Document généré le 29 avr. 2025 04:46

Santé mentale au Québec

Analyse exploratoire de pratiques de santé mentale en situation de chômage : le cas d'ouvriers et d'ouvrières du secteur manufacturier de l'Est de Montréal (première partie)

Exploratory analysis of mental health in an unemployment situation : the case of workers in the manufacturing sector of eastern Montréal (Part 1)

Aimé Lebeau, Danielle Desmarais, Denis Allard et Chantal Perreault

Volume 12, numéro 2, novembre 1987

Chômage et santé mentale (1) et Histoire et politiques (2)

URI : https://id.erudit.org/iderudit/030398ar
DOI : https://doi.org/10.7202/030398ar

Aller au sommaire du numéro

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)
1708-3923 (numérique)

Découvrir la revue

Citer cet article

Lebeau, A., Desmarais, D., Allard, D. & Perreault, C. (1987). Analyse exploratoire de pratiques de santé mentale en situation de chômage : le cas d'ouvriers et d'ouvrières du secteur manufacturier de l'Est de Montréal (première partie). *Santé mentale au Québec*, *12*(2), 47–63. https://doi.org/10.7202/030398ar

Résumé de l'article

Cette recherche a pour objectifs d'inventorier les mécanismes psychosociaux qui contribuent au maintien de l'équilibre de la personne en chômage et de dresser un tableau des pratiques de santé mentale existant dans un groupe homogène de chômeurs et chômeuses du secteur manufacturier. Dans cette première partie, les auteurs et auteures expliquent la méthodologie utilisée au cours de leur étude et présentent une analyse globale de l'expérience quotidienne de personnes en chômage. Dans une seconde partie, qui se veut un apport original à la réflexion sur la santé mentale, l'analyse comporte un inventaire des pratiques de santé mentale, suivi d'une brève description des pratiques reliées au soutien social en situation de chômage.

Tous droits réservés © Santé mentale au Québec,1987

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter en ligne.

https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/

Cet article est diffusé et préservé par Érudit.

Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche.

https://www.erudit.org/fr/

Analyse exploratoire de pratiques de santé mentale en situation de chômage: le cas d'ouvriers et d'ouvrières du secteur manufacturier de l'Est de Montréal (première partie)

*Aimé Lebeau**
*Danielle Desmarais**
*Denis Allard**
*Chantal Perreault**

Cette recherche a pour objectifs d'inventorier les mécanismes psychosociaux qui contribuent au maintien de l'équilibre de la personne en chômage et de dresser un tableau des pratiques de santé mentale existant dans un groupe homogène de chômeurs et chômeuses du secteur manufacturier. Dans cette première partie, les auteurs et auteures expliquent la méthodologie utilisée au cours de leur étude et présentent une analyse globale de l'expérience quotidienne de personnes en chômage. Dans une seconde partie, qui se veut un apport original à la réflexion sur la santé mentale, l'analyse comporte un inventaire des pratiques de santé mentale, suivi d'une brève description des pratiques reliées au soutien social en situation de chômage.

LE CHÔMAGE OUVRIER DANS SA PERSPECTIVE PSYCHOSOCIALE

Depuis plus d'une décennie, le chômage a suscité une foule de recherches en sciences sociales. Ces études reprennent avec une vigueur nouvelle les préoccupations qui furent exprimées par les chercheurs dans les années 30. Le regain d'intérêt pour ce phénomène ne saurait être attribué au hasard. Il traduit plutôt l'existence d'un malaise social qui, aujourd'hui comme par le passé, a été engendré par une crise économique qui s'est vite propagée aux sphères politique et socio-culturelle. Ces périodes de crise ont des répercussions certaines sur la vie individuelle et collective, mais ces influences ont été peu étudiées à ce jour.

Selon Paul Grell (1985), le chômage consiste en un espace social, celui du non-travail, dans lequel se déroulent des séquences de vie plurielles. Au cours de notre existence, nous traversons un certain nombre d'espaces sociaux tels que la scolarité, la domesticité, le travail rémunéré. Un nouvel espace social, celui du non-travail vient s'ajouter. Le chômage est vécu comme une rupture, une brisure, une séparation par rapport au travail salarié, à l'emploi. Selon Fortin (1983), cette situation de chômage entraine pour la personne la perte d'une partie ou de la totalité des éléments de gratification que lui procure sa vie, à savoir une activité socialement légitime, un moyen d'acquisition de prestige, une source de revenus, des contacts interpersonnels et des activités planifiées. D'autre part, la recherche d'un emploi est vue comme un désir de retrouver ces sources de gratification. Il faut toutefois éviter de considérer le travail comme la seule réalité stimulante. Le chômage peut, en effet, fournir à

* Aimé Lebeau et Denise Allard sont sociologues, Danielle Desmarais anthropologue, et Chantal Perreault est travailleuse sociale. Cette recherche a été réalisée par le département de santé communautaire de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont, en collaboration avec le Groupe d'analyse des politiques sociales de l'Ecole de service social de l'Université de Montréal. Elle a pu être menée grâce à une subvention octroyée par la Direction de la santé communautaire du ministère de la Santé et des services sociaux.

certaines personnes l'occasion de vivre des expériences stimulantes à maints égards.

Plusieurs chercheurs ont étudié les effets psychologiques de la cessation d'emploi sur le travailleur, mais la qualité des expériences étudiées varie considérablement selon les études, comme l'ont noté Jahoda et Rush (1980). En dépit d'une tendance générale à considérer que le vécu du chômage est monolithique et à l'assimiler le plus souvent à une catastrophe, la littérature récente en sciences sociales présente du phénomène du chômage une image beaucoup plus diversifiée. Les recherches tendent à démontrer que l'expérience du chômage, loin d'être identique pour tous, a un contenu différent selon les groupes sociaux et selon les individus. La présente étude s'inscrit dans ce courant de recherches.

Le chômage est vécu différemment par les jeunes, par les ouvriers et ouvrières et par les membres des classes moyennes n'ayant aucune formation spécifique. Ainsi, plusieurs études mettent en évidence le fait que seule une minorité d'individus vit un «chômage créateur», profite de l'augmentation du temps libre pour poursuivre des activités constructives. Jahoda et Rush qualifient ces chômeurs de privilégiés (sur le plan psychologique) en raison de leur capacité de reconstituer, par leur seule initiative personnelle et dans un contexte extérieur à celui du travail, des conditions psychologiques similaires à celles qui sont imposées en milieu de travail.

D'autres recherches décrivent par ailleurs les effets psychologiques négatifs du chômage (toutefois négligeables dans le cas de courtes périodes de chômage), qui sont dus à l'absence de facteurs susceptibles de valoriser la vie du chômeur. Elles soulignent que l'assurance-chômage ne réussit pas à inverser cette tendance négative (Hayes et Nutman, 1981). Des études menées durant les années 30 avaient exposé les effets d'un chômage prolongé sur le travailleur: perte de la notion du temps, sentiment d'isolement, absence d'objectifs de vie, perte d'identité et de l'estime de soi et sentiment d'ennui. Mais est-il possible de transposer à la période actuelle les résultats de ces recherches? Kasl (1975) dont les travaux sont abondamment cités, soutient pour sa part que le fait pour le travailleur d'être libéré d'un emploi dégradant a pu compenser à l'époque pour le stress psychologique causé par le chômage. Quoi qu'il en soit, les recherches récentes démontrent clairement que l'analyse du vécu du chômage, en raison de l'ampleur et de la complexité des diverses expériences, ne saurait se prêter à des généralisations hâtives.

Pour notre part, il nous a semblé nécessaire d'entreprendre cette recherche sous l'angle des interrelations multiples qui se forgent entre les divers facteurs psycho-sociaux. Ces rapports contribuent à faire du chômage une expérience qui ne sera généralement ni totalement positive ni totalement négative. Brièvement, le chômage consiste à la fois en un espace social et un espace personnel qui sont interreliés dans l'expérience du chômeur et de la chômeuse. Nous aborderons sous ce double éclairage le vécu individuel et les pratiques de santé mentale déployées dans cet espace de vie.

DES PRATIQUES DE SANTÉ MENTALE EN SITUATION DE CHÔMAGE

Inspirés par la philosophie humaniste, nous croyons que l'individu tend vers un bien-être physique et psychique et par conséquent, que la santé mentale représente à la fois une recherche personnelle d'équilibre et le moteur de la libération d'un potentiel créateur. Par ailleurs, les personnes ne vivent pas dans un vacuum mais établissent un rapport constant avec leur environnement. Il est donc logique que nous ayons été influencés par certains aspects du courant écologique ou environnemental qui nous conduisent à explorer les composantes multiples de l'adaptation de l'individu à différents types d'environnement. Nous concevons la santé mentale comme un rapport dynamique conférant une importance égale aux forces exercées par l'environnement et à celles qui émanent de l'individu (Comité de la santé mentale, 1985; Desmarais et al., 1985).

Dans le cadre de cette analyse exploratoire, nous avons défini *les pratiques de santé mentale comme un ensemble complexe d'idées et de comportements d'acteurs sociaux qui, dans la planification quotidienne du temps du chômeur, ont pour fonction de maintenir, de rétablir ou d'améliorer l'équilibre psycho-social.* Elles constituent une synthèse individuelle, dans l'espace du chômage, de l'action des

forces exercées par les motivations et les connaissances de la personne et par son environnement socio-culturel, ainsi que son expérience antérieure.

Notre définition de la pratique de santé mentale a donc tenu compte à la fois de l'éclairage de la réponse individuelle au stress et de celui de l'acteur social. Il est important de noter qu'elle a également été élaborée à partir d'une première lecture comparative de nos récits de vie qui nous a convaincu de la nécessité d'intégrer ces deux dimensions si l'on veut saisir la logique d'action qui sous-tend les différentes stratégies exposées dans le discours des personnes que nous avons rencontrées.

UNE MÉTHODE PRIVILÉGIÉE: LE RÉCIT DE VIE

Nous avons effectué une analyse du contenu d'expériences de chômage vécues en milieu ouvrier. Ces expériences, révélatrices des pratiques de santé mentale adoptées en situation de chômage, ont été communiquées aux chercheurs par le biais d'entretiens d'un genre particulier: le récit de vie.

Le récit de vie est une méthode fondée sur l'application de techniques d'exploration et d'entrevue dans le contexte d'un dialogue engagé avec l'informateur. Il se caractérise par sa manière de définir son rapport au phénomène étudié[1]. D. Bertaux (1986) montre, dans sa typologie dynamique des récits de vie, que cette méthode d'analyse se traduit surtout par des passages interactifs ou cycles entre les différents moments de la recherche que sont l'exploration (extensive/intensive), l'analyse (théorisation/généralisation) et l'expression (illustration/synthèse).

Dans le cadre de notre application, le récit de vie prend la forme d'un entretien non directif amorcé par une consigne. Cette dernière porte, d'une part, sur le contenu recherché (vécu quotidien, passage du travail au non-travail) et, d'autre part, précise l'attitude que l'interviewer doit adopter au cours de l'entrevue, c'est-à-dire une grande disponibilité à l'égard du locuteur. Dans les cas où la reformulation, la synthèse et l'écoute active et non directive se révèlent inefficaces, nous avons prévu d'opter pour une entrevue plus dirigée, centrée sur la thématique exposée dans un guide d'entretien. À la fin de l'entretien, la réponse à un questionnaire permet de dresser un profil socio-culturel des répondants et répondantes[2].

Cette méthode comporte des avantages majeurs pour notre étude. En effet, le récit de vie, dans lequel le sujet se livre à partir de la relation d'événements précis de sa vie, est une méthode de cueillette d'information qui révèle les pratiques (attitudes et comportements) du sujet ainsi que la signification qu'il leur confère (logique d'action). De plus, la perspective historique et longitudinale qui caractérise cette méthode permet l'analyse du mode d'interaction existant entre les forces collectives et les forces individuelles.

Des postulats de base

La constitution progressive d'un corpus de récits liés à l'expérience du chômage rend possible l'exploration des difficultés rencontrées par les chômeurs et chômeuses en dégageant les conduites réelles de ces personnes telles que révélées par leurs narrations. Il s'agit d'une démarche de recherche fondée sur des postulats qui doivent être explicités.

Le premier de ces postulats qualifie le chômage d'*expérience à caractère singulier*. En effet, les personnes en chômage sont susceptibles de vivre une grande variété de comportements et de conditions. Ainsi, une hétérogénéité d'attributs est susceptible de caractériser ces personnes en chômage même si elles appartiennent à un groupe homogène de travailleurs tels ceux du secteur manufacturier de l'Est de Montréal.

Ce caractère singulier introduit un second postulat qui a trait au *statut épistémologique du vécu*. Notre recherche inclut le vécu subjectif comme condition d'accès à la connaissance objective. Notre démarche considère aussi que le vécu ne renvoie pas seulement au côté subjectif de la connaissance mais aussi à l'interaction entre le sujet et son environnement. Le développement de la psychosociologie américaine, notamment avec G.H. Mead, est basé sur ce postulat selon lequel le vécu consiste en une pratique d'intériorisation-extériorisation entre l'individu et la société. Cette pratique construit à la fois l'identité de l'individu et son monde. La représentation qui en résulte est, pour la personne, un aspect formel de connaissance. Ainsi, l'interprétation que la personne fait de son

TABLEAU 1

ASPECTS PROBLÉMATIQUES DANS LE PROCESSUS D'ADAPTATION À LA SITUATION DE CHÔMAGE

TABLEAU-SYNTHÈSE

I. LA RECHERCHE D'UN EMPLOI
- (a) Organisation du marché du travail
  - — L'âge
  - — L'expérience ou la formation exigée
  - — La rareté de l'emploi
  - — Le support de la C.E.I.C.
- (b) Apprentissage à la recherche d'emplois
- (c) Expressions subjectives du vécu
  - — L'obligation de recommencer au bas de l'échelle
  - — Se faire dire «non»
  - — L'insuccès malgré l'effort
  - — Ne pas savoir ce qui va arriver
  - — Des feedbacks négatifs aux chômeur(se)s
  - — Des contacts avec d'autres chômeur(se)s

II. LA PERTE DU STATUT DE TRAVAILLEUR
- (a) Non-identité de chômeur(se)
  - — Le sentiment d'exclusion ou de rejet
  - — Le sentiment d'inutilité ou de la dévalorisation
  - — La perte de socialité
- (b) Libération du temps
  - — Des difficultés à maintenir un rythme normal
  - — Le sentiment d'être à rien faire
  - — Le sentiment de ne pas être capable d'organiser son temps
- (c) Rapports familiaux
  - — Les responsabilités parentales ou familiales
  - — Le statut alternatif
  - — Les chicanes ou disputes avec le conjoint
  - — Le divorce ou séparation

III. LES CONDITIONS MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES
- (a) Privatisations économiques
  - — Les difficultés d'ajuster le budget
  - — La conservation des acquis matériels
  - — Les revenus insuffisants (seuil de survie)
- (b) Rapports avec l'assurance-chômage (C.E.I.C.)
  - — L'attente de retard du chèque
  - — L'indifférence du procédé administratif (la bureaucratie)
  - — Le contrôle
  - — L'apprentissage du service
- (c) Perte de l'indépendance financière

IV. LA SANTÉ

Symptômes et comportements
- — L'insomnie
- — La dépression (incluant idées/gestes suicidaires)
- — Les ulcères d'estomac
- — Les migraines ou maux de tête
- — La fatigue physique
- — Le mal de dos
- — Les problèmes digestifs
- — La haute tension artérielle
- — La prise de poids
- — La perte d'appétit
- — Les nerfs ou la nervosité
- — L'irritabilité ou l'agressivité
- — L'alcoolisme et/ou toxicomanie

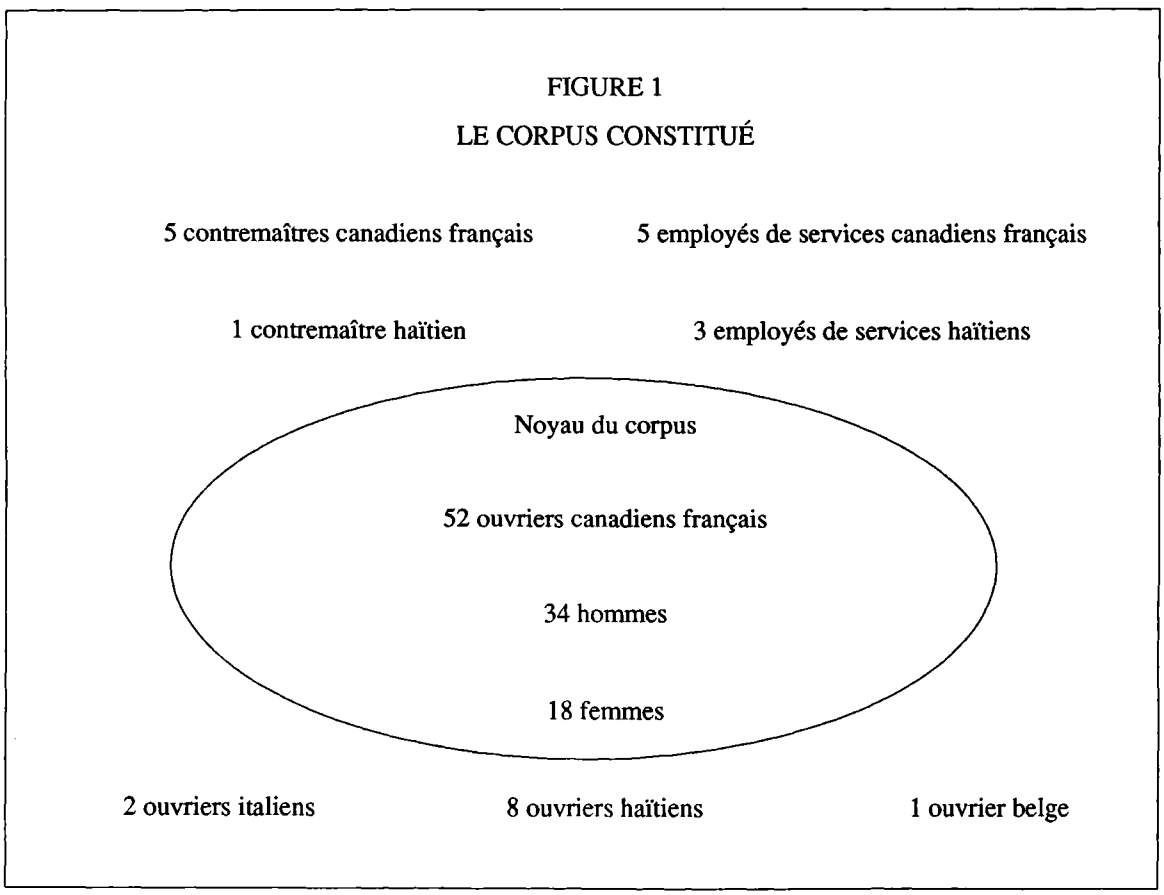
expérience de chômage lui permet de construire sa réalité. En conférant un sens à son expérience, la personne en chômage crée également son univers, en tant qu'actrice sociale.

Ce rôle d'acteur social joué par le chômeur nous introduit au troisième postulat, qui est lié à l'intervention. La santé mentale abordée sous l'angle d'une problématique générale intègre, ici, le vécu du chômeur ou de la chômeuse afin d'alimenter la vision de l'expert qui est extérieur à ce vécu. Ce postulat affirme la *capacité* du chômeur ou de la chômeuse de résoudre par ses propres moyens certaines difficultés ou certains problèmes liés à la situation de chômage. Il appelle à la mise sur pied d'interventions professionnelles en vue de susciter et d'appuyer les stratégies élaborées par les chômeurs dans le but de vivre de façon positive leur expérience de chômage. Certaines de ces stratégies, comme nous le verrons dans la deuxième partie de cet article mettent en oeuvre des pratiques de santé mentale.

L'auto-évaluation, réalisée dans le contexte de l'application de notre technique d'entretien, nous intéresse surtout parce qu'elle donne accès, du point de vue même du chômeur ou de la chômeuse à la *signification* et à *l'action unifiante* qui s'opèrent ou sont opérées. L'attribution d'une signification suppose que la personne en chômage puisse saisir le sens de l'expérience par sa prise de conscience des émotions déclenchées et qu'elle puisse nous communiquer la signification donnée à son expérience du chômage. Le moment de l'action unifiante est l'expression ouverte des émotions ou besoins et l'indication d'une mobilisation effective de la personne afin de résoudre le ou les problèmes majeurs. À cette étape, on peut dire que la personne a intégré dorénavant cet aspect ou ces aspects de son expérience de chômage[3].

FIGURE 1

LE CORPUS CONSTITUÉ



Échantillon et profil des répondants

La majorité des personnes retenues dans notre échantillon possédaient une expérience de travail dans le secteur manufacturier. Les autres critères de sélection étaient les suivants: les répondants devaient être francophones, de nationalité canadienne, résider sur le territoire du Département de santé communautaire de Maisonneuve-Rosemont, être âgés de 25 à 55 ans (afin d'exclure les personnes en processus de pré-retraite ou de retraite) et, par conséquent, être intégrés au marché du travail (avoir acquis des expériences de travail). Nous avons également tenu compte de la proportion d'hommes et de femmes en chômage parmi cette population-cible.

La dimension temps fait également partie des variables retenues. En effet, le processus de perturbations-régulations s'opère dans le temps. Ainsi, nous avons considéré les différents moments objectifs du vécu du chômage: la mise à pied et la prolongation (matérialisée par l'intervention de l'aide sociale). Entre ces 2 points de repère, il y a eu également des situations de retour au travail.

De façon à diversifier les modalités de prise de contact tout en réduisant au minimum les biais possibles, différentes stratégies ont été déployées[4]. Un corpus de 77 récits de vie a ainsi été constitué. Vingt-cinq de ces récits ne répondaient pas entièrement aux critères d'homogénéité fixés au départ. Il a été décidé de diviser le corpus en 2 parties: un noyau et une périphérie. Le noyau est composé de personnes qui correspondent aux critères mentionnés plus haut alors que la périphérie est composée de personnes ayant des particularités quant au secteur ouvrier (contremaîtres, employés de services) et de travailleurs d'autres origines ethniques.

Le noyau couvre 68% du corpus, soit 52 entretiens. Il constituera le matériel privilégié de nos analyses. L'autre partie du corpus servira plutôt de point de comparaison.

Le noyau (homogène) est composé de 34 hommes et de 18 femmes. La moyenne d'âge est de 38 ans, la catégorie modale des hommes se situe entre 30 et 39 ans, celle des femmes entre 40 et 49 ans. Plus de la moitié des ouvrières et ouvriers du noyau sont mariés ou vivent en union de fait. Près du quart sont célibataires, et 80% vivent dans un logement.

La moitié des répondants appartiennent aux secteurs de l'alimentation et de la métallurgie légère, alors que les autres étaient employés dans l'industrie du textile, du papier, des produits électriques et de la chaussure. Ces ouvriers et ouvrières opèrent des machines ou font de l'assemblage de produits finis. Leur travail est parcellisé. Leur dernier emploi a duré en moyenne 8 ans et ces travailleuses et travailleurs comptent une expérience moyenne de 20 ans sur le marché du travail. Ils ont occupé en moyenne 6 emplois. Le nombre de périodes de chômage vécues au cours de la carrière confirme la stabilité de la majorité des travailleurs du noyau. En fait, la dernière période d'inactivité de 40 individus du noyau a consisté en un chômage de rupture, c'est-à-dire qui est survenu à la suite d'une longue période de stabilité d'emploi.

En ce qui a trait à l'expérience du chômage, le noyau comprend 23 individus qui vivent un chômage-rupture, et 19 autres qui connaissent un chômage-alternance. Le chômage-alternance correspond à une succession de travaux et de périodes de chômage dans des emplois différents. Les dix dernières personnes faisant partie du noyau vivent un chômage saisonnier.

RÉSULTATS ET ANALYSE

Nous avons recueilli les discours de ces personnes, dégagé des représentations, amorcé des liens avec ces itinéraires de vie et des conditions objectives d'existence. La diversité des situations de chômage et leurs contextes[5] sont mises en évidence par cet approfondissement des expériences. Les constantes émergent au travers de cette diversité. Elles s'expriment alors en typologies qui traduisent une certaine stabilité des processus observés pour l'ensemble des chômeurs et chômeuses du milieu ouvrier. Nous présentons ci-après ces résultats.

La compréhension de la spécificité du quotidien des personnes en chômage

Dans ce premier volet d'analyse, notre but est de montrer, parmi les éléments du vécu du chômage, la variété des difficultés et/ou problèmes qui se posent en situation de chômage dans le groupe homogène de chômeurs et chômeuses retenu(e)s pour cette étude. Les quatre principaux aspects problémati-

ques observés dans le processus d'adaptation à la situation de chômage chez les ouvriers et ouvrières du secteur manufacturier sont présentés au tableau-synthèse 1. Il s'agit, par ordre d'importance relative, des difficultés et/ou problèmes liés à leur recherche d'emploi, à leur perte du statut de travailleur, à leurs conditions matérielles et financières et à leur santé.

Ces quatre aspects problématiques sont composés d'un éventail de difficultés concrètes qui sont également au tableau 1 selon un ordre relatif d'importance en terme de mentions et regroupées en sous-catégories. Celles-ci sont également dans un ordre relatif d'importance.

La recherche d'un emploi

> «(...) Ta seule préoccupation, c'est de te trouver une job.»
>
> Suzanne[6], 51 ans,
> Ouvrière - vêtement,
> 1er mois de chômage.

La principale source de préoccupation de l'ouvrier ou de l'ouvrière de notre échantillon est celle de trouver un nouvel emploi.

Cette tâche implique toute une série de difficultés et/ou problèmes dont certains n'ont pas, du moins à notre connaissance, obtenu toute l'attention qu'ils méritaient dans les études sur l'expérience du chômage. Il s'agit surtout de facteurs structuraux qui reflètent *l'organisation actuelle du marché du travail*, notamment les règles de sélection de la main-d'oeuvre ouvrière qui tiennent compte de l'âge, de l'expérience et de la formation exigée ainsi que de la situation du marché du travail, à savoir la rareté de l'emploi dans le secteur manufacturier. De plus, certains souhaiteraient obtenir de la Commission de l'emploi et de l'immigration du Canada un soutien plus important dans leur recherche d'emploi.

Au nombre des difficultés liées à la recherche d'emploi figure l'un des facteurs déterminants dans le secteur manufacturier. L'âge critique, contrairement à ce que l'on pourrait croire, ne se situe pas seulement autour de la soixantaine. Même à l'approche de la quarantaine, le critère de l'âge est susceptible d'intervenir au moment de l'embauche. Les extraits présentés au tableau-synthèse illustrent cette situation.

Notre groupe homogène inclut une majorité de personnes qui ont appris leur métier en cours d'emploi, et qui ne possèdent pas de diplôme ni de carte de compétence. Par conséquent, la perte de leur emploi pose, dans un contexte de rareté de l'emploi, de sérieux défis en matière de recyclage et de formation.

Le soutien accordé par la Commission de l'emploi et de l'immigration du Canada (C.E.I.C.) est généralement apprécié et considéré comme important au niveau des cours offerts. En ce qui a trait à la recherche d'emploi proprement dite, les chômeurs et chômeuses considèrent que des changements devraient être apportés aux services de l'assurance-chômage. Ainsi, ces services insistent sur l'obligation du chômeur de démontrer qu'il recherche effectivement un emploi, mais ils devraient, comme l'explique Michel, faire preuve d'une plus grande souplesse dans le cas du travail à temps partiel. D'autres attentes concernent l'affichage de poste, l'obtention d'un salaire raisonnable, c'est-à-dire équivalent ou supérieur aux prestations d'assurance-chômage. Des répondants ont souligné que certaines démarches pour des entrevues se sont avérées inutiles puisqu'une candidate ou un candidat avait déjà été retenu pour le poste en question.

La recherche d'un emploi implique en second lieu l'apprentissage de techniques spécifiques. En effet, notre sous-groupe compte des individus qui n'ont jamais occupé d'autre emploi que le leur et qui ignorent par conséquent la manière de se présenter à un employeur éventuel et les techniques de recherche d'emploi. Comme le notent Robert, Édouard et François, cette situation nouvelle est génératrice de stress.

La troisième catégorie de problèmes posés par la recherche d'emploi concerne divers aspects de cette démarche. Il convient de mentionner notamment l'obligation de recommencer au bas de l'échelle, l'humiliation face au refus des employeurs et l'échec des multiples démarches.

Plus loin dans cet article, nous analyserons les possibilités qui s'offrent aux chômeurs et chômeuses en matière de recherche d'emploi. Nous examinerons en particulier les moyens mis en oeuvre par la société qui influencent l'avenir de manière décisive.

Tableau-synthèse
ASPECTS PROBLÉMATIQUES DANS LE PROCESSUS D'ADAPTATION
À LA SITUATION DE CHÔMAGE

I. LA RECHERCHE D'UN EMPLOI

(a) Organisation du marché du travail

— L'âge

«(...) Puis quand t'as passé 35 ans, bien c'est dur. Quand t'as passé 40 ans, c'est encore plus dur. Il vient un moment donné, cherche-en plus parce qu'ils veulent plus t'avoir.»

Gérard, 37 ans,
Rembourreur - meubles
11e mois de chômage.

«(...) Ca fait que moi, j'ai 54 ans. C'est un âge critique pour se replacer (...), m'as-tu pouvoir me replacer? On rit plus, c'est ça, plus ça va, plus je me rends compte que je pourrai plus retravailler dans la chaussure (...). T'es exploité, comme moi je l'étais quand j'ai commencé. Mais j'étais jeune. Fait que je le supportais, tu sais, on regarde pas trop quand on est jeune. Hein! Bien à 54 ans, je suis plus capable, là, moi de faire le même rythme.»

Thérèse, 54 ans,
Opératrice - chaussure
5e mois de chômage.

— L'expérience ou la formation exigée

«(...) Parce que quand t'as passé 18 puis 20 ans dans une place, t'as pris de l'âge. Puis les autres jobs qui te demandent, ils te demandent toujours avec 3 puis 4 ans, puis 5 ans d'expérience.»

Alice, 48 ans,
Emballeuse - aliments
11e mois de chômage.

«(...) Que ça soit homme d'entrepôt, ils vont vous demander 3 ans d'expérience ... puis je comprends pas les affichages du tout là-dessus. Fait que si vous arrivez, là, vous avez travaillé 18 ans à la même place, vous avez jamais travaillé à d'autres compagnies, ils vous disent que vous savez pas rien faire.»

Adrien, 47 ans,
Pétrisseur - aliments
2e mois de chômage.

— La rareté de l'emploi

«(...) Tu penses toujours qu'une semaine après, tu vas recommencer à travailler. Mais des fois, tu t'aperçois que c'est dur de recommencer à travailler, parce qu'il y en a pas, hein! C'est la rareté de l'ouvrage.»

Jacques, 40 ans,
Soudeur - aliments
6e mois de chômage.

— Le support de l'assurance-chômage

«(...) Ils vont, par exemple, décourager toute initiative, parce qu'ils vont avoir des exigences (C.E.I.C.) bien strictes, tellement strictes que tu peux pas... Tu sais, comme essaie de trouver un emploi à temps partiel, là, qui répond pas à leurs normes (...) ou bien essaie de partir une petite entreprise. Bon bien là, ils vont te réduire ça au fur et à mesure, tu sais. Ils devraient peut-être être plus souples (...).»

Michel, 29 ans,
Soudeur - produits métalliques
11 mois de chômage.

(b) Apprentissage à la recherche d'emploi

«(...) J'ai eu de la misère, en tout cas, à me motiver pour aller chercher d'autre chose.»

Robert, 34 ans,
Manoeuvre - aliments
18e mois de chômage.

«(...) La nervosité. Un gars vient nerveux. Tu n'es pas habitué à chercher de l'emploi.»

Édouard, 34 ans,
Entretien machines - produits métalliques
7e mois de chômage.

«(...) J'étais tellement nerveux à part de ça. Je t'ai pogné une pilule pour les nerfs, des affaires que je prenais jamais avant. J'ai été obligé d'en prendre une. Rien que le coup de téléphone pour dire d'aller me présenter là, imagine-toi.»

François, 31 ans,
Manoeuvre - aliments
4e mois de chômage.

(c) Expressions subjectives du vécu de la recherche d'un emploi

— L'obligation de recommencer au bas de l'échelle

«(...) Va falloir que j'aille travailler à salaire minimum. Puis à salaire minimum, un gars à 53 ans, qui travaille depuis l'âge de 13 ans, ça l'intéresse pas d'aller travailler à 4$ puis 5$ de l'heure. Il sera découragé à travailler. Il va être déprimé encore davantage. En plus de ça, t'as ton orgueil, je l'ai monté l'échelle, moi, je veux pas la redescendre, cette maudite échelle-là.»

Léon, 53 ans,
Opérateur - produits métalliques
8e mois de chômage.

«(...) Dans ta tête, tu te dis: Bien tabarouette, je régresse, là, je monte plus, là, je reste stable. Là c'est rendu, tiens, je redescends. Puis là, ça prend un moral terrible, je trouve. Parce que là, moi, en tout cas, là c'est ça qui se passe, là. Je redescends, je redescends, puis pourtant comment de temps ça m'a pris pour monter. Tu retournes quand t'avais 17 ans, 18 ans, votre premier emploi. C'est à peu près ça, mais t'as plus les mêmes besoins.»

David, 30 ans,
Manœuvre - éq. transport
9e mois de chômage.

— Se faire dire «non »

«(...) Tu te lèves ce matin-là, puis tu te poses la question: qu'est-ce que ça va être encore aujourd'hui? Tu vas aller chercher de l'ouvrage, puis ils vont te dire "non".»

Lucien, 29 ans,
Assembleur - produits métalliques
14e mois de chômage.

— L'insuccès malgré l'effort

«(...) En fait, c'est plutôt psychologique. C'est au niveau de la tête que t'as des problèmes. Parce qu'à chaque jour que tu te lèves, tu te dis: bon ben là, c'est à matin que je l'ai ma job. Tu te recouches le soir, tu te dis: je l'ai pas encore. Ni le lendemain matin (...) tu fais ça 7, 8 mois de temps puis il y a rien qui se passe.»

Gérard, 37 ans,
Rembourreur - meubles
11e mois de chômage.

— Ne pas savoir ce qui va arriver (l'incertitude)

«(...) C'est d'être dans l'incertitude de jamais savoir ce qui va arriver.»

François, 31 ans,
Manœuvre - aliments
4e mois de chômage.

— Des feedback négatifs aux chômeur(se)s

«(...) Dans mon cas, bien il y avait des trous dans mon curriculum vitae. Il y avait de grandes périodes de chômage ... fait que là, il se fait déjà une idée. C'est un gars qui est "wise". Il a profité du système.»

Réal, 30 ans,
Opérateur - imprimerie
8e mois de chômage.

«(...) T'es devenu un citoyen de seconde classe, tu sais. Puis la plupart des gens te traitent comme tel. Que ce soit au chômage ... ils te donnent un cadeau à toutes les semaines. Seulement, en plus, ils te le font sentir. Puis l'entourage aussi, c'est pareil.»

Michel, 29 ans,
Soudeur - produits métalliques
11e mois de chômage.

Les contacts avec d'autres chômeur(se)s

«(...) Tu sais le gars qui est assis à côté de toi, puis il va dire: ah! moi ça fait tant de mois que je suis sur le chômage. Il y en a pas d'ouvrage, ça sert à rien. Tu sors de là, t'es encore pire, question de moral.»

Lucien, 29 ans,
Assembleur - produits métalliques
14e mois de chômage.

La perte du statut de travailleur

«(...) On dirait que tu sors de ton chemin de vie.T'es à côté en attendant, tu sais, d'être, de trouver quelque chose, puis là retrouver exactement où c'est que t'étais supposé d'être.»

André, 28 ans,
Opérateur - éq. transport
3e mois de chômage.

La perte du statut de travailleur représente le second ordre de problèmes auxquels la personne en chômage doit faire face. Cette perte de statut est ressentie comme une absence d'identité, car la société identifie surtout une personne en fonction de son travail, plus spécifiquement du travail rémunéré. La personne en chômage peut alors éprouver un sentiment d'exclusion ou de rejet, un sentiment d'inutilité ou de dévalorisation et perdre, avec son travail, un moment privilégié de socialité.

Cette perte du statut de travailleur s'accompagne d'un accroissement du temps libre, qui peut occasionner pour certains une difficulté à maintenir un rythme normal d'activités, un sentiment d'oisivité ou un sentiment d'incapacité face à l'organisation de son temps. Les personnes rencontrées ont fortement insisté sur la nécessité de planifier l'utilisation du temps libre. Les exemples d'utilisation du temps libre sont nombreux et variés. Nous y reviendrons lorsque nous aborderons les pratiques de santé mentale. L'article de Robert Lemaire présenté dans ce numéro traite plus spécifiquement de la compétence temporelle.

Enfin, la perte du statut de travailleur peut aussi modifier les rapports conjugaux et familiaux. Le chômage crée en effet de nouvelles pressions sur la

personne, qui sont susceptibles de l'empêcher d'assumer ses responsabilités parentales ou familiales. Il ne faudrait pas, non plus, minimiser les répercussions du chômage sur l'ensemble des individus de la famille. Les entrevues réalisées en présence du conjoint nous ont permis de vérifier l'importance de la dynamique familiale comme source génératrice de problèmes et porteuse de solutions. L'analyse du soutien social réalisée plus loin dans cet article mettra en lumière le rôle joué par la famille.

Le statut alternatif, s'il est perçu dans la littérature comme une protection contre la perte du statut de travailleur, n'engendre pas moins de difficultés. Certaines femmes acceptent difficilement de se limiter à leur statut de mère. Le cas de Louise est typique en ce sens.

Tableau-synthèse

ASPECTS PROBLÉMATIQUES DANS LE PROCESSUS D'ADAPTATION À LA SITUATION DE CHÔMAGE

II. LA PERTE DU STATUT DE TRAVAILLEUR

(a) Non-identité de chômeur(se)

— Le sentiment d'exclusion ou de rejet

«(...) Se sentir exclu comme une négation de la personne, tu sais.»
Michel, 29 ans,
Soudeur - produits en métal
11e mois de chômage.

«(...) Ah moi, je dis que ça joue sur les nerfs. Ça rend malade. Puis tu peux plus rien faire. T'as plus le goût, tu l'as plus. Tu te sens rejeté; tiens, dans les vidanges. Point! C'est pas mêlant, c'est ça.»
Léon, 53 ans,
Opérateur - prod. en métal
8e mois de chômage.

— Le sentiment d'inutilité ou de la dévalorisation

«(...) Quelqu'un qui travaille pas au bout de 2 mois, le raisonnement se trouve plus pareil (...) Toi, t'es sur le chômage, tu fais rien. Ça c'est dur psychologiquement.»
Lucien, 29 ans,
Assembleur - prod. métal
14e mois de chômage.

«(...) Tu te sens inutile. C'est ça qu'est le pire.»
Maurice, 26 ans,
Manutention - adm. publ.
4e mois de chômage.

— La perte de socialité

«(...) Tu te fais comme une famille, dans le fond (...) Je me demande si des personnes avec qui tu travailles prennent pas, à un moment donné, une grosse, grosse importance parce que tu passes quasiment du temps avec eux autres (...) quand ils ont décidé de fermer la (...) tout ce monde-là s'écroulait.»
Robert, 34 ans,
Manœuvre - aliments
18e mois de chômage.

«(...) Le chômeur, il aborde une période où il est extrêmement tout seul, où il est extrêmement coupé des autres.»
Michel, 29 ans,
Soudeur - prod. en métal
11e mois de chômage.

(b) Libération du temps

«(...) C'est que moi avant de pogner le "beat" du lundi, c'est la 1ère journée, le mercredi, c'est le milieu de la semaine. C'est le vendredi, ah! Par rapport à demain, c'est le week-end. Bien moi, c'est le week-end à tous les jours.»
Réal, 30 ans,
Opérateur - imprimerie
8e mois de chômage.

— Des difficultés à maintenir un rythme normal

«(...) Quand je travaillais, la maison était toujours propre pareil. J'avais un but, tu sais. Je me dépêchais. Le jeudi, j'allais faire mes commissions, le vendredi, j'allais chercher mon mari paralysé, je l'avais toute la fin de semaine (...), je roulais des cigarettes dans la semaine, je faisais mon ménage. Puis c'était bien plus propre quand je travaillais que c'est là que je travaille pas. Bien regarde-moi, il faudrait que je lave le plancher, ça me tente pas. Tu sais que t'as le temps, bien, je vais le faire demain.»
Gertrude, 54 ans,
Manoeuvre - aliments
20e mois de chômage.

— Le sentiment d'être à rien faire

«(...) Le pire, c'est s'habituer à rien faire puis quelqu'un qui est habitué de travailler tout le temps ... mais ça, c'est dur pour le moral, tomber à rien faire. On pense qu'on peut plus rien faire.»

Bernard, 43 ans,
Ebéniste - meubles
20e mois de chômage.

«(...) On aime mieux tous travailler que de rester à rien faire, hein ... C'est pas bien plaisant, c'est pas intéressant aussi.»

Félix, 54 ans,
Machiniste - prod. métal
2e mois de chômage.

— Le sentiment de ne pas être capable d'organiser son temps

«(...) Tu peux pas l'organiser, tu sais, t'as pas de la misère à t'organiser, tu sais. De la misère à dire bien là aujourd'hui, je vais faire ça.»

Léo, 34 ans,
Camionneur - transport
7e mois de chômage

(c) Rapports conjugaux et familiaux

— Les responsabilités parentales ou familiales

«(...) C'est l'enfant qui me fait plus souffrir. Parce qu'il aimerait ça vivre comme les autres, tu sais. On lui achète des running shoes quand les vieux sont percés. Un coat quand les manches sont rendues au coude (...). Puis il a 14 ans, c'est une mode, hein, faut qu'il suive la mode.»

Alain, 42 ans,
Opérateur - aliments
12e mois de chômage.

— Le statut alternatif

«(...) Mais tu sais dans la maison, un moment donné, il y a des journées que tu le prends bien, d'autres journées, tu le prends pas bien; tu dis: câline, je suis quasiment la servante de tout le monde. Tu nettoies, tu ramasses tout le monde. Mais quand t'as pas fait ça toute ta vie, tu sais, moi, il y a des journées que je m'enrage.»

Louise, 39 ans,
Opératrice - aliments
10e mois de chômage.

— Les chicanes ou disputes avec le conjoint

«(...) Faut que je trouve un job. Je sais pas où je vais m'en aller. Là, la femme, elle se fatigue puis elle se tanne, elle aussi. Elle commence à s'impatienter, à mettre son impatience sur le dos de son mari. Elle lui fait sentir.»

Louis, 31 ans,
Manœuvre - prod. en métal
2e mois de chômage.

— La séparation ou le divorce

«(...) Ça enchaîne aussi, bien d'autres problèmes que j'ai eu à cause justement du chômage. Les discussions de ménage que j'ai eues avec mon ex-épouse. Là, j'ai eu un divorce puis ç'a été dur ... Disons que pour moi, en tout cas, dans ma conscience, je suis quasiment sûr que, en grosse partie, là, mon divorce, si j'avais continué à travailler, ça aurait pas affecté ma vie conjugale.»

Léo, 34 ans,
Camionneur - transport
7e mois de chômage.

Les conditions matérielles et financières

«(...) Chômeur, t'as le temps de faire n'importe quoi, mais t'as jamais l'argent pour le faire. Puis quand tu travailles, t'as l'argent pour le faire, mais t'as jamais le temps.»

André, 28 ans,
Opérateur - équip. transport
3e mois de chômage.

La dégradation des conditions matérielles et financières du chômeur ou de la chômeuse, qui se reflète dans la perte de son autonomie financière, constitue la troisième dimension de problèmes vécus en situation de chômage.

Depuis le chômage massif des années 30, les conditions de vie et les politiques d'assistance financière se sont améliorées considérablement. Les chômeurs et chômeuses du secteur manufacturier connaissent néanmoins, à des degrés divers, des problèmes économiques. Entre autres, la difficulté d'équilibrer le budget est souvent mentionnée. Le désir de conserver les biens matériels acquis, en particulier, surtout une propriété, devient une source de préoccupation pour certaines personnes. C'est que les marges de manœuvre financière se sont restreintes en raison de la réduction de la capacité de réaliser des économies à partir du salaire gagné.

Lors de nos entrevues, certaines personnes ac-

cusaient des ressources financières très insuffisantes qui leur permettaient à peine de survivre. Dans cette thématique des conditions matérielles et financières, nous avons inclus les difficultés liées au fonctionnement des services de l'assurance-chômage, notamment l'attente ou le retard du chèque, la bureaucratie, le contrôle et l'apprentissage des services de l'assurance-chômage. Selon plusieurs, ces difficultés s'ajoutent aux privations économiques. C'est pourquoi nous les considérons ici.

Selon nos répondants et répondantes, les rapports avec les services de l'assurance-chômage impliquent une diversité d'interventions élaborées de leur part. Cette question pourrait donner lieu à une analyse en soi mais elle ne fait pas l'objet du présent travail. Enfin, la dégradation des conditions matérielles et financières se reflète dans la perte de l'autonomie financière.

Tableau-synthèse

ASPECTS PROBLÉMATIQUES DANS LE PROCESSUS D'ADAPTATION À LA SITUATION DE CHÔMAGE

III. LES CONDITIONS MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES

(a) Privations économiques

— Les difficultés d'ajustement du budget

«(...) Faut que, bon, tu continues ton même train de vie, tu sais. Là, ça c'est l'erreur (...) fait que toutes tes économies passent là-dedans.»
Daniel, 30 ans
Manœuvre - éq. transport
9e mois de chômage.

«(...) C'est ça que je trouve dur dans le moment. C'est que, comme on était à ce budget-là, on tombe à un budget de 7$ de l'heure environ (...). Ça fait que tu te ramasses que tu sais plus où couper.»
René, 29 ans
Assembleur - éq. transport
4e mois de chômage.

— La conservation des acquis matériels

«(...) Le pire, c'est celui qui a des choses (...), moi je dis: ça doit être ça le pire; celui qui a une maison, qui veut pas perdre quelque chose.»
Bernard, 43 ans
Manœuvre - aliments
20e mois de chômage.

— Les revenus insuffisants (au seuil de la survie)

«(...) Je gagnais rien que 139$ par semaine d'assurance-chômage. C'est pas beaucoup. Mais là, faut que je me débrouille avec ça. Faut que je me prive de manger, puis j'ai pas assez d'argent.»
Marie, 57 ans
Manœuvre - prod. électr.
10e mois de chômage.

(b) Rapports avec l'assurance-chômage (C.E.I.C.)

— L'attente ou retard du chèque

«(...) Le chômage, il y a ça de problème, tu peux même pas dire qu'il va rentrer steady.»
Daniel, 30 ans
Manœuvre - éq. transport
7e mois de chômage.

— L'indifférence du procédé administratif (la bureaucratie)

«(...) Disons que, côté service, ils sont pas rapides. Tout ce qui est gouvernemental est un peu endormi (...), des employés qui sont pas stimulés. Donc, ils donnent un service de quelqu'un qui est pas stimulé. Ils font leur ouvrage, mais au ralenti, en fonctionnaire. Si moi je faisais ça pour une compagnie, je me ferais sacrer dehors...»
Ernest, 52 ans
Opérateur - fonderie
4e mois de chômage.

— Le contrôle

«(...) Il y a un manque de souplesse au chômage. Il veut tellement pas avoir de gaspillage, pas avoir de pertes, pas avoir de frenches qu'il empêche la bonne initiative.»
Michel, 29 ans
Soudeur - prod. en métal
11e mois de chômage.

— L'apprentissage du service

«(...) J'étais pas au courant "pantoute" comment ça marchait là, remplir les cartes et puis tout ça. Puis là, j'ai bien eu de la misère.»
Réal, 30 ans
Opérateur - imprimerie
8e mois de chômage.

(c) Perte de l'indépendance financière

«(...) Moi me faire vivre par ma femme, non, je suis pas encore rendu à ce point-là. Puis, j'accepterais pas ça.»
Léon, 53 ans
Opérateur - prod. en métal
8e mois de chômage.

«(...) Demander de l'argent à mon mari, ça me fait mourir. Tu sais, je suis pas capable "pantoute". Je vais vider mon compte en banque avant de lui en demander. Puis avant de lui en demander, je vais me retrouver un autre ouvrage. Je suis pas capable "pantoute". Ça fait que c'est surtout ça que je trouve le pire.»
Laure, 34 ans
Serveuse - restaurant
5e mois de chômage.

La santé

«(...) T'es pas en santé dans la tête, puis t'es pas en santé dans ton corps parce que tu te laisses aller de toutes les façons. Tu déprimes, puis en déprimant, bien tu déprimes ton corps aussi.»
Michel, 29 ans
Soudeur - prod. en métal
11e mois de chômage.

La quatrième dimension des problèmes d'adaptation du chômeur ou de la chômeuse à sa situation est celle de la santé. L'évaluation des difficultés et des problèmes de santé est présentée au tableau-synthèse ci-après.

Les symptômes et les comportements sont indiqués par ordre relatif d'importance: l'insomnie, la dépression (incluant les idées ou les actes suicidaires), les ulcères d'estomac, les migraines ou maux de tête, la fatigue physique, les problèmes digestifs, le mal de dos, l'hypertension artérielle, l'augmentation du poids, la perte de l'appétit, la nervosité, l'irritabilité ou l'agressivité et l'alcoolisme et/ou la toxicomanie.

Le thème de la santé est très souvent abordé par les chômeuses et chômeurs. Ils font surtout référence aux problèmes de santé en les considérant comme des conséquences du chômage. Généralement, les évaluations subjectives de l'état de santé font ressortir des malaises d'intensité variable qui diminuent la qualité de la vie de ces personnes.

Tableau-synthèse

ASPECTS PROBLÉMATIQUES DANS LE PROCESSUS D'ADAPTATION À LA SITUATION DU CHÔMAGE

IV. LA SANTÉ

Symptômes et comportements

— L'insomnie

«(...) Tu penses que tu vas devenir fou. Ta sécurité, tu en as plus. Fait que t'es obligé de prendre des médicaments pour dormir.»
Léon, 53 ans
Opérateur - prod. en métal
8e mois de chômage.

— La dépression
(incluant des idées et gestes suicidaires)

«(...) Je me sentais déprimé. Puis, tout en jasant avec lui, je commençais à avoir des idées sur le suicide (...), j'avais l'idée de me sacrer dans un mur avec mon truck.»
André, 29 ans
Opérateur - équip. transport
3e mois de chômage.

— Les ulcères d'estomac

«(...) Physiquement, j'ai fait des ulcères d'estomac (...), c'est psychologique, je veux dire, ça peut se rejeter ailleurs que sur l'estomac, tu sais.»
Léo, 34 ans
Camionneur - transport
7e mois de chômage.

— Les migraines ou maux de tête

«(...) J'ai des maux de tête puis je jongle tout le temps. J'ai peur du lendemain.»
Marie, 57 ans
Manœuvre - prod. électr.
10e mois de chômage.

— La fatigue physique

«(...) C'est la vie à l'envers. Je trouve que je suis plus fatigué on dirait en chômage que quand je travaille.»
René, 29 ans
Assembleur - éq. transport
4e mois de chômage.

— Les problèmes digestifs

«(...) Y'a toujours des petits bobos parce que tu travailles pas: les nerfs, problèmes digestifs, tu dors pas les nuits. Tu te trouves à vivre tout le temps sur un stress.»
André, 29 ans
Opérateur - éq. transport
3e mois de chômage.

— Le mal de dos

«(...) Il va développer des maladies, qu'est-ce que tu veux. À un moment donné, on a toutes sortes de maladies: mal de dos, mal de tête.»
Serge, 32 ans
Rembourreur - meuble
11e mois de chômage.

— L'hypertension artérielle

«(...) Quand que ça (fermeture) a arrivé, ça a fait un jump. Des bouffées de chaleur, j'ai chaud. C'est la pression qui est trop haute.»
Rita, 49 ans
Opératrice - textile
4e mois de chômage.

— La prise de poids

«(...) Fait que là, les muscles puis les os sont lâchés un peu parce qu'on fait pas d'efforts. Fait que là, on engraisse. On fait de l'embonpoint.»
Louis, 31 ans
Manœuvre - prod. en métal
2e mois de chômage.

— La perte d'appétit

«(...) Il y a plus d'action, il a plus d'énergie quand il travaille, il mange mieux.» (perception du conjoint)
Ernest, 52 ans
Opérateur - fonderie
4e mois de chômage.

— Les nerfs ou la nervosité

«(...) Il y a des fois que je me sentais pas bien trop nerveux, c'est pas possible. Tu sais, ça te rend sur les nerfs, pas possible.»
Léon, 53 ans
Opérateur - prod. en métal
8e mois de chômage.

— L'irritabilité ou l'agressivité

«(...) Beaucoup plus agressif, impatient. Disons comme en fin de semaine, j'ai aidé mon gars à arranger sa bicyclette, plus il m'aidait, plus je lui ai dit d'aller jouer ailleurs.»
Alain, 42 ans
Opérateur - aliments
12e mois de chômage.

— L'alcoolisme et/ou la toxicomanie

«(...) Puis là, je me suis mis à avoir des problèmes de santé un peu avec ça; manger un peu, tout partout, puis prendre un coup, puis prendre de la dope, là, puis tout ça.»
Réal, 30 ans
Opérateur - Imprimerie
8e mois de chômage.

«(...) Mais là je me tanne. Je saute dans la bière. Mais vous savez qu'est-ce que c'est une bière quand t'en as pris une, t'en prends 2 puis 3 (...).»
Pierre, 45 ans
Opérateur - aliments
13e mois de chômage.

Nous venons de donner un aperçu de l'éventail des difficultés et/ou problèmes mentionnés par les ouvriers et ouvrières en chômage. En utilisant les onze sous-catégories des problèmes majeurs que nous venons de décrire et de commenter, nous avons tenté de dégager des profils, un profil étant constitué par une combinaison particulière de l'une ou l'autre de ces sous-catégories. À quelques exceptions près, cet exercice a permis de constater que nous avions autant de profils que d'individus. Cela signifie que l'éventail des difficultés et des problèmes spécifiques présentés par un chômeur ou une chômeuse diffère d'un individu à l'autre. Les facteurs contextuels sont très variés et importants à cet égard.

Nous allons maintenant examiner ces quatre problèmes et leurs sous-catégories en fonction du type de chômage. Nous insisterons essentiellement sur les fortes tendances observées à partir de la moyenne des difficultés et problèmes mentionnés par chacune des personnes.

Des tendances majeures par rapport aux types de chômage

Dans le cadre de cette recherche, nous avons défini trois type de chômage: le chômage-rupture, le chômage-alternance et le chômage-saisonnier. Le «chômage-rupture» correspond à une mise à pied survenue après une assez longue période de travail dans un même emploi. Le «chômage-alternance» correspond à une succession de travaux et de périodes de chômage dans des emplois différents. Enfin, le «chômage-saisonnier» s'applique lorsque la personne, occupant le même emploi, vit des congédiements temporaires selon les saisons ou les contrats.

Lorsque l'on examine l'expression des difficultés et/ou problèmes selon ces types de chômage, il ressort clairement que le *chômage-rupture* est un contexte dans lequel les personnes sont susceptibles de vivre davantage (nombre de personnes et moyenne des difficultés et problèmes par personnes) les problèmes liés à la recherche d'emploi, à la perte du statut de travailleur, à la santé et, dans une moindre mesure, les aspects liés aux conditions matérielles et financières. L'importance relative de cette problématique financière s'explique par l'emploi stable occupé par la majorité de ces personnes, la possibilité d'une certaine accumulation de capital, etc.

Parmi ceux et celles qui vivent un *chômage-alternance*, la perte du statut de travailleur est aussi très importante ainsi que les difficultés matérielles et financières. La recherche d'emploi et la santé sont des problèmes relativement secondaires dans ce type de chômage.

Les personnes qui vivent un *chômage saisonnier* font aussi face à la perte du statut de travailleur et, dans une moindre mesure, aux difficultés matérielles et financières. La recherche d'emploi ainsi que la santé sont nettement des problèmes relativement moins présents chez ces chômeurs et chômeuses.

En résumé, le chômage-rupture est celui qui est le plus susceptible de générer plusieurs des problèmes énumérés et la perte du statut de travailleur est une thématique dominante, quel que soit le type de chômage vécu.

La logique des choix économiques et la qualification

Nous avons également examiné ce qui, dans le discours des chômeuses et des chômeurs interviewés, apparaît comme une alternative au chômage, et le cas échéant, à l'emploi, voire aussi à l'environnement de contraintes auxquelles se confrontent ces possibilités.

Dans leur ensemble, les chômeurs et chômeuses articulent leur discours autour de deux logiques centrées sur l'emploi rémunéré. La première, qui est une logique de réinsertion, consiste pour la personne à orienter sa réflexion, ses arguments, et ses projets vers l'obtention d'un emploi. L'autre logique qui en est une d'exclusion, consiste dans la constatation du fait que l'individu n'a plus de place sur le marché de l'emploi. Chacune de ces logiques correspond à des niveaux d'évaluation différents de la qualification ainsi qu'à quatre prises de position de base ou bilans de la situation par rapport au marché de l'emploi. Les quatre niveaux d'évaluation se résument assez facilement en disant que les chômeuses et chômeurs se croient suffisamment qualifié(e)s, pensent qu'ils doivent se requalifier, se voient sous-qualifié(e)s ou se considèrent victimes d'une déqualification.

Nous avons vu plus haut ce que pouvait impliquer la réinsertion sur le marché de l'emploi en termes de positions en situation de chômage par rapport à la qualification. L'analyse des alternatives économiques apporte plus d'éclairage à ces positions.

Nous avons relevé dans le discours des chômeurs et chômeuses trois niveaux de solution. Le premier est le prolongement de leur vie dans l'espace de la redistribution. Après avoir épuisé leurs prestations d'assurance-chômage, ils devront avoir recours au bien-être social ou à la pension de retraite. Ces transitions supposent que les personnes laissent de côté l'idée que «l'argent se gagne par le travail» et celle que la reconnaissance sociale est liée au travail.

Cette possibilité de la redistribution étant mise de côté, temporairement du moins, par un bon nombre de chômeurs et chômeuses, la marge de manœuvre est de plus en plus réduite. Le discours ne peut plus porter que sur deux espaces, celui de la

reproduction, plus précisément le retour à la maison et le choix des activités domestiques, et celui de la consommation dans la mesure où la personne a ou peut espérer avoir une réserve monétaire. On a observé que pour les femmes plus âgées, l'éventualité d'un retour permanent à la maison était ressentie comme une exclusion du marché du travail, une perte d'autonomie. Le bénévolat n'est pas une solution. Il offre des possibilités de réalisation de soi mais ne règle pas la question de la dépendance financière, à moins qu'il ne soit une antichambre à un emploi rémunéré.

La dernière issue économique, la consommation des réserves, nous révèle sans doute l'aspect le plus violent de la situation du chômage. Utiliser ses réserves, c'est voir l'effritement de son statut social, celui qu'on se donne, et celui qu'on souhaite avoir. Cela veut dire quitter éventuellement son appartement pour un autre moins luxueux, vendre la maison, la voiture, etc. Ces pertes hantent le discours de ceux et celles qui les envisagent. Bien sûr, il y a une autre solution: se créer une réserve instantanée, par la loto ou le crime, mais les risques sont grands. À la limite, il y a la consommation de soi: le suicide.

L'examen de la dynamique capacité-possibilités (qualifications - alternatives économiques dans le cas présent) est déjà un pas utile dans une approche de santé mentale puisqu'il permet de différencier le groupe-cible et de comprendre les facteurs qui entravent ses capacités. Dans la seconde partie, nous explorerons précisément des pratiques de santé mentale dans le sens que nous l'avons défini plus haut dans cet article.

NOTES

1. La personne témoigne de son expérience en choisissant la manière de l'aborder et de prendre distance par rapport au chômage. Les repères en termes de moments importants ou centraux dans son expérience incluent forcément les problèmes, les difficultés et défis ainsi que les solutions adoptées. Chaque événement et chaque situation exigent de nous une adaptation. Nous sommes tous en période constante de recherche d'équilibre. Pour maintenir cet équilibre, nous résistons aux changements qui sont perçus entre autres comme une menace à notre identité. Il apparaît clairement, dans la problématique présentée dans cet article, que le chômage correspond à une telle situation de changements. Ainsi, le discours des chômeurs et chômeuses s'inscrit dans cette recherche d'équilibre: il signale la détresse, la dissonance cognitive, l'impuissance, mais aussi montre des solutions adaptées, des ressources utilisées et des stratégies déployées pour dépasser les événements engendrés par la situation de chômage et préserver ainsi l'équilibre.
2. Rappelons ici que l'entretien et le discours ne sont pas des gestes gratuits. Il ne faut pas minimiser la difficulté de parler de l'expérience du chômage. Les personnes qui ont accepté de nous accorder un entretien l'ont fait avec des intentions bien arrêtées. Pour certains, c'est une manière de demander de l'aide ou de s'aider. Pour d'autres, c'est un désir de se raconter à un moment où c'est peut-être relativement plus facile de le faire et de transmettre ainsi à un «représentant de l'État» (chercheur) ses idées et opinions mais aussi d'exprimer sa révolte par rapport à certaines politiques sociales de l'État (bureaucratie de l'assurance-chômage, etc.).
3. Les définitions précédentes de la «prise de signification» et de «l'action unifiante» s'inscrivent donc dans un processus normal d'apprentissage des situations de vie. Ce sont des étapes qui, dans la compréhension du vécu du chômage, sont susceptibles d'apporter des éléments d'interprétation par rapport à certaines pratiques de santé mentale. En effet, l'expression d'éléments de synthèse relatifs à la prise de signification et à l'action unifiante est un moment privilégié pour mieux comprendre ce que la personne en situation de chômage fait, ce que cela peut changer dans son expérience et la signification des changements souhaités et nécessaires.

   La façon dont une personne en chômage déploie une pratique dépend de l'importance du problème qui se pose à elle par rapport à l'un ou l'autre de ces domaines. La personne agit en tant que sujet cognitif, compétent à reconnaître les pistes et à lire les significations dans le réel. C'est un fait qui est confirmé par nos entretiens. Même si la personne imagine une démarche de solution, celle-ci dépend de sa compétence et de son degré de connaissance des ressources, de l'accessibilité de ces dernières et du coût en termes d'efforts et de démarches pour y avoir accès.
4. Des stratégies globales et aléatoires (par exemple des échantillons de prestataires de la Commission de l'emploi et de l'immigration Canada, des campagnes dans les journaux locaux) et des stratégies dites sectorielles, c'est-à-dire centrées par rapport à un type particulier de chômeurs et chômeuses (par exemple des organismes qui ont comme but la défense des intérêts des travailleurs et des organismes de santé).
5. Le contexte dans lequel survient un événement a au moins autant d'importance que l'événement lui-même, ce qui nous amène à considérer essentiel l'ensemble des conditions et de l'histoire de vie des chômeurs et chômeuses d'une part, et à mettre en veilleuse les rapports de causalité entre événements/stress/santé, d'autre part (Brown et Harris, 1978; Paykel, Myers et al., 1969; Myers, Lindenthal et Pepper, 1975; Langner et Michael, 1963).
6. Tous les prénoms mentionnés dans cet article sont fictifs. Nous avons ainsi voulu préserver l'anonymat de nos répondants et répondantes.
7. La perte d'un emploi peut être stressante pour une personne dont l'emploi représentait le principal moyen de réalisation de soi, ou pour quelqu'un dont le salaire assurait la subsistance d'une famille. Mais le chômage obligé ne signifie pas forcément que cet événement est uniformément stressant pour toutes les personnes en cause, quoi qu'en dise

l'ensemble de la littérature sur le sujet. Quand l'effort d'adaptation exigé taxe l'individu au-delà de ses capacités, il en résulte des problèmes de santé (Selye, 1956; Dohrenwend et Dohrenwend, 1974, 1981). Cet effort d'adaptation variera cependant d'un individu à l'autre (Schwartz et Myers, 1977), étant donné que devant une même situation objective de stress, toutes les personnes ne perçoivent pas subjectivement la même menace personnelle.

RÉFÉRENCES

BERTAUX, D., 1986, Fonctions diverses des récits de vie dans le processus de recherche in Desmarais, D., Grell, P., eds, *Les récits de vie: Théorie, méthode et trajectoires types*, GAPS, Éditions Saint-Martin.

BROWN, G.W., HARRIS, T., 1978, *Social Origins of Depression*, New York, Free Press.

COMITÉ DE LA SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC, 1985, *La santé mentale, de la biologie à la culture*, Direction générale des publications gouvernementales, Québec.

DESMARAIS, D. et coll., 1985, Les pratiques de santé mentale dans l'espace du non-travail: problématique de recherche, *Sociologie et sociétés, XVII*, no. 1, 143-155.

DOHRENWEND, B.S., DOHRENWEND, B.P., 1974, *Stressful Life Events: their Nature and Effects*, New York, Wiley.

DOHRENWEND, B.S., DOHRENWEND, B.P., 1981, Life stress and illness: formulation of the issues in Dohrenwend, B.S., Dohrenwend, B.P., eds, *Stressful Life Events and their Contexts*, New York, Prodist, 1-27.

FORTIN, D., 1983, *Impact du chômage sur le bien-être psychologique et la santé mentale: revue de littérature*, École de psychologie, Université de Montréal.

GRELL, P., 1985, *Les pratiques de débrouillardise dans l'espace du non-travail*, Groupe d'analyse des politiques sociales, GAPS, miméo, Université de Montréal

HAYES, J., NUTMAN, P., 1981, *Understanding the Unemployed*, London, Tavistock Publications.

JAHODA, M., RUSH, H., 1980, *Work, Employment and Unemployment. An Overview of Ideas Research Results in the Social Science Literature*, University of Sessex, Science, Policy Research Unit.

KASL, S.V., GORE, S., COBB, S., 1975, The experience of losing a job: reported changes in health symptoms and illness behavior, *Psychosomatic Medecine, 37*, no. 2.

LANGNER, T.S., MICHAEL, S.T., 1963, *Life Stress and Mental Health*, New York, Free Press.

MYERS, J.K., LINDENTHAL, J.J., PEPPER, M.P., 1975, Life events, social integration and psychiatric symptomatology, *Journal of Health and Social Behavior, 16*, no. 4, 421-9.

PAYKEL, E.S., MYERS, J.K., DIENELT, M.N., KLERMAN, G.L., LINDENTHAL, J.J., PEPPER, M.P., 1969, Live events and depression: A controlled study, *Archives of General Psychiatry, 21*, 753-60.

SCHWARTZ, C.C., MYERS, J.K., 1977, Life events and schizophrenia: II impact of live events on symptom configuration, *Archives of General Psychiatry, 34*, 1242-5.

SELYE, H., 1956, *The Stress of Life*, U.S.A., Mc Graw-Hill.

SUMMARY

The objectives of this research are to take the inventory of the psychosocial mechanisms that promote the unemployed individual's equilibrium, and to draw the profile of mental health practices existing in a homogenous group of unemployed persons in the manufacturing sector. In the first part, the authors review the methodology used in the course of their study and present a global analysis of the daily experiences of unemployed individuals, by showing the means they have put into effect to ensure their subsistance and that of their family. The second part seeks to provide an original viewpoint to the issue of mental health. The analysis includes an inventory of mental health practices followed by a brief description of techniques used to establish mutual aid networks.