

Personne ne devrait se priver de cette aide précieuse

Claude Gauvreau

Vous êtes un employé, un professeur, un chargé de cours ou un cadre et, comme des milliers d'autres personnes au Québec, vous vivez un deuil, une séparation, une dépression ou un drame qui vous plonge dans un état de détresse? Vous avez besoin de parler à quelqu'un? Le Programme d'aide au personnel (PAP) offert conjointement par le Service des ressources humaines et le syndicat des employés (SEUQAM) peut peut-être vous aider.

Le PAP vient de rendre public le bilan de ses activités pour l'année 2002-2003 et le *Journal* trouvait l'occasion favorable pour en discuter avec la conseillère Huguette Bonneville et le vice-président du SEUQAM, Marcellin Noël.

Créé en 1991, le PAP a d'abord été conçu pour le personnel de soutien. Mais, depuis quelques années, il s'adresse aussi aux autres employés de l'UQAM ainsi qu'aux retraités jusqu'à deux années après leur départ.

De manière gratuite et confidentielle, pendant et hors des heures de travail, le programme offre une aide aux employés qui sont aux prises avec différents types de problèmes susceptibles d'affecter leur bien-être personnel ou d'avoir une incidence dans leur travail. Ces problèmes peuvent être d'ordre personnel (stress, dépression, deuil, toxicomanie), familial (maladie d'un proche, conciliation avec la vie professionnelle), conjugal (mésentente, séparation, violence), financiers et juridiques, ou encore reliés à l'adaptation à la retraite. L'employé demeure libre, en tout temps, d'accepter, de refuser ou de mettre fin à la démarche proposée.

«À l'origine, l'élément déclencheur a été la négociation de la convention collective des membres du SEUQAM où a été proposée la création de ce programme. On retrouve dans d'autres universités des services semblables mais je crois bien que l'UQAM est la



Photo : Michel Giroux

Huguette Bonneville, conseillère au Programme d'aide au personnel, et Marcellin Noël, vice-président du SEUQAM.

seule à s'être dotée d'une telle structure paritaire», raconte Marcellin Noël.

Les employés peuvent s'adresser à deux types d'intervenants : la conseillère au Programme d'aide, Mme Huguette Bonneville, qui aide à court terme à l'identification de problème, offre du *counselling*, et réfère si besoin est à des ressources extérieures spécialisées. «Dès le début, Huguette Bonneville était une candidate de choix», souligne M. Noël. Détentrice d'une maîtrise en travail social et d'un certificat en toxicomanie, elle possède également une expérience diversifiée en matière d'intervention psychosociale, ayant œuvré dans le réseau des CLSC et dans le mouvement communautaire.

Le SEUQAM offre également les services de sept délégués sociaux, dont Marcellin Noël. Ils apportent

un soutien dans l'évaluation des problèmes, la recherche de solutions et les démarches à entreprendre. «Ces délégués, hommes et femmes, qui proviennent de différents secteurs d'emploi, ont reçu une formation du Conseil des travailleurs du Montréal Métropolitain (FTQ) axée sur l'écoute active et l'entraide», explique M. Noël.

Une augmentation significative

En 2002-2003, 210 employés, membres du SEUQAM pour la majorité (76,3 %), ont bénéficié des services de consultation du PAP. «Il s'agit d'une augmentation significative de 36,3 % par rapport à il y a deux ans, ce qui s'explique par divers facteurs», souligne Mme Bonneville. «D'abord, le programme est mieux connu, a gagné en crédibilité et les

gens hésitent moins à consulter. Par ailleurs, il semble que plusieurs employés se sentent davantage opprimés dans différentes sphères de leur vie. Enfin, le personnel vieillit, ce qui entraîne d'autres problèmes reliés à l'anxiété face à la retraite, aux difficultés relationnelles avec les adolescents, ou encore à la maladie. Un survol des statistiques au cours des cinq dernières années permet de constater une progression du pourcentage des demandes de consultation provenant des employés âgés de 55 ans et plus.»

Depuis l'implantation du PAP, les femmes (68 %) consultent davantage que les hommes même si ces derniers sont maintenant un peu plus nombreux à recourir au programme. «Les hommes sont moins réticents qu'auparavant. Peut-être que les préjugés sont moins tenaces et que le modèle du mâle fort et invulnérable tend à

s'effriter», suggère M. Noël.

Durant la dernière année, la majorité des demandes de consultation concernaient les problèmes conjugaux et familiaux (35,2 %). Celles relatives aux difficultés rencontrées au travail (30,6 %) et les autres reliées aux problèmes personnels et émotionnels (29,5 %) étaient également élevées. Selon Mme Bonneville, les problèmes au travail sont essentiellement de deux ordres : l'épuisement professionnel et la démotivation. Pour sa part, M. Noël a observé que les personnes venant au SEUQAM pour se plaindre de harcèlement psychologique étaient plus nombreuses qu'auparavant. «Dans certains cas, elle peuvent avoir raison et dans d'autres non. C'est un problème complexe, encore mal défini.»

Les intervenants du PAP entendent continuer de promouvoir la santé, le mieux-être et une meilleure qualité de vie au travail par des activités d'information et de prévention. «Depuis la création du Programme, une trentaine de conférences ont été organisées autour de thèmes comme la dépression, la ménopause, la préparation à la retraite ou le suicide chez les jeunes. Elles ont permis de faire connaître le PAP et le bouche-à-oreille a fait le reste», de dire Mme Bonneville.

Mais Marcellin Noël et Huguette Bonneville déplorent le manque de ressources spécialisées dans le secteur public québécois, notamment en qui a trait aux problèmes de santé mentale et aux situations de crise psychosociale. «On peut attendre parfois de huit à douze mois pour rencontrer un psychologue dans un CLSC, sans parler du peu de disponibilité des médecins. Et pourtant les besoins sont énormes», concluent-ils •