



www.reseاونomade.be

Compte-rendu-Nomade - 05/05/2026, 14-17.00 (Plateforme Bruxelloise pour la santé mentale)

Rencontre avec la députée européenne Estelle Ceulemans : santé mentale & travail associatif

Présentation de la rencontre

La rencontre, coorganisée par le Réseau Nomade et la Plateforme Bruxelloise pour la Santé Mentale, s'inscrivait dans le cadre de la préparation d'un rapport porté par la députée européenne Estelle Ceulemans, consacré aux risques psychosociaux, au burn-out et à la santé mentale au travail.

Cette initiative visait à nourrir le travail parlementaire à partir d'expériences de terrain, en réunissant un ensemble d'acteur·rices issu·es de secteurs variés : santé mentale, accompagnement social, insertion socio-professionnelle, recherche, pair aidance ou encore action syndicale. Nous sommes une vingtaine de personnes autour de la table, rassemblant principalement des personnes engagées dans le champ de la santé mentale au travail, ou représentantes du secteur associatif de la santé mentale.

L'enjeu principal de cette rencontre résidait dans la mise en dialogue de perspectives multiples, afin de documenter les réalités concrètes du travail et les difficultés rencontrées, tout en interrogeant les cadres d'analyse dominants. Dans un contexte européen marqué par des tensions entre régulation sociale et logiques de dérégulation, la

discussion visait également à identifier les leviers politiques réalistes pour faire avancer la reconnaissance des risques psychosociaux comme enjeu collectif, susceptible de faire l'objet d'une directive européenne.

Tour de table élargi

La rencontre a réuni une vingtaine de participant·es issu·es de profils variés, reflétant une forte interdisciplinarité autour des enjeux de santé mentale au travail. On distingue plusieurs grands pôles d'ancrage professionnel et expérientiel.

Un premier groupe est constitué de professionnel·les du secteur de la santé mentale et du social, intervenant tant en première ligne qu'en deuxième ligne, au sein d'associations, de services de santé mentale, de dispositifs de rétablissement ou encore de projets de réduction des risques. Ces acteurs et actrices sont directement confronté·es aux effets des risques psychosociaux dans leurs pratiques quotidiennes, notamment dans des contextes marqués par la précarité et des publics vulnérables.

Un second ensemble regroupe des spécialistes du travail et de ses transformations : psychologues du travail, conseiller·ères en prévention, coordinateur·rices de dispositifs liés au stress et au burn-out, ou encore intervenant·es impliqué·es dans des démarches d'analyse des risques



www.reseunomade.be

psychosociaux et de recherche-action. Leur contribution met en avant une approche articulante dimensions cliniques, organisationnelles et législatives, ainsi qu'un souci de mieux outiller les pratiques professionnelles.

La rencontre a également rassemblé des acteur·rices du champ de la recherche et de l'analyse des politiques publiques, contribuant à une mise en perspective des enjeux à partir de travaux en sociologie, en santé publique ou en évaluation de dispositifs. Ces perspectives ont permis de relier les expériences de terrain à des dynamiques structurelles plus larges.

Un autre groupe important est constitué de personnes engagées en tant qu'expert·es du vécu et pair aidant·es, apportant un éclairage expérientiel sur les questions de santé mentale, de travail et de reconnaissance. Leur présence souligne l'importance croissante de ces savoirs situés dans les espaces de réflexion et de décision.

Enfin, plusieurs participant·es étaient impliqués dans des dispositifs d'insertion socio-professionnelle, d'accompagnement vers l'emploi ou de soutien aux travailleurs et travailleuses, ainsi que dans des initiatives associatives travaillant sur les impacts psychosociaux du travail, la stigmatisation ou encore la place des aidant·es proches.

Dans l'ensemble, ce tour de table témoigne d'une convergence forte autour de certaines préoccupations : la critique de la psychologisation des problèmes, la nécessité d'approches systémiques, l'attention portée aux conditions concrètes de travail et aux transformations organisationnelles, ainsi que le besoin de mieux articuler pratiques de terrain, cadres réglementaires et dynamiques politiques

Contexte du rapport européen

Estelle Ceulemans, députée européenne depuis deux ans et issue d'un parcours syndical, a présenté le cadre politique et législatif dans lequel s'inscrit son travail sur les risques psychosociaux et la santé mentale au travail. Engagée au sein des commissions « emploi et affaires sociales » ainsi que « environnement et santé », elle souligne que ces enjeux restent encore insuffisamment traités à l'échelle européenne, malgré une aggravation des problématiques, notamment dans un contexte de pénurie de personnel (en particulier dans le secteur des soins).

Son initiative consiste à porter une demande législative européenne (via une procédure d'initiative parlementaire) visant à combler un vide majeur : l'absence de directive contraignante sur les risques psychosociaux. Elle insiste sur le fait que, si l'Union européenne peut fixer un cadre, la mise en œuvre repose sur les États membres, ce qui crée des disparités importantes. Dans le contexte actuel du Parlement européen, marqué par un glissement politique vers des logiques de compétitivité et de simplification réglementaire (assimilée à diverses dérégulations), les avancées sociales sont attaquées — notamment sur des acquis comme la directive sur le temps de travail.

Malgré l'existence de cadres législatifs relativement avancés dans certains pays comme la Belgique, Estelle Ceulemans note le constat d'une augmentation des situations de burn-out et de stress au travail. Elle identifie plusieurs facteurs structurels, dont les logiques de performance et de mérite (bonus, objectifs), les transformations organisationnelles, la digitalisation, la mauvaise qualité de l'emploi (flexi jobs,...) et la précarisation



www.reseanomade.be

des emplois. Elle insiste sur le fait que ces problématiques ne peuvent être réduites à des enjeux individuels (comme la conciliation vie privée/vie professionnelle), mais doivent être comprises comme liées à l'organisation du travail et aux conditions structurelles d'emploi. Elle met également en avant des dimensions souvent invisibilisées, comme la pénibilité des métiers du care ou la vulnérabilité accrue des jeunes travailleurs.

Dans cette perspective, elle défend une approche fondée sur un renversement du regard : ce ne serait pas aux individus de s'adapter aux conditions de travail, mais bien au travail de devenir soutenable. Elle plaide pour le renforcement de la prévention, notamment via des analyses de risques systématiques, tout en reconnaissant que la régulation seule ne suffira pas à résoudre l'ensemble des problèmes. Néanmoins, ces outils sont perçus comme des leviers indispensables pour responsabiliser les employeurs et structurer l'action.

Enfin, elle inscrit ces enjeux dans un cadre économique et budgétaire plus large, en soulignant le coût humain et financier considérable des troubles liés au travail, principalement supporté par les travailleurs et les systèmes de santé. Dans un contexte de contraintes budgétaires européennes et de réduction des financements (notamment du Fonds social européen), elle insiste sur la nécessité de défendre ces politiques comme des investissements collectifs. Malgré un rapport de force politique défavorable, elle identifie une fenêtre d'opportunité (« toutes les planètes s'alignent ») pour faire avancer une telle

législation, à condition de mobiliser les acteurs et de construire des majorités autour de ces enjeux.

Synthèse des échanges

Les discussions ont fait émerger plusieurs axes structurants, témoignant d'un diagnostic largement partagé mais aussi des tensions qui traversent la prise en compte des risques psychosociaux.

Le déni comme obstacle central

Un premier constat transversal porte sur l'existence d'un déni généralisé de la question de la santé mentale au travail. Celui-ci se manifeste à différents niveaux : institutions, employeurs, professionnel·les de santé, mais aussi travailleurs eux-mêmes. Ce déni empêche la reconnaissance des problèmes et freine la mise en place de politiques de prévention. Il s'accompagne d'une tendance à renvoyer la responsabilité d'un acteur à l'autre, rendant difficile toute approche proactive. La difficulté est d'autant plus grande que reconnaître ces enjeux suppose de les considérer comme un investissement collectif, dans un contexte où ils sont encore trop souvent perçus comme des coûts.

La critique de la psychologisation des problématiques sociales

Un large consensus s'est dégagé autour de la nécessité de dépasser la psychologisation des souffrances liées au travail. Les participant·es ont souligné que ces problématiques sont avant tout sociales, organisationnelles et politiques, mais qu'elles continuent d'être traitées sous un angle individuel (gestion du stress, développement personnel, accompagnement thérapeutique). Cette réduction invisibilise les causes structurelles et



www.reseanomade.be

contribue à maintenir le statu quo. Elle est renforcée par certains discours dominants, y compris au niveau européen, qui tendent à individualiser les responsabilités.

Les limites des cadres existants et la question de la responsabilisation

Les échanges ont mis en évidence des failles importantes dans les dispositifs actuels : manque de contrôle, faiblesse des inspections du travail, défaut de suivi des analyses de risques psychosociaux, méconnaissance de la législation, ou encore manque de confiance envers certains dispositifs (services externes, personnes de confiance). Dans les faits, les outils existent mais sont peu appliqués ou restent symboliques. Cette situation alimente un sentiment d'impuissance et souligne la nécessité de mécanismes plus contraignants, assurant une véritable responsabilisation des employeurs.

Dans le même temps, les réalités de terrain — en particulier dans les petites structures ou le secteur associatif — montrent des contraintes spécifiques : surcharge administrative, précarité des financements, absence de représentation collective, difficulté à documenter le « travail réel » et perte de sens. Ces éléments renforcent l'exposition aux risques psychosociaux, y compris dans des environnements pourtant perçus comme « bienveillants ».

Vers une collectivisation des responsabilités

Face à ces constats, les participant-es ont insisté sur l'importance de repenser la santé mentale au travail comme une responsabilité collective. Cela implique de dépasser les approches individuelles pour interroger les organisations du travail, les

modes de management, les politiques publiques et les cadres économiques. La question du retour au travail, de l'accompagnement des personnes en incapacité ou encore du rôle de la pair aideance a également été abordée comme des leviers possibles pour repenser les trajectoires professionnelles à partir des expériences vécues.

Cependant, cette collectivisation se heurte à des logiques structurelles fortes — concurrence économique, rapports de force, contraintes budgétaires — qui limitent la portée des approches fondées uniquement sur la « bienveillance » ou la bonne volonté.

Repenser le vocabulaire et les cadres d'analyse

Les échanges ont également porté sur la nécessité de transformer les catégories utilisées. La notion de « bien-être au travail » est apparue insuffisante, voire problématique, car elle tend à individualiser et dépolitiser les enjeux. À l'inverse, des notions comme « travail soutenable » ou « pénibilité » permettent de mieux rendre compte des réalités vécues et de reposer la question en termes de conditions de travail et d'organisation. Ce travail sur le vocabulaire est indissociable d'un enjeu de cadrage politique et narratif, dans un contexte où les termes utilisés influencent directement les réponses apportées.

Stratégies et enjeux à l'échelle européenne

Enfin, la discussion s'est tournée vers les perspectives d'action à l'échelle européenne. Une convergence s'est dégagée autour de l'intérêt d'une directive contraignante pour structurer la prise en compte des risques psychosociaux et favoriser une

4



www.reseاونomade.be

responsabilisation réelle des acteurs. Toutefois, les participant-es ont souligné les difficultés liées au contexte politique, aux rapports de force et aux risques de voir ces initiatives édulcorées ou vidées de leur contenu.

Dans ce cadre, plusieurs leviers ont été identifiés : la mobilisation collective, la construction d'alliances, le travail sur les narratifs (notamment autour de la dignité et des droits sociaux), et la participation aux processus de co-construction des politiques publiques. La question du « réalisme politique » reste cependant ouverte : entre ambitions transformatrices et contraintes institutionnelles, les marges de manœuvre apparaissent étroites, mais non inexistantes.

En conclusion, la rencontre a permis de dégager un diagnostic clair : la santé mentale au travail constitue un enjeu fondamentalement collectif, qui ne peut être réduit à des approches individuelles ou psychologisantes. Si les formes de déni, les limites des cadres actuels et les rapports de force économiques freinent les avancées, les échanges ont également fait émerger des pistes concrètes pour transformer les conditions de travail, notamment à travers une responsabilisation accrue des organisations et le renforcement de dispositifs contraignants à l'échelle européenne.

Dans cette perspective, la question de la pair aidance apparaît comme une voie particulièrement féconde. En mobilisant les savoirs expérientiels et en valorisant les trajectoires de rétablissement, elle ouvre des possibilités pour repenser les rapports au travail, au soin et à l'accompagnement, notamment dans les parcours de retour à l'emploi ou de maintien

dans l'activité. Plus largement, elle contribue à réinscrire la santé mentale dans une dynamique collective, en faisant du partage d'expérience un levier de transformation des pratiques et des organisations.

À ce titre, elle constitue un point de convergence fort avec les orientations du Réseau Nomade, en réaffirmant l'importance de formes d'entraide, de participation et de co-construction pour faire émerger des environnements de travail réellement soutenables.