

L'expérience du stress chez les agriculteurs

Une analyse du genre masculin

Philippe Roy and Gilles Tremblay

Volume 27, Number 2, Fall 2015

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1037690ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1037690ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Université du Québec à Montréal

ISSN

1703-9312 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Roy, P. & Tremblay, G. (2015). L'expérience du stress chez les agriculteurs : une analyse du genre masculin. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(2), 236–252. <https://doi.org/10.7202/1037690ar>

Article abstract

Psychological distress and suicide among farmers is an alarming social problem with many connections to masculinities and this study furthers the understanding of those connections. It is based on qualitative interviews with 32 male farmers in the Province of Quebec. Results identify main sources and manifestations of stress as well as protective factors. The analysis highlights how positive masculine practices can improve the health and wellbeing of farmers and their families. Gender-sensitive recommendations are discussed.



PERSPECTIVES ÉTATIQUES

L'expérience du stress chez les agriculteurs : *une analyse du genre masculin*

Philippe ROY¹
École de service social
Université de Montréal

Gilles TREMBLAY
École de service social
Université Laval

La détresse psychologique et le suicide chez les agriculteurs s'imposent comme un problème social préoccupant, notamment sous l'angle du genre masculin. Cette étude vise à mieux comprendre les connexions entre cette problématique et les pratiques masculines. Elle repose sur des entretiens qualitatifs avec 32 agriculteurs québécois. Les résultats identifient les principales sources et manifestations de stress, de même que les facteurs de protection. L'analyse fait ressortir les pratiques masculines qui peuvent

-
1. L'auteur reconnaît le soutien financier du Fonds de recherche québécois sur la société et la culture, de la Fondation Desjardins, de l'équipe de recherche Masculinités et Société, de l'École de service social et de la Faculté des sciences sociales de l'Université Laval, des Instituts de recherche en santé du Canada et leurs partenaires du programme PHARE.

agir de levier pour promouvoir la santé et le bien-être des agriculteurs et de leur famille. Des recommandations sensibles au genre sont discutées.

Mots clés : santé des hommes ; stress ; adaptation ; agriculteurs ; rural.

Psychological distress and suicide among farmers is an alarming social problem with many connections to masculinities and this study furthers the understanding of those connections. It is based on qualitative interviews with 32 male farmers in the Province of Quebec. Results identify main sources and manifestations of stress as well as protective factors. The analysis highlights how positive masculine practices can improve the health and wellbeing of farmers and their families. Gender-sensitive recommendations are discussed.

Keywords : men's health ; stress ; coping ; farmers ; rural.

INTRODUCTION

Les conditions de vie des agriculteurs connaissent des transformations radicales par rapport aux générations précédentes dans le passage d'une agriculture de subsistance à sa forme industrielle actuelle. À tel point que l'agriculture est considérée parmi les professions les plus stressantes (CASA, 2005). À cela s'ajoutent des niveaux élevés d'isolement, des situations difficiles sur les plans familial, économique et professionnel comme les transferts de ferme (Alston & Kent, 2008; Lafleur & Allard, 2006; Ní Laoire, 2002; Parent, Perrier, & Rousseau, 2010; Viens & Lebeau, 2011).

Sur le plan psychosocial, les agriculteurs masculins tendent à se conformer à un ensemble de valeurs agraires comme l'importance d'être stoïque et indépendant, et une forte résistance à parler de santé mentale et à demander de l'aide, même si celle-ci était requise (Alston & Kent, 2008; Jacques-Jouvenot & Laplante, 2009; Judd, Jackson, Komiti, et al., 2006). Ces valeurs sont observées plus fortement chez les agriculteurs que chez les agricultrices de même que chez les autres hommes et femmes vivant en milieu rural. Par exemple, durant les grandes sécheresses en Australie, alors que l'idéal masculin basé sur le succès financier était, à ce moment, clairement inaccessible aux agriculteurs, ceux-ci s'attribuaient les échecs professionnels, malgré les facteurs macroéconomiques et climatiques en cause (Alston, 2012). Dans cette étude, l'échec en tant qu'agriculteur est interprété comme un échec en tant qu'homme, par rapport à lui-même, à sa famille, à ses ancêtres et à sa communauté. Ces tendances sont aussi observées chez les agriculteurs québécois, reconnus pour être fiers, orgueilleux et méfiants (Labrecque-Duchesneau, Gagné, & Picard, 2011; Roy, Tremblay, & Robertson, 2014), ce qui pose des défis importants sur le plan de la santé mentale.

C'est dans ce contexte que les agriculteurs présentent des niveaux de détresse psychologique et d'idéations suicidaires très élevés, comparé à d'autres groupes populationnels (Droz, Miéville-Ott, Jacques-Jouvenot, & Lafleur, 2014; Fraser et al., 2005; Judd, Jackson, Fraser, et al., 2006; Lafleur & Allard, 2006; Thomas et al., 2003). Dans certains pays industrialisés comme la France, l'Angleterre et l'Australie, les agriculteurs affichent une surmortalité par suicide (Alston, 2012; Droz et al., 2014; Hawton, Simkin, & Malmberg, 1998; Judd, Jackson, Fraser, et al., 2006). Au Québec et en Suisse notamment, le taux de suicide des agriculteurs est difficile à cerner en raison de données disparates (Droz *et al.*, 2014). Néanmoins, certaines données indirectes suggèrent qu'il y a urgence d'agir, comme les facteurs associés au risque suicidaire (détresse psychologique, idéations suicidaires, isolement, réticence à la demande d'aide, etc.), de même que la surmortalité des hommes vivant en milieu rural, comparé à ceux vivant en milieu urbain, alors que cette différence ne s'observe pas chez les femmes (Pampalon, Martinez, & Hamel, 2006).

Malgré ces données préoccupantes et certaines mobilisations régionales, la santé mentale des agriculteurs demeure largement négligée ou ignorée sur le plan des réponses sociales. Aucune stratégie nationale québécoise ou canadienne en cette matière n'est destinée aux hommes agriculteurs. La plupart des recherches sur la santé des agriculteurs abordent peu la dimension des masculinités et inversement, celles sur la santé des hommes abordent peu la réalité des agriculteurs, et ce, malgré les interactions reconnues entre le genre et la santé.

CADRE THÉORIQUE

Le stress s'impose comme un concept-clé dans la compréhension des conditions de vie des agriculteurs. Dans sa forme adaptée, le stress correspond à une relation d'équilibre entre l'individu et son environnement, mais il devient problématique lorsque des situations sont évaluées par la personne comme excédant ses ressources, ce qui met son bien-être en danger (Lazarus & Folkman, 1984). Ainsi, le stress peut être observé sur l'ensemble du continuum entre la maladie et la santé.

De nombreux auteurs ont démontré des liens étroits entre la santé et le genre, d'abord chez les femmes, puis chez les hommes (Oliffe & Greaves, 2012). En santé des hommes, les masculinités correspondent aux configurations de pratiques sociales agies par les hommes de manière à se conformer ou résister à un ensemble culturellement dominant de normes de genre (Connell & Messerschmidt, 2005; Robertson, 2007). Dans la plupart des cultures occidentales, ceci correspond à l'idéologie masculine traditionnelle (IMT), qui valorise notamment la force,

l'agressivité, le courage, l'indépendance, l'hétéronormativité, le stoïcisme et le rejet du féminin en soi (Connell & Messerschmidt, 2005; Pleck, 1995). Les hommes qui adhèrent à cette idéologie tendent à ne pas se préoccuper de leur santé, à être moins sensibles aux symptômes, à nier la douleur ou les problèmes et à éviter la demande d'aide, comparé aux femmes et aux autres hommes (Courtenay, 2011; Dulac, 2001; Tremblay & Déry, 2010).

Cependant, les pratiques masculines en matière de santé sont beaucoup plus complexes qu'une simple relation unidirectionnelle entre les aspects négatifs de la masculinité et les problèmes de santé mentale. Pour Robertson (2007), le modèle basé sur les aspects négatifs de la masculinité ne correspond qu'à un seul des deux pôles d'un continuum sur lequel peuvent se retrouver les pratiques masculines en matière de santé, soit celui de la négligence de la santé (*don't care*). L'autre pôle de ce continuum est qu'en tant que bons citoyens ou bons pères de famille, les hommes sont plutôt incités à démontrer de l'importance pour leur santé (*should care*). Le modèle de Robertson implique donc une certaine fluidité des pratiques masculines, qui peuvent être contradictoires, selon les contextes (âge, paternité, sport, santé/maladie ou incapacité). C'est dans cette perspective que la présente étude vise à mieux comprendre les connexions entre les pratiques masculines et l'expérience du stress chez les agriculteurs.

MÉTHODOLOGIE

Participants : l'étude a été réalisée auprès 32 agriculteurs (hommes) âgés de 27 et 63 ans (âge moyen : 46 ans). Tous sont francophones et proviennent de neuf régions du Québec. La majorité a un enfant ou plus (94 %), alors que 85 % des participants vivent en couple (mariage, union de fait ou famille recomposée). La moitié des participants œuvre en production laitière, l'autre moitié est en production porcine, céréalière, bovine, ovine, acéricole et viticole. Un tiers a plus d'une production. Par souci de confidentialité, les noms ont été changés pour des pseudonymes.

Procédure : Après l'approbation du Comité d'éthique de l'Université Laval, le recrutement a été réalisé en collaboration avec des acteurs des milieux communautaire, agricole et de la santé et des services sociaux. L'appel de participation a été diffusé par des listes de courriels, lors d'une exposition agricole et dans les médias. Les entrevues ont été réalisées par le premier auteur à la résidence du participant, pour la plupart. À l'arrivée, le participant était invité à lui faire visiter sa ferme, afin de positionner l'agriculteur en question comme un expert, à démontrer de l'intérêt et de la considération pour ce qui est important pour lui, et à établir un climat détendu pour la discussion. Après que le consentement du participant ait été obtenu, une entrevue semi-dirigée a eu lieu pour une durée se situant entre 90 et 120 minutes. Tous les

participants ont reçu une compensation de 25 \$ et une liste des ressources psychosociales de leur région. Le guide d'entrevue abordait différentes dimensions du stress (causes, manifestations, stratégies d'adaptation) et des rôles masculins (agriculteur, père, conjoint, etc.). Un retour a été systématiquement fait à la fin de l'entrevue afin de s'assurer du bien-être du participant. Tous ont mentionné avoir apprécié l'entrevue et plusieurs ont souligné l'importance d'étudier cette problématique.

Analyse : Les entrevues ont été enregistrées et transcrites intégralement, puis analysées à l'aide du logiciel NVivo. Le contenu a fait l'objet de lectures répétées avec la question de recherche en tête. L'approche inductive générale de Thomas (2006) a guidé l'analyse qui comprend à la fois des processus déductifs et inductifs et qui a immédiatement débuté après la première entrevue, comme le suggère Maxwell (1998). Les discussions répétées entre les auteurs ont permis l'élaboration des concepts-clés.

Limites : Puisque l'invitation à participer à l'étude a été majoritairement effectuée par Internet, il est possible que les agriculteurs plus jeunes aient été favorisés. Un autre biais possible est que les agriculteurs les plus réticents à se confier, et donc possiblement plus traditionnels, ne se portent pas facilement volontaires pour participer à une étude comme celle-ci. Leur point de vue demeure donc inconnu. L'utilisation d'entrevues qualitatives représente une limite bien documentée sur le plan de la désirabilité sociale. C'est pourquoi il est explicitement spécifié en début d'entrevue que les propos doivent refléter leur point de vue et non pas ce qui est, selon eux, « politiquement correct ». Néanmoins, les résultats permettent un regard en profondeur de l'expérience du stress chez les agriculteurs.

RÉSULTATS

Dans un premier temps, les résultats sur les sources et les manifestations du stress sont détaillés. Les principales sources de stress sont regroupées en trois catégories : l'entreprise agricole, la conciliation travail-famille et les relations interpersonnelles. Loin d'être des catégories étanches, les préoccupations dans une catégorie ont souvent des répercussions dans les deux autres sphères et inversement. Les manifestations du stress sont également abordées, incluant les idéations suicidaires. Par la suite, ces résultats sont discutés sous l'angle du cadre théorique retenu.

Les sources de stress

Le stress relié à l'entreprise agricole

Les participants identifient unanimement la rentabilité de l'entreprise comme la plus grande source de stress, reliée à des contraintes comme l'horaire, la charge de travail, les exigences gouvernementales (paperasse), la relève et le transfert de ferme, la température, la concurrence et la mondialisation. La pression financière amène plusieurs agriculteurs à s'endetter sérieusement. Dans ce contexte, la faillite signifie l'échec dans le rôle de pourvoyeur et la perte de la fierté associée à l'accomplissement professionnel.

Une faillite c'est dur. Ça vient tellement te chercher parce que tu y as mis ton cœur et ton âme pendant des années, pas juste dans le but nourrir ta famille. C'est de monter une entreprise que tu as bâtie et dont tu es fier (Ludovic, acériculteur).

La majorité des participants partagent l'idée que l'équilibre financier est rare et difficile à atteindre, ce qui aggrave leur sentiment de détresse psychologique. Un point de vue minoritaire consiste à normaliser l'ampleur de ce stress en le comparant avec celui d'autres professions qui partagent des exigences entrepreneuriales (ex. : la restauration).

Conciliation travail-famille-loisirs

L'horaire et la charge de travail sont considérés comme des sources de stress particulièrement lorsque les exigences de la ferme se heurtent aux exigences des rôles de père et de conjoint. Si la conciliation travail-famille est déjà difficile dans ce contexte, elle peut l'être encore plus lorsque l'agriculteur se compare à son propre père. Constatant que la conciliation travail-famille n'a pas la même signification pour son père et pour lui, un participant dans la trentaine décrit la culpabilité vécue.

Mon père, c'est un gros travaillant puis il ne compte pas ses heures. D'un côté, il y a de l'ouvrage et je veux que mon père soit fier de moi, puis de l'autre, je voudrais être avec ma femme et mes enfants. C'est niaiseux, à un moment donné je n'étais plus capable, j'étais rendu à bout (Jean-François, multi-productions).

Ce point de vue est partagé par plusieurs participants qui expriment une tension entre deux modèles paternels : celui du travailleur acharné, véhiculé par les générations précédentes, et celui plus près des hommes de leur génération. Dans ce second modèle, les participants souhaitent être plus engagés et plus près de leurs enfants. Ils rapportent partager les tâches domestiques et le rôle de pourvoyeur avec leur conjointe, qui travaille souvent à l'extérieur de la ferme. Sur ce plan, certains participants expliquent leur réalité à partir du syndrome de la *superwoman* (chercher la perfection dans l'accomplissement à la fois des rôles de mère et de

travailleuse), bien documenté du côté des femmes, marquant ainsi leur difficulté d'exceller dans leur rôle de père et celui de travailleur-entrepreneur agricole. De plus, la conciliation entre le travail et les loisirs et l'importance accordée à la qualité de vie sont identifiées comme les principales différences entre leur génération et celle de leur père, comme le révèle l'extrait suivant.

Les jeunes agriculteurs sont comme les autres jeunes. Ils sont beaucoup plus attachés à leur qualité de vie que les anciens l'étaient. Ça arrive de voir un bonhomme qui n'a jamais pris une journée de congé, même quand il était malade. Tandis que les jeunes vont avoir des fermes de groupe, vont se prendre une fin de semaine [...] On s'organise pour sortir aussi, c'est moins une honte de prendre soin de sa qualité de vie (Olivier, éleveur d'agneaux).

Cependant, un point de vue minoritaire soutient que la génération précédente avait plus de temps de loisirs qu'aujourd'hui. Une autre nuance dans la conciliation travail-famille est basée sur les variations de la charge de travail selon les saisons, comme l'explique ce participant :

J'aime être avec ma fille, comme là [en hiver], je vais la chercher à garderie, je la fais souper, je joue avec elle jusqu'à tant qu'elle se couche, puis je trouve ça cool au bout. L'été, c'est plus difficile et ça crée une certaine tension (Mathieu, producteur laitier).

Bref, les agriculteurs, surtout de la génération Y, se sentent souvent coincés entre les nombreuses exigences liées l'entreprise agricole et leur profond désir de vivre pleinement leur vie conjugale et familiale tout en se permettant des loisirs comme la plupart des autres travailleurs.

Relations interpersonnelles

En agriculture, les sphères familiales et professionnelles s'entrecroisent souvent. Les séparations, les divorces et les difficultés parentales sont des préoccupations importantes pour plusieurs participants. Durant un transfert de ferme, de vives tensions peuvent avoir des conséquences graves, comme l'explique ce jeune agriculteur.

Mon père m'avait promis de m'associer à l'entreprise et ça n'a pas fonctionné. J'ai perdu toutes mes économies. L'atmosphère était très tendue. C'était très dur psychologiquement. Quand il m'a montré la porte, j'ai fait ma tentative de suicide (Kevin, producteur laitier).

Ce point de vue est appuyé par d'autres participants qui soulignent la tension qui résulte de la difficulté à atteindre un équilibre entre la transmission des pouvoirs et du savoir-faire de père en fils, et de donner à ce dernier la confiance nécessaire pour prendre son envol dans l'entreprise familiale.

Plus du tiers (12) des participants ont vécu une séparation ou un divorce et la plupart d'entre eux identifient cet évènement comme le plus intense sur le plan du stress.

Elle m'a laissé avec les enfants. Comment j'ai pu tout organiser ? Il faut dire que je m'occupais beaucoup aussi des enfants, plus que mon père ne l'a fait avec nous. Je suis un agriculteur, mes parents sont mariés depuis plus de 40 ans, je n'ai jamais connu le divorce. Je ne voulais pas le faire vivre à mes enfants [pour] moi c'est très important la famille (Steve, producteur de céréales).

La valeur fondamentale accordée à la famille accentue le stress vécu au cours de cette épreuve. Pour un autre participant, la séparation est vécue à partir des conséquences du vide et la chute de l'idéal familial.

Je suis tombé, il y avait de l'écho dans la maison, plus de meubles, plus rien. Elle partait aussi avec la moitié du savoir. Je m'occupais du travail physique de ferme, mais elle, c'était tout le reste : service à la clientèle, comptabilité, etc. Ma vision de la famille venait de s'effondrer et ça m'a découragé (Éric, multi-producteur).

Par ailleurs, les effets de la séparation sont d'autant plus lourds qu'ils sont vécus dans la solitude, ce qui n'est pas seulement le lot des agriculteurs séparés, mais celui de tous ceux qui travaillent majoritairement seuls. Il y a un consensus parmi les participants sur l'association entre la solitude ou l'isolement et les risques sur le plan psychologique.

Ce n'est pas le travail qui tue en agriculture, c'est la solitude, je l'ai vu. S'il n'y avait pas tant de solitude, il n'y aurait pas autant de problèmes en agriculture (Jean-Marc, producteur laitier).

À part quelques représentants, on est quasiment tout le temps tout seul. Ça fait qu'on est plus sujet aux dépressions (Bernard, multi-production).

L'habitude de travailler seul, même de devoir souvent se débrouiller seul dans les travaux de la ferme (réparations mécaniques, soins aux animaux, etc.), comporte aussi des répercussions

quand vient le temps de chercher de l'aide ou simplement d'avoir une écoute attentive autour de soi pour ventiler.

Tu endures, ça va trop loin et tu retrouves le bonhomme pendu, mais ça je le sais. On est chez nous tout seul, pis on se dit que ça va passer, etc. L'habitude de tout faire tout seul. Des fois, on a besoin de se faire allumer une lumière aussi, puis il n'y a pas tout le temps quelqu'un (Sylvain, producteur maraîcher).

Les soucis reliés à l'entreprise elle-même (que ce soit sur le plan financier, les aléas du mauvais temps, ou autres), la difficile conciliation entre le travail, la vie familiale et les loisirs, et les relations interpersonnelles, incluant les étapes difficiles comme une séparation ou un divorce ou encore le transfert de la ferme et le fait de beaucoup travailler seul représentent les principales sources de stress que les participants ont identifiées spontanément. La prochaine section s'intéresse à la manière dont le stress est vécu.

Manifestations du stress

Les participants reconnaissent le stress par ses manifestations physiques, psychologiques et sociales. Sur le plan physique et physiologique, le stress se manifeste par le manque ou le surplus de sommeil, la fatigue, les brûlements d'estomac et les tensions musculaires. Mathieu explique comment il a vécu une période particulièrement chargée :

Pour moi le stress touche vraiment le sommeil et je perds beaucoup de poids. Quand j'ai construit la maison, j'ai vécu un rythme de stress pendant un mois et demi et j'ai perdu 30 livres! Ta tête n'arrête jamais ; elle vire tout le temps (Mathieu, producteur laitier).

Sur le plan psychosocial, l'irritabilité s'impose comme la principale manifestation du stress, marqué par une attitude d'impatience ou d'intolérance, notamment dans les interactions avec les proches. Parmi les nuances exprimées, des agriculteurs plus âgés, comme Anthony, notent que l'irritabilité s'estompe avec l'âge, ce qui fait l'objet de mentorat auprès de son fils.

Aujourd'hui, je suis tempéré, ça vient avec l'âge. Dans ma force de la trentaine, dans mes meilleures années, ma femme était patiente. Je pouvais être enragé et on pouvait être deux jours sans se parler. On contrôlait moins nos émotions, on faisait la gueule. Mon fils est pareil à cet âge-là et c'est moi qui essaye de le tempérer (Anthony, multi-production).

D'autres participants remarquent qu'ils sont stressés lorsqu'ils tendent à s'isoler ou lorsqu'ils perdent le contrôle de leurs émotions. Parfois, le stress intense provoque des crises

d'angoisses. À ce sujet, Steve parle de son divorce survenu en période des semences, ce qui a exacerbé son isolement.

Tu passes beaucoup de temps seul sur le tracteur pendant les semences et tu as juste ça à faire : penser. Je faisais des crises d'angoisse aiguës. C'est incroyable, le mal de cœur et de ventre. Ça te pogne dans la poitrine, tu es figé, tu bloques assez que des fois en pleine nuit, j'arrêtais de semer pour faire le tour du tracteur. Tout allait trop vite, mais tu ne voyais plus clair [...]. C'est là, j'ai dû aller en thérapie, justement parce que je suis tombé dans une détresse, je ne peux pas m'en cacher (Steve, producteur céréalier).

L'épuisement peut se transformer insidieusement en crise suicidaire, comme l'ont vécu certains participants. La croyance de pouvoir s'en sortir seul peut résister longtemps à une situation qui se détériore dangereusement.

Je pouvais tirer mes vaches à 3 h dans la nuit, à 11h le matin pendant un certain temps, parfois juste une fois par jour. Des fois, je me lavais et me changeait seulement une fois par semaine. Malgré ça, je pensais m'en sortir tout seul. À un moment donné, je pensais juste à me suicider. Ça aurait réglé tous les problèmes, mais par contre, ça en laisse tout un : mes animaux. Je pense que j'ai vécu pour eux. Parce qu'ils avaient besoin de nourriture (Jocelyn, producteur laitier).

La responsabilité envers ses animaux a maintenu Jocelyn en vie durant cette période difficile, ce qui lui a donné le temps de considérer des alternatives au suicide. Il a alors consulté une ressource psychosociale. Les idéations suicidaires ont aussi été le lot de Bernard, alors que plusieurs drames sont survenus dans une courte période. Un policier a abordé avec lui le risque suicidaire, ce qui amorcé une démarche d'aide jugée salutaire.

Après l'incendie, le policier m'a donné son numéro de téléphone. Ça voulait dire « tu es probablement dans la merde, puis avant que tu fasses des niaiseries, bien tu m'appelleras ». Ça m'avait brassé un peu. Le suicide m'est passé par la tête, souvent. C'est là que j'ai cherché de l'aide. De rencontrer d'autres personnes qui ne sont pas en agriculture et qui vivent d'autres types de problèmes, ça donne un élan, c'était différent, ça faisait une sortie aussi (Bernard, multi-productions).

Les idées suicidaires sont exprimées par le fait de « voir noir », une situation jugée fréquente chez des agriculteurs, tel qu'exprimé dans le prochain extrait.

Tu ne crois plus à rien, tu vois tout noir, tu n'as aucun espoir de te relever. On a des problèmes nous autres aussi les producteurs. Ça nous prend de l'aide des fois, mais adaptée aux agriculteurs. Qu'est-ce qui a bien pu motiver le suicide de [nom d'un proche]? C'est une détresse. Une peine d'amour, tu ne te suicides pas pour ça, pour du matériel non plus [sacres]! Il y a d'autres choses dans la vie que ça (Ludovic, acériculteur).

Tout au long de l'entrevue, cet agriculteur a enchaîné les propos sur les idées suicidaires en lien avec ses difficultés, le non-sens du suicide et les retombées positives de s'ouvrir à des gens de confiance.

Les facteurs de protection

Pour faire un contrepoids aux facteurs de stress, le sens des responsabilités envers la famille émerge comme le plus important facteur de protection. Il permet de considérer que le suicide n'est pas une option et que d'autres avenues doivent être envisagées.

Quand tu entres dans une crise d'angoisse, les idées roulent à 200 miles à l'heure. Je pensais au suicide, sauf que rendre mes trois enfants orphelins avec leur mère qui a un problème mental, ça n'aidera pas. Je les mettrais dans la misère. C'est comme ça je me ramènerais (Steve, producteur céréalier).

S'il n'y a pas de lumière au bout du tunnel, bien je penserais à mes enfants en premier, je ne leur ferais pas ce coup-là (Arthur, producteur laitier).

Un autre point de vue considère l'orgueil comme un facteur de protection contre le suicide en considérant le regard des autres sur ce geste et le souci de protéger ses enfants d'une telle expérience. « De penser que “ Maudit, il s'est suicidé! ”, l'image ou l'idée que les autres se feraient de moi, ce ne serait pas fort. Question de fierté, d'orgueil, il faut vraiment être dans le noir total » (Arthur, producteur laitier).

Des agriculteurs sans enfant considèrent également la famille comme un rempart contre le stress, l'isolement et le suicide.

On est cinq dans l'entreprise. Quand il y en a un qui est plus stressé que les autres, on est quatre pour l'écouter. Tandis que celui qui est tout seul dans son fond de rang, s'il se ramasse dans la merde, il est seul au monde. Des gars qui se pendent dans la grange, il y en a trop. Ça, c'est des gars isolés, tous seuls (Isaac, producteur laitier).

Également, les agriculteurs qui sont en contact avec le public (ex. : vente à la ferme) bénéficient d'un soutien que d'autres n'ont pas.

Dans des moments difficiles sur le plan émotionnel et financier, j'ai eu un support extraordinaire que n'ont pas beaucoup d'agriculteurs, qui sont enfermés dans leur ferme laitière ou porcine et qui ne voient pas beaucoup de monde. Le fait de vendre à la ferme, je me suis ouvert à certains de mes clients qui sont devenus mes amis. Ça m'a permis de passer à travers (Louis, viticulteur).

Les propos des participants se complètent donc sur les risques de l'isolement et les bénéfices du soutien social. Ils soulignent la capacité de pouvoir ventiler les expériences difficiles auprès de personnes de confiance, comme les membres de la famille ou les amis. En somme, l'expérience du stress et ses manifestations révèlent plusieurs facteurs de risque et de protection sur le plan de la santé mentale. Ces éléments prennent une signification particulière dans le contexte de la santé mentale des hommes, ce qui est l'objet de la section suivante.

DISCUSSION

Certains aspects de la masculinité sont affectés par le stress vécu par les agriculteurs. Les difficultés financières de la ferme, les séparations ou les divorces sont autant de facteurs de stress qui ébranlent l'idéal familial, qui s'appuie notamment sur le rôle de pourvoyeur et sur la fierté de l'accomplissement professionnel. Plusieurs études font consensus sur le caractère critique de ces épreuves en matière de risque suicidaire chez les agriculteurs (Droz et al., 2014; Jacques-Jouvenot & Laplante, 2009; Sturgeon & Morrissette, 2010), comme chez les hommes en général (Houle, Mishara, & Chagnon, 2008; Oliffe, Ogradniczuk, Bottorff, Johnson, & Hoyak, 2012). L'isolement est unanimement identifié comme l'un des plus importants facteurs de risque de dépression et de suicide. Tout comme dans l'étude de Parent, Perrier et Rousseau (2010), il devient essentiel de tenir compte de l'ampleur et des risques associés à l'isolement chez les agriculteurs. Cette connexion entre l'isolement, la dépression et le suicide, questionne la valorisation d'un des stéréotypes forts en agriculture, soit celui de l'agriculteur solitaire et indépendant (Brownhill, Wilhelm, Barclay, & Schmied, 2005). Les manifestations du stress sont généralement exprimées de manière conforme à l'IMT, particulièrement en ce qui concerne l'irritabilité, le repli sur soi et les troubles physiques et physiologiques, ce qui pourrait faire en sorte que plusieurs dépressions passent sous le radar jusqu'à ce qu'elles atteignent l'état de crise. D'ailleurs, la plupart des participants qui ont demandé de l'aide l'ont fait dans ce contexte de

crise, comme si seule la crise, ultimement, permettait de légitimer la demande d'aide (Dulac, 2001; Robertson, 2007).

Une étude d'Oliffe *et al.* (2012) révèle que les hommes qui s'alignent sur l'idéal du bon père tendent à adopter des stratégies prosociales (connexion avec la famille et les services psychosociaux) alors que ceux qui s'alignent sur un idéal masculin stoïque contemplent davantage l'isolement et le suicide. Dans notre étude, la démonstration de la masculinité basée sur le travail acharné et le stoïcisme est en perte de légitimité chez les agriculteurs plus jeunes en général, mais également chez les plus âgés qui valorisent l'idéal du bon citoyen et bon père de famille (Robertson, 2007). Ceci peut suggérer un alignement bénéfique sur des comportements de santé. De plus, nos résultats apportent un éclairage novateur sur la relation particulière des agriculteurs avec la ferme (entreprise et animaux), qui peut aussi représenter un levier pour contrer les idées suicidaires par la recherche d'alternatives, comme la demande d'aide. Dans le même sens, le soutien social est largement valorisé durant les moments difficiles, au détriment des normes masculines de stoïcisme et d'indépendance. Il est donc possible d'espérer un changement social vers une diminution des barrières psychosociales à la demande d'aide, comme le suggère Anderson (2009). Même l'orgueil, généralement considéré comme une barrière à la demande d'aide, a permis à certains de se distancer des idées suicidaires.

Implication pour l'intervention

L'idée de mettre à profit des pratiques masculines positives a des implications novatrices sur le plan de l'intervention auprès des agriculteurs. Nos résultats partagent avec d'autres recherches le besoin de miser sur l'idéal du bon père / citoyen / agriculteur et sur la solidarité du milieu agricole, qui s'exprime notamment à travers le soutien social et le sentiment d'appartenance (Jacques-Jouvenot & Laplante, 2009; Kutek, Turnbull, & Fairweather-Schmidt, 2011; McLaren & Challis, 2009; Robertson, 2007). La proximité et les relations entre l'entreprise, la famille élargie et la communauté soulignent la pertinence des perspectives systémique et communautaire. Le principal défi demeure toutefois de rejoindre efficacement les personnes plus isolées et celles qui valorisent l'indépendance et tendent à nier le risque du stress sur la santé et la qualité de vie. Ainsi, les interventions à venir pourront contribuer à légitimer les comportements visant la santé et le bien-être chez les agriculteurs et leur famille. L'urgence de se préoccuper de la santé mentale des agriculteurs devrait aussi se traduire par une cible prioritaire à l'intérieur d'une stratégie nationale de prévention du suicide en milieu rural, comme le font déjà l'Australie et l'Écosse (ACAHS, 2006; NHS Health Scotland, 2013).

Implication pour la recherche

Les résultats de cette recherche appuient la pertinence d'aborder les problèmes sociaux au-delà de la description des aspects pathogènes, pour mettre en lumière les forces et les capacités des individus et des collectivités. À ce sujet, il serait intéressant d'examiner comment l'indépendance et l'orgueil peuvent, dans certains contextes, favoriser les comportements sains plutôt que d'aggraver une crise. Par ailleurs, les agriculteurs interviewés expriment une grande préoccupation pour la conciliation travail-famille. Également, les forts taux de suicide chez les hommes vivant en milieu rural suggèrent le développement de la recherche auprès d'autres groupes de ce milieu comme les pêcheurs, les travailleurs forestiers, sans oublier ceux qui n'ont pas d'emploi. Autrement, l'attention portée aux hommes agriculteurs suggère de s'intéresser aux besoins d'autres groupes en milieu rural, à commencer par les femmes agricultrices qui, même si elles s'enlèvent la vie moins souvent que leurs confrères masculins, vivent néanmoins des taux de détresse psychologique plus élevés qu'eux.

CONCLUSION

Cette étude avait pour but d'explorer les connexions entre les pratiques masculines et l'expérience du stress chez les agriculteurs. Les plus grandes sources de stress sont reliées à l'entreprise, à la conciliation travail-famille et aux relations interpersonnelles, incluant les séparations et les divorces. Ces difficultés sont vécues de manière conflictuelle avec le rôle de pourvoyeur et avec la performance au travail. Les pratiques masculines qui s'appuient sur le sens des responsabilités envers la famille, l'entreprise et les animaux se démarquent comme un important facteur à la fois de stress, mais aussi de protection, notamment contre les idées suicidaires. Il est donc suggéré de mettre à profit ces pratiques qui interpellent le sens des responsabilités et les liens sociaux pour légitimer une saine adaptation au stress et pour développer des interventions adaptées à la réalité des agriculteurs. Nous espérons que cette étude contribuera à attirer l'attention sur la santé mentale des agriculteurs puisque les recherches sur ce sujet sont encore trop rares, compte tenu des besoins non seulement en recherche, mais également en formation et en intervention sociale.

BIBLIOGRAPHIE

ALSTON, M. (2012). Rural male suicide in Australia. *Soc Sci Med*, 74(4), 515-522. doi: 10.1016/j.socscimed.2010.04.036

- ALSTON, M., & KENT, J. (2008). The Big Dry: The link between rural masculinities and poor health outcomes for farming men. *Journal of Sociology*, 44(2), 133-147.
- ANDERSON, E. (2009). *Inclusive masculinity the changing nature of masculinities*. New York: Routledge.
- AUSTRALIAN CENTRE FOR AGRICULTURAL HEALTH AND SAFETY. (2006). *Rural Mental Health Blueprint a National First: Australian Centre for Agricultural Health and Safety*.
- BROWNHILL, S., WILHELM, K., BARCLAY, L., & SCHMIED, V. (2005). 'Big build': hidden depression in men. *Aust N Z J Psychiatry*, 39(10), 921-931.
- CANADIAN AGRICULTURAL SAFETY ASSOCIATION. (2005). *National stress and mental survey of Canadian farmers: CASA*.
- CONNELL, R. W., & MESSERSCHMIDT, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender & Society*, 19, 829-859.
- COURTENAY, W. H. (2011). *Dying to be men*. New York, NY: Routledge.
- DROZ, Y., MIÉVILLE-OTT, V., JACQUES-JOUVENOT, D., & LAFLEUR, G. (2014). *Agriculture familiale et santé publique; une anthropologie comparée des politiques agricoles francophones : France-Québec-Suisse*. Paris: Karthala.
- DULAC, G. (2001). *Aider les hommes... aussi*. Montréal: VLB éditeur.
- FRASER, C. E., SMITH, K. B., JUDD, F., HUMPHREYS, J. S., FRAGAR, L. J., & HENDERSON, A. (2005). Farming and mental health problems and mental illness. *Int J Soc Psychiatry*, 51(4), 340-349. doi: 10.1177/0020764005060844
- HAWTON, K., SIMKIN, S., & MALMBERG, A. (1998). *Suicide and stress in farmers*. London: Stationery Office.
- HOULE, J., MISHARA, B. L., & CHAGNON, F. (2008). An empirical test of a mediation model of the impact of the traditional male gender role on suicidal behavior in men. *J Affect Disord*, 107(1-3), 37-43.
- JACQUES-JOUVENOT, D., & LAPLANTE, J.-J. (2009). *Les maux de la terre : regards croisés sur la santé au travail en agriculture*. La Tour d'Aigues: Editions de l'Aube.
- JUDD, F., JACKSON, H., FRASER, C., MURRAY, G., ROBINS, G., & KOMITI, A. (2006). Understanding suicide in Australian farmers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41(1), 1-10. doi: 10.1007/s00127-005-0007-1
- JUDD, F., JACKSON, H., KOMITI, A., MURRAY, G., FRASER, C., GRIEVE, A., & GOMEZ, R. (2006). Help-seeking by rural residents for mental health problems: the importance of agrarian values. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(9), 769-776.

- KUTEK, S., TURNBULL, D., & FAIRWEATHER-SCHMIDT, A. K. (2011). Rural men's subjective well-being and the role of social support and sense of community: evidence for the potential benefit of enhancing informal networks. *Australian Journal of Rural Health, 19*(1), 20-26.
- LABRECQUE-DUCHESNEAU, M., GAGNÉ, J., & PICARD, F. (2011). Le travailleur de rang: une plus-value pour une qualité de vie en milieu rural. *Intervention, 135*(2), 106-114.
- LAFLEUR, G., & ALLARD, M.-A. (2006). *Enquête sur la santé psychologique des producteurs agricoles du Québec*. Montréal, QC: COOP Fédérée.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Pub. Co.
- MAXWELL, J. A. (1998). Designing a qualitative study. Dans L. Bickman & D. J. Rog (dir.), *Handbook of applied social research methods*. (p. 69-100): Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- MCLAREN, S., & CHALLIS, C. (2009). Resilience among men farmers: the protective roles of social support and sense of belonging in the depression-suicidal ideation relation. *Death Stud, 33*(3), 262-276.
- NHS HEALTH SCOTLAND. (2013). National guide on suicide prevention in rural areas. Part 2: Reference document Evidence-based approach and case study examples. Edinburgh.
- NÍ LAOIRE, C. (2002). Young farmers, masculinities and change in rural Ireland. *Irish Geography, 35*(1), 16-27.
- OLIFFE, J., & GREAVES, L. (2012). *Designing and conducting gender, sex & health research*. Thousand Oaks, California: Sage.
- OLIFFE, J. L., OGRONCZUK, J. S., BOTTORFF, J. L., JOHNSON, J. L., & HOYAK, K. (2012). « "You feel like you can't live anymore": suicide from the perspectives of Canadian men who experience depression ». *Soc Sci Med, 74*(4), 506-514. doi: 10.1016/j.socscimed.2010.03.057
- PAMPALON, R., MARTINEZ, J., & HAMEL, D. (2006). Does living in rural areas make a difference for health in Quebec? *Health Place, 12*(4), 421-435. doi: 10.1016/j.healthplace.2005.04.002
- PARENT, D., PERRIER, J.-P., & ROUSSEAU, G. (2010). *Analyse de l'isolement social, de la sociabilité et de la qualité du soutien social chez les jeunes agriculteurs québécois*. Québec: Université Laval, Target Laval.
- PLECK, J. H. (1995). The gender role strain paradigm: an update. Dans R. F. Levant & W. S. Pollack (dir.), *A new psychology of men* (p. 11-32). New York: Basic Books.

- ROBERTSON, S. (2007). *Understanding Men and Health: Masculinities, Identity and Well-being*. Breshire: Open University Press.
- ROY, P., TREMBLAY, G., & ROBERTSON, S. (2014). Help-seeking among Male Farmers: Connecting Masculinities and Mental Health. *Sociologia Ruralis*, 54(4), 460-476. doi: 10.1111/soru.12045
- STURGEON, R., & MORRISSETTE, P. J. (2010). A qualitative analysis of suicide ideation among Manitoban farmers. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 44(2), 191-207.
- THOMAS, D. R. (2006). A General Inductive Approach for Analyzing Qualitative Evaluation Data. *American Journal of Evaluation*, 27(2), 237-246. doi: 10.1177/1098214005283748
- THOMAS, H. V., LEWIS, G., THOMAS, D. R., SALMON, R. L., CHALMERS, R. M., COLEMAN, T. J., SOFTLEY, P. (2003). Mental health of British farmers. *Occup Environ Med*, 60(3), 181-185; discussion 185-186.
- TREMBLAY, G., & DÉRY, F. (2010). La santé des hommes au Québec. Dans J.-M. Deslauriers, G. Tremblay, S. Genest-Dufault, D. Blanchette & J.-Y. Desgagnés (dir.), *Regards sur les hommes et les masculinités* (p. 305-330). Québec: Les Presses de l'Université Laval.
- VIENS, C., & LEBEAU, A. (2011). *Les comportements des familles agricoles à l'égard de la gestion du stress et de la recherche d'aide*. Longueuil: ASSS et Direction de santé publique de la Montérégie; Au coeur des familles agricole