en anticipant



Boîte à outils

Contacts et liens utiles

- **Plateforme emploi accompagnée** = dispositif d'accompagnement et de maintien en emploi pour des personnes présentant un handicap psychique, neurologique ou de déficience intellectuelle, avec une RQTH ou non
- **Formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)**
www.pssmfrance.fr
- Pour en savoir plus sur les [troubles psychiques](#) et [le mal-être au travail](#) via le **site Psycom**
- **Bibliographie** jointe au diaporama





En Indre-et-Loire, des exemples d'actions concrètes réalisées et en cours



Temps de questions/réponses



Pour aller plus loin...

Site internet du PRITH Centre-Val de Loire : www.prith-cvl.com

- Newsletter du PRITH Centre-Val de Loire (*abonnement possible sur la page d'accueil du site internet du PRITH*)
- Page LinkedIn du PRITH Centre-Val de Loire : [voir la page LinkedIn](#)
- Motion design de présentation du PRITH Centre-Val de Loire : [voir le motion design](#)



Questionnaire d'évaluation du webinaire

Questionnaire d'évaluation : Webinaire
PRITH "Santé mentale et emploi : où en est-on ?"

Vous avez participé au webinaire PRITH "Santé mentale et emploi : où en est-on ?" le mercredi 22 juin 2022. Suite à ce webinaire, nous vous remercions de bien vouloir répondre aux questions suivantes qui nous permettront de poursuivre et améliorer nos actions.

En vous remerciant !

1. Avez-vous rencontré des difficultés pour vous connecter à la plateforme ZOOM ?

Oui

Non



Merci à toutes et à tous !