

Enquête sur la santé psychologique des producteurs agricoles du Québec

« La personne humaine est la pierre angulaire de tout développement durable dans le domaine de l'agriculture et il importe par conséquent de préserver sa santé. »

Comité sénatorial permanent de
l'agriculture et des pêches, 1993

**Rapport final
présenté à
La Coop fédérée**

**Par
Ginette Lafleur
Marie-Alexia Allard**

Août 2006

FAITS SAILLANTS

« Jusqu'où tiendrons-nous le coût et le coup ?... »

Cette étude avait pour objectif d'évaluer la santé psychologique des producteurs agricoles du Québec, membres du réseau de La Coop fédérée. Un questionnaire a d'abord été administré à 1338 producteurs de lait, de porcs et de volailles en décembre 2005 et janvier 2006. Des entretiens focalisés (focus groups) ont ensuite été réalisés auprès de vingt producteurs de grandes cultures au printemps 2006.

« Côté stress, parlez-moi en ! Je serrais tellement les dents depuis quelques années qu'elles ont usé d'environ 3/8 de pouce... »

La campagne est souvent associée à un style de vie paisible. Pourtant, le milieu agricole vit considérablement de stress. Près des trois quarts des répondants (73,5 %) sont régulièrement stressés (de la moitié du temps à presque toujours). Les niveaux de stress les plus hauts se retrouvent chez les agriculteurs âgés entre 35 et 54 ans et chez les producteurs de porcs. La diminution des revenus et l'augmentation des dépenses constituent les éléments les plus préoccupants pour les producteurs agricoles québécois. Nos résultats statistiques sont étayés par plusieurs témoignages de producteurs. En effet, parmi les multiples commentaires reçus, le plus grand nombre atteste de difficultés financières rencontrées en agriculture.

« En agriculture, t'as beaucoup de valeurs, mais tu peux pas y toucher. Quand l'argent rentre pas, le ton change, la pression augmente... »

Selon les résultats d'un sondage effectué pour l'Association canadienne de sécurité agricole (ACSA) en 2005, les préoccupations financières sont aussi identifiées par les agriculteurs canadiens comme étant les facteurs de stress les plus importants et ce, indépendamment de la région au Canada.

« Si on baissait ton salaire à chaque année, ça jouerait-tu sur ton moral ? »

Aux préoccupations financières s'ajoute une panoplie de stressseurs qui viennent miner la santé psychologique des producteurs québécois, tels que : obligations environnementales, instabilité des marchés, paperasse à remplir, maladies des animaux, charge de travail, coût et incertitude des quotas, concurrence mondiale, température incontrôlable, endettement très élevé, obligations de performance et ainsi de suite.

« L'attente d'une tempête est souvent pire que la tempête elle-même... »

Parmi les items suscitant les niveaux de stress les plus élevés, on identifie des particularités selon la production, dont les maladies des animaux pour les producteurs de porcs, l'incertitude planant sur le système de gestion de l'offre pour les producteurs de volailles et de lait, le facteur météorologique pour les producteurs de lait et de grandes cultures, les contraintes environnementales pour les producteurs de volailles et de porcs, de même que la charge de travail pour les producteurs laitiers.

« Quand l'argent va, tout va. Mais, quand les entreprises ne sont pas rentables, comment voulez-vous que l'on ait un sentiment de bien-être dans nos fermes ? »

Au moment de l'enquête, toutes productions confondues, un répondant sur deux (50,9 %) présente un niveau élevé de détresse psychologique, un taux nettement supérieur à ce qu'avait observé Agri-Gestion Laval en 1997 (17,5 %). Proportionnellement, il y a plus de personnes susceptibles de se trouver dans la catégorie de détresse psychologique élevée dans chaque production à l'étude que dans la population québécoise dans son ensemble : 66,6% des éleveurs de porc, 48,1 % des producteurs de lait, 36,4 % des producteurs de volailles contre 20,1 % des Québécois (Enquête sociale et de santé 1998). On constate également qu'en agriculture, il y a

relativement plus de femmes que d'hommes (59,2 % des femmes contre 49,5 % des hommes) qui éprouvent des sentiments de détresse.

« Le mal de l'âme » fait mal à plusieurs personnes, mais peu pensent à demander de l'aide. »

Une forte proportion (67,7%) des producteurs rapportant un niveau élevé de détresse psychologique éprouve ces symptômes depuis plus d'un an, mais seulement 19,9 % affirment avoir consulté à ce sujet.

« Peut-être quand vous lirez le sondage, je serai mort au bout du rouleau. »

Une haute fréquence de stress peut avoir des répercussions sur la santé, psychologique tout comme physique. Environ quarante pourcent (39,8 %) des producteurs sondés souffrent d'importants maux de dos, et plusieurs sont affectés par des problèmes de sommeil et de digestion de forte intensité. En outre, 63,1% des producteurs sondés déclarent avoir ressenti de la fatigue d'intensité moyenne à très grande.

« ...cette ferme a coûté la vie à mon père (suicide ...) »

Enfin, il est apparu que 5,7 % des producteurs agricoles ont pensé sérieusement à mettre fin à leurs jours au cours des douze derniers mois comparativement à 3,9 % dans la population québécoise (Enquête sociale et de santé 1998). L'écart le plus important se situe dans le groupe des 45-64 ans (6,4 % c. 2,9 %). On note que contrairement à la tendance dans la population en général, la prévalence d'idéations suicidaires sérieuses ne décroît pas avec l'âge dans la population agricole. On relève également que 7,7 % des producteurs de porcs ont songé sérieusement à la mort.

« ...on est mal payés, considérés comme des gens dégueulasses. »

« Si ça continue c'est ma santé, ma vie qui va se jouer pour garder des cochons. »

En plus d'une prévalence supérieure des idées suicidaires, les producteurs de porcs atteignent des niveaux de stress plus élevés, manifestent plus de détresse, sont plus nombreux à ne percevoir aucun contrôle sur leur ferme que les autres producteurs. Ils ressentent aussi moins de solidarité au sein de leur communauté rurale, se sentent moins appréciés et ont davantage le sentiment que leur travail n'est pas reconnu par la société. Il n'en demeure pas moins que ce manque de reconnaissance sociale est déploré par 53,7 % des producteurs de volailles, 61,4 % des producteurs de lait et 73,5 % des producteurs de porcs, tout comme il a été mis de l'avant lors des rencontres avec les producteurs de grandes cultures.

« S.V.P. faites que la profession d'agriculteur soit de plus en plus valorisée. Ça ferait du bien. »

« Il faut briser l'isolement si on veut être heureux en agriculture. »

Quant aux formes de soutien mesurées, il semble que celui des proches (conjoint, parents, frères, sœurs, amis), modère vraisemblablement l'effet du facteur de stress financier. S'ouvrir aux autres, cesser de ruminer tout seul des idées noires, bénéficier de la proximité d'une oreille attentive rendrait moins vulnérable à la détresse, d'où l'importance de briser l'isolement et d'être à l'écoute des agriculteurs.

« Il y a un temps où les cultivateurs jasaient le long des clôtures en travaillant... Aujourd'hui nous sommes enfermés dans nos cabines de tracteurs et la terre du voisin nous appartient et le prochain voisin n'est plus en agriculture ! »

REMERCIEMENTS

Nous remercions particulièrement toutes les personnes qui ont donné de leur temps pour remplir le questionnaire, émettre des commentaires et participer aux divers entretiens focalisés (focus groups).

Nos remerciements vont également à monsieur Michel Cossette, chargé de cours à l'Université du Québec à Montréal, pour son aide précieuse au niveau du traitement statistique.

Nous remercions aussi les membres du personnel de La Coop fédérée qui ont apporté, directement ou indirectement, leur soutien à cette étude.

Note :

Afin de ne pas alourdir le texte de ce rapport :

- nous utilisons le genre masculin pour désigner des groupes comprenant aussi bien des hommes que des femmes ;
- nous présentons les commentaires sans fautes d'orthographe.

TABLE DES MATIÈRES

PROBLÉMATIQUE	1
MÉTHODOLOGIE	3
1. FRÉQUENCE DE STRESS	5
1.1 Indicateur	5
1.2 Résultats	5
1.2.1 Résultats selon le sexe	6
1.2.2 Résultats selon l'âge	6
1.2.3 Résultats selon la production	7
2. FACTEURS DE STRESS	10
2.1 Indicateur	10
2.2 Résultats	10
2.2.1 Préoccupations financières	12
2.2.2 Résultats selon le sexe	14
2.2.3 Résultats selon la production	15
2.3 Facteurs de risque	23
3. DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE	25
3.1 Indicateur	25
3.2 Résultats	25
3.2.1 Résultats selon le sexe	28
3.2.2 Résultats selon l'âge	28
3.2.3 Résultats selon la production	30
3.2.4 Résultats selon la région	31
3.2.5 Détresse psychologique et fréquence de stress	31
3.2.6 Détresse psychologique et facteur de stress financier	31
3.2.7 Détresse psychologique et facteur de stress relationnel	32
3.2.8 Détresse psychologique et perception de la situation financière	32
3.2.9 Détresse psychologique et perception d'une amélioration de la situation financière	33
3.3 Durée des manifestations psychologiques et consultation d'un professionnel de la santé	34
4. SENTIMENT DE CONTRÔLE	37
5. SYMPTÔMES PHYSIQUES ASSOCIÉS AU STRESS	38
5.1 Indicateurs	38
5.2 Résultats	39
5.2.1 Fréquence de stress et problèmes physiques	41
5.2.2 Détresse psychologique et problème lié à l'alcool	41
5.2.3 Fréquence de stress et fatigue	42

5.2.4	Détresse psychologique et fatigue	42
5.2.5	Charge de travail et fatigue	42
5.2.6	Consultation d'un professionnel de la santé au sujet des manifestations physiques	42
6.	IDÉES SUICIDAIRES SÉRIEUSES	43
6.1	Indicateurs	43
6.2	Résultats	43
6.2.1	Résultats selon le sexe	43
6.2.2	Résultats selon l'âge	44
6.2.3	Idées suicidaires et détresse psychologique	44
6.2.4	Idées suicidaires sérieuses et perception de la situation financière	46
7.	SOUTIEN SOCIAL	47
7.1	Indicateurs	48
7.2	Résultats	49
7.2.1	Solidarité rurale	49
7.2.2	Soutien d'estime de la communauté	49
7.2.3	Reconnaissance sociale du travail agricole : réassurance de sa valeur	50
7.3	Effets protecteurs du soutien social	53
7.3.1	Satisfaction quant à la vie sociale et détresse psychologique	53
7.3.2	Facteur de stress financier – Soutien social – Détresse psychologique	53
7.3.3	Facteur de stress relationnel – Soutien social – Détresse psychologique	55
7.4	Variables prédisant le mieux la détresse psychologique	55
8.	SERVICES EN LIEN AVEC LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE	56
8.1	Résultats	56
9.	CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES	61
10.	ENTRETIENS FOCALISÉS (FOCUS GROUPS) AVEC DES PRODUCTEURS DE CULTURES COMMERCIALES	63
10.1	Facteurs de stress	63
10.2	Sentiment de contrôle	68
10.3	Solidarité rurale	69
10.4	Reconnaissance sociale du travail agricole	69
10.5	Soutien social : conseils	69
10.6	Soutien social : aide tangible et matérielle	70
10.7	Consultation d'un professionnel de la santé	70
10.8	Perceptions d'une hausse de détresse en milieu agricole	71
CONCLUSION	73
RÉFÉRENCES	78

PROBLÉMATIQUE

Selon des idées répandues dans le milieu agricole, il y aurait lieu de croire à une augmentation de la détresse psychologique chez les agriculteurs du Québec. Il est vrai qu'au cours des dernières années, plusieurs événements ont contribué à l'établissement d'un climat morose dans le monde rural : crise de la vache folle, grippe aviaire, pressions environnementales, baisse des revenus, hausse de l'endettement, remise en question des systèmes de gestion de l'offre à l'OMC, manque de reconnaissance sociale, maladies du porc, mondialisation et spectre de la concurrence de méga-exploitations avec une main-d'œuvre à bon marché, des normes environnementales inférieures, etc. Dans un rapport du ministère fédéral de l'Agriculture et de l'Agroalimentaire (Easter, 2005), il est écrit que « les producteurs agricoles canadiens vivent en fait depuis déjà un certain temps une profonde crise économique » et que la crise du revenu agricole est systémique et touche les producteurs partout sur la planète.

On peut se questionner sur les contrecoups de cette conjoncture sur le moral des agriculteurs québécois. Nous savons que les facteurs de stress personnel et professionnel ont des effets directs et indirects sur l'état de santé psychologique (Cole, Ibrahim, Shannon, Scott & Eyles, 2002). Le style de vie d'aujourd'hui, avec sa cadence souvent infernale et son lot de pressions de performance et de compétitivité, de même que les mutations sociales rapides qui s'opèrent dans les sociétés occidentales contemporaines, seraient autant de facteurs de fragilisation de la santé psychologique (Bayingana et al., 2006). Le secteur agricole n'a pas été à l'abri de transformations majeures nécessitant une adaptation constante de ses producteurs et productrices.

Des chercheurs ont suggéré que sur une ferme, la surcharge de plusieurs « stresseurs » quotidiens peut faire en sorte qu'un seul élément additionnel, si petit soit-il, peut s'avérer de trop, un peu comme la goutte d'eau qui fait déborder le vase (Manitoba Agriculture, Food and Rural Initiatives, 2005). Trop de stress peut porter atteinte au bien-être de la personne, mais peut aussi entraîner divers problèmes d'ordre physique (Chaire en gestion de la santé et de la sécurité du travail de l'Université Laval,

2006; Conseil canadien de la gestion d'entreprise agricole, 2001). Enfin, la détresse psychologique est parfois telle qu'elle peut conduire des individus à opter pour des comportements d'autodestruction pouvant aller jusqu'au suicide (Bayingana et al., 2006; CGSST, 2006).

Cette étude a pour but de vérifier si les producteurs agricoles québécois sont touchés par la détresse psychologique. En effet, le Québec dispose de peu de statistiques permettant d'estimer la santé psychologique de la population dans son ensemble (Légaré et al., 2000), ceci est d'autant plus vrai lorsqu'il s'agit de la communauté agricole. Nous désirons évaluer le bien-fondé des idées circulant sur la détérioration de la santé psychologique des agriculteurs du Québec. Si plusieurs signes pointent dans cette direction, il n'existe pas, à ce jour, de portrait détaillé de la situation. Par ailleurs, nous voulons voir s'il existe des problématiques sectorielles, des régions plus affectées que d'autres, etc.

De plus, cette enquête veut cerner les variables en jeu dans une éventuelle détresse : d'un côté, les agents stressants pouvant nuire à la santé psychologique et de l'autre, les facteurs de protection pouvant agir comme médiateurs entre les sources de stress et le développement de la détresse (Bruchon-Schweitzer, 2003; Cole et al., 2002). Puisque le meilleur facteur de protection identifié en santé psychologique est la présence de soutien social (Caron, Latimer & Tousignant, 2002), nous porterons une attention particulière au soutien présent dans la vie des agriculteurs. Nous terminerons l'étude en explorant les types de services qui pourraient être mis en place en lien avec cette problématique.

MÉTHODOLOGIE

Quatre productions ont été sélectionnées par La Coop fédérée de façon à représenter un éventail diversifié de l'agriculture québécoise. Nous avons donc enquêté auprès des producteurs des secteurs du lait, du porc, des volailles et des grandes cultures.

En raison de la taille de notre échantillon et de sa dispersion géographique sur l'ensemble du Québec, nous avons opté initialement pour un sondage postal pour toutes les productions à l'étude. À l'été 2005, La Coop fédérée a mis au point une liste des membres de son réseau par production. Devant la grande difficulté à constituer une liste d'exploitants agricoles ayant comme production principale les grandes cultures, il a alors été décidé de rencontrer ce groupe au moyen d'entretiens focalisés (« focus groups »).

En conséquence, l'enquête a été effectuée en deux étapes. Tout d'abord, un sondage a été réalisé auprès de producteurs de lait, de porcs et de volailles, sélectionnés de façon aléatoire. Les questionnaires ont été envoyés les 1^{er} et 2 décembre 2005. Un rappel postal a été réalisé les 12 et 13 janvier 2006. Au total, 4200 questionnaires ont été expédiés. De ce nombre, soixante-trois (63) nous ont été renvoyés par Postes Canada portant les mentions « adresse inexistante », « inconnu », « déménagé ». De plus, quatre-vingt-deux (82) personnes ont retourné leur questionnaire non rempli parce qu'elles n'étaient pas, ou n'étaient plus en production agricole, ou encore, étaient dans une production autre que celles mentionnées à l'étude (laitière, porcine, avicole). Nous avons reçu 1338 questionnaires remplis, c'est-à-dire un taux de réponses de 33,0 %. Toutefois, le nombre élevé de questionnaires n'ayant pas atteint les cibles visées (145) laisse supposer que d'autres personnes n'ont pas répondu en raison d'erreurs dans la liste d'envoi.

Ensuite, des producteurs de cultures commerciales ont été rencontrés par petits groupes de différentes régions. Vingt producteurs de grandes cultures ont été consultés lors de cinq rencontres d'une durée approximative de deux heures chacune.

L'enquête s'appuie sur un cadre théorique utilisé en psychologie organisationnelle et en psychologie de la santé de même que sur des outils de mesure validés scientifiquement.

À l'échelle québécoise, les résultats du sondage sont exacts dans une marge de \pm 2,7%, 19 fois sur 20. Les résultats segmentés par production ou autres variables ont une marge d'erreur supérieure.

1. FRÉQUENCE DE STRESS

1.1 Indicateur

S'il est normal de subir un certain stress, trop de stress peut avoir des répercussions physiques et émotionnelles, notre corps ne pouvant être maintenu en état constant d'alerte sans s'épuiser. Notre première question a permis d'évaluer la fréquence de temps où l'agriculteur a ressenti du stress au cours des derniers mois.

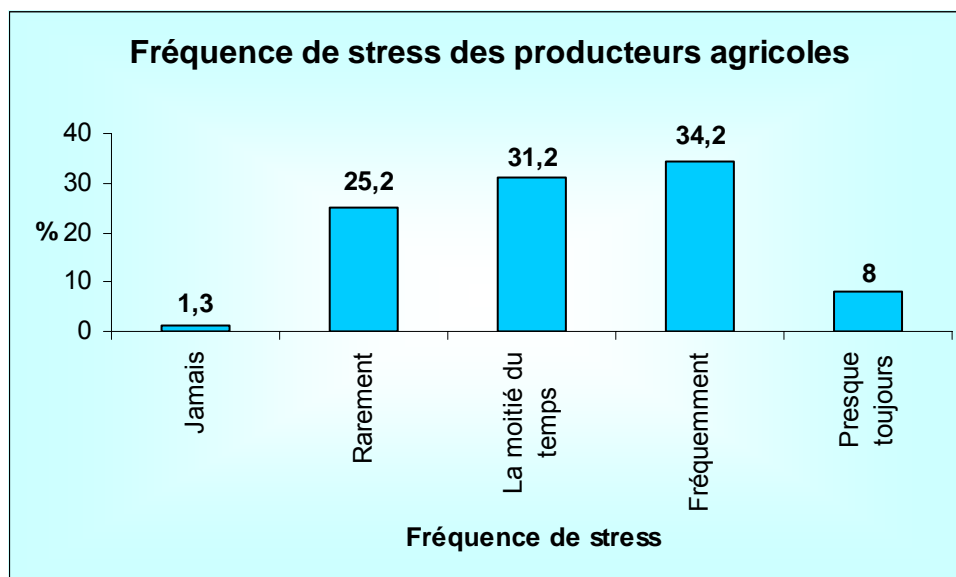
Au cours des derniers mois, vous êtes-vous senti(e) stressé(e) ? :

Jamais.....	0
Rarement.....	1
La moitié du temps.....	2
Fréquemment.....	3
Presque toujours.....	4

1.2 Résultats

Près des trois quarts (73,5 %) des producteurs agricoles se sont sentis stressés de la moitié du temps à presque toujours au cours des derniers mois. Seulement 1,3 % des producteurs ne se sont jamais sentis stressés. Voir graphique 1.

Graphique 1



À titre comparatif, selon un sondage pancanadien sur le stress en agriculture, rendu public en novembre 2005, 65 % des agriculteurs canadiens se décrivent plutôt ou très stressés à la ferme et 8 % disent n'éprouver aucun stress.

Les commentaires suivants de répondants à notre sondage témoignent de la présence du stress dans la vie des producteurs agricoles :

« De plus en plus le stress s'installe sur les fermes et il y a de moins en moins de qualité de vie. De plus en plus d'ouvrage, alors on s'oublie. C'est dommage que la vie sur les fermes se détériore ainsi. »

« Depuis 1 an, je suis sous traitement médical afin de faire baisser le stress et relaxer plus. C'est pour cela que le résultat de ce test est plus positif qu'il l'aurait été il y a deux ans. »

Ces commentaires sont assez révélateurs du niveau effarant de stress pouvant être atteint chez certaines personnes :

« Côté stress, parlez-moi en ! Je serrais tellement les dents depuis quelques années qu'elles ont usé d'environ 3/8 de pouce. Je suis suivi actuellement par un dentiste qui a détecté un sérieux problème de déplacement de la mâchoire. Je suis suivi aussi par un physiothérapeute et un chiro pour des problèmes de tension extrême au cou et aux épaules. »

« Le stress a emporté ma conjointe de fait... »

1.2.1 Résultats selon le sexe

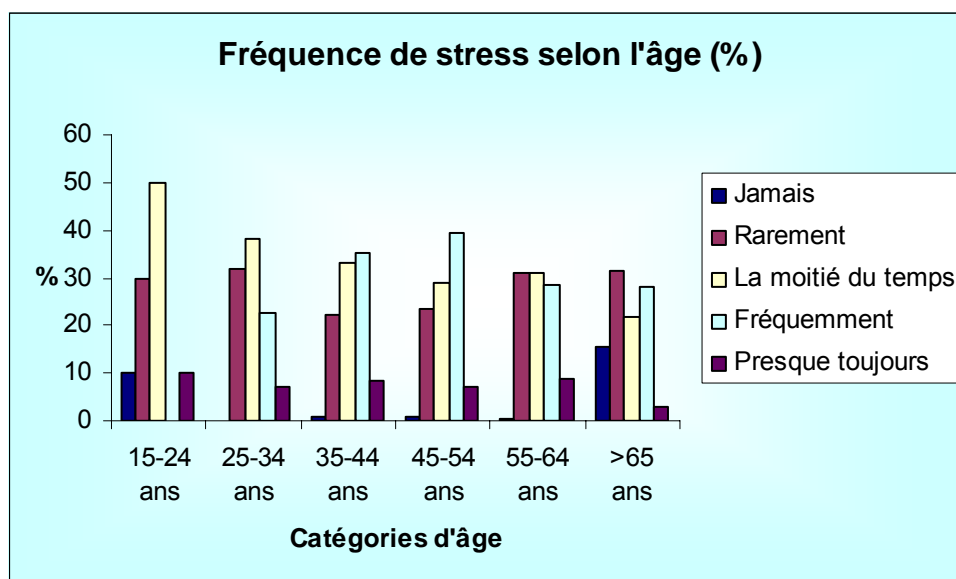
Les femmes affichent une fréquence de stress plus élevée que les hommes. Alors que 72 % des répondants se sont sentis stressés de la moitié du temps à presque toujours au cours des derniers mois, ce taux monte à 81,7 % chez les répondantes.

1.2.2 Résultats selon l'âge

Selon le groupe d'âge auquel il appartient, la fréquence de temps où l'agriculteur éprouve du stress varie. Alors que 10 % des 15-24 ans et 15,6% des 65 ans et plus

affirment ne jamais ressentir de stress, cette proportion tombe entre 0 % et 1 % pour les autres groupes. Plus des trois quarts (76,9 % et 75,6 %) des producteurs des groupes d'âge 35-44 ans et 45-54 ans se sont sentis stressés de la moitié du temps à presque toujours. Voir graphique 2.

Graphique 2

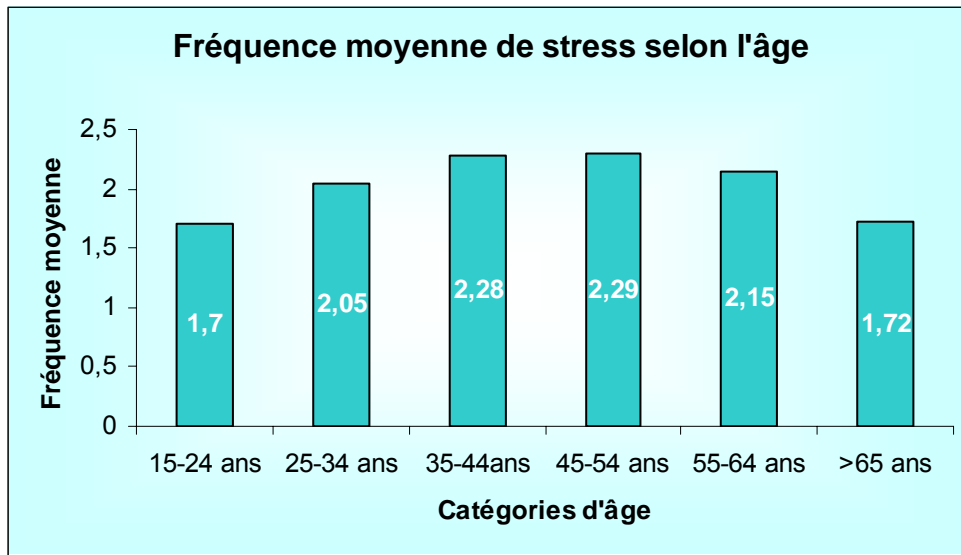


La fréquence moyenne de stress augmente jusqu'à la tranche d'âge 45-54 ans et diminue par la suite. Les groupes des 15-24 ans et des plus de 65 ans ont les fréquences moyennes de stress les plus basses. Voir graphique 3.

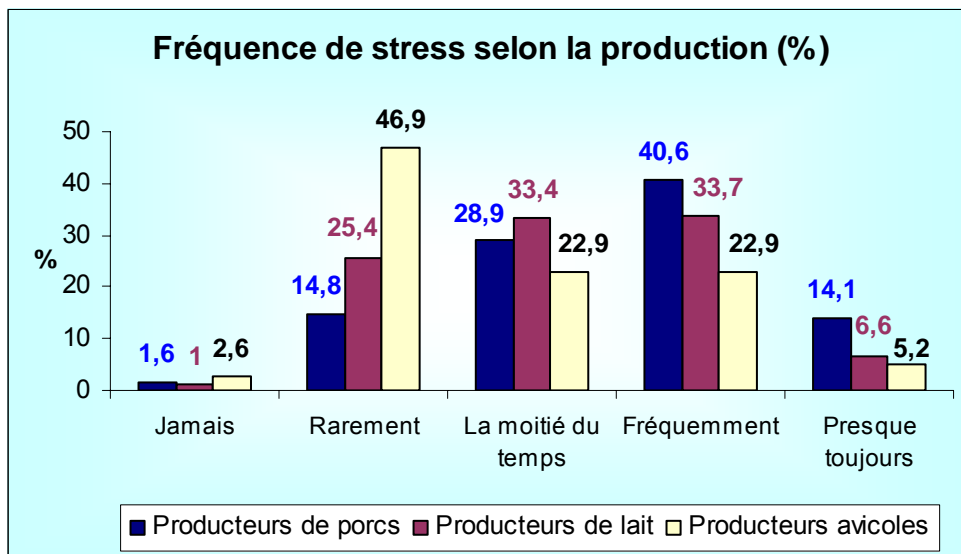
1.2.3 Résultats selon la production

Les producteurs de porcs sont plus fréquemment stressés que les autres producteurs. Au cours des derniers mois, 83,6% des producteurs de porcs et 73,7% des producteurs de lait se sont sentis stressés de la moitié du temps à presque toujours. Presque la moitié des producteurs avicoles (49 %) ne ressentent jamais ou rarement de stress. Voir graphique 4.

Graphique 3



Graphique 4



D'anciens producteurs laitiers nous ont écrit pour nous faire part de leur niveau de stress avant de quitter cette production :

« J'ai vendu mon troupeau et mon quota laitier en [...] et depuis ce temps, mon niveau de stress a baissé de 90%. »

« Dans mon cas, il y a eu abandon de la production laitière en [...]. Le niveau de stress est tombé à zéro par la suite. Depuis, tout va bien. »

2. FACTEURS DE STRESS

2.1 Indicateur

On a mesuré le niveau de stress que pouvaient causer différentes situations. Nous nous sommes inspirées d'un questionnaire sur le stress en milieu agricole (Walker & Walker, 1987), de même que des résultats de notre prétest¹. Nous avons inclus plusieurs sources potentielles de stress, certaines intrinsèques au travail, telles qu'une surcharge de travail et d'autres provenant de facteurs externes, telles que des relations conflictuelles avec des voisins, etc. (Cooper et Marshall, 1986, cité par Leruse et al., 2004). Les répondants devaient indiquer le niveau de stress que suscitait ou avait suscité, au cours des derniers mois, chacun des items d'une liste sur une échelle de réponse en 5 points : 0 « pas du tout stressant »; 1 « peu stressant »; 2 « moyennement stressant; 3 « très stressant »; 4 « extrêmement stressant ». Certains stressseurs potentiels ne s'appliquant pas à toutes les productions, nous avons joint le choix de réponse « ne s'applique pas ».

2.2 Résultats

Nous avons classé les situations selon le niveau moyen de stress qu'elles suscitaient. Voir tableau 1. Nous tenons à préciser que ce classement est basé sur des moyennes. Puisque ce qui constitue une source de stress pour un ne l'est pas nécessairement pour l'autre, il se pourrait donc que des situations individuelles ne s'y reflètent pas. Ainsi, par exemple, si les relations avec les voisins s'avèrent, en moyenne, peu stressantes pour les agriculteurs, il se peut que pour certains producteurs, ce facteur soit très stressant, comme en témoigne ce producteur de porcs :

« Mon niveau de stress provient en grande partie parce que ma ferme est située près d'un village et lors de l'épandage de purin, à chaque année, il y a une plainte qui m'est adressée, mais aucune amende je n'ai eu à payer. Alors, c'est qui le déplaisant, moi ou eux ? Dans l'opinion du monde, c'est moi. »

¹ Lors du prétest, 19 entrevues ont été réalisées et 28 producteurs ont répondu à la version préliminaire du questionnaire.

Tableau 1 Niveau moyen de stress pour chacun des items

Classement	Sources de stress	Niveau moyen de stress
1	Diminution des revenus	2,70
2	Augmentation des dépenses	2,60
3	Obligations environnementales	2,47
4	Instabilité des marchés	2,45
5	Bureaucratie	2,45
6	Maladie des animaux	2,40
7	Charge de travail	2,34
8	Coût et incertitude des quotas	2,31
9	Concurrence mondiale	2,27
10	Imprévisibilité de la météo	2,26
11	Endettement	2,25
12	Obligations de performance	2,19
13	Bris de la machinerie	1,97
14	Rareté de la main d'oeuvre agricole compétente	1,95
15	Conciliation travail/vie familiale ou personnelle	1,93
16	Transfert de la ferme	1,65
17	Difficulté à trouver de la relève	1,34
18	Relations avec les employés sur la ferme	1,07
19	Relations avec les associés sur la ferme	0,98
20	Relations avec les voisins	0,93

Items moyennement à très stressants :

Pour l'ensemble de nos répondants, douze situations sont moyennement à très stressantes. Dans l'ordre : la diminution des revenus, l'augmentation des dépenses, les obligations environnementales, l'instabilité des marchés, la bureaucratie, la maladie des animaux, la charge de travail, le coût et l'incertitude des quotas, la concurrence mondiale, l'imprévisibilité de la météo, l'endettement et les obligations de performance.

Items peu à moyennement stressants :

Six items sont peu à moyennement stressants : le bris de la machinerie, la rareté de la main-d'oeuvre agricole compétente, la conciliation du travail avec la vie familiale ou personnelle, le transfert de la ferme, la difficulté à trouver de la relève et les relations avec les employés sur la ferme.

Items pas du tout à peu stressants :

Deux situations ne sont pas du tout ou peu stressantes : les relations avec les associés sur la ferme et les relations avec les voisins.

2.2.1 Préoccupations financières

« Les finances, on n'en sort pas, c'est un stress énorme. »

Les deux items causant le plus de stress sont reliés à des préoccupations financières. La situation économique instable et défavorable était déjà identifiée comme le principal facteur responsable du stress lié à l'agriculture dans un rapport du comité sénatorial en 1993. Les difficultés financières sont identifiées par les agriculteurs canadiens comme étant les facteurs de stress les plus importants et ce, indépendamment de la région au Canada (ACSA, 2005). En outre, les tensions familiales dues aux problèmes financiers peuvent être exacerbées par la forte imbrication de la vie privée et professionnelle sur une ferme. En effet, la cellule familiale peut jouer moins efficacement le rôle de « havre de paix » ou de soupape pour réduire le niveau de stress (Bossut, 2002).

Nos résultats statistiques sont étayés par un grand nombre de témoignages de producteurs attestant de difficultés financières rencontrées en agriculture. Chez les éleveurs de porcs, ce sont la moitié (51 %) des 126 commentaires recueillis qui ont trait au faible prix du porc, à l'augmentation du coût de production, aux revenus insuffisants, à l'absence de rentabilité et à l'endettement. En voici quelques exemples :

« Dans le fond, le stress sur une ferme est causé par l'argent → Endettement, faible profit sur nos produits, remboursement à faire tous les mois sans avoir les fonds. L'agriculture au Québec agonise, nos enfants ne sont pas intéressés à mourir de faim et travailler 70 h /sem comme nous avons fait. »

« Depuis que je fais de l'agriculture, la situation en général est très démoralisante d'année en année. Tout augmente (\$) sauf mes revenus, ce qui engendre une démotivation face à la production. »

« Dans le porc, c'est très difficile. Beaucoup de maladies, pas de bons prix, menace d'une taxe sur le maïs, pas d'acceptation sociale... On a également de sérieux problèmes financiers suite à tous ces problèmes. »

« C'est indéniable : notre agriculture est en faille technique. Notre agriculture est sur le respirateur artificiel et l'oxygène commence à se faire rare. Alors, il va falloir qu'il se passe quelque chose ou tout au moins en attendant, mettre une bouteille d'oxygène neuve et bien remplir. »

Une bonne proportion des témoignages des producteurs laitiers (24 % des 320 commentaires) porte aussi sur la question financière. On déplore que la rémunération dans le secteur laitier ne représente pas la somme de travail exigée, l'investissement nécessaire, l'endettement et le risque financier encouru². On voudrait une rémunération équitable en fonction des efforts et des investissements fournis.³ On parle également de revenus en régression face à des dépenses d'opération à la hausse. De plus, on signale un fréquent problème de liquidités durant la période active et le fait qu'on ne puisse tirer profit de son investissement qu'en faisant encan ou en mourant. Voici quelques témoignages à ce sujet :

« On a beau dire que c'est une vocation, que c'est un mode de vie, bull shit, you ouh on est en 2005, on dirige des entreprises à risques qui opèrent 7 jours par semaine, où est la rémunération du capital ? Les marges de profits ? Tout le monde pense que les producteurs vendent simplement à cause de la valeur du quota, ben voyons donc ! Je crois que depuis quelques années, il y a 2 fermes laitières par jour qui disparaissent du paysage québécois, si ce serait si payant et si intéressant, on aurait un constat différent il me semble. Allez donc intéresser la relève dans un climat semblable, vivre endetté, stressé, trop travailler, peu de temps pour les

² Il est à noter que la question de l'endettement croissant chez les producteurs de lait du Québec est bien documentée. Selon Levallois (2003), la dette par ferme a plus que doublé de 1997 à 2001. Le Québec, déjà plus endetté (en % de l'actif) que les autres provinces, s'endette encore plus. Selon les chiffres de 2003, 60% des entreprises laitières sont fragiles. Les fermes se sont anormalement endettées ces dernières années. D'après Levallois (2003, novembre), la moindre variation des revenus peut se traduire par une situation difficile et stressante pour ces entreprises.

³ La perception d'un déséquilibre ou d'un manque de réciprocité entre les efforts fournis dans le travail et les récompenses (reconnaissance, revenus adéquats, etc.) a une grande influence sur le bien-être des travailleurs (Siegrist, 1996).

loisirs, on est pas des fous, en comparant nos conditions de travail avec d'autres on voit bien que cela n'a pas de bon sens ...on nous prend pour des millionnaires; millionnaires de dettes oui ! »

« Plus les années avancent – plus c'est difficile. La liquidité n'existe plus. Moins d'aide gouvernementale. Plus d'argent à déboursier pour PAF, PCSRA, comptable, enregistrement de ci et ça, etc.... Nous avons une relève et à nous voir aller, elle n'en veut plus. Je suis autant endetté qu'il y a 25 ans → machinerie + alimentation + engrais + etc. Tout a augmenté et notre revenu stagne... va-t-on vendre (trop jeune), va-t-il nous rester quelque « avoir » pour notre retraite... »

« Mon problème = épuisement (trop de travail pour gagner un salaire décent. La ferme (compagnie) se tire bien d'affaires (beau bilan) à cause des faibles salaires qu'on prend, ce qui rend notre situation difficile. Si on devait se payer 12\$/hre, ça irait mieux, mais la ferme irait mal (incapacité de renouveler l'actif). »

« Je trouve que nous sommes un monde très à part des autres qui vit quand même assez pauvre et que nous mourrons riches, les coûts de production augmentent toujours (ex. machinerie, terre, quota), mais le prix du lait est toujours pareil... »

« Jusqu'où tiendrons-nous le coût et le coup ?... »

2.2.2 Résultats selon le sexe

On remarque que chez les productrices tout comme chez les producteurs, la diminution des revenus et l'augmentation des dépenses sont en tête de liste des situations suscitant les niveaux de stress les plus élevés. Cette constatation vient appuyer d'autres recherches où les problèmes financiers comptent parmi les principales préoccupations des agricultrices (Kubik et Moore, 2001).

En outre, les femmes semblent plus affectées par le stress que les hommes, ce qui pourrait être une résultante des multiples rôles devant être assumés par l'agricultrice (Kubik et Moore, 2001; Comité sénatorial permanent de l'agriculture et des forêts, 1993). En effet, pour chacune des sources potentielles de stress, elles obtiennent un score moyen plus élevé, les différences les plus significatives entre les hommes et les femmes s'observant au niveau de la conciliation travail/vie familiale, l'endettement, les relations avec les employés, l'instabilité des marchés, les maladies des animaux de même que la rareté de la main-d'œuvre agricole. Voir tableau 2.

Tableau 2 Niveau moyen de stress pour chacun des items selon le sexe

Classement	Sources de stress	Niveau moyen de stress Hommes
1	Diminution des revenus	2,67
2	Augmentation des dépenses	2,56
3	Obligations environnementales	2,44
4	Bureaucratie (papiers à remplir)	2,44
5	Instabilité des marchés	2,40
6	Maladies des animaux	2,35
7	Charge de travail	2,31
8	Coût et incertitude des quotas	2,28
9	Concurrence mondiale	2,25
10	Imprévisibilité de la météo	2,24
11	Endettement	2,19
12	Obligations de performance	2,16

Classement	Sources de stress	Niveau moyen de stress Femmes
1	Diminution des revenus	2,90
2	Augmentation des dépenses	2,78
3	Instabilité des marchés	2,71
4	Maladie des animaux	2,65
5	Obligations environnementales	2,63
6	Endettement	2,54
7	Charge de travail	2,53
8	Bureaucratie (papiers à remplir)	2,48
9	Coût et incertitude des quotas	2,44
10	Imprévisibilité de la météo	2,40
11	Concurrence mondiale	2,37
12	Obligations de performance	2,32
13	Conciliation travail/vie familiale ou personnelle	2,26
14	Rareté de la main d'oeuvre agricole compétente	2,17

2.2.3 Résultats selon la production

En ce qui concerne le niveau de stress occasionné par chacun des items, on remarque des différences entre les productions. La diminution des revenus est un facteur très à extrêmement stressant pour 76,8% des producteurs de porcs, pour 55,6% des producteurs de lait et pour 47,5% des producteurs de volailles. La maladie des animaux est un facteur très à extrêmement stressant pour 75,5% des producteurs de porcs. Les obligations environnementales représentent un facteur très à extrêmement stressant

pour 63% des producteurs de porcs et pour 52,1% des producteurs de volailles. Cette déclaration d'un producteur de porcs illustre bien les stressseurs que nous venons de mentionner :

« Dans le porc, on est jamais en sécurité financière. (Prix du porc, maladie, contrainte environnementale). Pratiquement impossible de grossir la ferme, sans s'endetter par-dessus la tête (entente d'épandage ou achat de terres) qui coûtent une fortune. Je pense sérieusement à tout vendre dans un avenir très proche. »

Chez les producteurs de lait, les items suscitant les niveaux moyens de stress les plus élevés sont la diminution des revenus (2,58), l'augmentation des dépenses (2,53), l'imprévisibilité de la météo (2,47), la bureaucratie (2,42) et la charge de travail (2,41). Ces statistiques se reflètent dans les commentaires subséquents :

« Le tout s'est détérioré depuis quelques années, dépenses d'opération trop élevées et revenus en régression. »

« Si ça ne s'améliore pas en production laitière (ex : coût des aliments, gaz et fuel, entretien, machinerie, norme environnementale, etc...), on va tous faire encan. »

« Mes deux principales causes de stress sont l'incertitude de la météo dans le temps des foins et la surcharge de travail... »

En ce qui concerne les producteurs de porcs, l'analyse des résultats montre que ce sont la maladie des animaux (3,18), la diminution des revenus (3,17), l'augmentation des dépenses (2,96), l'instabilité des marchés (2,95) et les obligations environnementales (2,81) qui procurent le plus de stress. Bien que les obligations environnementales soient au premier rang chez les producteurs avicoles (2,53) et au cinquième chez les producteurs de porcs (2,81), il est à noter qu'elles suscitent tout de même un niveau moyen de stress supérieur chez les producteurs de porcs. Les témoignages suivants attestent du niveau de stress engendré par ces éléments :

« Dans le porc, le contexte est très difficile : environnement, performance pour arriver. Les maladies : Mystérieuse, Circo. Prix du porc. Cela fait 27 ans que je suis dans le porc et je vais perdre ma ferme ! »

« Le niveau de stress chez les producteurs de porcs est relié à deux facteurs : le prix du porc et les maladies dans le troupeau ! C'est un peu pourquoi les gens sont découragés en ce moment. Pas de prix et maladies élevées ! »

« Stress = Fermeture des abattoirs, prix toujours à la baisse pour nos produits, augmentation du coût de production, maladie et perte d'animaux. »

« Je suis d'âge avec mon mari à prendre notre retraite, mais on a investi pour nos enfants et on passe une méchante période depuis 2 ans, on a de la maladie dans les porcs et le revenu est très bas. C'est pas facile. »

Pour les producteurs avicoles, les obligations environnementales (2,53), l'incertitude des quotas (2,48), la diminution des revenus (2,43), la bureaucratie (2,42) ainsi que la concurrence mondiale (2,39) constituent les éléments les plus stressants. Les déclarations suivantes de producteurs illustrent la crainte de perdre la gestion de l'offre et le système de quotas :

« Le + grand stress actuel est notre fameux gouvernement avec l'OMC. Il ne faut en aucun cas perdre la GO, il faut rester vivant. Les productions faisant partie de la gestion de l'offre ne coûtent rien en subventions à chacun des contribuables. Nous sommes autosuffisants, donc il faut absolument rester ainsi pour continuer à produire. »

« L'attente d'une tempête est souvent pire que la tempête elle-même... »

Nous allons compléter la présentation des différents stressseurs selon la production par une analyse plus approfondie des commentaires reçus à ce sujet.

- **Commentaires des producteurs laitiers**

Nous avons déjà signalé qu'il était question de **préoccupations financières** dans 24 % des commentaires de producteurs de lait. Nous allons examiner d'autres thèmes récurrents dans ces commentaires. L'avenir de la **relève** et le **transfert** de la ferme sont

sources d'inquiétude pour les parents; 11 % des producteurs en font mention, en voici certains témoignages :

« J'aime mon travail et en le faisant, je crois sincèrement honorer mes ancêtres et participer à la construction de mon pays. Pourtant je suis inquiet de léguer ma ferme à mes enfants, même si c'est certain que je vais le faire. J'ai peur qu'ils se découragent. J'ai le sentiment que la seule chose que je puisse faire pour les aider est de prier pour eux et ça ne me rassure pas. »

« Avec les contraintes que le domaine agricole fait face depuis plusieurs années, notre décision de faire encan demeure la meilleure démarche à faire, même si nous avons de la relève. Amour de la terre, de moins en moins. Travailler plusieurs heures par jour sans revenu, juste pour payer les factures. Pourquoi nos enfants subiraient-ils la même chose. »

« Nous avons de la relève, faut-il la mettre dans la misère et lui donner un cadeau empoisonné même s'ils sont formés et convaincus. »

« Je ne vois vraiment pas en tant que parent avant tout, laisser mon fils continuer à travailler pour rien. Cela ne vaut pas la peine. »

« Je suis au seuil de ma retraite et je ne vois pas comment pouvoir transférer une entreprise aux enfants en exigeant des montants très élevés pour 1) prendre une retraite méritée comparativement au reste de la société. 2) sans virer une facture immense aux enfants qui veulent continuer en agriculture. »

La **charge de travail** trop grande est évoquée par 11 % de ces producteurs. On soulève la grande difficulté pour les producteurs de lait d'avoir des vacances, une vie sociale, des loisirs. On parle également du manque de temps pour le couple et la famille, du sentiment d'être un esclave, de la fatigue :

« Quand on a 2 enfants et que l'on a pas d'employé, c'est difficile de concilier le travail et la famille. On travaille tellement que l'on vient révolté parce que l'on n'a pas de temps pour soi. Les solutions sont difficiles. »

« Le gros problème en agriculture c'est les conditions de travail, c'est-à-dire trop d'heures de travail et surtout très peu de congés et vacances. Et aussi on travaille même si on est malade comme une grippe ou on retarde indéfiniment une opération p.c.q. pas le temps. »

« Ne pas oublier que d'avoir une entreprise agricole laitière exige énormément et que les temps libres sont rares. Cela épuise énormément. »

La **mondialisation** des marchés, les appréhensions face aux négociations de l'**OMC**, la menace qui plane sur la **gestion de l'offre** et le système de quotas sont mises de l'avant par 9 % des producteurs. En voilà des exemples :

« Ce qui est le plus stressant sur une ferme c'est l'incertitude des quotas. »

« L'avenir des quotas de lait = c'est stressant. »

« Présentement, la possibilité que les quotas soient coupés est très stressant voir même angoissant. »

« Moi ce qui m'inquiète surtout, c'est l'avenir avec la mondialisation des marchés etc. O.M.C. »

« Je peux vous dire qu'en ce 11 décembre, le plus gros stress pour tous les producteurs sous gestion de l'offre, sont évidemment les prochaines négociations de OMC. »

Les **contraintes environnementales** et les coûts qui y sont rattachés, de même que le manque de flexibilité du ministère de l'environnement, contrarient certains producteurs de lait (5 % des commentaires). Cependant, pour plusieurs, ce n'est pas tant le fait d'avoir des normes sévères qui les dérangent, mais que les agriculteurs soient soumis à des règles plus strictes que d'autres groupes dans la société. Ils ont l'impression qu'on ne demande des comptes qu'à eux :

« Nous voulons de vraies solutions !!! Et que les solutions soient bonnes pour tout le monde, qu'on arrête de pointer du doigt les agriculteurs toujours les Agriculteurs. »

« La frustration n'est pas reliée au fait que nous ayons aussi des normes à respecter, mais que nous sommes soumis à des exigences sévères alors que d'autres pollueurs (+ gros et plus dangereux pour l'environnement) ont moins d'exigences et sont plus tolérés que nous... Pourquoi toujours s'acharner sur les petites entreprises? »

« Je ne peux tolérer de me faire traiter de pollueur alors que l'on va nous permettre de vendre des crédits de carbone à des entreprises industrielles pour que celles-ci puissent continuer à polluer. Bravo ! »

« Les relations avec des voisins non agriculteurs peuvent devenir parfois très stressantes. On se sent souvent guetté du côté environnemental alors que l'on fait le plus de respect possible de l'environnement. »

La multitude de **papiers** à remplir, la **maladie** des animaux et les conséquences de la crise de la vache folle, les **problèmes personnels**, familiaux ou de couple, le **manque de main-d'œuvre**, la **maladie** personnelle, les obligations de **performance**, la **météo** sont également citées comme causes de stress. Ce commentaire démontre la frustration engendrée par la crise de la vache folle :

« Prix dérisoires depuis la crise de la vache folle et la fermeture des barrières américaines 0+0+0+0+0+0 = 0 pour la vente animaux. »

• **Commentaires des producteurs de porcs**

Ainsi que nous l'avons indiqué précédemment, 51 % des commentaires des producteurs de porcs concernent les **difficultés financières** qu'ils éprouvent. Le manque de contrôle sur le prix du porc et le fait qu'il « ne soit pas payé à sa juste valeur » sont causes de stress pour plusieurs producteurs :

« Le principal antidote du stress à la ferme est la valeur des produits. Qu'ils nous payent nos produits à leur juste valeur et ils vont régler 85% du stress. »

« [On veut] seulement des prix pour nos produits, si on était bien payés on n'aurait pas de stress. »

« Je pense que la vie d'agriculteur est en danger. Essayez de nous donner le prix du porc plus normal ou équitable. La baisse du prix nous cause d'énormes problèmes. »

Les autres principaux thèmes abordés par ces producteurs sont les **contraintes environnementales** (14 %), les **maladies** qui affectent leur élevage (13 %), la **charge**

de travail (10 %), les **papers à remplir** (4 %), l'avenir de la **relève** (4 %). Nous avons sélectionné quelques témoignages représentatifs de ces sources de stress :

« La production porcine traverse, sans contredit, une période de turbulence tant au niveau du prix du porc, sur lequel nous n'avons aucun contrôle, la maladie qui affecte mon élevage et qui réduit ma marge de manœuvre presque à néant, enfin les contraintes environnementales et toute cette « paperasse » dans plusieurs domaines ne sont en rien pour réjouir le producteur de porcs, du moins. »

« De nature, je suis une personne très positive, mais les prix agricoles, taux intérêt, maladie personnelle et côté animal, l'environnement et le sentiment que les producteurs sont pollueurs, cela me fait beaucoup de peine et aussi je pense à nos enfants qui veulent faire le même métier que nous. Je prie très fort pour qu'ils soient heureux. »

« Dans mon cas, c'est la charge de travail qui représente une source de stress importante. Pour maintenir la situation économique, je dois travailler à temps plein et m'occuper de la ferme le soir – matin – fin de semaine. Ça complique la vie sociale et familiale et en bout de ligne, je me sens de plus en plus seul et désemparé et isolé pour accomplir mon travail et prendre les décisions. »

« L'entreprise que mon père possédait faisait vivre 2 familles dans les années 70-80. Aujourd'hui, avec une entreprise similaire, c'est à peine si j'arrive à faire les paiements. Je ne souhaite pas cela à mes enfants. »

« Nous sommes inquiets pour nos jeunes en agriculture qui n'ont pas connu un bon prix pour le porc. Nous sommes assez âgés et nous n'avons pas les moyens de vendre dû aux dettes. Nous n'avons pas de quota, c'est malheureux car nous aurions vendu notre terre. »

« La vie en milieu agricole est difficile sur le point financier. Maladie des animaux et environnement. Les bénéfiques sont moindres année après année. Que réserve l'avenir à nos jeunes qui veulent suivre nos pas. »

• **Commentaires des producteurs de volailles**

Parmi les trente-neuf producteurs de volailles ayant rédigé des commentaires, neuf nous font part de leurs inquiétudes face aux **négociations de l'OMC** et à l'avenir de l'agriculture. On ne veut pas perdre la gestion de l'offre et le système de quotas :

« Le niveau de stress que nous subissons dans la volaille est dû à l'incertitude que nos politiciens puissent défendre nos intérêts devant les multinationales et l'OMC. »

« La grippe aviaire et les négociations mondiales du commerce sont les points les plus stressants dans notre cas présentement. »

Quatre producteurs expriment leurs craintes liées à la **relève** et au **transfert** de l'entreprise, dont voici un point de vue :

« Le stress et l'incertitude se situent au niveau du transfert de ferme et montant à recevoir pour avoir une belle retraite. »

Les **contraintes environnementales**, les **papiers à remplir**, l'**absence de contrôle**, les difficultés à trouver de la **main-d'œuvre**, l'**endettement** et les **problèmes financiers** sont d'autres thèmes dont parlent quelques producteurs de volailles :

« Difficile pour de jeunes familles de s'établir et de performer ! La charge des dettes nous force à travailler à l'extérieur pour se tirer un salaire. C'est un cercle vicieux sans fin. »

• **Commentaires d'autres producteurs**

Trois productions avaient été ciblées lors de l'enquête par questionnaire : laitière, porcine, avicole. Des erreurs dans la banque de noms par production ont fait en sorte que nous avons reçu 101 questionnaires en provenance d'autres secteurs, essentiellement de cultures commerciales (48) et d'animaux de boucherie (39). Trente-cinq répondants de ces productions ont noirci de quelques lignes à une page entière de commentaires.

Comme nous l'avons vu pour les producteurs de porcs et pour les producteurs de lait, les **problèmes financiers** font couler le plus d'encre. Ce sont 49 % de ces producteurs qui exposent leurs préoccupations financières. Dans les cultures commerciales comme dans les animaux de boucherie, il est question de prix à la baisse pour leurs produits et de hausse pour le coût des intrants, donc de diminution de revenus :

« Ce que je trouve c'est l'hypocrisie de certains agriculteurs de dire que chez eux ça va très bien quand ils ont aussi de la misère à arriver. Peut-être quand vous lirez le sondage, je serai mort au bout du rouleau. »

« ...je ne crois pas que l'agriculture peut survivre. Il n'y a aucune lumière au bout du tunnel et y fait noir en sacrifice. Et on en rajoute tout le temps. /.../ la grande culture y a rien à faire, les coûts montent et les revenus plongent toujours. Me suicider jamais. Abandonner l'agriculture peut-être avant de me faire détruire. »

« Mon stress est causé par : + d'investissement + dépenses et le revenu suit pas : donc appauvrissement. Ayant de la relève, si ça ne change pas, je n'encouragerai pas mon garçon. »

Parmi ces témoignages écrits, certains producteurs révèlent ne pas être enclins à encourager leurs enfants à prendre la **relève**. L'appauvrissement, les contraintes de toutes sortes, l'image de pollueurs sont parmi les raisons avancées :

« On ne valorise tellement pas l'agriculture au Québec, ceci en est décourageant, on ne nous voit que comme de gros pollueurs. J'ai des enfants et je ne veux pas qu'ils prennent la relève, ils ont déjà de bons métiers en ville, avec beaucoup de temps libre, un bon salaire, qu'il ne pourraient pas avoir sur une ferme, surtout dans les années à venir avec les investissements que ça prendra. Présentement les fermes sont de moins en moins rentables et si ça ne change pas et vite, nous serons bientôt tous en ville et les produits viendront de d'autres pays...»

2.3 Facteurs de risque

Nous avons procédé à une technique, l'analyse factorielle, pour analyser les 20 stressseurs. Cette procédure permet, à partir d'un nombre relativement important de variables, d'exhiber un nombre réduit de variables composées appelées facteurs. Ceux-ci doivent permettre d'expliquer une partie importante de l'information contenue dans le groupe de variables initialement retenues.

L'analyse factorielle a ainsi fait ressortir un **facteur de stress à connotation financière** qui inclut les stressseurs suivants : diminution des revenus, augmentation des dépenses, obligations environnementales, instabilité des marchés, bureaucratie, maladie des animaux, concurrence mondiale, imprévisibilité de la météo, endettement, obligations de

performance et bris de la machinerie et un **facteur de stress à connotation relationnelle** qui comprend les stressseurs : transfert de la ferme, difficulté à trouver de la relève, relations avec les employés sur la ferme, relations avec les associés sur la ferme et relations avec les voisins. Nous procéderons subséquemment à des analyses avec ces facteurs de stress.

3. DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

La détresse psychologique se manifeste par des symptômes de dépression, d'anxiété, d'irritabilité et par des problèmes cognitifs.

3.1 Indicateur

L'indice de détresse psychologique (IDPESQ-14) est calculé à partir des réponses aux questions 3 à 16 de notre questionnaire. Cette échelle (IDPESQ) a été adaptée du « Psychiatric Symptoms Index » de Ilfeld (1976). Elle a été utilisée dans le cadre des enquêtes de 1987, 1992/1993 et 1998 de Santé Québec (Audet, Lemieux & Cardin, 2001), de même que dans plusieurs autres études, pour déterminer le niveau de détresse psychologique de la population québécoise. L'IDPESQ-14 est composée de quatre facteurs : dépression, anxiété, irritabilité et problèmes cognitifs et elle permet de départager les répondants en haute, moyenne et basse symptomatologie. Elle n'a pas été conçue pour identifier des troubles psychiatriques spécifiques.

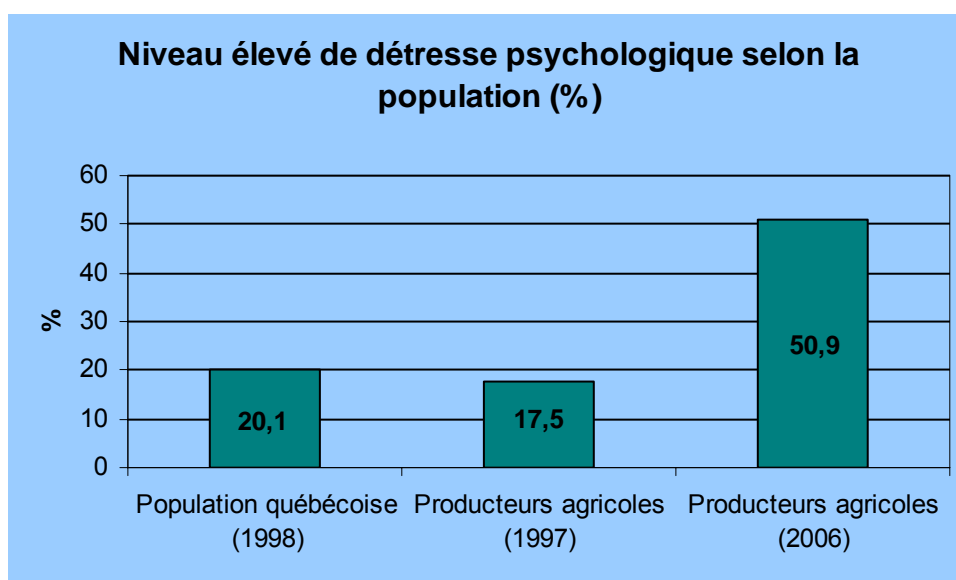
3. Vous êtes-vous senti(e) désespéré(e) en pensant à l'avenir ?
4. Vous êtes-vous senti(e) seul(e) ?
5. Avez-vous eu des blancs de mémoire ?
6. Vous êtes-vous senti(e) découragé(e) ou avez-vous eu les « bleus » ?
7. Vous êtes-vous senti(e) tendu(e) ou sous pression ?
8. Vous êtes-vous laissé(e) emporter contre quelqu'un ou quelque chose ?
9. Vous êtes-vous senti(e) ennuyé(e) ou peu intéressé(e) par les choses ?
10. Avez-vous ressenti des peurs ou des craintes ?
11. Avez-vous eu des difficultés à vous souvenir des choses ?
12. Avez-vous pleuré facilement ou vous êtes-vous senti(e) sur le point de pleurer ?
13. Vous êtes-vous senti(e) agité(e) ou nerveux(se) intérieurement ?
14. Vous êtes-vous senti(e) négatif(ve) envers les autres ?
15. Vous êtes-vous senti(e) facilement contrarié(e) ou irrité(e) ?
16. Vous êtes-vous fâché(e) pour des choses sans importance ?

3.2 Résultats

Selon les résultats de notre sondage, **50,9 % des producteurs agricoles se classent dans la catégorie élevée de détresse psychologique**. En comparaison, lors de la dernière enquête de Santé Québec (1998), 20,1 % de la population québécoise se

situait à un niveau élevé de détresse psychologique. Fait marquant, lors d'une enquête menée en janvier 1997 par Choquette et al., auprès de 730 agriculteurs francophones de l'Ontario, du Nouveau-Brunswick et du Québec, 18,8 % se retrouvaient dans la catégorie de détresse psychologique élevée. Chez les répondants québécois (430 producteurs laitiers et 98 maraîchers), ce taux était de 17,5 %. Il y a lieu de croire à une hausse très importante de la détresse psychologique en milieu agricole entre 1997 et 2006. Voir graphique 5.

Graphique 5



Nous avons reçu des témoignages de personnes ayant abandonné l'agriculture et qui démontrent l'amélioration de leur santé psychologique depuis la vente de leur ferme :

« Ma santé psychologique va beaucoup mieux depuis [...] date où j'ai vendu vaches et quota !! »

« On a vendu parce que c'était ça ou la dépression, moi et mon mari... »

« Nous ne sommes plus cultivateurs, on a lâché avant de perdre la tête. »

« ...à mon grand regret, j'ai fait le choix de liquider mon entreprise complètement il y a de cela 1 an maintenant [...]. Après réflexion c'était le seul choix devant moi si je voulais conserver un minimum d'équilibre dans ma vie. »

Il est possible de retrouver un certain biais dans nos résultats. En effet, nous ne pouvons être certaines que les producteurs ayant complété le questionnaire soient totalement représentatifs de ceux s'étant abstenus (même si les caractéristiques sociodémographiques de nos répondants permettent de croire à une assez bonne représentativité de l'ensemble de la population agricole québécoise). Nos répondants étaient-ils davantage touchés par des problèmes reliés au stress et à la détresse (dans ce cas, nous aurions une surestimation de la détresse) ou étaient-ils en meilleure forme mentale leur permettant de répondre à un questionnaire (dans ce cas, nous aurions une sous-estimation de la détresse). Ces biais sont difficiles à estimer.

Par contre, plusieurs explications permettent de soutenir que le choix de compléter ou non le questionnaire ne se soit pas fait sur la base d'éprouver ou non des problèmes de santé mentale. Comme nous l'avons mentionné précédemment (p.3), nous pouvons soupçonner que plusieurs questionnaires n'aient pas été répondus en raison d'erreurs dans la liste d'envoi. Puisque la paperasse de toutes sortes est une charge supplémentaire et un irritant pour plusieurs producteurs, la forme écrite a également pu en rebuter un certain nombre. Des appels téléphoniques et des commentaires écrits de producteurs laissent croire aussi que la méfiance sur l'utilisation des résultats de même que le boycott de La Coop fédérée soient à l'origine d'autres refus de participer au sondage.

Par ailleurs, au cours des dernières années, des initiatives ont poussé ici et là en sol agricole de façon à prévenir la détresse psychologique (par exemple, la création des organismes Au coeur des familles agricoles et Agri-Ressources). L'Union des producteurs agricoles a nommé récemment un coordonnateur provincial d'une campagne d'information sur la détresse psychologique. En avril 2006, le journal agricole « La Terre de chez nous » a instauré une chronique mensuelle sur la détresse

psychologique. Ces actions de gens « sur le terrain » sont autant d'indices symptomatiques militant en faveur d'un problème important de détresse psychologique dans nos campagnes.

3.2.1 Résultats selon le sexe

En agriculture, la proportion de femmes (59,2 %) faisant partie de la catégorie élevée de détresse psychologique est supérieure à celle des hommes (49,5 %). On observe que ces pourcentages d'hommes et de femmes se situant dans la catégorie élevée de détresse sont plus importants que dans la population québécoise (1998), soit 17,3 % pour les hommes et 22,8 % pour les femmes. Presque trois fois plus de producteurs et de productrices agricoles présenteraient un niveau élevé de détresse psychologique. Choquette et al. ont constaté également qu'une plus grande proportion de femmes (28,2 %) que d'hommes (16,3 %) était touchée par la détresse psychologique lors de leur recherche menée en 1997 auprès d'agriculteurs francophones du Québec, de l'Ontario et du Nouveau-Brunswick. Toutefois, il semble que l'écart entre les hommes et les femmes souffrant de détresse en agriculture se soit réduit entre 1997 et 2006.

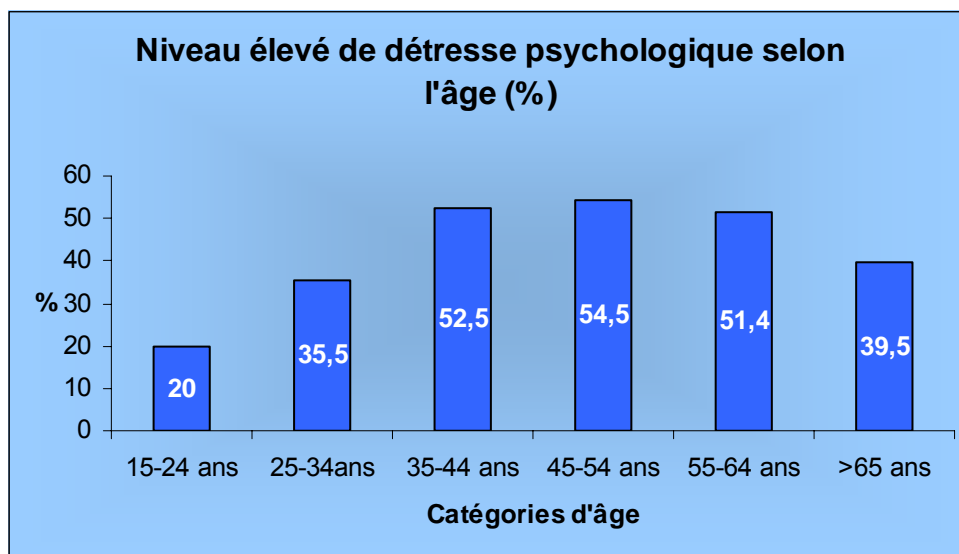
3.2.2 Résultats selon l'âge

La proportion de producteurs présentant un niveau élevé de détresse psychologique tend à augmenter avec l'âge. Chez les 15-24 ans, 20% des producteurs présentent un niveau élevé de détresse psychologique, alors qu'on retrouve un niveau élevé de détresse chez plus de la moitié des 35-44, 45-54 et 55-64 ans. En revanche, on observe que cette proportion diminue après 65 ans où 39,5% des producteurs font partie de la catégorie élevée de détresse psychologique. Voir graphique 6.

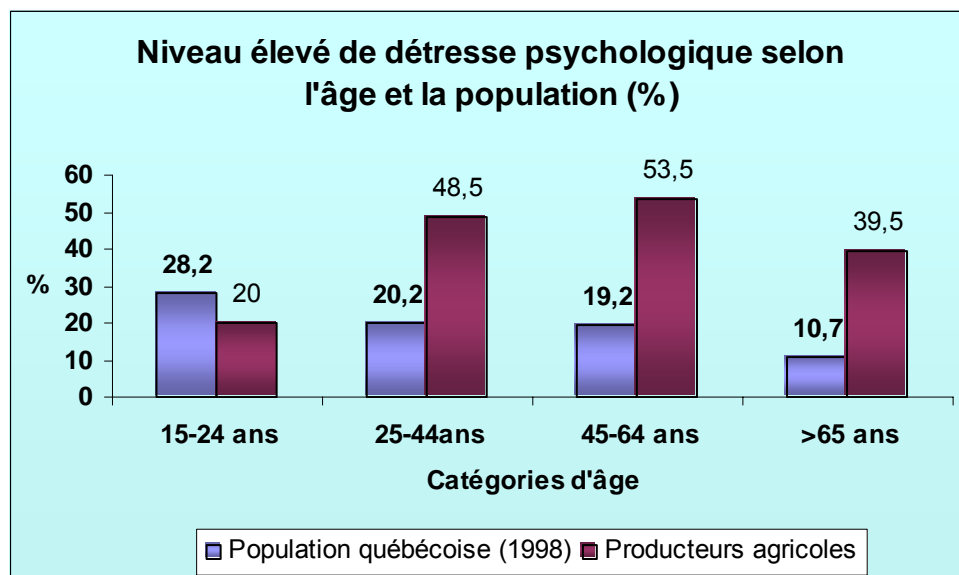
En comparaison, les jeunes Québécois âgés de 15 à 24 ans sont proportionnellement plus nombreux, à se situer dans la catégorie élevée de détresse psychologique, que les agriculteurs du même âge. Cependant, après 25 ans, la situation est inversée; le

pourcentage de producteurs agricoles présentant un indice élevé de détresse psychologique est supérieur à celui de la population québécoise. Voir graphique 7.

Graphique 6



Graphique 7



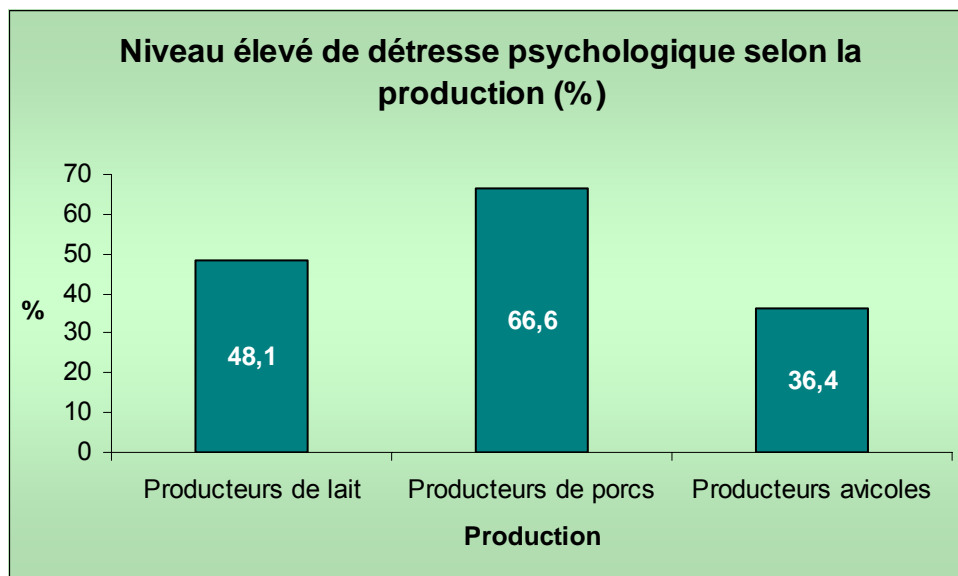
3.2.3 Résultats selon la production

« Garder la ferme sera et est un défi incroyable, alors la relève c'est plutôt secondaire. Si ça continue c'est ma santé, ma vie qui va se jouer pour garder des cochons. »

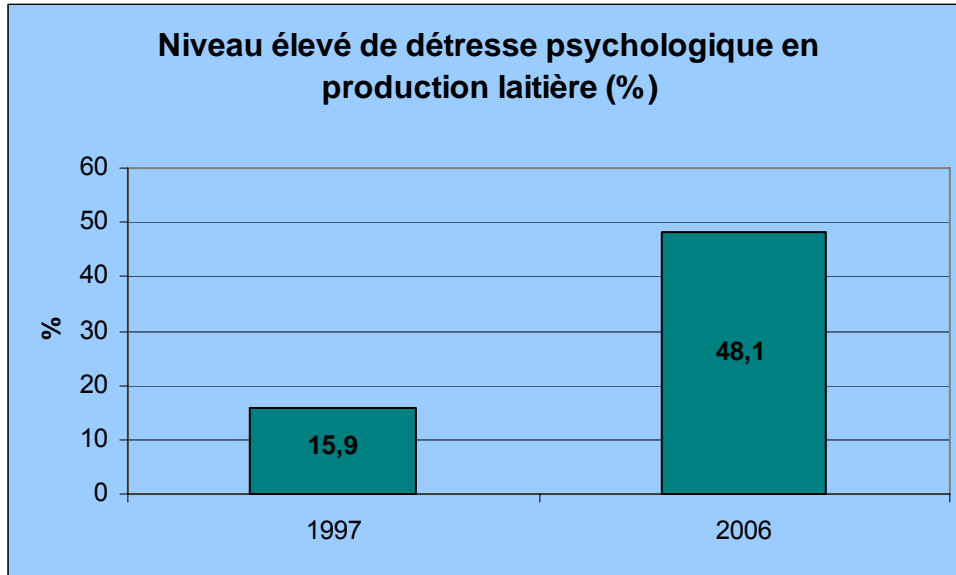
Les producteurs de porcs se distinguent des producteurs de lait et des producteurs avicoles avec une proportion plus importante d'individus dans la catégorie élevée de détresse psychologique (66,6 % c. 48,1 % des producteurs laitiers et 36,4 % des producteurs de volailles). Voir graphique 8.

Lors de l'étude réalisée en 1997 par Choquette et al., les producteurs de lait québécois s'en tiraient nettement mieux avec un taux de 15,9 % de détresse psychologique élevée, alors que nos résultats démontrent que près de la moitié d'entre eux se retrouvent maintenant dans cette catégorie. Voir graphique 9.

Graphique 8



Graphique 9



3.2.4 Résultats selon la région

En ce qui concerne les niveaux de détresse psychologique, on ne retrouve pas de différences statistiquement significatives entre les régions.

3.2.5 Détresse psychologique et fréquence de stress

Plus un producteur se sent fréquemment stressé, plus nous remarquons chez lui un indice de détresse élevé.

- La corrélation entre les deux variables est de 0,65. Il y a peu de différences selon qu'on soit un homme (0,65) ou une femme (0,64).

3.2.6 Détresse psychologique et facteur de stress financier

Plus le niveau de stress engendré par le facteur financier est grand, plus nous retrouvons un indice de détresse élevé chez le producteur.

- La corrélation entre les deux variables est de 0,59. Le lien est légèrement plus fort pour les femmes (0,61) que pour les hommes (0,58).

3.2.7 Détresse psychologique et facteur de stress relationnel

Plus le niveau de stress causé par le facteur relationnel est grand, plus nous retrouvons un indice de détresse élevé chez le producteur.

- La corrélation entre les deux variables est de 0,45. Le lien est un peu plus fort pour les femmes (0,47) que pour les hommes (0,43).

3.2.8 Détresse psychologique et perception de la situation financière

« *Quand les finances vont, tout va* »

« *Quand l'argent va, tout va. Mais, quand les entreprises ne sont pas rentables, comment voulez-vous que l'on ait un sentiment de bien-être dans nos fermes ?* »

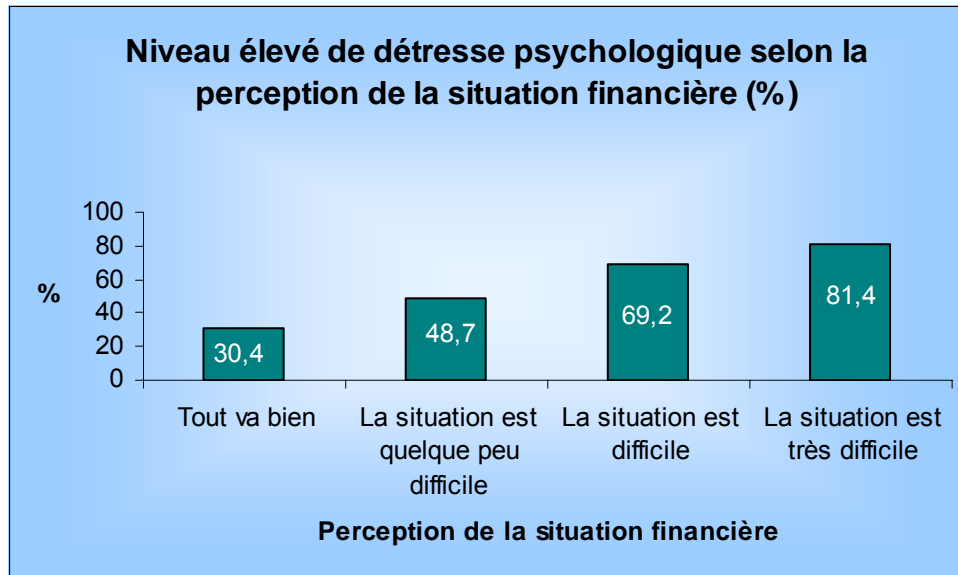
« *La santé psychologique des gens est reliée directement à leur niveau de profit, profit qui doit s'effectuer sur une base humainement réalisable (agriculture viable, qualité de vie).* »

Plus la perception de la situation financière est mauvaise, plus l'agriculteur obtient un indice de détresse élevé.

- La corrélation entre les deux variables est de 0,43. Le lien est plus fort pour les hommes (0,44) que pour les femmes (0,39).

Plus la situation financière est perçue comme difficile, plus le pourcentage de producteurs avec détresse élevée est important. Ainsi, 30,4 % des personnes ayant répondu que tout allait bien au niveau financier présentent un niveau élevé de détresse. Cette proportion grimpe continuellement pour atteindre 81,4 % lorsqu'on considère que la situation financière est très difficile. Voir graphique 10.

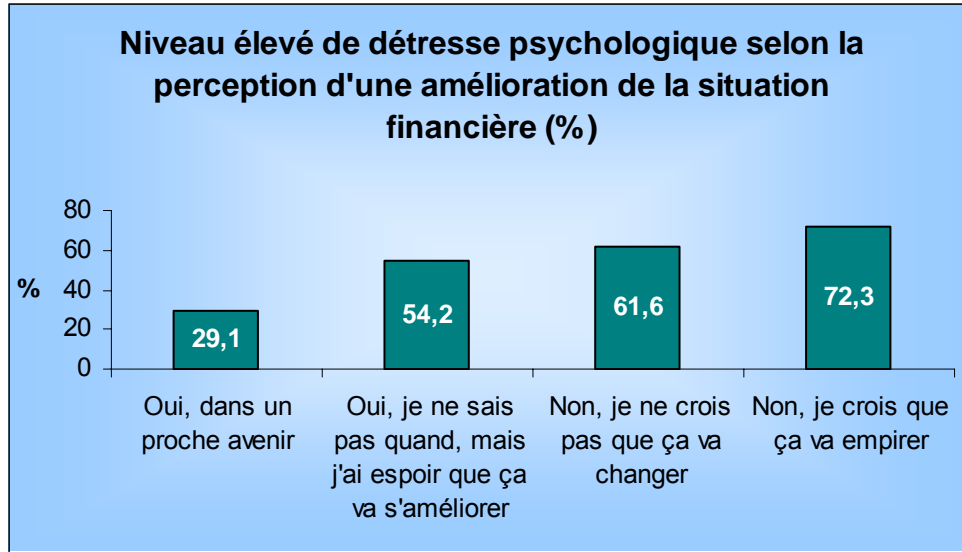
Graphique 10



3.2.9 Détresse psychologique et perception d'une amélioration de la situation financière

Moins on prévoit une amélioration de la situation financière, plus le pourcentage de producteurs avec détresse élevée est notable. En conséquence, 29,1 % des personnes pour qui tout va bien présentent un niveau élevé de détresse, alors que ce pourcentage monte à 72,3 % parmi ceux qui prévoient que leur situation financière va empirer. Voir graphique 11.

Graphique 11



3.3 Durée des manifestations psychologiques et consultation d'un professionnel de la santé

« A-t-on le temps de consulter ? »

« Mais Maudit que c'est dur de demander de l'aide... »

Comme nous l'avons vu précédemment, les énoncés 3 à 16 du questionnaire portent sur des manifestations de dépression, d'anxiété, d'irritabilité et de problèmes cognitifs. Nous avons demandé aux producteurs agricoles de nous indiquer depuis combien de temps ils ressentaient ces manifestations. Une forte proportion (67,7%) des producteurs rapportant un niveau élevé de détresse psychologique éprouvaient ces symptômes depuis plus d'un an, tandis que 2,6 % les percevaient depuis le dernier mois, 8,3 % depuis les derniers six mois et 21,4 %, depuis la dernière année. Nous leur avons également demandé s'ils avaient consulté quelqu'un au sujet de ces manifestations. Parmi les producteurs en détresse élevée, 19,9 % ont affirmé avoir consulté, la proportion de femmes est supérieure à celle des hommes (25,6 % c. 18,6 %).

Nos statistiques sont semblables à ce qui a été retrouvé à l'échelle canadienne (ACSA, 2005) où 17 % des agriculteurs ont affirmé avoir discuté de stress ou de santé mentale avec un professionnel de la santé. Ces données reflètent les propos de Maria Labrecque Duchesneau (2004), fondatrice de l'organisme *Au cœur des familles agricoles* ayant pour mission depuis 2003 de prévenir la détresse psychologique chez les travailleurs agricoles, d'après qui les producteurs agricoles sont des personnes solitaires et isolées ne prenant pas le temps de consulter les ressources de santé existantes. Dans plusieurs recherches, la difficulté de parler de ses problèmes tout comme le non-recours aux services d'aide ont été soulignés comme caractéristiques des agriculteurs (entre autres, Bossut, 2002; Comité sénatorial, 1993).

D'ailleurs, des témoignages de producteurs des secteurs laitier, porcin et avicole démontrent que la demande d'aide n'est pas très répandue dans le milieu agricole :

« Le mal de l'âme » fait mal à plusieurs personnes, mais peu pensent à demander de l'aide. »

« Il faut s'attarder aux besoins psychologiques des agriculteurs et agricultrices, car lorsque ça va bien dans la tête, le reste suit. Ce sujet est par contre très peu populaire, surtout auprès de la gent masculine. »

« Nous sommes en société avec mon épouse, tout stress professionnel se reporte sur le couple, ce qui a pour effet d'augmenter encore le niveau de stress, et je pense que c'est courant dans la profession ! Nous avons déjà consulté un psychologue, je pense que nous sommes une minorité à l'avoir fait ! »

« Trouvez un moyen pour aider les producteurs et productrices à s'ouvrir à des personnes extérieures à la ferme. Ce n'est pas les ressources qui manquent, c'est l'habitude qu'ont les gens de garder les problèmes pour eux. »

D'après le sondage de l'ACSA, les motifs de fierté et d'indépendance sont le plus souvent invoqués (41 % des réponses), par les agriculteurs canadiens, pour expliquer pourquoi ils ne cherchent pas davantage à obtenir de l'aide pour remédier aux problèmes de stress ou de santé psychologique qui affectent leur qualité de vie. Lors des rencontres avec les producteurs de cultures commerciales, nous leur avons

demandé pourquoi, à leur avis, les agriculteurs ne consultent pas davantage. Leurs réponses vont dans le même sens que celles des agriculteurs canadiens. L'orgueil, la fierté, le courage et la fermeté dans l'adversité, l'indépendance dans la résolution de problèmes sont des valeurs importantes (voir chapitre 10.7). Certains commentaires écrits de producteurs mettent aussi de l'avant l'image de faiblesse associée à l'expression de son désarroi ou à la demande d'aide et le fait qu'il soit préférable d'être autosuffisant :

« Même si ces services existaient, je ne les utiliserais pas. J'ai l'habitude de m'organiser tout seul et de solutionner mes problèmes tout seul. »

« Les agriculteurs sont en général des gens renfermés et même si des discussions de groupe et intervenants pourraient être bénéfiques, ça ne pourra marcher. Nous sommes habitués à travailler seuls, envers et contre tous. Alors pourquoi des gens voudraient nous écouter ? Pour justifier leur job ? »

« Nous ne sommes pas habitués à parler de nos problèmes, car en affaires, cela dénote une sorte de faiblesse et peut nous rendre vulnérables vis-à-vis nos partenaires, voisins et relève. »

La crainte qu'en s'ouvrant aux autres, certains puissent tirer profit de leurs difficultés personnelles, peut accentuer le retrait social des producteurs agricoles. Cette appréhension de se retrouver en situation de vulnérabilité est d'autant plus vivace dans un milieu devenu très compétitif comme le souligne Bossut (2002) :

« La compétition entre les exploitants accroît encore ce phénomène puisqu'une ferme en difficulté peut vite devenir le sujet de convoitise pour les autres exploitants. Par tradition, on parle peu de ses problèmes et un agriculteur en difficulté va souvent s'enfoncer dans une solitude croissante. »

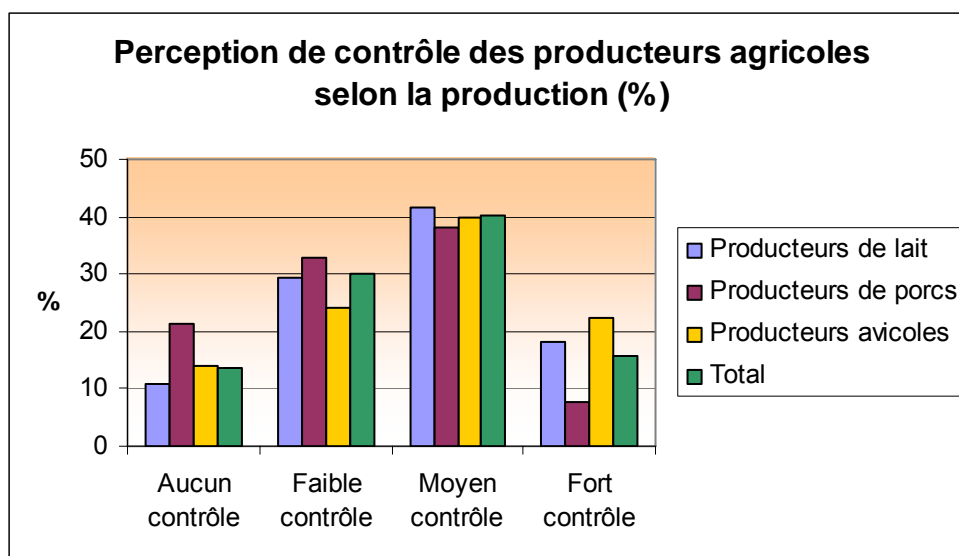
4. SENTIMENT DE CONTRÔLE

Lorsqu'une personne perçoit un écart entre les exigences d'une situation et ses capacités à contrôler cette situation, autrement dit, lorsqu'elle sent qu'elle perd la maîtrise de son travail ou le contrôle de sa destinée, cela peut avoir un effet stressant. Avoir peu de contrôle sur une situation ou avoir peu de latitude décisionnelle face à des exigences de travail élevées peut entraîner des effets néfastes sur la santé physique et mentale (Karasek, 1979; Nuissier, 2003).

Puisque la notion de perte de contrôle était ressortie lors d'entrevues préliminaires au sondage comme étant un des éléments pouvant expliquer une hypothétique hausse de la détresse psychologique, nous avons voulu savoir si les producteurs agricoles croyaient avoir du contrôle sur les événements ayant un impact sur leur entreprise.

Quarante pourcent (40,2 %) des producteurs croient avoir un contrôle moyen sur les événements ayant un impact sur leur ferme. Parmi les producteurs qui perçoivent n'avoir aucun contrôle, la proportion de producteurs de porcs (21,3%) est plus importante que celle des producteurs avicoles (14%) ou des producteurs de lait (10,8%). Les producteurs de volailles se démarquent parmi ceux percevant avoir un fort contrôle (22,3 %, contre 18,3 % pour les producteurs laitiers et 7,7 % pour les producteurs de porcs). Voir graphique 12.

Graphique 12



5. SYMPTÔMES PHYSIQUES ASSOCIÉS AU STRESS

« ...problèmes d'estomac reliés au stress »

« Je ne sais plus quoi faire moi, je suis fatigué, épuisé, le dos fini »

« La fatigue est mon plus gros problème, épuisé, je n'arrive pas à m'en remettre. »

5.1 Indicateurs

Puisque le stress peut avoir des répercussions sur la santé physique (CGSST, 2006; Manitoba Farm & Rural Stress Line, 2005; Bayingana et al., 2006), nous avons décidé de mesurer l'intensité de différents symptômes physiques qui y sont fréquemment reliés. L'échelle de mesure a été développée par Ilfeld en 1978 (Brun et al. 2003).

Voici une liste de problèmes de santé. Encercler le chiffre qui décrit le mieux l'intensité à laquelle vous ressentez ou avez senti ce problème **au cours des derniers mois** :

Aucun problème	Très faible intensité	Faible intensité	Moyenne intensité	Forte intensité	Très forte intensité
0	1	2	3	4	5

1. Problème d'hypertension	0	1	2	3	4	5
2. Problème digestif	0	1	2	3	4	5
3. Problème respiratoire	0	1	2	3	4	5
4. Problème dermatologique	0	1	2	3	4	5
5. Problème de dos	0	1	2	3	4	5
6. Problème cardiovasculaire	0	1	2	3	4	5
7. Ulcère d'estomac	0	1	2	3	4	5
8. Problème d'allergies	0	1	2	3	4	5
9. Problèmes de sommeil	0	1	2	3	4	5
10. Problème lié à l'alcool	0	1	2	3	4	5

Dans cette section, nous avons aussi inclus une mesure de l'intensité de la fatigue car cette dernière peut être une conséquence de tensions diverses sur la personne. En outre, la fatigue est reliée à la santé psychique (Gamassou, 2002).

Sur une échelle de 0 (aucune fatigue) à 5 (très grande fatigue), indiquez l'intensité de fatigue que vous avez éprouvée **au cours des derniers mois** :

Aucune fatigue						Très grande fatigue
0	1	2	3	4	5	

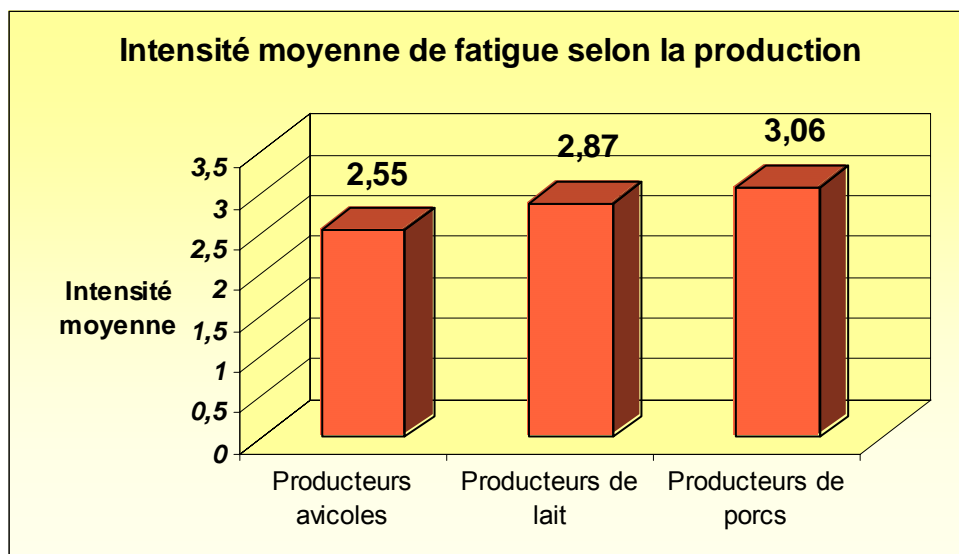
5.2 Résultats

Les problèmes de dos, de sommeil et de digestion sont les symptômes physiques touchant le plus grand nombre d'agriculteurs. Selon les données de l'enquête, 39,8% des producteurs sondés souffrent de problèmes de dos allant d'une intensité moyenne à une très forte intensité. Près d'un tiers (30 %) indiquent avoir des problèmes de sommeil allant d'une intensité moyenne à une intensité très forte. Environ vingt pourcent (20,3 %) disent avoir des problèmes digestifs allant d'une intensité moyenne à une très forte intensité.

Des chercheurs ont établi que l'expérience du stress est, entre autres, associée à des problèmes de santé aigus et chroniques dont l'hypertension et les maladies cardiovasculaires (Bayingana et al., 2006; Cox, Griffiths & Rial-Gonzalez, 2000; Lazarus, 1993; Murphy, 1996; Sauter, Murphy & Hurrell, 1990, cités par Brun et al., 2003). Même si ces problèmes ne sont pas les plus courants chez les agriculteurs, il est à noter qu'en moyenne, dans cette population, les problèmes cardiovasculaires et d'hypertension augmentent constamment avec l'âge.

De plus, 63,1% des producteurs sondés déclarent avoir ressenti de la fatigue d'intensité moyenne à très grande. Il n'y a pas de différences significatives selon le sexe ou le groupe d'âge. Cependant, il existe un lien entre la fatigue éprouvée et le type de production. On constate des différences statistiquement significatives entre les productions porcine-laitière, porcine-avicole, laitière-avicole. Les producteurs de porcs ressentent une plus grande intensité de fatigue (voir graphique 13); 70,1% d'entre eux déclarent avoir éprouvé de la fatigue d'intensité moyenne à très grande contre 63,1% des producteurs de lait et 57,4% des producteurs de volailles.

Graphique 13



5.2.1 Fréquence de stress et problèmes physiques (échelle Ilfeld)

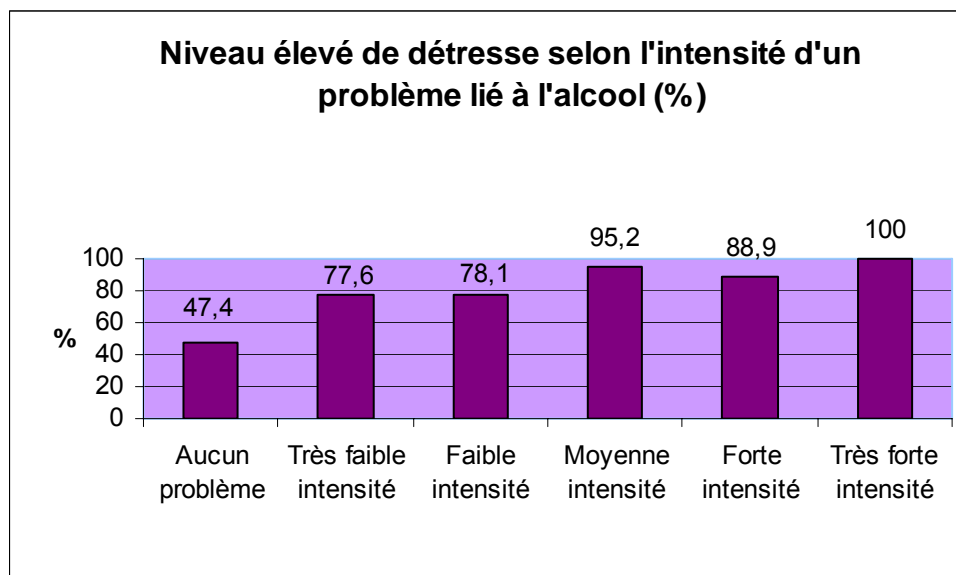
Les symptômes psychosomatiques sont le résultat possible d'une tension exercée par les stressés. Nos résultats démontrent que plus un individu est affecté par une haute fréquence de stress, plus il est susceptible de se retrouver avec des symptômes physiques de forte intensité.

- Il existe une corrélation positive de 0,52 entre la fréquence de stress et l'ensemble des problèmes physiques.

5.2.2 Détresse psychologique et problème lié à l'alcool

Ce sont 10,7 % des producteurs qui déclarent avoir un problème lié à l'alcool de très faible à très forte intensité. Il existe un lien entre l'intensité d'un problème lié à l'alcool et la détresse psychologique. Cette relation a déjà été démontrée dans les enquêtes de Santé Québec (Légaré et al., 2000). Parmi nos répondants n'ayant aucun problème d'alcool, on en retrouve 47,4 % avec un niveau élevé de détresse psychologique; cette proportion passe de 77,6 % à 100 % parmi ceux éprouvant un problème d'alcool de très faible à très forte intensité. Voir graphique 14.

Graphique 14



5.2.3 Fréquence de stress et fatigue

« ...en vieillissant, la fatigue s'accumule et le stress aussi (la ferme est devenue trop grosse et l'endettement). »

La fatigue est reliée à la fréquence de stress. Plus un individu est affecté par une haute fréquence de stress, plus il est susceptible d'éprouver de la fatigue.

- Il existe une corrélation positive de 0,57 entre la fréquence de stress et l'intensité de fatigue.

5.2.4 Détresse psychologique et fatigue

La fatigue est aussi reliée à la détresse psychologique. Plus une personne a un niveau élevé de détresse, plus elle ressent une intensité élevée de fatigue.

- Il existe une corrélation positive de 0,62 entre l'indice de détresse psychologique et l'intensité de fatigue.

5.2.5 Charge de travail et fatigue

On note que les corrélations de l'intensité de fatigue avec la fréquence de stress et l'indice de détresse psychologique sont beaucoup plus élevées qu'avec la charge de travail.

- Il existe une corrélation positive de 0,19 entre les heures de travail et l'intensité de fatigue.

5.2.6 Consultation d'un professionnel de la santé au sujet des manifestations physiques

Un peu plus d'agriculteurs consultent pour des problèmes d'ordre physique (28,8 %) que pour des manifestations psychologiques (19,9 %). Il n'en demeure pas moins que ce pourcentage est assez faible.

6. IDÉES SUICIDAIRES SÉRIEUSES

« ...cette ferme a coûté la vie à mon père (suicide ...) ».

6.1 Indicateurs

Deux indicateurs servent à estimer la prévalence des idéations suicidaires sérieuses sur une période d'un an. Ils ont été utilisés lors de l'Enquête sociale et de santé 1998 de Santé Québec (Audet, Lemieux & Cardin, 2001).

Au cours des 12 derniers mois, vous est-il déjà arrivé de penser sérieusement à vous suicider (à vous enlever la vie) ?

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous fait une tentative de suicide (essayé de vous enlever la vie) ?

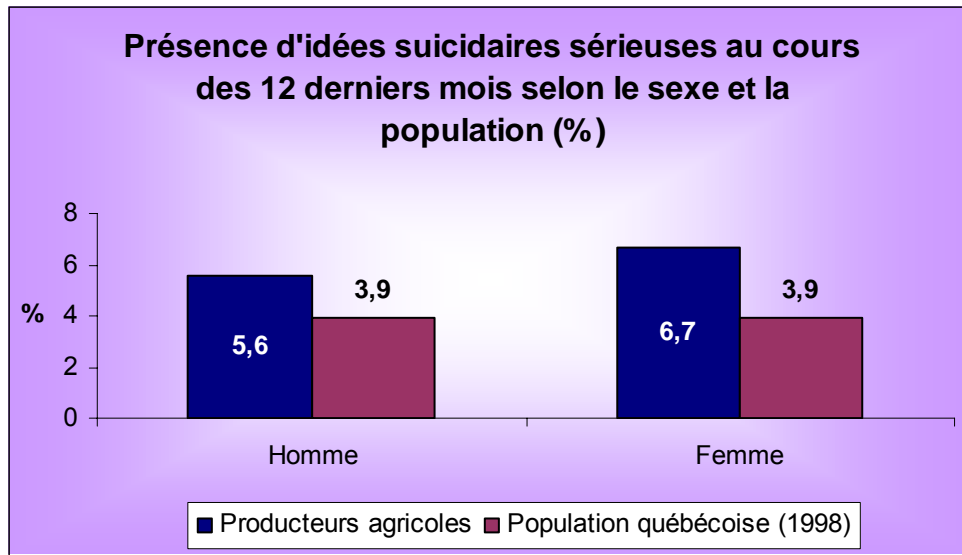
6.2 Résultats

Durant la période d'un an précédant le sondage, 5,7 % des producteurs agricoles déclarent avoir pensé sérieusement à se suicider. On ne constate pas de lien entre les idéations suicidaires et le statut civil ou le niveau de scolarité. Les agriculteurs sont proportionnellement plus nombreux que la population québécoise à avoir des idéations suicidaires sérieuses (dans l'Enquête sociale et de santé 1998, la prévalence des idées suicidaires était de 3,9 %). Chez les producteurs de porcs, ce taux atteint 7,7 %.

6.2.1 Résultats selon le sexe

Au cours d'une année, le pourcentage de femmes (6,7 %) à avoir sérieusement pensé au suicide est supérieur à celui des hommes (5,6 %). Cependant, cette différence n'est pas statistiquement significative. Dans la population québécoise en général, le sexe n'est pas relié aux idéations suicidaires, alors qu'autant les hommes (3,9 %) que les femmes (3,9 %) songent sérieusement à la mort (Enquête sociale et de santé, 1998). Voir graphique 15.

Graphique 15



6.2.2 Résultats selon l'âge

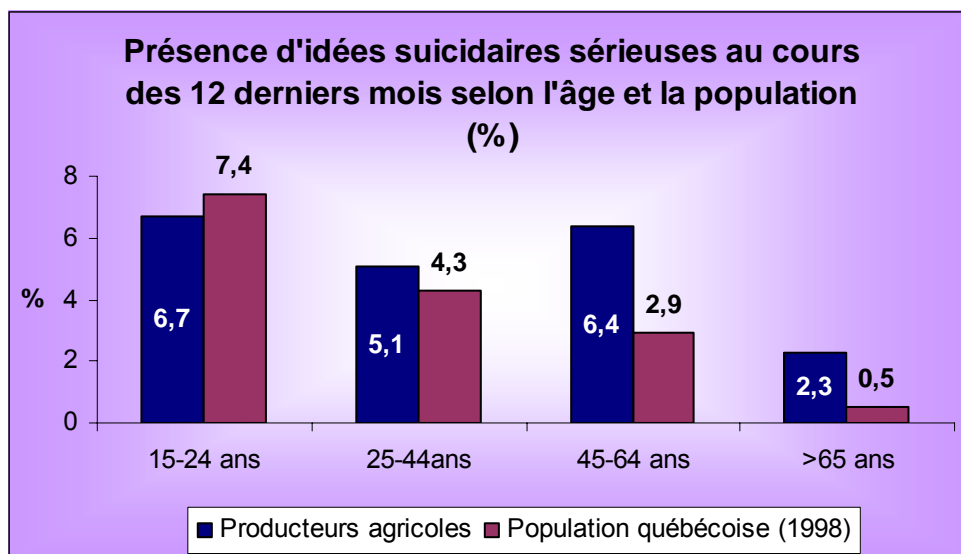
Dans la population québécoise, on observe que la proportion de personnes présentant des idées suicidaires sérieuses varie inversement avec l'âge, les personnes plus jeunes montrant la prévalence la plus forte (Enquête sociale et de santé, 1998). On ne remarque pas une telle tendance chez les agriculteurs où les idées suicidaires sérieuses sont aussi présentes chez les 45-64 ans que chez les 15-24 ans. Voir graphique 16.

6.2.3 Idées suicidaires et détresse psychologique

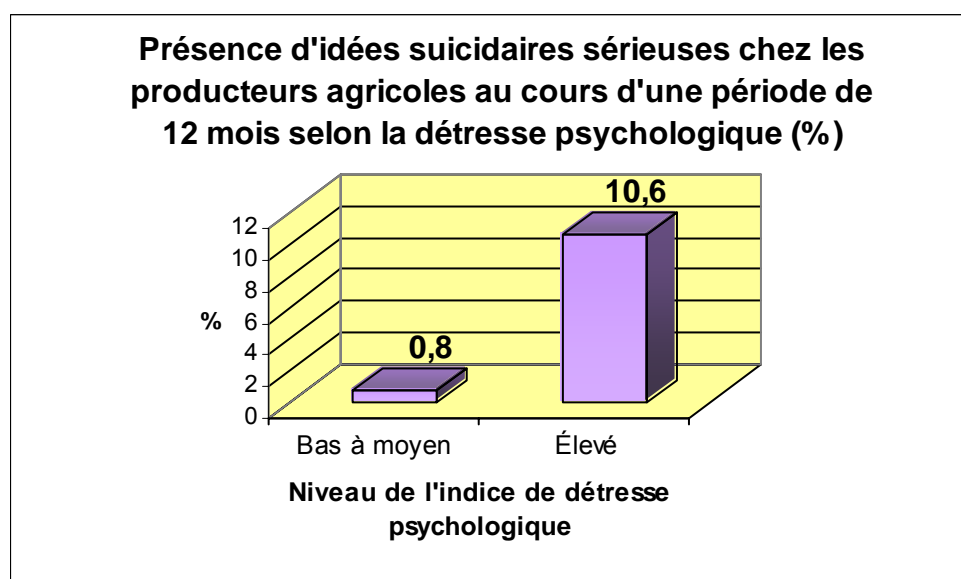
Le niveau élevé de détresse psychologique est lié à la présence d'idées suicidaires sérieuses. Les personnes se situant dans la catégorie élevée de détresse psychologique déclarent avoir pensé sérieusement au suicide, au cours de la dernière année, dans une plus grande proportion que les personnes se classant dans la catégorie basse à moyenne (10,6 % c. 0,8 %). Voir graphique 17. Ces résultats sont concordants avec ceux de l'enquête de Santé Québec (1998). Par ailleurs, 93,4 % des

producteurs qui rapportent avoir songé à s'enlever la vie au cours de l'année précédente se trouvent dans le groupe de détresse psychologique élevée.

Graphique 16



Graphique 17

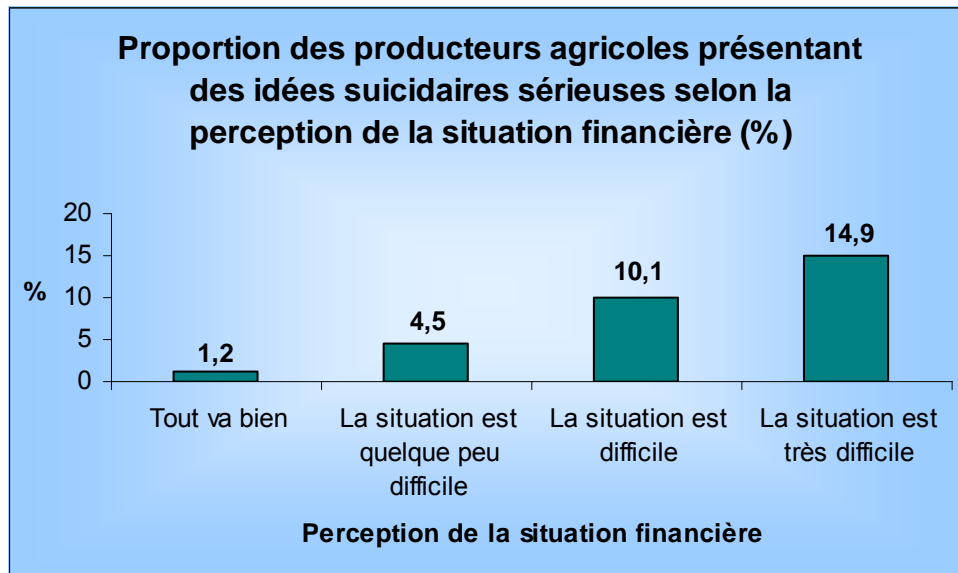


6.2.4 Idées suicidaires sérieuses et perception de la situation financière

« Pour ma part, j'ai fait une dépression [...] avec une tentative de suicide suite à toutes sortes d'événements et de stress élevés dus à un gros investissement majeur sur la ferme et à la mort d'un oncle très proche. »

Le fait de vivre seul et l'incertitude économique constituent des éléments fragilisants pour les idées suicidaires et le suicide (Santé Canada, 1994 cité par Pickett et al., 2000). Si nous n'avons pu établir de lien entre les idéations suicidaires et le statut civil, en revanche, nous pouvons observer que plus la situation financière est perçue comme difficile, plus le pourcentage de producteurs songeant au suicide est important. Ainsi, 1,2 % des personnes ayant répondu que tout allait bien au niveau financier ont sérieusement pensé au suicide. Cette proportion s'élève constamment pour atteindre 14,9 % lorsqu'on considère que la situation financière est très difficile. Voir graphique 18.

Graphique 18



7. SOUTIEN SOCIAL

« Il y a un temps où les cultivateurs jasaient le long des clôtures en travaillant... Aujourd'hui nous sommes enfermés dans nos cabines de tracteurs et la terre du voisin nous appartient et le prochain voisin n'est plus en agriculture ! »

Parce que l'environnement social constitue un déterminant de la santé (Julien, Julien et Lafontaine, 2001), que le soutien social est un facteur de protection identifié en santé psychologique (Caron, Latimer & Tousignant, 2002), et que l'absence de mécanismes de soutien social ou un soutien inadéquat sont réputés représenter des facteurs de risque pour le suicide (Santé Canada, 1994 cité par Pickett et al., 2000), nous avons questionné les producteurs agricoles sur différentes dimensions de ce soutien.

Par ailleurs, selon une étude de Santé Canada sur le suicide chez les exploitants agricoles canadiens (Pickett et al., 2000), il appert que, comparativement aux citoyens, les agriculteurs de la plupart des régions rurales du Canada appartiennent à des communautés extrêmement solidaires dans les moments difficiles et que ce soutien social pourrait protéger les exploitants agricoles contre le suicide. Puisque le tissu social des campagnes a bien changé au cours des dernières années (diminution constante du nombre de fermes et de la population agricole selon les données de Statistique Canada), nous avons aussi voulu savoir si la solidarité était toujours présente dans les communautés rurales.

C'est grâce à un effet « tampon » ou un effet médiateur que les ressources sociales contribueraient à l'équilibre psychologique, en protégeant la personne contre les effets négatifs des agents de stress (Cohen & Wills, 1985; Rasclé, 2003). Le soutien social interviendrait dans la chaîne stress → détresse en atténuant les conséquences négatives d'événements éprouvants et en favorisant un comportement permettant de « passer à travers ». Par exemple, lors de périodes difficiles et stressantes, les « dégâts » pourraient être limités par l'appui du réseau familial et social de l'agriculteur

en lui procurant amour, conseils, valorisation de son travail, assistance matérielle, etc. (CGSST, 2006; Rasclé, 2003). Parler de ses problèmes pourrait aider à se « délester » d'un excédent de stress, permettre de voir la situation sous un jour nouveau et favoriser la naissance de solutions.

7.1 Indicateurs

Le soutien social est évalué à l'aide de huit questions portant sur la nature du réseau social et la satisfaction qu'il procure. Nous avons repris des questions de l'Enquête sociale et de santé 1998. De plus, nous nous sommes inspirées de l'Échelle de provisions sociales, traduite et validée par Jean Caron (1996), pour rédiger des questions mesurant les quatre dimensions suivantes du soutien social : le soutien émotionnel ou l'attachement, l'aide tangible et matérielle, les conseils, la réassurance de sa valeur ou le soutien d'estime. Nous avons demandé à trois personnes possédant des compétences en psychologie de la santé de procéder à une entente inter-juges de façon à s'assurer que ces items soient bien représentatifs des dimensions que nous voulions mesurer.

Comment trouvez-vous votre vie sociale ?

Très satisfaisante.....	1
Plutôt satisfaisante.....	2
Plutôt insatisfaisante.....	3
Très insatisfaisante.....	4

Y a-t-il dans votre entourage (vos ami(e)s ou votre famille) quelqu'un à qui vous pouvez vous confier, parler librement de vos problèmes ?

Oui.....	1
Non.....	2

Y a-t-il dans votre entourage (vos ami(e)s ou votre famille) quelqu'un qui peut vous remplacer sur la ferme si vous êtes mal pris(e) ?

Oui.....	1
Non.....	2

Y a-t-il dans votre entourage (vos ami(e)s ou votre famille) quelqu'un de qui vous vous sentez proche et qui vous démontre de l'affection ?

Oui.....	1
Non.....	2

Y a-t-il une personne à qui vous pouvez vous adresser pour vous orienter lorsque vous avez besoin de conseils ou d'informations ?

Oui.....	1
Non.....	2

Ressentez-vous une solidarité au sein de votre communauté rurale ?

Aucune solidarité.....	0
Faible solidarité	1
Moyenne solidarité	2
Forte solidarité.....	3

Vous sentez-vous apprécié(e) dans votre communauté ?

Pas du tout apprécié(e).....	0
Un peu apprécié(e).....	1
Assez apprécié(e).....	2
Très apprécié(e).....	3

Avez-vous le sentiment que votre travail est reconnu par la société ?

Pas du tout reconnu.....	0
Un peu reconnu.....	1
Assez reconnu.....	2
Très reconnu.....	3

7.2 Résultats

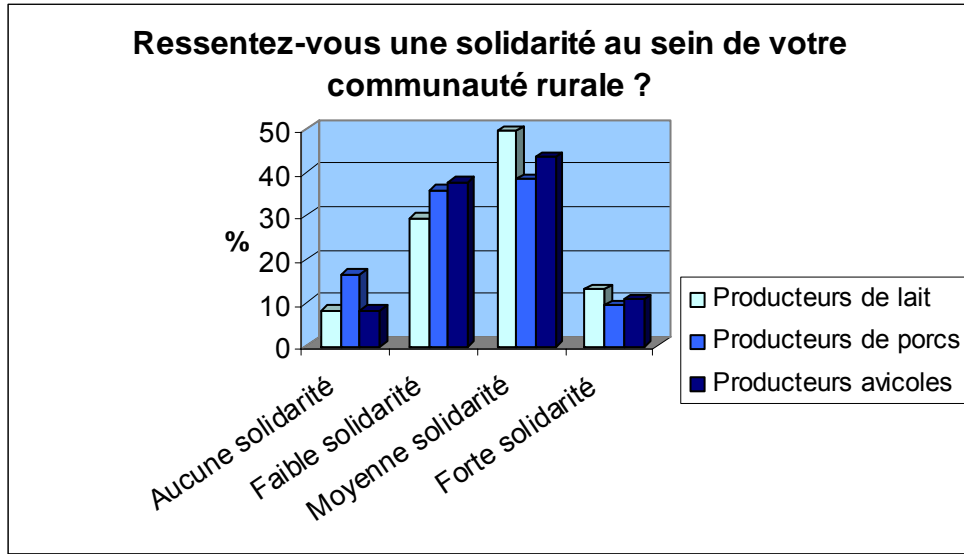
7.2.1 Solidarité rurale

Proportionnellement, les producteurs de porcs sont deux fois plus nombreux que les producteurs de lait et de volailles à ne ressentir aucune solidarité au sein de leur communauté rurale (16,4% c. 8,3% et 8,2%). Les producteurs de lait sont les plus nombreux à ressentir une forte solidarité (13,1% c. 10,7% pour les producteurs avicoles et 9,4% pour les producteurs de porcs). Voir graphique 19.

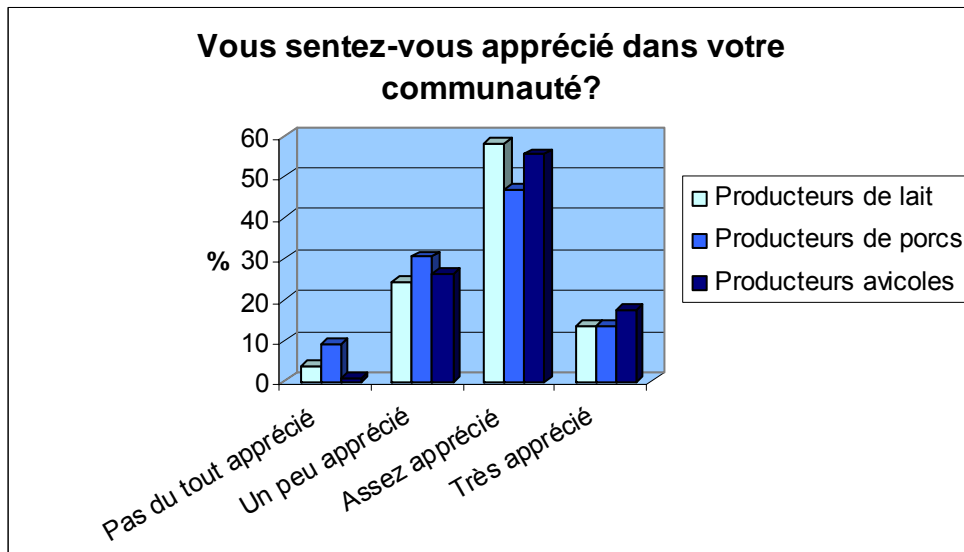
7.2.2 Soutien d'estime de la communauté

Généralement, les producteurs agricoles se sentent assez appréciés dans leur communauté. On remarque que 9,1% des producteurs de porcs ne se sentent pas du tout appréciés dans leur communauté, alors que 3,7% des producteurs de lait et seulement 0,8% des producteurs avicoles ont ce même sentiment. Voir graphique 20.

Graphique 19



Graphique 20

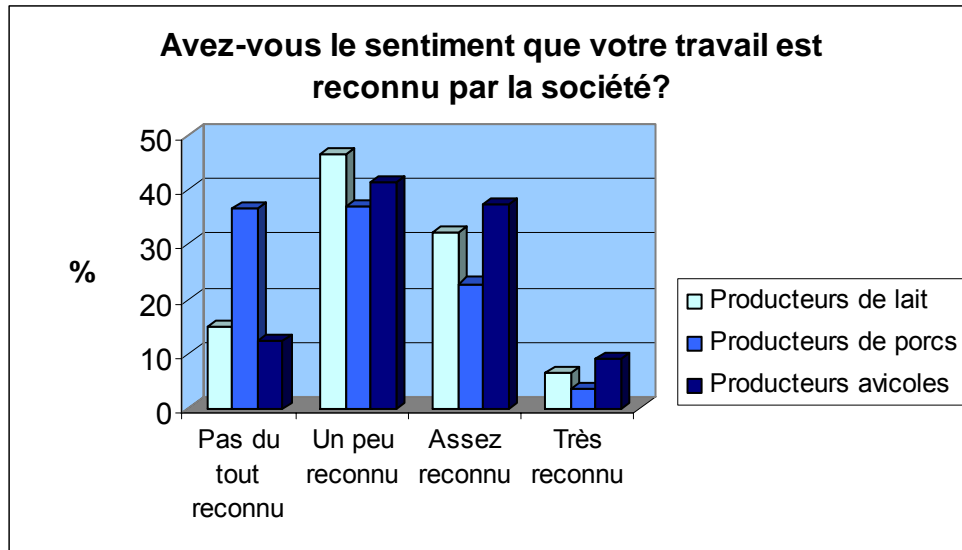


7.2.3 Reconnaissance sociale du travail agricole : réassurance de sa valeur

Plus d'un tiers des producteurs de porcs (36,6%) ont le sentiment que leur travail n'est pas du tout reconnu par la société, alors que ce ne sont que 15% des producteurs laitiers et 12,4% des producteurs de volailles qui ressentent la même chose. Il n'en

demeure pas moins que 53,7 % des producteurs de volailles, 61,4 % des producteurs de lait et 73,5 % des producteurs de porcs ont le sentiment que leur travail n'est pas ou seulement un peu reconnu par la société. Voir graphique 21.

Graphique 21



Pour plusieurs producteurs, si socialement, leur travail était reconnu, on ne leur renverrait pas une image négative de leur métier (pollueurs, quémandeurs, etc.) et ils obtiendraient une rémunération qui traduirait leurs efforts. Or, ce n'est pas ce qu'ils constatent comme le démontrent ces commentaires de producteurs de porcs :

« Après 30 ans en agriculture, je réalise que j'ai été traité comme un esclave. On m'a fait travailler beaucoup pour nourrir tout le monde et en retour, je n'ai que du mépris et un salaire de crève-faim. En plus, on m'accuse de tous les troubles à l'environnement, je n'ai fait que suivre les conseils des supposés experts qui nous ont fait produire toujours plus pour moins de revenus ! [...] On est au boutte et ben tanné de se faire rouler ! »

« ...on est mal payés, considérés comme des gens dégueulasses. »

« Le plus frustrant est l'opinion publique et médiatisée; on devrait être le métier le plus respecté au monde (on nourrit la population mondiale) et on est les plus critiqués négativement aux yeux de la société. »

« Nous avons le métier le plus ingrat du monde. »

« La vraie question « Comment être respecté,e dans notre profession d'agricultrice, teur ? » Si c'était un métier noble, il y aurait le respect financier pour le geste de nourrir la société, c'est vital. »

De nombreux agriculteurs des différentes productions se sont exprimés sur cette faible reconnaissance de leur métier et de leur travail par la société et par les gouvernements. Ils ont souligné le manque de respect, de soutien et de valorisation de l'agriculture. En voici quelques exemples :

« Valorisez l'agriculture, je ne passerais plus pour un pollueur et la relève serait plus motivée. »

« Il faut que le gouvernement et la population repensent à leur façon de voir l'agriculture. Nous sommes le pilier de la société et on est reconnu pour des « tics ». L'agriculture est un beau métier, il faut vraiment aimer ce métier pour y rester, car c'est le moins payant et le plus décourageant. »

« Va-t-il falloir que les citoyens n'aient plus rien à manger pour que l'agriculture soit valorisée. »

« S.V.P. faites que la profession d'agriculteur soit de plus en plus valorisée. Ça ferait du bien. »

« ...le gouvernement a donné des droits aux citoyens de gérer l'agriculture qui a développé une Guerre contre les Agriculteurs dont on est tout, mais tout seuls à encaisser tous les reproches des citoyens et personne pour nous appuyer. »

« Je crois bien que notre agriculture se porte de moins en moins bien, que les gouvernements ne nous supportent plus. L'agriculture est la Base d'un Pays, à vrai dire j'ai de moins en moins le goût de continuer en agriculture, et je songe à vendre dans un avenir proche. Un jour tous les consommateurs vont se mordre les doigts d'avoir fessé sur la tête des agriculteurs sans arrêt. »

Selon les auteurs de plusieurs enquêtes sur la santé mentale en milieu de travail, c'est un droit éthique pour chaque individu de voir son travail valorisé et reconnu. Une part importante de l'accomplissement, de la valorisation et de la réalisation d'une personne s'effectue par son travail. La reconnaissance de cette contribution personnelle ou

sociale est « un opérateur de santé essentiel à la santé psychologique des personnes » (Brun et al., 2003).

7.3 Effets protecteurs du soutien social

Les résultats présentés dans la section 7.3 s'appliquent uniquement aux producteurs de sexe masculin (84,1 % des répondants au questionnaire). En effet, les corrélations pour les femmes n'étaient pas concluantes et parfois même contradictoires.

7.3.1 Satisfaction face à la vie sociale et détresse psychologique

Comparativement à la population québécoise (Enquête sociale et de santé, 1998), les producteurs agricoles sont proportionnellement plus nombreux à n'être pas satisfaits des rapports qu'ils entretiennent avec leurs amis, leurs enfants et leurs conjoints (13,1% c. 25,8 %). En outre, nos résultats démontrent que plus les agriculteurs sont insatisfaits de leur vie sociale, plus ils ont un indice de détresse psychologique élevé (corrélation positive de 0,46).

7.3.2 Facteur de stress financier – Soutien social – Détresse psychologique

« L'important en agriculture est d'avoir au moins une personne qui nous écoute, motive et nous encourage à continuer. »

Nous avons vu précédemment que plus le niveau de stress suscité par le facteur financier est grand, plus nous retrouvons un indice de détresse élevé chez le producteur. Or, il semble que ce soient le support émotionnel de même que le soutien sous forme de conseils qui modèrent le plus l'effet de cette source de stress. S'ouvrir aux autres, ne pas ressasser ses difficultés tout seul dans sa tête, bénéficier de la

proximité d'une oreille attentive rendrait moins vulnérable à la détresse, d'où l'importance de briser l'isolement et d'être à l'écoute des agriculteurs.

Soutien émotionnel

En effet, lorsque le producteur ne bénéficie pas de support émotionnel – c'est-à-dire qu'il n'a personne dans son entourage de qui il se sent proche et qui lui démontre de l'affection – on retrouve une très forte association entre le facteur de stress financier et la détresse psychologique (corrélation de 0,69). Ce lien stress-détresse est moins prononcé (corrélation de 0,55) en présence de ce soutien modérateur. On peut supposer un certain rôle du soutien émotionnel pour diminuer la tension psychologique.

Conseils

Pouvoir bénéficier de soutien sous forme de conseils – par exemple, rechercher des solutions à un problème entre « chums » agriculteurs – peut aussi tempérer l'effet du facteur de stress financier. Sans aucun soutien de cette sorte, la corrélation entre le facteur de stress financier et la détresse psychologique est de 0,69. Avec soutien, elle est réduite à 0,55.

Aide tangible et matérielle

L'aide tangible et matérielle de l'entourage ne semble pas avoir d'« effet tampon » entre le facteur de stress financier et la détresse psychologique.

Réassurance de sa valeur

Le soutien permettant une réassurance de sa valeur par la communauté ou la société ne semble pas intervenir entre le facteur de stress financier et le développement de symptômes de détresse.

Solidarité rurale

Le fait de percevoir de la solidarité rurale n'interviendrait que très légèrement entre le facteur de stress financier et le développement de symptômes de détresse. Lorsque le producteur ne ressent aucune solidarité au sein de la communauté rurale, la corrélation

entre le facteur de stress financier et la détresse psychologique est de 0,60 alors que s'il ressent une solidarité, elle est de 0,55.

7.3.3 Facteur de stress relationnel – Soutien social – Détresse psychologique

Les formes de soutien analysées dans cette enquête ne semblent pas jouer de rôle modérateur dans la relation entre le stress de nature relationnelle et la détresse psychologique.

7.4 Variables prédisant le mieux la détresse psychologique

Plus la fréquence de stress est élevée, plus le niveau de stress suscité par les facteurs financier et relationnel est important, plus la situation financière est perçue comme difficile, plus l'intensité de fatigue est grande, plus l'insatisfaction de la vie sociale est prononcée, moins il y a soutien de l'entourage (soutien émotionnel et conseils), moins le sentiment de contrôle est fort et plus nous retrouvons chez les producteurs agricoles un indice de détresse élevé ($R^2=0,583$ à $p<0,001$).

8. SERVICES EN LIEN AVEC LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE

Dans une optique de prévention, nous avons demandé aux agriculteurs d'indiquer leur préférence pour un type de services qui pourrait contribuer, selon eux, à améliorer leur qualité de vie et à diminuer leur stress. Ils devaient attribuer le chiffre 1 à celui qu'ils préféreraient le plus, le rang 7 à celui qu'ils favoriseraient le moins parmi les services ci-dessous :

- Service téléphonique anonyme avec des conseillers possédant une connaissance du milieu agricole.
- Ateliers avec d'autres agriculteurs.
- Brochures informatives.
- Service de remplacement sur les fermes.
- Groupes de soutien, de discussion.
- Organisation de journées de soutien dans les périodes difficiles.
- Bottin de personnes-ressources par région.

8.1 Résultats

Le service de remplacement sur les fermes semble être le type de services préféré par les producteurs agricoles. En effet, plus d'un tiers (36,2%) des répondants le classe au premier rang parmi les sept services proposés dans le questionnaire, dont 42,1 % des producteurs laitiers. Les commentaires suivants témoignent du souhait des producteurs d'avoir un service de remplacement :

«...facilitez aussi la main-d'œuvre occasionnelle sur les fermes. Un « tit » congé de temp à autre, cela fait du bien.»

« Banque de travailleurs pour le producteur serait bien. »

« Service de remplacement... urgent à installer pour l'été prochain. »

« Aide aux agriculteurs pour main-d'œuvre régulière et main-d'œuvre rotative pour avoir de l'aide occasionnelle. »

Il est difficile d'établir un classement pour les six autres services, car aucun ne ressort de façon évidente. En revanche, les commentaires laissés par les producteurs nous fournissent des pistes sur l'aide souhaitée. Tandis que certains appuient les services proposés tels que les groupes de soutien, de discussion ou les ateliers entre agriculteurs, quelques-uns font d'autres suggestions :

« Mettre en place du soutien psychologique aux producteurs qui vivent des situations de maladie de troupeau. »

« Les services qui pourraient améliorer la qualité de vie des agriculteurs et diminuer leur stress serait une aide pour remplir les tonnes de papiers pour rien. Que les agriculteurs puissent faire de l'agriculture. C'est leur domaine et c'est là qu'ils sont à leur mieux ?!?!...»

« ...Vous pourriez monter une brochure sur l'aspect des problèmes physiques dus au travail exigeant des agriculteurs, et ne pas oublier l'aspect émotionnel vécu par rapport à l'incapacité de réaliser son travail quotidien, qui va l'amener à négliger sa sécurité à lui et à ceux qui travaillent avec lui. »

« Des trucs/conseils pour diminuer le stress et rassurer les producteurs et productrices seraient appréciés. »

« Améliorer l'aide et l'encadrement pour le transfert de ferme. »

Cependant, certains agriculteurs ne perçoivent pas les services présentés comme étant utiles et bénéfiques à leur bien-être. Des producteurs n'ont répondu qu'en partie à cette question sur les services. D'autres ont rejeté en bloc les services présentés. Selon le service proposé, nous retrouvons entre 12% et 15% de données manquantes chez les producteurs de lait, entre 15% et 17% chez les producteurs de porcs et entre 20% et 21% chez les producteurs de volailles. Des producteurs de porcs ont émis des commentaires à l'effet qu'ils ne voulaient rien savoir de tels services parce que la solution à leur problème de stress était un « juste prix pour le porc ». Voici quelques témoignages illustrant cette idée :

« Je n'ai pas répondu à la question 49 car ce n'est pas un type de services que nous avons besoin, mais plutôt des prix qui feraient de nos produits qui dépassent de 5 % seulement le coût de production. C'est là le problème en agriculture, nous ne voulons pas faire du 50 % comme en ville. Nous voudrions seulement arriver parce que l'on aime notre métier. »

« Nous ne voulons pas vraiment des types de services. Nous voulons être rémunérés très bien pour les heures de travail que nous faisons. Et avoir une bonne qualité de vie. »

« Pas besoin de ces services, on a besoin de revenus qui augmentent. »

« Seulement des prix pour nos produits. Si on était bien payés on n'aurait pas de stress. »

« Bla Bla. Brochures informatives → Encore une job pour un hostie de fonctionnaire. Recevoir un juste prix pour nos produits et cesser de se faire écoeuré par les fonctionnaires imbéciles. »

« Notre optique de prévention, nous producteurs, c'est de l'argent dans nos poches pour le travail que l'on fait. On investit, on améliore productivité + taux conversion, on réduit les dépenses et il reste encore moins de revenus. »

Des producteurs des autres secteurs réclament également une meilleure situation financière comme solution à leurs problèmes :

« Le seul remède à tous ces problèmes, c'est une meilleure situation financière... »

« Je n'ai pas répondu à la question 49 car je ne vois pas ce qui m'aiderait dans ces alternatives sur ma ferme.

Ce qui m'aiderait :

1. obtenir notre coût de production moyen dans toutes nos productions
2. Mise en marché ordonnée (gestion de l'offre)
3. Normes agro-environnementales réalistes : abolition de la date butoir du 1^{er} octobre pour l'épandage des fumiers
4. Que les « experts » nous foutent la paix avec leur discours absurdes de productivisme, ce qui est à l'origine de bien des problèmes contemporains. »

« Je ne crois pas qu'un de ces types de services pourrait améliorer ma qualité de vie. Le plus grand problème sur les fermes laitières est le prix trop bas du lait et du bœuf de réforme. Ils ne tiennent pas compte des intrants qui augmentent, de la qualité qu'ils demandent. »

« De la foutaise, moi j'ai besoin des prix décents pour les animaux vendus, de la stabilité pour nos quotas. Le prix du lait suivie l'inflation point final. Merci si vous résolvez cela »

« Ce n'est pas ce genre de services qu'il nous faut. Il nous faut comme les Américains et les Européens, des subventions ! Ou la mort de l'agriculture au Canada ! »

Le type de services proposés ne s'attaque pas non plus, selon quelques producteurs, à la question environnementale et à leur problème d'image :

« Faudrait qu'on soit payé pour ce qu'on fait. Être vu d'une autre manière par les autres personnes qui font pas le métier. C'est ça que ça nous prend. »

On note aussi la présence de commentaires concernant le manque de temps pour pouvoir utiliser ce genre de services :

« Nous n'avons pas beaucoup de temps pour des réunions ou ateliers ou pour journées de soutien. C'est presque impossible de se libérer. »

« Journées, pas le temps d'y aller. »

« Pas de temps pour ateliers & groupes. »

Finalement, d'autres producteurs présentent leurs moyens pour surmonter les défis du métier. Prendre du temps pour soi et sa famille, adorer ce qu'on fait, rester optimiste, ne pas s'isoler font partie des moyens avancés :

« Il y a quelques mois, j'ai fait un burn-out, ce qui peut expliquer un peu mes réponses. C'était la première fois et la dernière « j'espère ». Je faisais des crises d'anxiété et de l'insomnie pendant qq. mois. Perte de poids excessive etc.... Maintenant ça va un peu mieux mais je serai plus attentif en prenant du temps pour moi et ma famille. »

« Je crois que pour diminuer le stress, les agriculteurs doivent prendre des vacances 3 à 4 semaines par année comme la plupart des gens dans la société. Pour recharger leurs batteries. »

« Rester positif, faire ce que l'on aime, pour moi c'est de l'agriculture en famille, se serrer les coudes et ne pas compter les heures, aimer son métier d'agriculteur. »

« Pour ma part, je suis impliqué dans le milieu et je ne me sens pas seul. J'ai la chance d'avoir une femme qui aime l'agriculture autant que moi et qui comprend pourquoi je travaille tant. Si nous n'aimions pas ce métier tous les 2, ça n'irait certainement pas. Il faut briser l'isolement si on veut être heureux en agriculture. »

« Même si nous avons des semaines bien remplies, on travaille le moins possible les dimanches et nous prenons le temps de montrer le bon côté de l'agriculture à nos enfants et nous tenons un discours positif pour encourager la relève, car même avec les problèmes en agriculture, il y en a aussi dans d'autres domaines et la vie familiale est meilleure en milieu rural. Il y a beaucoup trop de producteurs qui ont un discours négatif et défaitiste et qui ne vont pas aux réunions de cuisine, d'information, journées d'étable, réunions des Coop ou de l'UPA. Nous avons de belles et bonnes organisations au Québec et il faut s'en servir, ex : UPA, Coop. »

« Cependant, je demeure toujours confiant en l'avenir et toujours heureux de mon sort, ma famille immédiate (conjointe-enfants) m'y aidant. Enfin, tant que la vie « m'octroiera » la santé physique et mentale, demeure pour moi l'élément le plus important à considérer. »

9. CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES

Les personnes ayant répondu au sondage sont principalement des hommes (84,1 %). La plupart des répondants sont mariés ou conjoints de fait (85,5 %); 7,8 % sont célibataires et 6,7 % sont séparés, divorcés ou veufs. Pour plus de la moitié d'entre eux (55,6 %), le dernier niveau de scolarité complété est le secondaire; 9,7 % ont un niveau primaire, 29,1 % ont un niveau collégial et 5,6 % ont un niveau universitaire. L'âge moyen est de 47 ans. La proportion de personnes ayant un travail bénévole ou un emploi à l'extérieur de la ferme est de 29,1 %. L'ensemble des statistiques sociodémographiques est présenté au tableau 3.

Afin de voir si nos répondants étaient représentatifs de la population agricole québécoise, nous avons comparé ces données sociodémographiques aux statistiques du dernier recensement agricole (Statistique Canada, 2001). On y retrouvait 84,3 % de personnes mariées ou conjoints de fait, 10,1 % de célibataires et 5,7 % de personnes séparées, divorcées ou veuves. En ce qui concerne le niveau de scolarité, 18,4 % des agriculteurs avaient un niveau primaire, 44,4 % avaient un niveau secondaire, 28,9 % avaient un niveau postsecondaire non universitaire, et 8,3 % avaient un niveau universitaire. La moyenne d'âge des producteurs québécois était de 47 ans. Le pourcentage d'agriculteurs consacrant des heures à un travail non lié à l'exploitation agricole était de 30,4 %. Ainsi les diverses caractéristiques sociodémographiques de nos répondants nous permettent de croire à une assez bonne représentativité de l'ensemble de la population agricole québécoise.

Tableau 3

Caractéristiques sociodémographiques		Pourcentage de répondants	
Régions	Chaudière-Appalaches	25,1%	
	Centre-du-Québec	21,0%	
	Montérégie	15,1%	
	Estrie	8,1%	
	Lanaudière	7,6%	
	Mauricie	6,2%	
	Bas-Saint-Laurent, Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine	4,3%	
	Saguenay – Lac Saint-Jean, Côte-Nord	4,2%	
	Capitale-Nationale	3,3%	
	Laurentides, Laval	2,2%	
	Abitibi-Témiscamingue, Nord-du-Québec	1,6%	
Outaouais	1,4%		
Production principale	Lait	60,8%	
	Porcs	22,5%	
	Volailles	9,1%	
	Autres (animale ou végétale)	7,5%	
Production secondaire	Oui	21,6%	
	Non	78,4%	
Sexe	Homme	84,1%	
	Femme	15,9%	
Âge	15-24 ans	1,1%	
	25-34 ans	9,5%	
	35-44 ans	31,4%	
	45-54 ans	37,7%	
	55-64 ans	16,7%	
	65 ans et +	3,5%	
Statut civil	Célibataire	7,8%	
	Marié ou conjoint de fait	85,5%	
	Séparé ou divorcé ou veuf	6,7%	
Dernier niveau de scolarité complété	Primaire	9,7%	
	Secondaire	55,6%	
	Collégial	29,1%	
	Universitaire	5,6%	
Taille de l'entreprise	Producteurs de lait	1-47 vaches	56,4%
		48-77 vaches	29,9%
		78 et + vaches	13,7%
	Nous ne pouvons établir la taille que pour les producteurs de lait, les répondants des autres productions n'ayant pas tous utilisé la même unité de base.		
Perception de la situation financière	Tout va bien	30,8%	
	La situation est quelque peu difficile	37,3%	
	La situation est difficile	23,4%	
	La situation est très difficile	8,6%	
Emploi à l'extérieur Travail bénévole	Oui	29,1%	
	Non	70,9%	
Moyenne d'heures consacrées à un emploi extérieur : 12 heures			
Moyennes d'heures de travail par semaine sur la ferme	Hiver	Lait : 55 Porcs : 48 Volailles : 37	
	Printemps – Été – Automne	Lait : 75 Porcs : 61 Volailles : 50	

10. ENTRETIENS FOCALISÉS (FOCUS GROUPS) AVEC DES PRODUCTEURS DE CULTURES COMMERCIALES

Prévue au départ pour être essentiellement quantitative (réponses au questionnaire analysées au moyen du programme SPSS), cette étude s'appuie également sur du matériel qualitatif. En effet, des embûches dans la constitution d'une banque de noms d'agriculteurs œuvrant uniquement dans les productions végétales nous ont conduites à opter pour les entretiens focalisés pour rejoindre les producteurs de grandes cultures⁴. Nous leur avons posé un certain nombre de questions de façon à pouvoir faire des recoupements avec les commentaires reçus d'autres producteurs. Ces entretiens focalisés, tout comme les témoignages écrits de 528 agriculteurs, ont permis d'enrichir et d'humaniser nos nombreuses statistiques.

10.1 Facteurs de stress

Quel est le plus important facteur de stress dans votre production ?

Situation financière

Lorsqu'on les questionne sur le facteur le plus important de stress dans leur secteur, la plupart des producteurs de cultures commerciales que nous avons rencontrés nomment la dégradation constante de leur situation financière. Selon eux, les faibles prix obtenus pour leurs grains au cours des dernières années, joints à une hausse notable du coût des intrants (diesel, engrais chimiques, etc.), ont entraîné une diminution continue des revenus. Selon plusieurs, « ceux qui font de l'argent, ce sont ceux qui gravitent autour de l'agriculture, pas ceux dedans ». Il est très difficile de vivre uniquement des grandes cultures, ça prend des « à-côtés ».

⁴ Nous avons rencontré des producteurs dont l'âge variait de la vingtaine à la soixantaine, cultivant de petites et de grandes superficies et provenant de régions avec des différences climatiques. Nous avons interrogé des producteurs tant que l'information obtenue n'a pas été redondante.

Plusieurs mentionnent l'impossibilité de couvrir leur coût de production puisque selon eux, le prix du maïs est le même qu'il y a trente ans, alors que le coût des intrants et les charges sociales ne sont pas du tout les mêmes. Ce constat financier sème la morosité dans les champs. Lorsqu'on « frappe plusieurs mauvaises années », ça peut entraîner une augmentation des tensions familiales et le moral peut être affecté. Un des producteurs nous a déclaré : « Si on baissait ton salaire à chaque année, ça jouerait-tu sur ton moral ? En agriculture on peut faire ça ». Quand on approche de la retraite et qu'on « gruge du vieux gagné » à cause des pertes, on peut avoir le sentiment d'avoir travaillé toute sa vie pour en arriver au point zéro.

Si le producteur est très endetté, cette érosion des revenus sera d'autant plus génératrice de stress, puisqu'elle limite sa capacité de remboursement. En général, les producteurs possèdent des actifs élevés, mais ont de moins en moins de fonds de roulement. La valeur des terres augmente, mais « ça paie pas l'épicerie », ça prend du « liquide pour rouler ». Le producteur peut se retrouver coincé dans un étau si, par manque de liquidités, il réhypothèque son entreprise. Il n'a pas assez de revenus, il emprunte, et avec le facteur d'endettement qui augmente, son niveau de stress s'intensifie si les revenus ne « suivent » pas.

Les prix des cultures commerciales doivent s'arrimer sur les prix mondiaux. On doit donc concurrencer avec des pays, tels le Brésil pour le soya, qui produisent beaucoup et à un coût minime. Cette concurrence mondiale cause aussi des frustrations parce que les conditions de production ne sont pas les mêmes partout. À cet effet, les normes environnementales moins sévères dans certains pays concurrents sont mises de l'avant. Les subventions américaines (Farm Bill) entraînent également de l'irritation. La valeur actuelle du dollar s'ajoute aux difficultés de leur produit sur le marché de l'exportation.

On illustre la gravité des difficultés présentes, comparativement aux années antérieures, par différents éléments dont : la non-fermeture, pour certains, de contrats pour la saison

à venir ; le vol de semences chez des producteurs ; l'incapacité de semer en raison des intrants des années 2004 et 2005 non encore payés.

Conditions météorologiques

Pour quelques producteurs, c'est l'imprévisibilité de la météo qui constitue leur principale cause de stress : les grandes cultures, « c'est une usine à la belle étoile ». L'élément météorologique a de fortes implications financières. Le rendement des productions végétales est lié directement aux conditions météorologiques : « même si on tire sur le blé d'Inde, il pousse pas plus vite ». D'autres affirment avoir appris à vivre avec le facteur incontrôlable que constitue la température. Ces derniers constatent qu'ils sont mieux équipés qu'auparavant pour faire face à de mauvaises conditions météorologiques (exemple : système de drainage). Quoiqu'il en soit, ils doivent composer avec ce « boss qui est très dur parfois » et ils ne peuvent compenser d'éventuelles pertes dues aux facteurs météorologiques avec une production animale.

En lien direct avec la température, les producteurs situés au sud de la province sont favorisés par des unités thermiques de croissance supérieures. À ce sujet, les producteurs de régions où la température est trop froide pour la culture du soya et du maïs à haut rendement éprouvent de la frustration face au PCSRA, programme de stabilisation des revenus agricoles qui, selon eux, établit les compensations selon des moyennes de coût de production qui les désavantagent.

Il est à noter qu'ils commencent à se questionner sur les nouveaux défis que poseront les changements climatiques sur leur production.

Obligations environnementales

Ces producteurs croient généralement que « c'est correct l'environnement, faut penser à ceux qui nous suivent ». Toutefois, avoir une « image de pollueurs fait suer », choque, affecte beaucoup. Ils ont l'impression « d'avoir tout le monde sur le dos ». Il peut y avoir

« les pires usines polluantes dans le coin, pis c'est toi le pollueur dans ta paroisse ». Selon eux, l'exception fait la manchette, on se centre sur quelques mauvaises actions alors que les bonnes ne sont pas soulignées : « tout le monde paie pour une poignée de sans-dessein ». Pour certains, les discours négatifs sur l'environnement, « ça joue sur le côté psychologique », « c'est démoralisant de toujours payer pour l'environnement et de voir que ce n'est jamais assez et ce, sans aucune aide financière comme les autres entreprises ».

En outre, on déplore la méconnaissance du monde agricole par les citadins, en particulier ceux revenus vivre à la campagne. La cohabitation avec ces derniers peut parfois être difficile et stressante, car ils « veulent les avantages de la campagne sans les inconvénients », « ils n'acceptent pas que de temps en temps, ça sente, qu'il y ait de la poussière, etc. ».

Relations avec les membres de la communauté rurale

La cohabitation implique également le partage des routes lors de la période des cultures. Selon eux, il n'y a pas si longtemps, le problème ne se posait pas : tout le monde était agriculteur et peu de gens voyageaient de la campagne à la ville pour se rendre au travail. D'ailleurs, les producteurs agricoles étaient moins souvent sur les routes et ils parcouraient de plus courtes distances. Aujourd'hui, ils s'éloignent davantage (plus de terres, plus grandes superficies, périodes plus longues), avec un équipement lent et plus large, alors qu'il y a sur les routes rurales plus de gens pressés d'aller au travail ou d'y revenir.

Alors que pour certains, circuler avec la machinerie n'implique pas trop de stress, pour d'autres, c'est un facteur loin d'être négligeable. Ils ne se « sentent plus chez eux », ont l'impression d'avoir toujours à justifier leur présence sur la route (par exemple, se font dire : « le chemin est pas juste à toi »). On déplore le manque de sensibilisation à la réalité agricole et le manque d'éducation à la sécurité avec de la machinerie agricole.

Relève et transfert de la ferme

En général, les producteurs de grandes cultures sont assez pessimistes par rapport à l'avenir de leur relève : « Embarquer tes enfants avec toi, est-ce un cadeau de Grec, est-ce un cadeau empoisonné ? » D'une part, leur production ne connaît pas de très bonnes années. D'autre part, si on « refile pas cher l'entreprise pour que ça soit accessible aux enfants », on craint que plus personne ne puisse vivre convenablement, que cela engendre deux personnes en difficulté, le père et l'enfant. On mentionne aussi que si on veut « établir sa relève », on peut se retrouver avec un haut degré d'endettement.

Néanmoins, certains producteurs encouragent la relève à cause des valeurs et du mode de vie sur la ferme.

Occupations illégales de terres pour la culture du cannabis

Alors que des producteurs n'ont jamais eu de « plants de pot » sur leurs terres, d'autres en ont trouvé sur de grandes surfaces (12 acres; 9 rangées d'un kilomètre). Face à cette « culture intercalaire » du cannabis, les producteurs rencontrés éprouvent plus une bonne dose de frustration qu'un niveau élevé de stress. Frustration face à ceux qui profitent de cette manne, qui créent une pression à la hausse sur le prix des terres (achat ou location) et qui donnent l'illusion aux jeunes de pouvoir gagner beaucoup d'argent facilement, frustration face à la capitulation des policiers devant l'essaimage des plants ici et là (« la SQ n'intervient que pour de très grosses quantités »). Ça demeure tout de même un facteur de stress pour certains quand ils vont marcher dans les champs : « on contourne les plants ou on les fauche ? ».

Conciliation travail / vie familiale ou personnelle

Globalement, ces producteurs estiment être en meilleure position que ceux en production animale, particulièrement les producteurs de lait, pour ce qui est de la

conciliation du travail avec la vie familiale. Cette production est « moins payante, mais moins accaparante ». Hormis « les rushs » du printemps à l'automne, où ils sont très occupés, souvent stressés et « pas durables », où il est alors plus difficile de se conformer à une vie sociale, ils considèrent être dans une des belles productions pour ce qui est de la charge de travail et du mode de vie.

On note des différences chez les plus jeunes, alors que la conciliation des horaires particuliers de travail avec la vie personnelle et/ou familiale est plus difficile. Pour eux, ça semble « moins évident avec les blondes ».

Les tensions familiales, lorsqu'il y en a, paraissent résulter davantage de la situation financière : pas d'augmentation de salaire chaque année, pas toujours rentable pour le nombre d'heures de travail. En agriculture, « t'as beaucoup de valeurs, mais tu ne peux pas y toucher. Quand l'argent rentre pas, le ton change, la pression augmente. »

10.2 Sentiment de contrôle

Percevez-vous que vous avez du contrôle sur les événements qui ont un impact sur votre ferme?

Puisque le sentiment de perte de contrôle sur une situation a été associé à une issue défavorable de diverses maladies (Nuissier, 2003), nous avons voulu savoir si les producteurs de grandes cultures croyaient avoir du contrôle sur les événements ayant un impact sur leur entreprise. Bien sûr, ils n'ont jamais eu le contrôle de la météo, mais ils affirment avoir « de moins en moins » de contrôle sur d'autres aspects liés à leur secteur de production. Ainsi, par exemple, ils n'estiment pas être en mesure de contrôler le coût des intrants, la concurrence d'autres pays, la détermination mondiale des prix du maïs et du soya, la fixation des normes environnementales, l'établissement des cotes de crédit sur leurs emprunts. Plusieurs déclarent que leurs parents étaient « moins esclaves des grandes compagnies et des fournisseurs d'intrants ».

10.3 Solidarité rurale

Ressentez-vous une solidarité au sein de votre communauté rurale ?

On évalue la solidarité rurale moindre qu'auparavant, mais elle demeure toutefois bonne pour certains. Pour d'autres, la campagne n'échappe pas au vent d'individualisme et de compétitivité soufflant dans la société. Ceux-ci déplorent une diminution de la solidarité entre les diverses productions agricoles, tout comme au sein d'une même production agricole, chacun espérant tirer profit des malheurs de l'autre.

10.4 Reconnaissance sociale du travail agricole

Avez-vous le sentiment que votre travail est reconnu par la société ?

De façon générale, on constate qu'il n'y a guère de reconnaissance du métier d'agriculteur. Ils reprochent le manque de connaissances sur l'agriculture, la mauvaise information, leur problème d'image, l'insuffisance de valorisation de leur travail.

10.5 Soutien social : conseils

Y a-t-il dans votre entourage quelqu'un à qui vous pouvez vous confier, parler librement de vos problèmes ?

La conjointe est souvent la personne à qui on peut se confier, quoiqu'on précise que les agriculteurs ne soient pas des gens « plaignards » : on a un « bon niveau de tolérance aux problèmes », « on ferme notre boîte », « on se revire de bord sur un dix cents ». En outre, on dit qu'il n'est pas évident de parler de problèmes financiers : « Tu ne veux pas inquiéter ta femme, tu ne peux pas en parler au voisin pour ne pas te mettre en situation de vulnérabilité... ».

Par ailleurs, quelques producteurs parlent des bienfaits de pouvoir compter sur un réseau de « gars » avec qui on peut aller prendre un café le matin et jaser ou faire une activité récréative de temps en temps pour décompresser.

10.6 Soutien social : aide tangible et matérielle

Y a-t-il quelqu'un dans votre entourage qui peut vous remplacer sur la ferme si vous êtes mal pris ?

Ils disent pouvoir se faire remplacer s'ils ont une relève assez vieille ou s'ils ont des employés. Sinon, ça se fait difficilement et à court terme seulement : « on n'a pas le droit de tomber malade en agriculture, on ferait faillite ».

10.7 Consultation d'un professionnel de la santé

Si vous ressentiez beaucoup de stress ou si vous perceviez que psychologiquement, vous n'allez vraiment pas bien, iriez-vous consulter pour obtenir de l'aide ?

Les producteurs rencontrés n'iraient pas consulter, ce son de cloche est largement majoritaire : « On a notre orgueil, notre fierté personnelle, il ne faut pas montrer une faiblesse ». « On est du monde fait fort qui, en général, ne va pas s'ouvrir ». « Si on a un problème, on va essayer de le régler nous-mêmes ». « On ne veut pas que ça se sache ». « On va penser à autre chose, on va s'occuper, on va dire que ça pourrait être pire, qu'il y a pire que nous ». De toute façon, on croit que « ce n'est pas d'en parler à un psy ou un intervenant quelconque qui va régler tes problèmes financiers ».

Il y a un autre son de cloche, minoritaire celui-là, où l'on dit qu'on ne consulterait pas parce qu'il y a peu de services à la campagne et qu'on ne connaît pas les ressources existantes.

Sur ce thème, deux positions extrêmes ont été entendues :

« Moi, j'irais consulter, je pense que ça vaut la peine d'en parler, je connais des personnes qui l'ont fait, le cheminement ne se fait pas de la même façon, même si c'est dur à accepter et que publiquement, c'est mal accepté... ».

« Admettons que t'es vraiment découragé de la vie, tu montes sur le pont pis envoies en bas, tu finis ça là, tu passes pas ton temps à jaser de ça, moi j'irais pas m'ouvrir ».

Si vous recherchiez quelqu'un pour de l'aide, pensez-vous qu'il serait important ou sans importance que la personne connaisse bien l'agriculture ?

Cette question avait été posée dans le cadre d'un sondage pancanadien de l'ACSA (2005). Dans l'ensemble du Canada, plus de 9 agriculteurs sur 10 (92 %) jugeaient important que la personne avec laquelle ils aborderaient des problèmes de stress et de santé mentale connaisse bien l'agriculture. Parmi nos participants, la plupart croient qu'il serait, soit essentiel, soit préférable, que la personne consultée connaisse bien l'agriculture. On souligne également qu'il serait fondamental qu'il s'établisse une bonne communication avec cette personne et que celle-ci fasse preuve d'empathie.

10.8 Perceptions d'une hausse de détresse en milieu agricole

On dit qu'il y aurait une hausse de la détresse psychologique et des suicides dans le monde agricole. Est-ce que vous constatez cela dans votre milieu ? Si oui, à quoi pourrait-on attribuer cela ?

Les producteurs croient que l'augmentation de détresse est principalement due aux problèmes financiers, parce qu'il est devenu de plus en plus difficile de vivre de l'agriculture : « Quand on aura des revenus adéquats, on n'aura plus de ces problèmes. C'est pas juste une question d'argent, mais c'est un gros facteur ». « Quand ça serre ben gros financièrement, ça peut rendre très émotif ». Les difficultés financières peuvent être à l'origine d'un enchaînement de problèmes pouvant mener à la détresse : troubles du sommeil, fatigue, tensions familiales, perte de motivation, etc. On ajoute que si une

personne a beaucoup travaillé toute sa vie et qu'avec l'endettement, elle ne voit pas de lumière au bout du tunnel, ça peut devenir très démoralisant : « Quand le gars se dit : j'ai tout fait, pis j'suis pas plus avancé que j'étais, ça peut être très décourageant, il y a peut-être encore des choses à faire, mais il ne les voit pas ».

Quant aux suicides dans la population agricole, on les explique par un amalgame de problèmes financiers et personnels, de fierté, d'isolement, de mentalité « renfermée », de peur du jugement familial. La perspective de perdre le bien paternel peut entraîner bien des « ruminations » et de l'accablement. Si, de surcroît, l'individu pense être le seul à en arracher et qu'il n'entrevoit aucune aide, le suicide peut alors constituer « un genre de libération, sans compter qu'il se sacrifie pour donner une belle vie à sa famille qui n'aura plus de dettes »...

CONCLUSION

Cette enquête avait pour but d'évaluer la santé psychologique des producteurs agricoles du Québec, membres du réseau de La Coop fédérée. Afin d'atteindre cet objectif, un questionnaire a été administré à 1338 producteurs de lait, de porcs et de volailles. De plus, des entretiens focalisés (focus groups) ont été réalisés auprès de 20 producteurs de cultures commerciales.

Les résultats démontrent que nous n'avons pas une population agricole en santé psychologique. Ils confirment l'ampleur de la problématique de détresse psychologique en milieu agricole déjà soulevée par certains intervenants du monde rural. En effet, 50,9 % des répondants se situent à un niveau élevé de détresse psychologique; ce pourcentage s'avère nettement supérieur à ce qu'il était dans la population agricole en 1997 (17,5 %) de même que dans la population québécoise (20,1 %) lors de la dernière enquête de Santé Québec (1998). On ne dénote pas de différences significatives selon la région. En revanche, la détresse ne frappe pas uniformément selon le sexe et la production. Les femmes sont proportionnellement plus nombreuses à se retrouver dans la catégorie de détresse élevée (59,2 % des femmes contre 49,5 % des hommes) et pour ce qui est de la variation des taux selon le secteur de production, ce sont les producteurs de porcs qui sont les plus touchés (66,6 % contre 48,1 % des producteurs laitiers et 36,4 % des producteurs de volailles). Ces chiffres soulignent l'urgence d'agir, car derrière ces statistiques alarmantes se trouvent des êtres humains dont la qualité de vie s'est nettement détériorée.

L'image de l'agriculteur calme et paisible, maître de son temps et de sa destinée semble en voie de disparition. Les producteurs ont moins de contrôle sur les aspects reliés à la ferme et près des trois quarts d'entre eux (73,5 %) sont régulièrement stressés (de la moitié du temps à presque toujours). La diminution des revenus et l'augmentation des dépenses sont en tête d'une liste de problèmes et d'exigences auxquels les agriculteurs doivent faire face : obligations environnementales, instabilité des marchés, paperasse à remplir, maladies des animaux, charge de travail, coût et incertitude des quotas,

concurrence mondiale, imprévisibilité de la météo, endettement, obligations de performance, etc. En ce qui a trait à la fréquence et aux niveaux de stress en fonction de l'âge, les personnes comprises entre 35 et 54 ans sont le plus affectées. Parmi les secteurs sondés, celui de la production porcine constitue le terreau le plus favorable au stress.

Les maladies et la baisse du prix du porc sont les premiers facteurs de stress pour les producteurs de porcs, suivis de l'augmentation des dépenses, de l'instabilité des marchés et des contraintes environnementales. Outre l'omniprésente question financière, parmi les items suscitant le plus de stress chez les producteurs laitiers, on retrouve l'imprévisibilité de la météo, une surcharge de travail qui altère la vie sociale et l'incertitude planant sur le système de gestion de l'offre. Pour les producteurs de volailles, les obligations environnementales et les négociations de l'OMC vis-à-vis le système de quotas viennent en tête de liste des éléments les plus stressants. La dégradation constante de leur situation financière et la température constituent les principales causes de stress des producteurs de cultures commerciales.

Stress, tensions familiales, moral à la baisse, détresse sont différents maillons d'une chaîne pouvant aboutir à des pensées suicidaires. Il est apparu que 5,7 % des producteurs agricoles ont pensé sérieusement à se suicider au cours des douze derniers mois comparativement à 3,9 % dans la population québécoise. Chez les producteurs de porcs, ce taux atteint 7,7%. Alors que dans la population en général, les idées suicidaires diminuent avec l'âge, chez les agriculteurs, les idées suicidaires sérieuses sont aussi présentes chez les 45-64 ans que chez les 15-24 ans.

Ce portrait de la santé psychologique des agriculteurs est préoccupant. Notre but n'est pas d'ajouter plus de nuages dans le ciel déjà morose de plusieurs agriculteurs. Nous croyons toutefois que la détresse a besoin d'être reconnue et entendue et qu'il faille encourager les initiatives afin de la réduire. Il faut mentionner que la problématique de la détresse psychologique chez les agriculteurs dépasse les frontières québécoises. Que ce soit dans certaines provinces canadiennes ou dans d'autres pays, des actions ont

été prises afin de contrer les dépressions et suicides en progression dans les campagnes (par exemple, Bossut, 2002; Lancelot, 2001; Matriche, 2005; Manitoba Farm & Rural Stress Line, 2005).

Dans une optique de prévention, on peut agir à différents niveaux. Tout d'abord, on peut viser les facteurs de risque qui menacent la santé psychologique. On pourrait ainsi cibler les facteurs financiers, source de bien des maux pour plusieurs producteurs. Or, sur ce plan, il n'existe pas de solutions faciles et rapides à mettre en œuvre, la pensée magique n'existant malheureusement pas. Il faudrait réfléchir sur le modèle agricole. Des questions devraient être posées : Pourquoi vit-on une crise systémique des revenus agricoles ? Quelle marge de manœuvre ont les agriculteurs dans le cadre des accords internationaux sur le commerce ou face aux grandes chaînes de distribution ? Les entreprises agro-alimentaires québécoises sont-elles en mesure de répondre aux attentes des producteurs ? Comment la société québécoise, déjà fort endettée, peut-elle soutenir équitablement son agriculture ? Etc.

Faire de la prévention à ce niveau pourrait aussi impliquer de travailler à la sauvegarde de la gestion de l'offre pour les producteurs de lait et de volailles. Agir à titre préventif pourrait également constituer en la mise sur pied d'un service de remplacement sur les fermes, de manière à permettre aux producteurs qui ont beaucoup de difficultés à concilier le travail avec la vie familiale et sociale, d'avoir un peu de temps pour eux et leur famille.

Puisqu'une personne tire une grande part de sa valorisation et de son estime de soi de son travail, il serait important de porter attention à la reconnaissance de la contribution des agriculteurs à la société. Il n'y a pas que les producteurs de porcs, dont la cote est très basse auprès d'un large pan de la population, qui déplorent le manque de reconnaissance sociale de leur travail. Plusieurs autres producteurs expriment le besoin de la revalorisation du métier d'agriculteur, pour eux et leur relève potentielle.

L'éradication des multiples sources de stress en agriculture est impossible à réaliser en raison du caractère incontrôlable de plusieurs de celles-ci : conditions climatiques, coût des intrants, maladies des animaux, bris de machinerie, concurrence internationale, etc. À défaut de jouer sur les stressseurs, ou parallèlement, on pourrait essayer de minimiser leur impact en travaillant à briser l'isolement, en sensibilisant la population agricole à l'importance de s'ouvrir et d'être à l'écoute, en encourageant les agriculteurs à parler de leurs problèmes pour « faire baisser la vapeur »... Favoriser le soutien, particulièrement celui des proches (conjoint, parents, frères, sœurs, amis), permettrait vraisemblablement de diminuer la détresse psychologique. En outre, des pistes sont à explorer, par exemple la mise sur pied d'un groupe de travailleurs de rang (sur la formule des travailleurs de rue). Ce réseau pourrait être constitué de personnes ayant une oreille empathique et une excellente connaissance du milieu agricole; celles-ci pourraient sillonner les campagnes afin de rencontrer de manière informelle les agriculteurs. Ainsi, on pourrait briser l'isolement, faire de la prévention auprès des personnes à risque, diriger vers les ressources appropriées (sensibilisées à la problématique agricole) et aider des personnes en difficulté à reprendre leur vie en main.

Quant au soutien de la communauté, la campagne fut longtemps considérée, par opposition à la ville, comme le royaume de l'entraide et de la solidarité. Toutefois, un vent d'individualisme a soufflé et les valeurs de solidarité, de soutien, d'entraide et de partage ont perdu des plumes. Le perron de l'église ne fait plus office de lieu de rencontres et d'échanges, les individus n'ont plus le temps de se parler et de s'écouter, efficacité oblige. Or, les liens qui se sont érodés pourraient être utiles en des périodes d'inquiétude. Il peut sembler utopique d'encourager la coopération et la solidarité entre agriculteurs de divers secteurs dans un système compétitif basé sur la performance, où tout un chacun est débordé, mais nous croyons qu'il faille tout d'abord s'interroger sur cette question avant la mise en place de quelque système d'entraide. Quelle est la mentalité d'aujourd'hui, tendre la main au voisin en difficultés ou attendre qu'il s'enfonce pour profiter de son malaise financier ? Un agriculteur ne s'ouvrira pas aux autres s'il

perçoit cela comme une faiblesse, s'il craint ainsi de se placer en situation de vulnérabilité et que le voisin spécule sur son malheur.

Références

Association Canadienne de Sécurité Agricole (ACSA, 2005). *Sondage nationale [sic] de détresse psychologique d'agriculteurs*. Canada.

Audet, N., Lemieux, M., & Cardin, J.F. (2001). *Enquête sociale et de santé 1998 – Cahier technique et méthodologique : Définition et composition des indices, vol.2*. Montréal : Institut de la statistique du Québec, 215 p.

Bayingana, K., Demarest, S., Gisle, L., Hesse, E., Miermans, P.J., Tafforeau, J., Van der Heyden, J. (2006). [Enquête de Santé par Interview, Belgique, 2004 – Livre II](#). Institut Scientifique de LA Santé Publique.

Bossut, M. (2002), *Etude exploratoire sur les facteurs de risques psycho-sociaux en Agriculture Wallonne*. Université de Liège, Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation.

Bruchon-Schweitzer, M. (2003). Introduction à la psychologie de la santé. Dans M. Bruchon-Schweitzer & R. Dantzer, *Introduction à la psychologie de la santé*. Paris : Presses universitaires de France.

Brun, J.-P., Biron, C., Martel, J. & Ivers, H. (2003). *Évaluation de la santé mentale au travail: une analyse des pratiques de gestion des ressources humaines*. Québec : Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail, 99 p.

Caron, J. (1996). L'échelle de provisions sociales. *Santé mentale au Québec*, 21, 1-21.

Caron, J., Latimer, E., Tousignant, M. (2002). Predictors of psychological distress and quality of life in disadvantaged socio-economic populations of Montreal. *Journal of Urban Health*, 79, S60-S61.

Chaire en gestion de la santé et de la sécurité du travail dans les organisations (CGSST, 2006). *La santé psychologique au travail* [En ligne]. Adresse URL : <http://cgsst.fsa.ulaval.ca/sante/fra/>

Choquette, P., Dubois, L., Goulet, L., Paillat, N., Parent, D., Perrier, J.-P. & Viens, C. (1997). *La gestion des changements et le facteur humain en agriculture*. Rapport de recherche présenté au Conseil canadien de la gestion de l'entreprise agricole, Agri-Gestion Laval, Université Laval.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310–357.

Cole, D.C., Ibrahim, S., Shannon, H.S., Scott, F.E. & Eyles, J. (2002). *Facteurs de stress professionnel et de stress personnel et détresse psychologique chez les travailleurs canadiens : analyse des données de l'Enquête nationale sur la santé de la*

population de 1994 par la modélisation d'équations structurelles. Canada : Agence de santé publique du Canada.

Comité sénatorial permanent de l'agriculture et des forêts. (1993). *Le stress des agriculteurs : dimensions économiques, conséquences humaines*. Rapport intérimaire de l'étude spéciale sur la sécurité dans les exploitations agricoles et les problèmes de santé connexes.

Conseil canadien de la gestion d'entreprise agricole (2001). *Vous êtes stressé ?* [En ligne]. Adresse URL : http://farmcentre.com/francais/checkup/stress_f.htm

Easter, W. (2005). *Un pouvoir de marché accru pour les producteurs agricoles canadiens*. Agriculture et Agroalimentaire Canada. [En ligne]. Adresse URL : http://www.agr.gc.ca/farmincome_f.phtml

Gamassou, C.E. (2002). *Sources et mesures du stress au travail, quelles nouvelles voies de recherche envisager ?* Les Cahiers du CERGOR, Université Paris 1, Panthéon Sorbonne, numéro 02/03, 15p.

Institut de la statistique du Québec (2002). *Enquête sociale et de santé 1998*. [En ligne]. Adresse URL : http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/sante/etat_sante_indic/index.htm

Julien, M., Julien, D., & Lafontaine, P. (2001). *Environnement de soutien. Chapitre 25 dans Enquête sociale et de santé 1998*. [En ligne]. Adresse URL : http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/pdf/e_soc98v2-7.pdf

Karasek, R. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-307.

Kubik, W. & Moore, R.J. (2001). *Women's diverse roles in the farm economy and the consequences for their health, well-being, and quality of life*. Santé Canada. [En ligne]. Adresse URL : http://www2.itssti.hc-sc.gc.ca/B_Pcb/HTF/Projectc.nsf/FrenchAll/0457786DD4707E77852566350062FD28

Labrecque Duchesneau, M. (2004). La prévention du suicide en milieu agricole. *Le Vis-à-vis* [En ligne]. Adresse URL : <http://www.cam.org/~aqs/docs/vav/v14/v14n7.shtml>

Lancelot, F. (2001). Contre la déprime, renouer les solidarités. *La Terre* [En ligne]. Adresse URL : <http://www.laterre.fr/archives/2001/2001-02/2001-02-07/2001-02-07-003.shtml>

Légaré, G., Préville, M., Massé, R., Poulin, C., St-Laurent, D., & Boyer, R. (2000). Santé mentale. Chapitre 6 dans *Enquête Sociale et de Santé 1998*. [En ligne]. Adresse URL : http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/pdf/e_soc98v2-7.pdf

Leruse, L., Di. Martino, I., Malaise, N. & Firket, P. (2004). *Le stress au travail : facteurs de risques, évaluation et prévention*. Service public fédéral Emploi, Travail et Concertation sociale. [En ligne]. Adresse URL : <http://meta.fgov.be/pdf/pd/frdd51.pdf>

Levallois, R. (2003, novembre). *L'endettement en agriculture : un risque ou une chance ?* Cahier de conférences du Colloque de l'entrepreneur gestionnaire organisé par le Centre de référence en agriculture et agroalimentaire du Québec, Drummondville.

Levallois, R. (2003). *Les fermes laitières du Québec sont-elles trop endettées ?* Groupe de recherche Traget Laval, Université Laval. Dossier préparé pour le Colloque de l'entrepreneur gestionnaire organisé par le Centre de référence en agriculture et agroalimentaire du Québec le 20 novembre 2003. Adresse URL : <http://www.traget.ulaval.ca/>

Manitoba Agriculture, Food and Rural Initiatives (2005). *The Human Harvest. Recognizing Farm Stressors*. [En ligne]. Adresse URL : <http://www.gov.mb.ca/agriculture/homeec/cba26s01.html>

Manitoba Farm & Rural Stress Line, (2005). *What is Rural Stress?* [En ligne]. Adresse URL : <http://www.ruralstress.ca/inside/ruralstress.html>

Matriche, J. (2005, 4 janvier). Les fermiers dans le 36^e dessous. *Le Soir*, p.6.

Nuissier, J. (2003). Le contrôle perçu et son rôle dans les transactions entre individus et événements stressants. Dans M. Bruchon-Schweitzer & R. Dantzer, *Introduction à la psychologie de la santé*. Paris : Presses universitaires de France.

Pickett, W. King, W.D. Faelker, T. Lees, R.E.M. Morrison, H.I & Bienefeld, M. (2000). *Le suicide chez les exploitants agricoles canadiens*. Canada : Agence de santé publique du Canada.

Rasclé, N. (2003). Le soutien social dans la relation stress-maladie. Dans M. Bruchon-Schweitzer & R. Dantzer, *Introduction à la psychologie de la santé*. Paris : Presses universitaires de France.

Sabourin, S., Valois, P., & Lussier, Y. (2005). L'utilisation des questionnaires en recherche. Dans S. Bouchard & C. Cyr (Éds.), *Recherche psychosociale, pour harmoniser recherche et pratique* (pp. 279-320). Québec : Presses de l'Université du Québec.

Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1, 27-41.

Statistique Canada. Recensements de l'agriculture et de la population 2001.

Walker, J. & Walker, L. (1987). *The Human Harvest: Changing Farm Stress to Family Success*. [En ligne]. Adresse URL :
<http://www.gov.mb.ca/agriculture/homeec/cba26s01.html>