

Projet pilote de formation. Prévenir et promouvoir la santé mentale chez les agriculteurs : s'outiller pour mieux soutenir

Philippe Roy

Université de Sherbrooke

Nancy Beauregard et Jaunathan Bilodeau

Université de Montréal

Annie Therrien

Centre de prévention du suicide Accalmie

Sébastien Verville

Université de Sherbrooke

RÉSUMÉ

Cet article résume la mise en œuvre d'un projet pilote de formation destiné à promouvoir la santé mentale chez les agriculteurs. Cette initiative destinée tant aux intervenants qu'aux agriculteurs est née d'un partenariat entre un centre de prévention du suicide et le milieu universitaire québécois. On y présente de façon succincte le contexte ayant mené à sa mise sur pied, ses modalités, son appréciation et ses retombées. L'analyse de ce projet pilote met en lumière la pertinence des approches de codéveloppement unissant les agriculteurs, les intervenants et les chercheurs.

Mots clés : promotion de la santé mentale, prévention du suicide, agriculteurs, formation, ruralité

Philippe Roy, professeur adjoint, École de travail social, Université de Sherbrooke, Sherbrooke, Québec; Nancy Beauregard, professeure agrégée, École de relations industrielles, Université de Montréal, Montréal, Québec; Jaunathan Bilodeau, candidat au doctorat, Département de sociologie, Université de Montréal, Montréal, Québec; Annie Therrien, Chargée de projets de formation & formatrice accréditée, Centre de prévention du suicide Accalmie, Trois-Rivières, Québec; Sébastien Verville, candidat à la maîtrise, École de travail social, Université de Sherbrooke, Sherbrooke, Québec.

Jaunathan Bilodeau est maintenant chercheur postdoctoral, International Research Infrastructure on Social Inequalities in Health (IRIS), Department of Sociology, McGill University, Montréal, Québec.

Les autrices et auteurs de cet article remercient les personnes qui ont participé à cette formation, de même que la contribution financière du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec et de la Faculté des lettres et sciences humaines de l'Université de Sherbrooke.

Pour toute correspondance concernant cet article, s'adresser à Philippe Roy, École de travail social, Université de Sherbrooke (local A5-318), 2500 boulevard de l'Université, Sherbrooke (Québec), J1K 2R1. Courriel : Philippe.roy5@usherbrooke.ca

ABSTRACT

This paper summarizes the development of a pilot for a farmers' mental health promotion training project. This initiative, addressed to farmers and practitioners, was born from a partnership between a centre for suicide prevention and university researchers in Quebec. We briefly present the context leading to this project, characteristics, evaluation, and outcomes. The analysis shed light on the relevance of a co-development approach used to cross the knowledge of farmers, practitioners, and researchers.

Keywords: mental health promotion, suicide prevention, farmers, training, rural

Au Canada, les enjeux de bien-être animal sont au centre de l'organisation du travail des agriculteurs œuvrant dans le secteur de l'élevage. Or, les enjeux liés au bien-être humain des agriculteurs — toutes productions confondues — demeurent méconnus et peu soutenus. Ce constat est d'autant plus préoccupant si l'on considère la réalité complexe des agriculteurs et ses impacts sur le bien-être physique, mental et social de ces derniers (Comité permanent de l'agriculture et de l'agroalimentaire, 2019). C'est en réponse à cette situation qu'un projet pilote de formation a été réalisé sur la promotion de la santé mentale en agriculture (Beauregard, Roy, Bilodeau et Therrien, 2017). Cet article présente de façon succincte le contexte ayant mené à sa mise sur pied, les modalités et les retombées.

Le maintien d'une bonne santé physique semble aller de soi considérant les exigences et les pressions élevées associées au travail agricole (p. ex. longues heures travaillées, nature physique des tâches, etc.). Or, les agriculteurs ont tout avantage à maintenir une bonne santé mentale étant donné qu'il s'agit de gérer une entreprise basée sur le lien aux animaux, à la terre et aux relations interpersonnelles. En plus d'avoir des répercussions sur sa propre santé, la détérioration de la santé mentale d'un agriculteur affecte directement sa famille et son entreprise. Depuis plusieurs années, de nombreuses études, reportages et mobilisations tendent à démontrer que la santé mentale des agriculteurs canadiens est un enjeu social d'importance qui concerne non seulement les producteurs agricoles et leur entourage, mais également plus largement leur communauté et la société en général (Comité permanent de l'agriculture et de l'agroalimentaire, 2019; Lafleur, 2013).

La formation *Prévenir et promouvoir la santé mentale chez les agriculteurs : s'outiller pour mieux soutenir* est le résultat d'un partenariat entre le milieu de la recherche et un centre de prévention du suicide de la province de Québec, le Centre de préventions du suicide Accalmie (CPSA), qui exprimait le besoin de mieux rejoindre les communautés agricoles sur son territoire (Mauricie-Centre-du-Québec), et ce, en amont de la crise suicidaire. Cet objectif est également partagé par l'Union des producteurs agricoles (UPA), un syndicat agricole représentant plus de 42 000 agriculteurs de la province de Québec. Par exemple, une formation *Agir en sentinelle pour la prévention du suicide – Déclinaison agricole*, développée conjointement par l'UPA et l'Association québécoise en prévention du suicide, forme annuellement des intervenants de tous horizons en prévention du suicide chez les agriculteurs. Les membres de la communauté agricole y apprennent à identifier les signes de détresse exprimés par la personne suicidaire, à entrer en contact avec elle et à l'accompagner vers les ressources appropriées. Le CPSA représente un des centres de prévention du suicide offrant cette formation. Dans le cadre des enjeux et des missions formulés, il s'agissait donc de

réfléchir à une formation complémentaire ouverte aux agriculteurs, aux intervenants psychosociaux et aux membres de la communauté.

Ce contexte a mené à la création d'un projet pilote de formation : *Prévenir et promouvoir la santé mentale chez les agriculteurs : s'outiller pour mieux soutenir*. Le but est d'offrir des outils concrets aux participants afin de les familiariser avec les principes de base de la prévention et de la promotion de la santé mentale chez les agriculteurs. L'atelier de 3 h 30 repose sur 3 objectifs et modules :

1. Comprendre la santé mentale sur un continuum ;
2. Comprendre les facteurs qui expliquent la santé mentale chez les agriculteurs à partir d'une approche intégrée ;
3. Identifier les pistes d'intervention et les ressources dans une approche de prévention et de promotion de la santé mentale chez les agriculteurs.

L'animation est interactive. Chaque module débute par un transfert de connaissances théoriques et empiriques, et se termine par une activité d'intégration en petits groupes à partir d'exemples concrets (vignettes). Des mises en situation, suivies d'un retour en plénière permettent aux participants et formateurs de mettre en commun les connaissances, expériences et réflexions.

Module 1 : Comprendre la santé mentale sur un continuum

Ce module vise à représenter la santé mentale et ses composantes comme étant un continuum allant d'un pôle positif (p. ex. bien-être, qualité de vie, espoir, optimisme) à un pôle négatif (p. ex. détresse psychologique, dépression, suicide). Cette définition s'inscrit dans une approche « salutogène », tel que développé par Antonovsky (1979), et appliqué à la santé des agriculteurs (Roy, Tremblay, Robertson et Houle, 2017). Ceci permet de focaliser sur ce qui génère la santé et non seulement la maladie, mettant en lumière l'importance de la promotion, de l'éducation et de la prévention.

Module 2 : Ce qui explique la santé mentale des agriculteurs

Selon une approche systémique, ce module explique l'interdépendance entre la santé mentale et les diverses sphères de vie de l'agriculteur : l'individu, la famille et la ferme, les réseaux communautaires, le secteur agricole et la société. Les participants sont sensibilisés à certaines formes de cooccurrence impliquant notamment la détresse psychologique, la santé et sécurité au travail, et les habitudes de vie (Beauregard, 2016). Cette démonstration vise la reconnaissance des divers facteurs de risque et de protection, de même que leurs interactions et les impacts sur la santé et le bien-être des agriculteurs. Une attention particulière est portée sur la conciliation travail-famille, puisque la majorité des agriculteurs dirigent des entreprises familiales et habitent sur leur lieu de travail.

Module 3 : Identifier les pistes d'intervention

Le dernier module explore des pistes pour mieux rejoindre les agriculteurs et répondre plus adéquatement à leurs besoins en tenant compte de leur réalité tant du point de vue organisationnel que familial et social. Considérant la division des rôles souvent plus traditionnelle dans l'interface ferme-famille, une

approche sensible à la dimension de genre est encouragée. Sont ainsi abordées l'ampleur du travail invisible des femmes en agriculture tout comme la difficulté de plusieurs hommes à demander de l'aide, découlant de l'opposition entre les exigences de la masculinité traditionnelle et celles de l'aide psychosociale. Ce module comporte aussi des pistes d'intervention visant à créer et maintenir le lien thérapeutique en se basant sur l'approche par les forces. Enfin, les ressources locales et provinciales pouvant répondre aux besoins des agriculteurs ont été présentées. À deux des quatre formations, la participation d'une employée et d'une bénévole de l'organisme *Au cœur des familles agricoles* a permis une présentation approfondie de leurs services de soutien psychosocial aux agriculteurs et à leur famille.

L'APPRÉCIATION DE L'ATELIER

Le bilan est positif considérant la forte participation du groupe cible et la satisfaction générale exprimée. La formation a été offerte à quatre reprises en 2017 sur le territoire du CPSA (Nicolet, Sainte-Geneviève-de-Batiscan et Trois-Rivières à deux reprises). Grâce à un excellent appui des organismes partenaires et à une bonne diffusion de l'information, la formation a rejoint un total de 47 personnes provenant autant du réseau de santé et de services sociaux que de divers organismes communautaires ainsi que du milieu agricole. Un questionnaire d'appréciation relatif à la formation a été rempli sur une base volontaire et anonyme. Les thèmes couverts sont : les objectifs et les contenus (3 items), la qualité de l'animation (4 items), la méthodologie utilisée pour donner la formation (3 items), la dynamique de groupe et qualité des lieux (2 items), l'appréciation générale (2 items). Chaque item a été évalué sur une échelle de satisfaction (1 = très faible, 4 = très élevé).

Trente et un (31) participants ont répondu au questionnaire (66 %). Pour l'ensemble des items, des niveaux de satisfaction allant de élevés (3) à très élevés (4) ont fait consensus auprès des participants (87 % et 100 %). D'autres retombées sont à noter. Le CPSA a noté, lors d'échanges en réunion clinique, un renforcement et une diversification des outils permettant de mieux rejoindre les agriculteurs et une meilleure connaissance mutuelle entre les participants, favorisant un meilleur réseautage et un meilleur partage de connaissances.

Une limite doit être mentionnée sur l'âge des agriculteurs ayant participé à la formation. Alors que la promotion de la formation était ouverte à tous les agriculteurs, ceux issus de la relève agricole (moins de 40 ans) étaient sous-représentés. Dans ce contexte, les suites du projet pilote pourraient cibler des groupes d'âge en particulier, comme les jeunes agriculteurs. Également, le projet pilote était réalisé en Mauricie-Centre-du-Québec ; il a donc été offert en français seulement, ce qui est cohérent avec la réalité linguistique de cette région. Un déploiement à l'extérieur de cette région devra s'accompagner d'une version en anglais, pour rejoindre les agriculteurs anglophones, dont plusieurs sont établis dans d'autres régions du Québec et au Canada.

CONCLUSION

Ce projet pilote visait à combler un besoin de formation sur la promotion et la prévention de la santé mentale des agriculteurs. Une approche de codéveloppement avec le milieu de la recherche et un centre de prévention du suicide a été privilégiée afin d'ancrer les besoins et les retombées de la formation. Au-delà

de l'application des connaissances issues de la recherche, la formation a favorisé une synergie entre des intervenants psychosociaux et des agriculteurs engagés dans la promotion de la santé mentale auprès de leur communauté. Considérant les retombées positives engrangées, notre expérience indique la nécessité de poursuivre de tels efforts, notamment en soutenant dans le futur une approche de codéveloppement initiée par les agriculteurs eux-mêmes.

RÉFÉRENCES

- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Beauregard, N., Roy, P., Bilodeau, J., & Therrien, A. (2017). *Prévenir et promouvoir la santé mentale et le bien-être des agriculteurs : S'outiller pour mieux soutenir*. (S.l.): Formation et cahier du participant.
- Beauregard, N. (2016). Les blessures professionnelles accidentelles et les problèmes de santé mentale au travail chez la main-d'œuvre agricole : Vers une compréhension intégrée. *Qualaxia*, 8(2). Repéré à <https://qualaxia.org/wp-content/uploads/quintessence-v08n02-fr.pdf>
- Comité permanent de l'agriculture et de l'agroalimentaire. (2019). *Santé mentale : Une priorité pour nos agriculteurs*. Ottawa: Chambre des Communes. Repéré à <http://publications.gc.ca/site/eng/9.873772/publication.html>
- Lafleur, G. (2013). Le grand silence des agriculteurs : Portrait de la détresse psychologique et du suicide en milieu agricole. Dans CRISE (Éd.), Communication présentée au Webinaires du CRISE. Repéré à <http://www.crise.ca/fr/webinaire8.asp>
- Roy, P., Tremblay, G., Robertson, S., & Houle, J. (2017). "Do it All by Myself" : A Salutogenic Approach of Masculine Health Practice Among Farming Men Coping With Stress. *American Journal of Men's Health*, 11(5). <https://doi.org/10.1177/1557988315619677>