

Indice de santé mentale national^{MC}

Canada | Juillet 2020



Table des matières

Sommaire	1
Indice de santé mentale ^{MC}	2
Variation du stress mental	4
Autres observations	5
Données et analyses supplémentaires	7
Aperçu de l'Indice de santé mentale ^{MC}	8
Méthodologie	8
Calculs	9
Indice de santé mentale ^{MC}	10
Indice de santé mentale ^{MC} (par secteur d'activité)	12
Score de Variation du stress mental	13
Variation du stress mental (cumulatif)	14
Variation du stress mental (par secteur d'activité)	16
Incidence de la pandémie de COVID-19 sur les relations	17
Racisme et santé mentale	18
Tendances en santé mentale par race	18
Racisme au Canada et dans les milieux de travail	18
Prise de conscience du racisme systémique	19
Variation dans l'opinion sur le racisme systémique	20
Retombées	21



Sommaire

Il y a cinq mois, la COVID-19 était déclarée pandémie mondiale par l'Organisation mondiale de la Santé. Les célébrations entourant la fête du Canada se sont faites à la maison, virtuellement et sans rassemblement public, car de nombreux Canadiens étaient encore soumis à diverses restrictions sociales en raison de la pandémie et dépendaient des prestations d'urgence accordées aux particuliers et aux entreprises. La plupart des provinces ont prolongé ou renouvelé l'état d'urgence. L'enjeu du racisme systémique monopolise l'attention du monde des affaires, même s'il y a moins de manifestations au Canada et ailleurs dans le monde depuis le mois de juin.

Le virus de la COVID-19 continue de proliférer à l'échelle mondiale, 13 millions de nouveaux cas ayant été répertoriés ce mois-ci¹. Au Canada, le nombre de nouveaux cas quotidiens baisse constamment et se trouve aux niveaux les plus bas depuis que la pandémie a été déclarée en mars. L'Ontario et le Québec rapportent le plus grand nombre de cas quotidiens et constatent des flambées isolées dans certaines collectivités, par exemple les travailleurs agricoles venant de l'étranger. Partout au Canada, nombreux sont ceux qui profitent d'un assouplissement graduel des restrictions sociales, alors que la plupart des établissements de services personnels et de détail sont ouverts, et que les terrasses, les bars et les restaurants reprennent progressivement leurs activités. Avec la réouverture des commerces et des lieux publics, on encourage la distanciation physique et, dans certaines collectivités, le port du masque est devenu la norme. Plusieurs régions et municipalités, dont Montréal et Toronto, ont rendu obligatoire le port du masque ou du couvre-visage dans les lieux fermés, ainsi que dans les transports en commun et les espaces publics.

¹ <https://covid19.who.int/>



Avec un taux de chômage de 13,7 %² à l'échelle nationale, les décideurs et les responsables des organismes de santé publique cherchent des stratégies pour redémarrer l'économie canadienne tout en atténuant les risques de transmission de la COVID-19 et de reconfinement. La réouverture des écoles est également un sujet chaud, car le retour en classe est primordial pour la reprise économique. Quiconque franchit la frontière doit se mettre en quarantaine pendant 14 jours, et seuls les voyages essentiels vers le Canada sont permis. La frontière entre le Canada et les États-Unis reste fermée, une position soutenue par la majorité des Canadiens, témoins de la multiplication des cas de COVID-19 dans l'ensemble des États-Unis. Pour le quatrième mois consécutif, les répercussions de la pandémie conjuguées à la prise de conscience accrue et à la réponse sociétale au racisme anti-Noirs affectent toujours la santé mentale des Canadiens.

Indice de santé mentale^{MC}

L'Indice de santé mentale^{MC} global pour juillet 2020 s'établit à -10 points. Cet indice représente une déviation par rapport à l'indice de référence antérieur à 2020. Un score négatif indique une santé mentale affaiblie comparativement au score de référence, et un score positif, une meilleure santé mentale. Le score de référence tient compte des données sur la santé mentale de 2017, 2018 et 2019. Une diminution de 10 points par rapport au score de référence³ antérieur à la COVID-19 reflète une population dont la santé mentale est similaire aux trois pour cent de la population de référence la plus en détresse.

Le score secondaire de l'Indice de santé mentale^{MC} le plus faible correspond à la mesure du risque de dépression (-12,4 points), suivie de la mesure de l'anxiété (-12,3), de l'optimisme (-11,4), de la productivité au travail (-11,1) et de l'isolement (-11,0). La mesure du risque ayant le score de santé mentale le plus élevé est le risque financier (2,9), suivi de la santé psychologique (-0,9).

- Tous les scores secondaires de l'Indice de santé mentale^{MC} se sont améliorés par rapport au mois dernier.

Au mois de juillet 2020, l'Indice de santé mentale^{MC} global s'établit à -10 points, soit un point de plus que le mois précédent.

² <https://tradingeconomics.com/canada/unemployment-rate>

³ Le score brut pour les données de référence de l'Indice de santé mentale^{MC} est de 75/100. Le score s'établit à 64/100 en juillet 2020.



- Le score financier poursuit sa montée, s'établissant à 2,9, et est supérieur à l'indice de référence antérieur à 2020.
- En juillet, le score de santé psychologique générale, à -0,9, s'approche du score de référence.
- Le score secondaire qui s'est le plus amélioré par rapport au mois précédent est celui de la productivité (-11,1 contre -12,1).
- Les personnes qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent encore un score de santé mentale plus faible (-23,4) que l'ensemble du groupe. Les personnes qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale moyen de -5,4.
- Les femmes (-11,9) ont un score de santé mentale plus faible que les hommes (-8,8) et en général, ce score s'améliore avec l'âge.
- Les personnes qui se définissent comme noires ont vu leur santé mentale décliner de 1,8 point entre les mois de mai et de juin (au summum des manifestations causées par le décès controversé de George Floyd, un noir américain), puis augmenter de 0,9 point en juillet. En comparaison, les personnes qui se définissent comme blanches ont vu leur score de santé mentale augmenter de 1,2 point entre le mois de mai et le mois de juin, et de 1,8 point en juillet.

Globalement, neuf pour cent des répondants sont sans emploi. Alors que la plupart des participants ont gardé leur emploi, 22 pour cent rapportent une réduction de leurs heures ou de leur salaire depuis avril 2020.

- Les participants qui signalent une réduction de salaire par rapport au mois précédent ont le plus faible score de santé mentale (-19,1), suivis des participants dont les heures ont été réduites par rapport au mois précédent (-16,2) et de ceux qui sont actuellement sans emploi (-16,0).
- Les participants qui se décrivent comme travailleurs autonomes ou propriétaires uniques ont le score de santé mentale le plus élevé (-5,5), suivis des participants employés par une organisation comptant entre 1 001 et 5 000 employés (-7,6).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 51 et 100 employés ont le score de santé mentale le plus faible (-14,3).



En juillet, les scores de santé mentale les plus élevés sont observés chez les participants qui travaillent dans les secteurs de l'exploitation minière, pétrolière et gazière (-6,1), des services immobiliers, de location et de location à bail (-6,3) et de la construction (-7,2).

- Pour le deuxième mois consécutif, les étudiants à temps plein ont obtenu le score en santé mentale moyen le plus faible (-23,7). Ce score est considérablement inférieur au score le plus faible suivant, qui concerne les répondants qui travaillent dans le secteur des services d'hébergement et de restauration (-19,1) et de ceux qui travaillent dans le secteur de l'agriculture, de la foresterie, de la pêche et de la chasse (-16,5).
- La plus grande amélioration de la santé mentale depuis le mois dernier s'observe chez les participants qui travaillent dans les services immobiliers, de location et de location à bail, et les autres services (sauf les administrations publiques).

Pour un quatrième mois consécutif, les deux principaux facteurs de l'Indice de santé mentale^{MC} sont le risque financier et l'isolement.

Pour un quatrième mois consécutif, les deux principaux facteurs de l'Indice de santé mentale^{MC} sont le risque financier et l'isolement.

Variation du stress mental

Le score de Variation du stress mental pour juillet 2020 s'établit à 57,2. Ce score indique que 24 pour cent de la population ressent un plus grand stress mental que le mois précédent, alors que 10 pour cent en ressentent moins. Pour un quatrième mois consécutif, le score de Variation du stress mental rend compte d'un stress mental accru dans la population en général. Si on tient compte des facteurs géographiques, la hausse la plus marquée d'un mois à l'autre touche les répondants habitant l'Ontario (59,0), suivie de l'Alberta (58,9), du Manitoba (57,3) et de la Colombie-Britannique (57,1). Les répondants qui habitent dans les provinces où le stress mental était plus faible ont également connu des augmentations significatives. Il s'agit de la Saskatchewan (55,3), suivie des Maritimes (54,6), du Québec (53,9) et de Terre-Neuve-et-Labrador (51,1).

- La plus forte augmentation du stress mental est observée chez les personnes en emploi dont le salaire a été réduit (66,0), suivies des personnes dont les heures ont été réduites (63,3) lorsqu'on les compare aux personnes sans emploi (59,3) et aux personnes en emploi dont le salaire ou les heures n'ont pas changé (54,7).



- Comme on l'a signalé les mois précédents, et comme on le constate encore en juillet, les répondants plus jeunes connaissent une plus grande augmentation du stress mental que les répondants plus âgés.
- Le mois de juillet est le premier mois où le score de Variation du stress mental des femmes est égal à celui des hommes (57,1). Dans les mois précédents, on a observé chez les femmes une plus grande augmentation du stress mental que chez les hommes.
- Les répondants qui se définissent comme latino-américains, sud-américains et centraméricains ont connu la plus grande augmentation du stress mental (67,9), suivis des répondants qui se définissent comme asiatiques de l'Est ou asiatiques du Sud (61,8).
- Les personnes qui se définissent comme métisses (autre) ont connu l'augmentation du stress mental la plus modeste (51,5), suivies de celles qui se définissent comme indigènes ou autochtones (52,6) et de celles qui se définissent comme arabes, moyen-orientales ou asiatiques de l'Ouest (54,5).

Les scores de Variation du stress mental dans les secteurs de l'exploitation minière, pétrolière et gazière et des autres services (sauf les administrations publiques) sont moins élevés que le mois précédent.

- Les personnes travaillant dans le secteur des services d'hébergement et de restauration ont connu l'augmentation la plus importante de leur score de Variation de stress mentale (64,9), suivies des personnes travaillant dans le secteur de l'agriculture, de la foresterie, de la pêche et de la chasse (64,9) et des étudiants à temps plein (63,6).

Autres observations

Relations en 2020

La pandémie de COVID-19 a un effet sur tous les aspects de la vie. La distanciation sociale et l'isolement prolongés poussent les gens à vouloir des interactions humaines et, dans certains cas, ont eu une incidence sur les relations personnelles et professionnelles.

- 70 pour cent des répondants pensent qu'il n'y a eu aucun changement dans leurs relations personnelles depuis janvier 2020.
- 16 pour cent des répondants pensent que leurs relations personnelles se sont améliorées.

On observe une baisse des scores de santé mentale chez la majorité des non-blancs en juin, et une amélioration en juillet.



- 14 pour cent des répondants pensent que leurs relations personnelles sont devenues plus tendues. Ce groupe affiche le plus faible score de santé mentale (-27,7).
- Les personnes se définissant comme noires sont les plus susceptibles d'avoir indiqué une amélioration dans leurs relations personnelles (37 pour cent).
- Les trois quarts des répondants croient que leurs relations professionnelles n'ont pas changé (75), alors que 11 pour cent rapportent une amélioration dans leurs relations professionnelles.
- Le score de santé mentale le moins élevé se trouve chez les 14 pour cent de répondants qui signalent des tensions accrues dans leurs relations professionnelles (-23,9).
- Les données recueillies entre avril et juillet 2020 montrent une réduction des scores de santé mentale dans les groupes démographiques non blancs en juin 2020, ce qui correspond au pic de la prise de conscience du racisme anti-Noirs qui a touché le Canada et le reste du monde.
- Par contre, en juillet 2020, on voit une hausse des scores de santé mentale dans les groupes non blancs en raison de l'incidence générale de cette prise de conscience accrue.

Racisme au Canada

- Globalement, près de 70 pour cent des participants croient que le racisme est un problème au Canada, mais seulement 20 pour cent d'entre eux croient que le racisme est un problème dans leur milieu de travail.
- Lorsqu'on examine les résultats en fonction de la race, 80 pour cent des personnes se définissant comme noires sont tout à fait d'accord ou d'accord avec le fait que le racisme est un problème dans leur pays, suivi de 79 pour cent chez les répondants asiatiques du Sud, latino-américains, sud-américains et centraméricains. Comparativement, 65 pour cent des répondants qui se définissent comme blancs sont tout à fait d'accord ou d'accord avec le fait que le racisme est un problème dans leur pays.
- Les scores de santé mentale les plus élevés sont notés chez les personnes qui sont tout à fait en désaccord (-4,9) avec le fait que le racisme est un problème au Canada.
- 62 pour cent des personnes se définissant comme noires sont tout à fait d'accord ou d'accord avec le fait que le racisme est un problème dans leur milieu de travail, suivis

Quarante pour cent des répondants indiquent que le racisme systémique va probablement s'atténuer en raison de la prise de conscience accrue qu'a entraîné le meurtre de George Floyd.



de 40 pour cent chez les répondants asiatiques du Sud et de 39 pour cent chez les personnes se définissant comme arabes, moyen-orientales ou asiatiques de l'Ouest. Comparativement, 14 pour cent des répondants qui se définissent comme blancs sont tout à fait d'accord ou d'accord avec le fait que le racisme est un problème dans leur milieu de travail.

- Le score de santé mentale le plus élevé est noté chez les personnes qui ne croient pas que le racisme est un problème dans leur milieu de travail (-4,0).
- Les répondants qui travaillent pour une entreprise comptant entre 2 et 50 employés sont les plus susceptibles d'être tout à fait en désaccord ou en désaccord (69 pour cent) avec le fait que le racisme est un problème dans leur milieu de travail.

Prise de conscience du racisme systémique

- 40 pour cent des répondants pensent que le racisme systémique va probablement s'atténuer au Canada en raison de la prise de conscience accrue qu'a entraîné le décès fortement médiatisé de George Floyd, alors que 33 pour cent ne sont pas sûrs et que 27 pour cent pensent qu'il est improbable que le racisme systémique s'atténue.
- Au travail, 27 pour cent des répondants pensent que le racisme systémique va probablement s'atténuer, 38 pour cent n'en sont pas sûrs, et 35 pour cent pensent qu'il est improbable que le racisme systémique s'atténue.

Données et analyses supplémentaires

La répartition démographique des scores secondaires et les analyses corrélationnelles croisées et personnalisées sont disponibles sur demande. L'analyse comparative par rapport aux résultats nationaux ou tout sous-groupe est disponible sur demande.

Écrivez à ISM@morneaushepell.com.

Aperçu de l'Indice de santé mentale^{MC}

La santé mentale et le bien-être de la population sont essentiels à la santé globale et à la productivité au travail. L'Indice de santé mentale^{MC} fournit une mesure de l'état de santé mentale actuel des adultes en emploi d'une région donnée, comparativement aux données de référence recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les hausses et les baisses de l'Indice ont pour but de prédire les risques quant aux coûts et à la productivité, et d'indiquer s'il est nécessaire que les entreprises et les gouvernements investissent en santé mentale.

Le rapport de l'Indice de santé mentale^{MC} compte trois parties :

1. L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) global, qui est une mesure de la variation par rapport au score de référence de la santé mentale et du risque.
2. Un score de Variation du stress mental (VarStressM), qui mesure le niveau déclaré de stress mental par rapport au mois précédent.
3. Une section « Pleins feux sur » qui rend compte de l'incidence spécifique des enjeux courants dans la communauté.

Méthodologie

Les données du présent rapport ont été recueillies au moyen d'un sondage en ligne mené auprès de 3 000 Canadiens résidant au Canada, actuellement en emploi ou qui l'ont été dans les six mois précédents. Les participants ont été sélectionnés selon leur représentativité sur le plan de l'âge, du sexe, de l'industrie et de la répartition géographique au Canada. Les mêmes répondants participent chaque mois afin de contrôler les variations attribuables aux différents échantillons. On a demandé aux répondants de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes. L'Indice de santé mentale^{MC}, qui a été lancé en avril 2020, est publié une fois par mois. Les données de référence ont été recueillies en 2017, 2018 et 2019. Les données contenues dans le présent rapport ont été recueillies entre le 22 juin et le 30 juin 2020.

Données recueillies
au moyen d'un sondage
en ligne mené auprès
de 3 000 Canadiens.

Calculs

Afin de créer l'Indice de santé mentale^{MC}, la première étape a consisté à établir un système de notation convertissant les réponses individuelles à chaque question en valeur ponctuelle. Les valeurs ponctuelles les plus élevées sont associées à une meilleure santé mentale et à un risque inférieur pour la santé mentale. Les scores de chaque personne ont été additionnés, puis divisés par le nombre total de points possible, pour obtenir un score sur 100. Le score brut est la moyenne mathématique des scores individuels.

Pour démontrer la variation, les scores du mois courant sont ensuite comparés au score de référence et à ceux du mois précédent. Le score de référence comprend les données de 2017, 2018 et 2019. Il s'agit d'une période de relative stabilité sociale et de croissance économique soutenue. **La variation par rapport au score de référence est l'Indice de santé mentale. Un score de zéro à l'Indice de santé mentale^{MC} représente une absence de variation, un score positif représente une amélioration, et un score négatif représente un déclin.**

Un score de Variation du stress mental est également rapporté, puisqu'un stress mental accru et prolongé peut contribuer à la détérioration de la santé mentale. Il est rapporté séparément et ne fait pas partie du calcul de l'Indice de santé mentale. Le score de Variation du stress mental est égal au (Pourcentage rapportant moins de stress mental + Pourcentage rapportant le même niveau de stress mental * 0,5) * -1 + 100. Les données comparent le mois courant au mois précédent. **Un score de Variation du stress mental de 50 signifie que le stress mental n'a pas changé par rapport au mois précédent. Un score supérieur à 50 montre une augmentation du stress mental, et un score inférieur à 50 montre une diminution du stress mental.** La plage s'étend de 0 à 100. Une succession de scores supérieurs à 50, de mois en mois, indique un risque élevé.

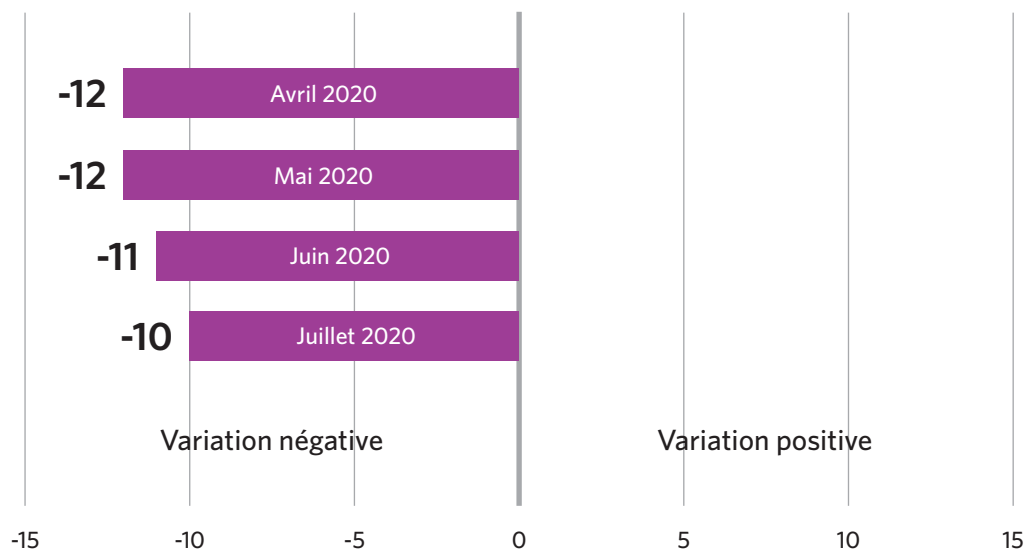


Indice de santé mentale^{MC}

L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) est une mesure de la variation comparativement au score de référence de la santé mentale et du risque⁴.

ISM

Mois actuel Juillet 2020	-10	
Juin 2020	-11	
Scores secondaires⁵ de l'ISM	Juillet	Juin
Dépression	-12,4	-12,7
Anxiété	-12,3	-12,9
Optimisme	-11,4	-12,0
Productivité	-11,1	-12,1
Isolement	-11,0	-11,6
Santé psychologique	-0,9	-1,2
Risque financier	2,9	2,4



Pour un quatrième mois consécutif, l'Indice de santé mentale^{MC} global s'établit à -10 et reste inférieur au score de référence. Le score actuel de 64 correspond au troisième rang centile du score de référence.

⁴ Le score de référence tient compte des données recueillies en 2017, 2018 et 2019.



Statut d'emploi	Juillet	Juin
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	-7,6	-8,5
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	-16,2	-14,6
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	-19,1	-16,4
Présentement sans emploi	-16,0	-16,5
Groupe d'âge	Juillet	Juin
20 à 29 ans	-20,8	-20,3
30 à 39 ans	-15,9	-15,5
40 à 49 ans	-11,1	-12,4
50 à 59 ans	-7,0	-7,8
60 à 69 ans	-4,3	-4,3
Nombre d'enfants	Juillet	Juin
Aucun	-9,2	-9,7
1 enfant	-13,2	-13,8
2 enfants	-13,8	-13,5
3 enfants ou plus	-8,9	-11,1

Les chiffres surlignés en **orange** sont les scores **les plus négatifs** du groupe.
 Les chiffres surlignés en **vert** sont les scores **les moins négatifs** du groupe.

Disponibles sur demande :
 Analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques

Province	Juillet	Juin
Alberta	-13,4	-12,9
Colombie-Britannique	-10,5	-10,9
Manitoba	-10,6	-12,9
Terre-Neuve-et-Labrador	-4,0	-6,5
Maritimes	-9,8	-9,7
Québec	-9,6	-10,9
Ontario	-10,3	-10,7
Saskatchewan	-9,1	-8,3
Sexe	Juillet	Juin
Homme	-8,8	-9,0
Femme	-11,9	-12,8
Revenu du ménage	Juillet	Juin
Moins de 30 k\$/année	-19,4	-18,5
30 k\$ à 60 k\$/année	-13,8	-14,5
60 k\$ à 100 k\$/année	-11,3	-11,4
100 k\$ à 150 k\$/année	-7,5	-8,9
150 k\$ ou plus	-3,8	-3,1
Nombre d'adultes	Juillet	Juin
1 adulte	-13,2	-13,3
2 adultes	-8,6	-9,6
3 adultes	-12,0	-12,0
4 adultes	-10,9	-10,2
5 adultes ou plus	-14,5	-13,2

Identification raciale	Juillet
Arabe/moyen-oriental/asiatique de l'Ouest	-14,2
Noir	-17,7
Asiatique de l'Est	-12,3
Indigène/Autochtone	-9,1
Latino-américain, sud-américain ou centraméricain	-15,0
Asiatique du Sud	-17,3
Asiatique du Sud-Est	-14,6
Blanc	-9,2
Métisse (autre)	-11,3
Préfère ne pas répondre	-6,6
Autre*	-16,7
Taille de l'effectif	Juillet
Travailleur autonome/propriétaire unique	-5,5
2 à 50 employés	-10,4
51 à 100 employés	-14,3
101 à 500 employés	-11,4
501 à 1000 employés	-11,6
1001 à 5000 employés	-10,0
5001 à 10000 employés	-7,6
Plus de 10000 employés	-9,4

* Cette catégorie comprend les insulaires du Pacifique et les métis (noirs ou autres), car le seuil minimal de déclaration n'a pas été atteint pour chaque groupe.

Indice de santé mentale^{MC} (par secteur d'activité)

La santé mentale des personnes travaillant dans différents secteurs d'activité varie immensément selon le marché et les conditions sociales. On observe les scores de santé mentale les plus élevés dans les secteurs de l'exploitation minière, pétrolière et gazière (-6,1), des services immobiliers, de location et de location à bail (-6,3), et de la construction (-7,2). Les étudiants à temps plein (-23,7) affichent les scores de santé mentale les plus faibles, suivis des participants qui travaillent dans les services d'hébergement et de restauration (-19,1), et dans le secteur de l'agriculture, la foresterie, la pêche et la chasse (-16,5). Les améliorations par rapport au mois dernier sont indiquées dans le tableau ci-dessous :

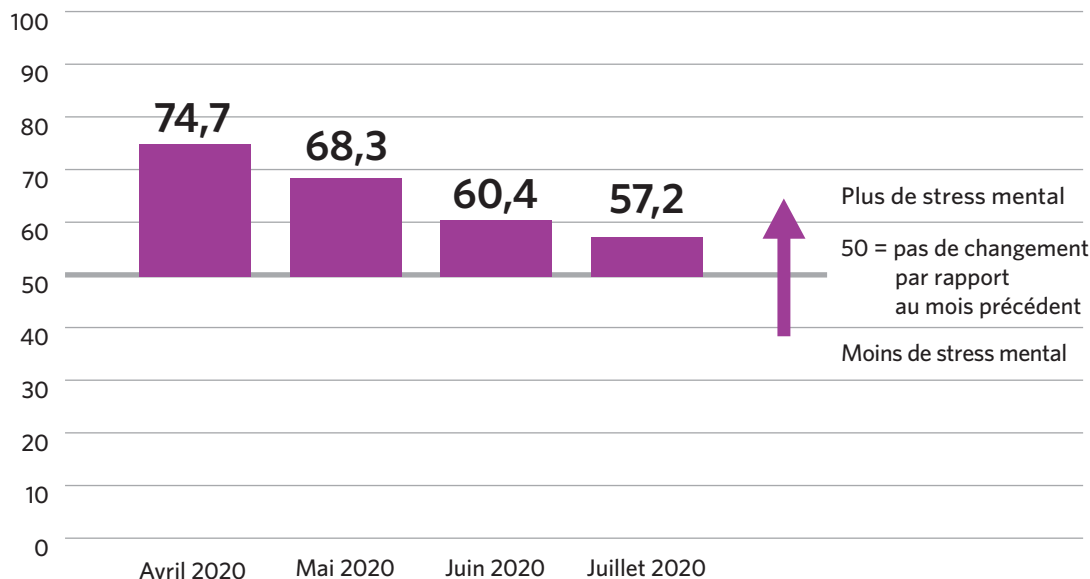
Secteur d'activité	ISM en juillet 2020	ISM en juin 2020	Amélioration
Services immobiliers, de location et de location à bail	-6,3	-10,0	3,8
Autres services (sauf les administrations publiques)	-8,7	-11,8	3,2
Autres	-9,1	-11,6	2,5
Administrations publiques	-9,1	-10,8	1,7
Finance et assurances	-10,7	-12,3	1,6
Construction	-7,2	-8,6	1,3
Exploitation minière, pétrolière et gazière	-6,1	-7,2	1,1
Services professionnels, scientifiques et techniques	-9,5	-10,3	0,8
Services d'enseignement	-11,1	-11,9	0,8
Services publics	-10,9	-11,6	0,7
Commerce de gros	-8,0	-8,7	0,7
Automobile	-7,3	-8,0	0,6
Arts, spectacles et loisirs	-16,2	-16,7	0,5
Fabrication	-8,6	-8,8	0,1
Gestion de sociétés et d'entreprises	-13,8	-13,8	0,0
Commerce de détail	-10,6	-10,3	-0,4
Soins de santé et assistance sociale	-10,5	-10,0	-0,5
Transport et entreposage	-10,8	-9,6	-1,2
Information et culture	-11,9	-10,6	-1,3
Étudiant à temps plein	-23,7	-21,7	-1,9
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	-16,5	-13,8	-2,7
Services d'hébergement et de restauration	-19,1	-16,1	-2,9

Score de Variation du stress mental

Le score de Variation du stress mental (VarStressM) est une mesure du niveau de stress mental par rapport au mois précédent.

VarStressM	
Mois actuel	57,2
Juillet 2020	
Juin 2020	60,4

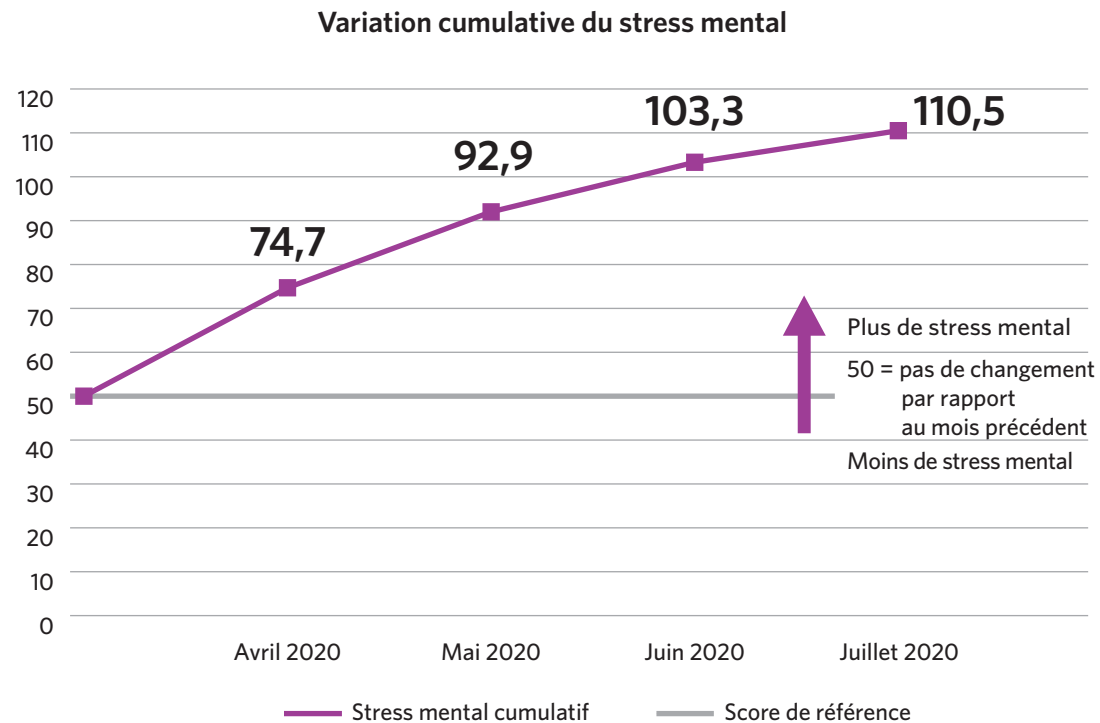
Le score de Variation du stress mental pour juillet 2020 s'établit à 57,2. Il signale une augmentation du stress mental par rapport au mois précédent. Toutefois, la force de cette augmentation a faibli d'un mois à l'autre. Le score actuel indique que 24 pour cent de la population ressent un plus grand stress mental qu'au mois précédent, alors que 10 pour cent en ressent moins. Une augmentation du score de Variation du stress mental au cours des quatre derniers mois, comparativement au score de référence, indique une accumulation de pression importante dans la population.





Variation du stress mental (cumulatif)

Le score de Variation du stress mental (VarStressM) est une mesure du niveau de stress mental par rapport au mois précédent. Cette variation est fondée sur une valeur de 50, signifiant aucune variation nette du stress mental, les valeurs inférieures à 50 indiquant une diminution nette du stress mental par rapport au mois précédent, alors que les valeurs supérieures à 50 indiquent une augmentation nette du stress mental. Le score de stress mental cumulatif est illustré dans le graphique ci-dessous :





Statut d'emploi	Juillet	Juin
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	54,7	58,3
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	63,3	66,3
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	66,0	67,5
Présentement sans emploi	59,3	59,7
Groupe d'âge	Juillet	Juin
20 à 29 ans	61,3	62,7
30 à 39 ans	60,5	65,5
40 à 49 ans	58,4	61,1
50 à 59 ans	55,5	58,3
60 à 69 ans	53,1	55,6
Nombre d'enfants	Juillet	Juin
Aucun	56,0	59,1
1 enfant	58,7	63,3
2 enfants	60,7	63,1
3 enfants ou plus	63,3	62,0

Les chiffres surlignés en **orange** sont les scores **les plus négatifs** du groupe.
Les chiffres surlignés en **vert** sont les scores **les moins négatifs** du groupe.

Disponibles sur demande :
Analyses corrélationnelles croisées et personnalisées spécifiques

Province	Juillet	Juin
Alberta	58,9	60,3
Colombie-Britannique	57,1	61,6
Manitoba	57,3	60,7
Terre-Neuve-et-Labrador	51,1	64,4
Maritimes	54,6	58,0
Québec	53,9	58,3
Ontario	59,0	61,3
Saskatchewan	55,3	61,1
Sexe	Juillet	Juin
Homme	57,1	59,8
Femme	57,1	61,0
Revenu du ménage	Juillet	Juin
Moins de 30 k\$/année	58,6	61,0
30 k\$ à 60 k\$/année	58,3	59,3
60 k\$ à 100 k\$/année	57,5	60,8
100 k\$ à 150 k\$/année	57,6	62,0
150 k\$ ou plus	54,8	58,1
Nombre d'adultes	Juillet	Juin
1 adulte	56,1	60,3
2 adultes	57,1	60,1
3 adultes	58,7	61,9
4 adultes	57,9	61,7
5 adultes ou plus	57,3	55,0

Identification raciale	Juillet
Arabe/moyen-oriental/asiatique de l'Ouest	54,5
Noir	57,2
Asiatique de l'Est	62,1
Indigène/Autochtone	52,6
Latino-américain, sud-américain ou centraméricain	67,9
Asiatique du Sud	61,8
Asiatique du Sud-Est	61,3
Blanc	56,1
Métisse (autre)	51,5
Préfère ne pas répondre	57,4
Autre*	54,5
* Cette catégorie comprend les insulaires du Pacifique et les métis (noirs ou autres), car le seuil minimal de déclaration n'a pas été atteint pour chaque groupe.	
Taille de l'effectif	Juillet
Travailleur autonome/propriétaire unique	54,8
2 à 50 employés	55,6
51 à 100 employés	57,3
101 à 500 employés	57,9
501 à 1000 employés	62,4
1001 à 5000 employés	58,0
5001 à 10 000 employés	55,1
Plus de 10 000 employés	56,0

Variation du stress mental (par secteur d'activité)

La santé mentale des personnes travaillant dans différents secteurs d'activité varie immensément selon le marché et les conditions sociales. Les variations du stress mental les plus favorables ont été observées dans les secteurs de l'exploitation minière, pétrolière et gazière (49,0), autres (51,8) et des autres services (sauf les administrations publiques) (52,9). Les variations du stress mental les moins favorables ont été constatées dans les secteurs des services d'hébergement et de restauration (64,9), de l'agriculture, la foresterie, la pêche et la chasse (64,9) et chez les étudiants à temps plein (63,6). Les variations du stress mental des deux derniers mois sont indiquées dans le tableau ci-après :

Secteur d'activité	VarStressM en juillet 2020	VarStressM en juin 2020
Exploitation minière, pétrolière et gazière	49,0	56,3
Autres	51,8	59,9
Autres services (sauf les administrations publiques)	52,9	62,5
Automobile	52,9	53,2
Commerce de détail	53,7	56,4
Transport et entreposage	54,3	58,6
Services publics	54,4	64,4
Administrations publiques	55,1	60,7
Fabrication	55,8	58,5
Construction	57,2	60,6
Services d'enseignement	57,8	62,3
Finance et assurances	58,1	59,2
Commerce de gros	58,1	59,8
Information et culture	59,2	57,3
Services immobiliers, de location et de location à bail	59,8	61,7
Soins de santé et assistance sociale	60,0	62,2
Services professionnels, scientifiques et techniques	61,0	59,4
Gestion de sociétés et d'entreprises	61,7	65,0
Arts, spectacles et loisirs	61,8	67,1
Étudiant à temps plein	63,6	67,5
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	64,9	65,6
Services d'hébergement et de restauration	64,9	62,1

Incidence de la pandémie de COVID-19 sur les relations

La pandémie de COVID-19 a un effet sur tous les aspects de la vie. La distanciation sociale et l'isolement prolongés poussent les gens à vouloir des interactions humaines et, dans certains cas, ont eu une incidence sur les relations personnelles et professionnelles.

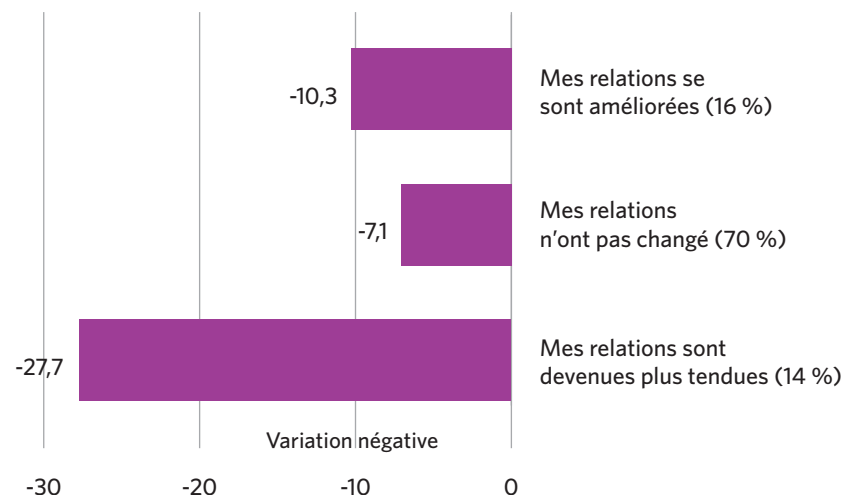
Seize pour cent des participants croient que leurs relations personnelles se sont améliorées, alors que quatorze pour cent pensent que leurs relations personnelles sont devenues plus tendues. Le pire score de santé mentale s'observe chez les personnes qui croient que leurs relations personnelles sont devenues plus tendues (-27,7), alors que celles qui signalent une amélioration ont un score de santé mentale de -10,3, et celles qui ne rapportent aucun changement ont un score de santé mentale de -7,1.

Les personnes se définissant comme noires sont les plus susceptibles d'avoir indiqué une amélioration dans leurs relations personnelles (37 pour cent).

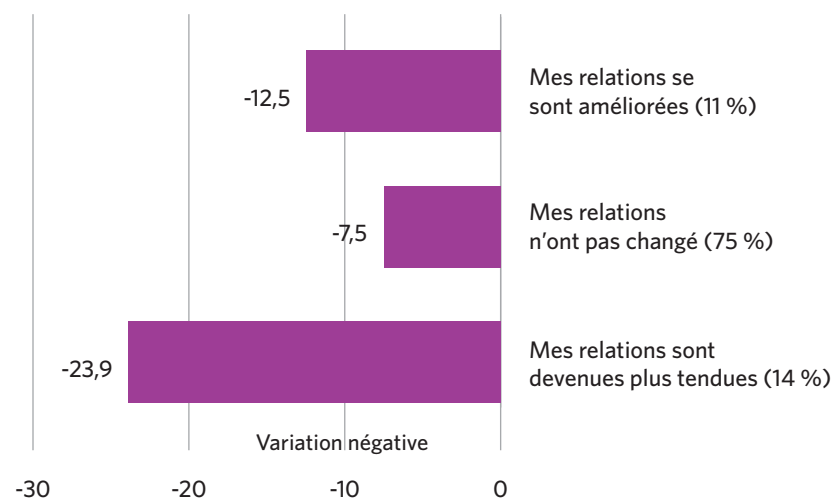
Sur le plan professionnel, les pires scores de santé mentale se retrouvent chez les 14 pour cent des personnes qui signalent des relations professionnelles plus tendues (-23,9), alors que 11 pour cent des participants rapportent que leurs relations professionnelles se sont améliorées. Le meilleur score de santé mentale (-7,5) s'observe chez les personnes qui n'ont vu aucun changement dans leurs relations professionnelles.

Les personnes se définissant comme noires sont les plus susceptibles d'avoir indiqué une amélioration dans leurs relations professionnelles (25 pour cent).

Variations des relations personnelles et ISM



Variations des relations professionnelles et ISM



Racisme et santé mentale

Tendances en santé mentale par race

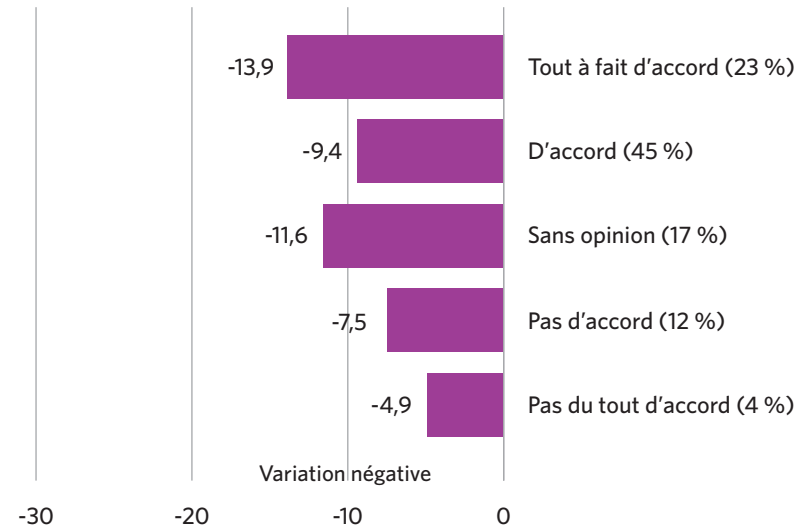
Entre avril et juillet 2020, le score de santé mentale s'est amélioré uniquement dans deux groupes ethniques. Il s'agit des personnes blanches (augmentation de 1,7 point) et des personnes arabes, moyen-orientales ou asiatiques de l'Ouest (augmentation de 1,8). Les baisses s'observent dans tous les autres groupes ethniques, les plus marquées touchant les asiatiques du Sud (chute de 3,2 points), les asiatiques du Sud-Est (chute de 3,2 points) et les noirs (chute de 2,0 points).

Entre les mois de mai et de juin 2020, on a constaté une détérioration des scores de santé mentale dans tous les groupes ethniques, sauf les blancs (augmentation de 1,2 point) et les asiatiques du Sud-Est (aucune variation). Les données du mois de juin coïncident avec le pic de prise de conscience qui a suivi la mort de George Floyd, un américain noir, et les réactions qui s'en sont suivies. Du mois de juin au mois de juillet 2020, on a vu une amélioration des scores de santé mentale chez les participants se définissant comme blancs (augmentation de 1,7 point), asiatiques du Sud-Est (augmentation de 1,3 point) et noirs (augmentation de 0,9 point), et de légères baisses dans les autres groupes, sauf chez les asiatiques du Sud-Est, dont le score de santé mentale a fléchi de 1,7 point.

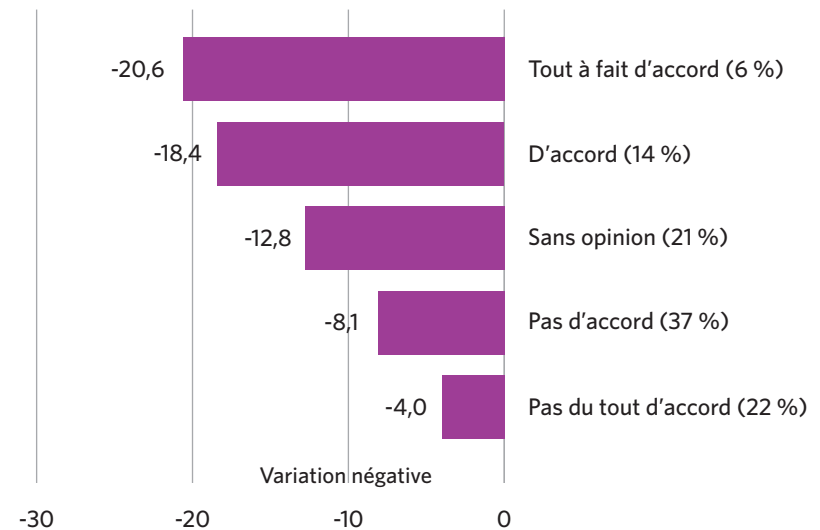
Racisme au Canada et dans les milieux de travail

Près de 70 pour cent des participants croient que le racisme est un problème au Canada. Le score de santé mentale le plus élevé est noté chez les personnes qui ne croient pas que le racisme existe dans leur pays.

Le racisme est un problème dans mon pays : scores à l'ISM



Le racisme est un problème dans mon milieu de travail : scores à l'ISM





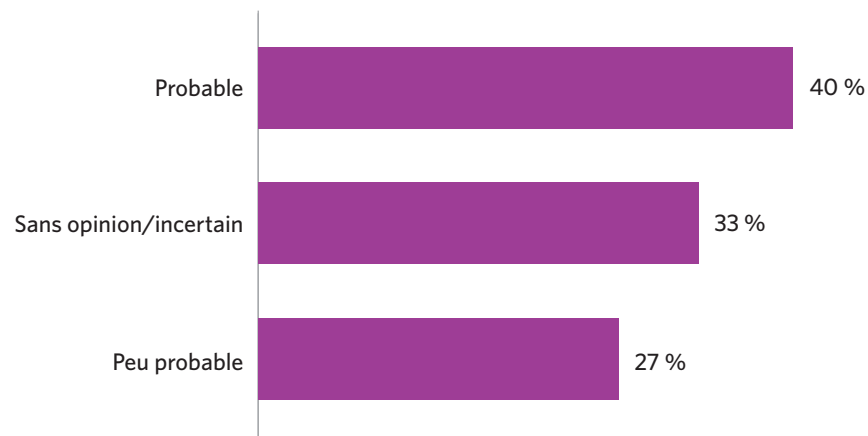
Cinquante-neuf pour cent des répondants sont tout à fait en désaccord ou en désaccord avec le fait que le racisme est un problème dans leur milieu de travail. Le score de santé mentale le plus élevé est noté chez les personnes qui ne croient pas que le racisme est un problème dans leur milieu de travail. Les employeurs dont l'entreprise compte entre 2 et 50 employés sont les plus susceptibles d'être tout à fait en désaccord ou en désaccord (69 pour cent) avec le fait que le racisme est un problème dans leur milieu de travail.

Prise de conscience du racisme systémique

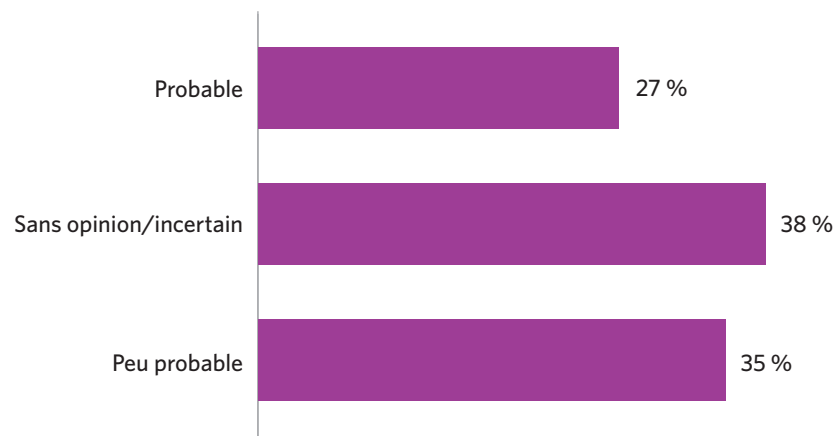
On a demandé aux répondants s'ils pensent que le racisme systémique s'atténuera au Canada en raison de la prise de conscience accrue qu'a entraînée la mort de George Floyd, un américain noir. Quarante pour cent des répondants pensent que le racisme systémique va probablement s'atténuer au Canada, alors que trente-trois pour cent ne sont pas sûrs et que vingt-sept pour cent pensent qu'il est improbable que le racisme systémique s'atténue.

Au travail, 27 pour cent des répondants pensent que le racisme systémique va probablement s'atténuer, 38 pour cent n'en sont pas sûrs, et 35 pour cent pensent qu'il est improbable que le racisme systémique s'atténue.

Le racisme systémique va-t-il s'atténuer dans votre pays en raison de la prise de conscience accrue liée à la mort de Geoge Floyd ?



Le racisme systémique va-t-il s'atténuer dans votre milieu de travail en raison de la prise de conscience accrue liée à la mort de Geoge Floyd ?

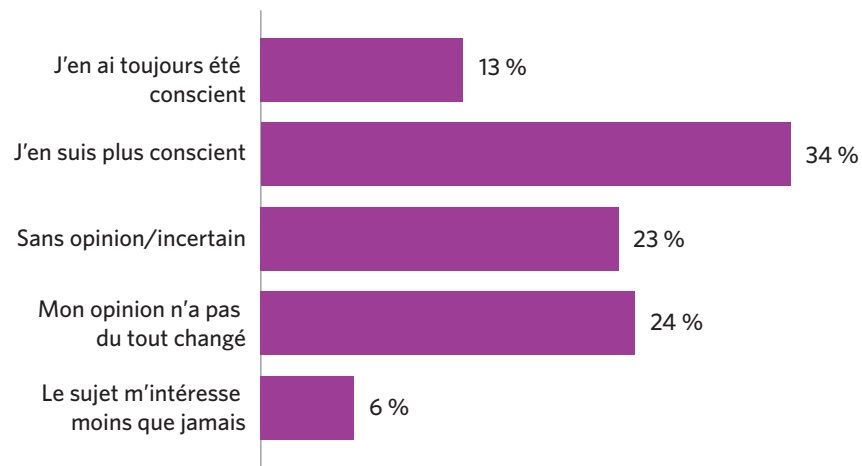




Variation dans l'opinion sur le racisme systémique

Trente-quatre pour cent des répondants rapportent qu'ils ont davantage pris conscience du racisme systémique au cours du dernier mois, alors que vingt-neuf pour cent des participants pensent que leur opinion n'a pas changé, et que six pour cent indiquent qu'ils n'ont jamais été si peu intéressés par ce sujet.

À quel point votre opinion sur le racisme systémique a-t-elle changé au cours du dernier mois ?



Retombées

Les scores actuels de l'Indice de santé mentale^{MC} constituent un avertissement clair en ce qui concerne les répercussions de la pandémie sur la santé mentale. L'Indice montre un déclin significatif de la santé mentale au Canada. Nous voyons également une augmentation considérable du stress mental comparativement au mois précédent, et un lien évident avec les enjeux liés à la pandémie de COVID-19. Alors que les risques de la COVID-19 pour la santé physique attirent une grande attention, son incidence sur la santé mentale nécessite le même degré d'attention et d'intervention. Ces répercussions sur la santé mentale se feront sentir bien après que le risque d'infection se sera atténué. Elles touchent la qualité de vie des personnes, la stabilité des familles, les risques de coûts de santé et d'invalidité pour les organisations et le niveau de participation à l'économie, une préoccupation de nos gouvernements compte tenu de leur effet sur la vitesse de la reprise économique.

Pour maîtriser la situation, il faut agir à au moins trois niveaux

1. **Les particuliers** doivent se préoccuper de l'incidence de la pandémie sur leur santé mentale. Bien qu'il soit prévisible qu'une certaine pression accompagne un changement d'une telle envergure, se sentir dépassé et incapable de tenir le coup, ou se sentir coincé et incapable de s'adapter, sont des signes clairs que vous avez besoin du soutien d'un confident ou d'un conseiller professionnel.
2. **Les entreprises** doivent se préoccuper du risque parmi les employés. L'Indice de santé mentale^{MC} (ISM) mesure le risque pour la santé mentale et l'état de santé mentale de la population active. Les scores actuels laissent entrevoir un risque pour le bien-être à long terme des employés, ce qui peut avoir une incidence sur la productivité des entreprises, les coûts de santé et les congés d'invalidité. Les entreprises auraient avantage à mettre l'accent sur la santé mentale grâce à des messages qui sensibilisent aux signes avant-coureurs des problèmes de santé mentale, à des campagnes de lutte contre la stigmatisation liée au besoin d'un soutien en santé mentale, et à la promotion des régimes de soins de santé et des ressources publiques.
3. **Les gouvernements** doivent s'occuper de la santé mentale de la population. Une population sous pression est moins susceptible de participer pleinement à l'économie. Outre la santé et la sécurité, il faut porter une véritable attention à la santé mentale. Cela devrait inclure des messages clairs concernant les stratégies d'adaptation et la promotion des ressources publiques.

Morneau Shepell est un grand fournisseur de services de gestion des ressources humaines axés sur la technologie, qui adopte une approche intégrée du mieux-être des employés grâce à sa plateforme infonuagique. Nous cherchons à offrir à nos clients des solutions de calibre mondial afin de favoriser le mieux-être mental, physique, social et financier de leurs employés. En veillant au mieux-être des gens, nous contribuons au succès des entreprises. Nos services portent sur l'aide aux employés et à la famille, la santé et le mieux-être, la reconnaissance, l'administration des régimes de retraite et d'assurance collective, les services-conseils en régimes de retraite, et les services en actuariat et en placements. Morneau Shepell compte environ 6 000 employés qui travaillent avec près de 24 000 organisations clientes, lesquelles utilisent nos services dans 162 pays. Morneau Shepell inc. est une société cotée à la Bourse de Toronto (TSX : MSI). Pour plus de renseignements à ce sujet, visitez notre site Web morneaushepell.com.



@Morneau_Shepell



Morneau Shepell