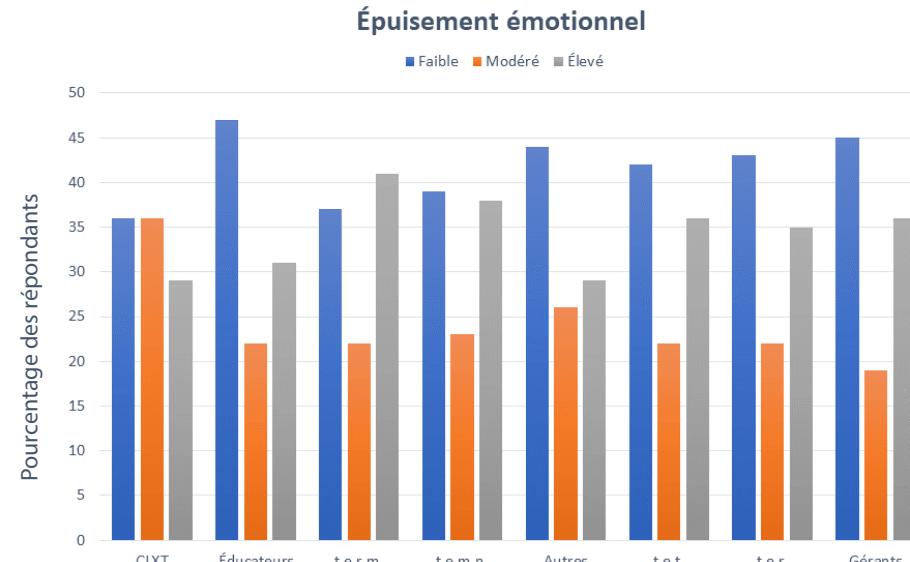


# Coup d'oeil sur les résultats de l'étude sur la santé mentale de l'ACTRM

Avec ses partenaires, la Société canadienne de science de laboratoire médical (SCSLM) et Échographie Canada, l'ACTRM a entrepris une étude nationale sur la santé mentale et le bien-être des professionnels représentés par ces groupes. Le sondage a aidé nos organisations à mesurer l'étendue des problèmes de santé mentale parmi nos membres et fourni des perspectives et des occasions d'initiatives futures.

Au total, 4 366 professionnels de tous les groupes ont répondu au questionnaire. 1 903 TRM sur plus de 11 000 ont répondu, formant le groupe professionnel le plus important. Le taux de réponse des TRM a aussi été substantiellement plus élevé que celui des deux autres groupes professionnels, suggérant un intérêt pour cette question chez les TRM au Canada. En général, le profil du groupe de répondants suit de très près le profil global de l'effectif, ce qui indique que les résultats du sondage sont représentatifs de l'effectif de l'ACTRM dans son ensemble.

Les résultats de l'ensemble des groupes professionnels (TRM, technologues de laboratoire et échographistes) sont très intéressants, et indiquent des niveaux d'épuisement émotionnel et d'épuisement professionnel typiques (sinon légèrement plus élevés que ce qui était attendu). Il est particulièrement intéressant d'aller un peu plus en profondeur dans les résultats qui émergent des réponses du seul groupe des TRM, puisqu'ils semblent donner une image de charge de travail et de niveaux de stress élevés dans le milieu de travail.



## Épuisement émotionnel, stress et surcharge de travail

L'étude a posé aux participants une série de questions sur les enjeux de santé mentale, incluant le stress, l'épuisement professionnel et la santé mentale dans les milieux de travail au Canada. La première question de l'inventaire Maslach de l'épuisement professionnel traite des enjeux reliés à l'épuisement professionnel, incluant l'épuisement émotionnel, la dépersonnalisation et la réalisation personnelle. Les deuxième et troisième séries de questions portent sur la satisfaction au travail et la qualité de la vie au travail. La dernière série de questions examinait plus particulièrement les enjeux de santé mentale à l'aide de l'échelle de détresse psychologique en 10 points de Kessler (K10). À travers toutes les questions des différentes échelles, une histoire commune a commencé à émerger. En général, les TRM qui ont répondu au sondage ont indiqué un niveau plus élevé que la moyenne d'épuisement émotionnel et de stress en milieu de travail, et des cas

substantiels de pénurie de personnel pour effectuer le travail à faire. L'épuisement émotionnel est élevé parmi les TRM, avec plus de 57 % des TRM dans toutes les disciplines rapportant un degré modéré ou élevé d'épuisement émotionnel.

Stratifiés entre les différentes disciplines et fonctions professionnelles, les résultats du sondage montrent quelques tendances intéressantes qui méritent d'être étudiées. L'épuisement semble particulièrement marqué parmi les technologues en IRM, dont 41 % rapportent un niveau élevé d'épuisement émotionnel, et près des deux tiers un niveau modéré ou élevé.

## Satisfaction face au travail et sentiment de réalisation personnelle

L'envers des résultats indiqués ci-dessus est un ensemble de résultats généralement positifs sur les sentiments des TRM à propos du travail qu'ils font et de leur degré de satisfaction actuel face à leur

rôle. Par les réponses aux questions sur la dépersonnalisation dans leur rôle et la réalisation personnelle, l'image de la profession de TRM en est une d'un effectif généralement satisfait et heureux de faire partie de la profession qu'il a choisie. On n'a pas noté de niveaux élevés de dépersonnalisation, même si les tendances dans certaines disciplines sont plus élevées que d'autres sur ces éléments de l'inventaire (p. ex., en IRM, 38 % des répondants signalent un niveau élevé ou modéré de dépersonnalisation).

La satisfaction au travail, mesurée par une autre série de questions, renforce également cette suggestion, la satisfaction dans les différentes disciplines et les différents sous-groupes se situant à 80 % et au-delà (plutôt satisfait ou principalement satisfait). Plusieurs TRM ont aussi répondu être très satisfaits de leur poste.

En d'autres mots, s'il existe un degré substantiel d'épuisement émotionnel parmi les TRM, cela ne semble pas relié à une insatisfaction générale face à leur rôle ou un détachement personnel face au travail qu'ils font. Il semble plutôt que cela puisse être rattaché à des situations stressantes découlant de charges de travail élevées.

## Autres analyses

Le sondage a également examiné d'autres aspects de la santé mentale qui ne sont pas abordés ici, comme la qualité de vie au travail et la détresse psychologique. Pour mieux comprendre les résultats complets du sondage, veuillez vous reporter au [webinaire en direct enregistré en mai 2019](#).

## D'autres études sont nécessaires

Il est difficile de faire des observations définitives à partir d'un sondage tenu à un moment fixe dans le temps. Ce que ce sondage peut faire est de souligner certains constats intéressants qui méritent une analyse plus poussée et de fournir une base de référence permettant à l'ACTRM de comparer les résultats d'études futures du même type. Dans le cadre de l'engagement de l'association envers la santé mentale et le bien-être, nous répéterons cette étude avec nos partenaires en 2020.

## Les outils et où les trouver

Une partie de l'engagement de l'ACTRM envers la santé mentale et le bien-être consiste à aider à fournir aux membres – qu'ils soient confrontés au stress en milieu de travail, à la détresse psychologique

ou à tout autre enjeu de santé mentale – une certaine forme de soutien. Pour commencer, l'ACTRM a une entente avec son partenaire dans cette étude, la SCSLM, pour diriger les membres de l'ACTRM vers une série d'outils bien fondés et diversifiés sur le site Web de la SCSLM. Nous explorerons ces outils de façon plus détaillée pour vous dans les prochains numéros du bulletin. D'ici là, nous vous encourageons à prendre connaissance de la trousse d'outils en santé mentale et bien être de la SCSLM sur <https://mentalhealth.csmls.org/>.

