

Stress, anxiété, tendance dépressive... Un salarié sur quatre se dit en mauvaise santé mentale, selon une étude Ipsos



Le manque de confiance dans l'avenir apparaît comme «le principal facteur dégradant le niveau de santé mentale», selon l'étude. Novak / stock.adobe.com

Stress, anxiété, tendance dépressive... Un salarié sur quatre se déclare en mauvaise santé mentale, selon une étude Ipsos publiée jeudi. Mené pour le cabinet Qualisocial spécialisé dans la santé mentale et le bien-être au travail, le baromètre montre que 4% des salariés interrogés sur la façon dont ils évaluent leur santé mentale la jugent «très mauvaise» et 21% «plutôt mauvaise». Cette situation de santé mentale dégradée des salariés est stable par rapport à l'an dernier, indique l'étude. À l'inverse, ils sont 59% à estimer leur santé mentale «plutôt bonne» et 14% «très bonne», 2% des salariés interrogés ne souhaitant pas répondre.

Le premier ministre, François Bayrou, a confirmé mi-janvier que la santé mentale sera «la grande cause nationale de 2025», comme décidé par son prédécesseur Michel Barnier. Une décision bienvenue selon les cabinets spécialisés réunis au sein de la Fédération des intervenants en risques psychosociaux (Firps), dont Qualisocial, qui ont pointé cette semaine «une dégradation préoccupante de la santé mentale des salariés français», jugeant «urgent» de renforcer la prévention. Pour Camy Puech, fondateur du cabinet Qualisocial, «2025 est une année de tension sur le travail qui est favorable à la dégradation de la santé mentale» pour différentes raisons (contexte politique, économique, incertitudes autour de la transition avec l'IA, de la transition écologique...).

Manque de confiance dans l'avenir

Par secteur, l'étude Ipsos indique que la part des salariés faisant état d'une santé mentale dégradée est plus élevée dans l'hébergement médico-social, l'action sociale (34%), l'hébergement et restauration (30%), l'administration publique (30%), le commerce (29%) ou encore l'information et communication (28%). Le secteur de la construction est plus épargné (19%), devant l'industrie (21%) et les services aux entreprises (21%) ou les transports (23%). Les femmes de moins de 40 ans, les

personnes seules avec enfants, les malades chroniques ou encore les personnes à temps partiel sont les populations les plus fragiles.

Le manque de confiance dans l'avenir apparaît comme *«le principal facteur dégradant le niveau de santé mentale»*, selon l'étude : un salarié qui a confiance a 4,3 fois plus de chances de se sentir en bonne santé mentale qu'un salarié qui n'a pas confiance. La santé mentale dégradée a *«un impact fort sur la capacité de concentration, l'engagement et l'énergie au travail»*, poursuit l'étude qui souligne que plus d'un salarié sur trois n'a accès à aucune action de prévention. L'enquête a été menée en ligne du 3 au 9 décembre auprès d'un échantillon représentatif de 3000 salariés, selon la méthode des quotas.