

Santé mentale et travail : esquisses

André Arsenault

Volume 10, Number 2, November 1985

Santé mentale et travail

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/030287ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/030287ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this document

Arsenault, A. (1985). Santé mentale et travail : esquisses. *Santé mentale au Québec*, 10(2), 5–7. <https://doi.org/10.7202/030287ar>

Éditorial : Santé mentale et travail

Esquisses

André Arsenault

Coordonnateur de l'équipe de soutien à la recherche à l'I.R.S.S.T.

L'univers du travail et celui de la santé mentale sont déjà suffisamment complexes en eux-mêmes. Leur intersection engendre un inextricable treillis où se croisent métriques, normes, vécus, engagements, toxiques, chimiques et poisons sociaux sans compter que les discours s'imbriquent en empruntant, de tous ces fils d'Ariane, des longueurs variables. Certains tissent le visage de la fatigue, d'autres des paysages d'anomie pendant que d'autres enfin, cherchent à donner à cet espace biplan des dimensions additionnelles, histoire de prendre du recul.

Le travail existe-t-il vraiment, en dehors de l'homme, ou est-il un construit qui ressemble aux architectures qui lui servent de théâtre: un jeu de boîtes intelligemment agencées pour assujettir l'énergie physique et mentale à la production ordonnancée?

Et la santé mentale se pose-t-elle comme problème en dehors des nombreux référentiels de valeurs que nous nous sommes donnés, et auxquels on se réfère comme si la relativité était encore restreinte, à l'âge où la science au service du territoire s'amuse à la guerre des étoiles.

•

Le travail peut être disséqué. Son autonomie révèle sa structure interne, moulée sur l'intentionnalité de l'organisateur primaire qui a conçu le processus ou l'organisation sociale qui a engendré le besoin. Certains organes, plus nobles en apparence, supportent bien la charge qualitative, la complexité, la responsabilité. D'autres, moins glorieux, supportent mieux la charge physique. Comme toutes les structures, la charge justifie leur existence et la surcharge les disloque.

Mais c'est en fonctionnant que le travail révèle ses effets secondaires, en assumant que son objet primaire ne soit pas en soi une source d'aliénation. Effet pervers du travail quand la satisfaction intrinsèque qu'il procure permet de capitaliser à même le plaisir du travailleur qui s'y adonne: mais c'est là un problème plus typique des chercheurs et des militants que des autres groupes sociaux qui leur servent d'objet de thèse. Ceux qui trouvent leur travail passionnant ont tendance à devenir des sujets intéressants plus tard, en phase d'épuisement.

Il y a aussi le travail qui se vide lentement de son contenu, au fil des ans, ou au détour d'une crise économique; parce qu'on réorganise le travail, que l'équipe a été dispersée, que la «shop» a été transformée en nids de pigeon. La solitude et l'ennui s'infiltrent, le travail moisit. Mais il exige quand même une vigilance exquise: le contenu de la tâche est rétréci autour du rare imprévu, aux conséquences potentielles néfastes, mais tellement improbables qu'on ne peut même pas compter sur le réflexe de l'habitude. Le travailleur est devenu une porte logique à deux niveaux qui requerra peut-être l'usage de quelques relais synaptiques. Sinon, tant mieux.

•

Et puis il y a le travail qui a été d'emblée conçu comme un ensemble vide d'intérêt intrinsèque. On y entre par hasard ou par nécessité. On en sort de la même façon.

•

Mais le travail ce n'est quand même pas si pire. C'est un peu ce qu'il y a à faire: il y a un minimum d'espace pour agir. Ce qui fâche les uns, déprime les autres, ce qui inquiète les troisièmes est le contexte, les conflits, les surveillances, l'ambiguïté, l'insécurité, les conditions de travail. On est bien obligé de composer mais la fuite est bienvenue, souhaitée, parfois calculée. On devrait parler de la banque de congé de santé mentale dans bien des cas. Quant à ceux qui n'ont pas de bénéfices dits sociaux, ils se consomment plus ou moins lentement, en fonction de prédictors comme la pension alimentaire, le nombre de dépendants et les personnes dites à charge.

•

Bien sûr, il y a la lutte qui, au minimum, procure la satisfaction d'avoir agi, témoigné ou consolé. Au maximum, elle donne parfois la victoire qu'on a depuis longtemps pris l'habitude de savourer à la télé: c'est une valeur plus sûre. Les troupes montrent aussi des signes évidents de fatigue, le second souffle se fait attendre, la crise économique s'éternise. L'attrait du collectif tend à s'estomper quand chacun a l'impression que la chance qui passe vaut bien un petit flirt, quoi qu'en pense la vieille solidarité. Et qui va me le reprocher: la nourrice n'a pas eu de montée de lait depuis lurette.

•

Peut-être vaudrait-il mieux exiler le travail!

•

La santé mentale c'est encore autre chose. Il y a un système de gestion élaboré qui l'encadre soigneusement. Elle me fait penser à la Justice: les yeux bandés parce que rien qu'à voir, on a de la misère à garder son objectivité; quant aux plateaux on y trouve d'un côté la masse salariale cotisable et de l'autre, les agents de contrôle social qui cherchent à garder le «ballant». S'il fallait que sa perte devienne compensable! Plus d'économie, plus de masse cotisable, vous voyez le tableau?

Il devient alors important de définir la santé mentale, de la paramétrer, de décrire sa tendance centrale et d'estimer son écart-type. Afin que chacun puisse posséder sa santé mentale centrée et réduite. Problème de norme mais surtout de métrique. Car qui a la métrique a la norme, c'est bien connu!

Les savants se regroupent donc en congrès, certains à tendance nettement fondamentaliste, presque reaguaniens; d'autres carrément anarchistes qui ont probablement des adolescents qui pensent, à tort, que le marché du travail, c'est...

Fort heureusement que le théorème de la limite centrale est déjà coulé dans le béton des probabilités théoriques: ultimement, toutes les valeurs convergent. Hélas et Dieu merci.

•

En attendant les psychiatres sont inquiets parce que l'on fait sortir du DSM III une réalité nosographique bien définie et bien circonscrite depuis longtemps. Les gens créent des mots qui génèrent de la confusion, obligent les juristes à faire preuve de prudence: des mots qui créent des emplois quoi!

Burnout, qu'on le chuchote, qu'on l'exprime, qu'on le graffitise, il semble clair qu'on ne crée pas une réalité avec des mots, surtout si elle est déjà répertoriée.

Malheur à ceux qui veulent donner bonne bouche à la tentation fatale: croire au burnout est l'insidieux début d'un processus d'écoute dirigé vers l'intérieur de soi. Y céder est le premier pas vers le cul-de-sac narcissique. On ne se disculpe pas ainsi de son manque de courage face au défi du travail. Ne sera pas bur-

nout qui veut, le deviendra celui dont la santé mentale centrée réduite sera à au moins¹ écarts-type² de la moyenne.

Pour les gens des sciences humaines, on a là un bel objet d'étude: ce n'est pas à tous les jours que l'on peut assister au lever d'un nouveau cadre normatif. L'entrée en scène des plaideurs est à guichet fermé, l'huître aussi.

•

Il ne faudrait pas pousser et exiler la santé mentale sur la même île que le travail, on n'en sortira pas.

•

Heureusement qu'il y a les moralistes qui prêchent, fabulent ou boivent la ciguë.

•

Si le travail est un construit et la santé mentale un univers normé comment sont-ils devenus si hors de portée pour l'être humain ordinaire?

NOTES

1. Le débat fait toujours rage entre les conservateurs qui poussent pour au moins 4 écarts-types et les laxistes qui règleraient à 3. On attend toujours l'étude d'impact.
2. La question de savoir si ce sera au-dessus ou au-dessous de la moyenne est à l'ordre du jour de la prochaine réunion.