

# Le Programme Arive<sup>MD</sup> d'Arete : élément clé de la résilience

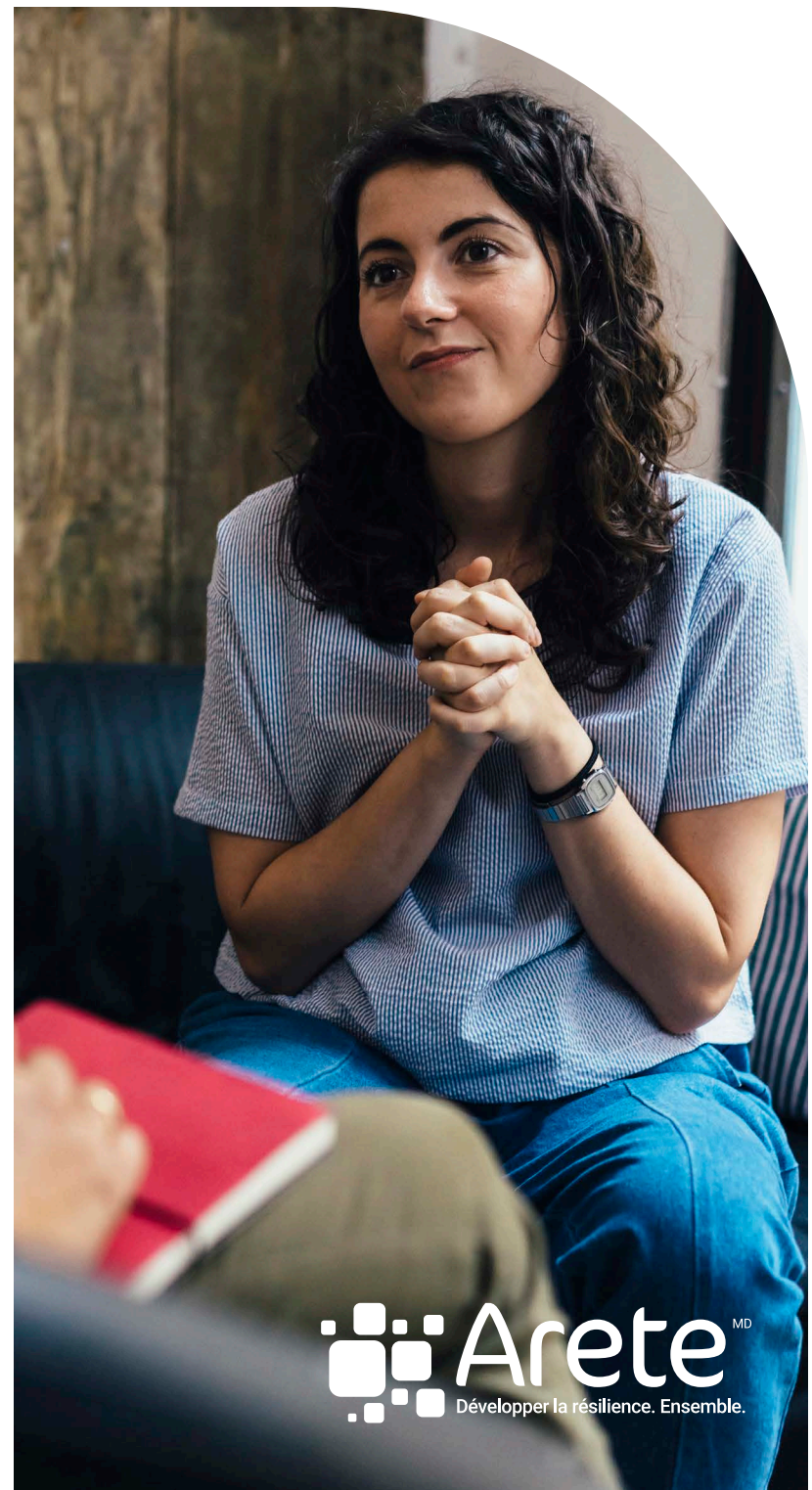
La résilience a trait à la capacité de rebondir ou de surmonter le stress. Elle permet de s'adapter à des situations difficiles et de demeurer en santé et capable de fonctionner lorsque l'adversité est grande\*. C'est un sujet de recherche important dans les domaines des sciences du comportement, de la médecine et du suivi psychologique, mais on sait peu de choses concernant l'impact des programmes d'aide aux employés sur le niveau de résilience d'une personne.

Étant donné que le degré de résilience d'un employé peut grandement influencer sa capacité d'accomplir son travail, et sachant que la résilience peut s'apprendre et se développer, il nous importait de comprendre l'impact du Programme d'aide aux employés (PAE) Arive sur la résilience.

Workreach Lab a conçu et réalisé de manière indépendante une étude de résultats pré-test post-test fondée sur des données d'Arete. L'étude visait à évaluer l'évolution de la capacité perçue des clients de rebondir ou de surmonter le stress et l'adversité, leur aptitude personnelle à réagir efficacement (autoefficacité) et leurs niveaux de présentisme, d'absentéisme et de productivité avant et après l'utilisation du PAE d'Arete.

Pour l'étude, on a utilisé un indice de résilience — un amalgame d'échelles utilisées pour évaluer l'aptitude d'une personne à rebondir et à réagir à l'adversité — et on a pris en compte tous les utilisateurs du PAE d'Arete. Des analyses additionnelles ont également été menées avec des sous-groupes d'utilisateurs du PAE ayant fait l'objet d'un dépistage positif de dépression.

\* Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., et Bernard, J. (2008). <<The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back.>> International journal of behavioral medicine, 15(3), 194-200.



 **Arete**<sup>MD</sup>  
Développer la résilience. Ensemble.

# L'importance de la résilience

Il importe de souligner que la résilience est une compétence acquise qui peut être améliorée grâce à des services de consultation de haute qualité comme ceux offerts dans le cadre du PAE d'Arete.

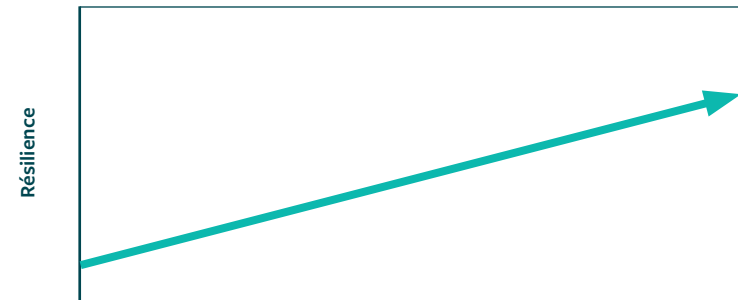
## Pour vos employés

- Les employés résilients ont une meilleure capacité de réagir efficacement face aux défis de la vie à mesure qu'ils se présentent.
  - Les employés qui ont recours aux services de consultation de première qualité d'Arete sont plus aptes à rebondir et à gérer les défis, quel que soit leur état de santé mentale au moment d'accéder au soutien offert ou leur contexte démographique personnel.

## Pour votre entreprise

- Les employés résilients sont en général plus productifs, et l'augmentation de leur résilience après avoir eu accès aux services d'Arete entraîne une amélioration de leur rendement au travail.
- Le fait d'aider les employés à développer leur résilience comporte aussi des avantages à long terme, notamment :
  - cela les aidera à maintenir un niveau élevé de productivité face à des défis personnels et professionnels futurs;
  - cela favorise la croissance personnelle de l'employé dans son intégralité, tant au travail qu'à la maison.

## La résilience influe sur la productivité et la satisfaction face à la vie



Productivité et satisfaction face à la vie

\* Remarque : Ce diagramme illustre la corrélation générale entre l'augmentation de la résilience et l'amélioration de la productivité et de la satisfaction face à la vie. Pour lire le rapport en entier et les données qui y sont associées, veuillez communiquer avec nous.

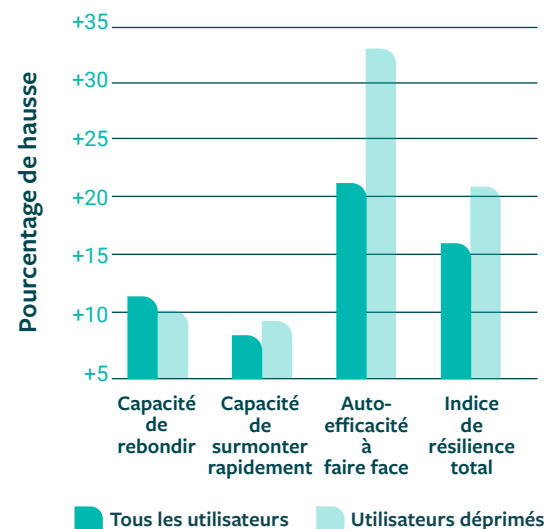


## Le PAE d'Arete accroît la résilience

- L'étude a établi qu'après avoir eu accès au PAE d'Arete :
  - les utilisateurs ont fait état d'une hausse statistiquement significative de l'indice de résilience : en moyenne, 16 % pour l'ensemble des utilisateurs;
  - la hausse de l'indice de résilience était encore plus importante pour les utilisateurs qui ont eu un dépistage positif de dépression clinique probable avant d'avoir accès au PAE (50 %) : en moyenne, 21 % pour les utilisateurs déprimés.
- Les utilisateurs qui ont fait état d'une augmentation importante de la résilience après avoir recouru aux services de consultation ont aussi signalé une plus grande amélioration de la productivité et de la satisfaction face à la vie ainsi qu'une diminution du présentéisme et des absences imprévues.
  - Des recherches antérieures portant sur la productivité ont montré que l'augmentation de la résilience découlant de l'accès au PAE se traduisait par des réductions marquées des coûts des employeurs (entre 6 476 \$ et 15 036 \$ par employé, par année).\*\*

\*\* Milot, M. (2021). Arete Productivity Outcomes Report 2021.

## Amélioration de la résilience après avoir utilisé le PAE d'Arete



## Comment nous développons la résilience grâce au PAE d'Arete

### 1. Nous recrutons, soutenons et gérons un réseau de professionnels de grande qualité.

- Les professionnels du Réseau Arete incarnent notre engagement envers les gens et notre confiance en l'utilité et l'impact du suivi psychologique. Nos normes élevées de recrutement, nos processus d'admission et d'évaluation et notre soutien constant à l'égard des cliniciens du réseau nous assurent que nos clients sont toujours jumelés à des professionnels de haut calibre, efficaces et empathiques, qui sont les mieux placés pour répondre à leurs besoins particuliers. Ils nous assurent aussi que nos programmes produiront les résultats pour lesquels ils sont conçus.

### 2. Nous sommes centrés sur la qualité du jumelage.

- La recherche a montré que les clients ayant fait état d'un niveau élevé d'alliance thérapeutique (force du lien entre le conseiller et le client qui favorise l'atteinte de leurs objectifs) avaient également signalé une plus grande amélioration de leur résilience. Nous concentrons donc des ressources importantes sur la qualité du jumelage client-thérapeute, puisqu'il a été prouvé qu'il s'agit du facteur de succès le plus important du parcours thérapeutique.

### 3. Nous assurons l'équité des résultats, peu importe le contexte démographique du client.

- L'analyse de l'équité des avantages a montré que le genre, l'âge, l'ethnicité, la situation conjugale, l'éducation et l'emploi n'influaient pas sur l'importance de l'augmentation de résilience associée aux services de consultation offerts dans le cadre du PAE d'Arete. C'est un programme qui fonctionne pour tout le monde.



# En conclusion

Le PAE d'Arete a permis aux utilisateurs d'améliorer considérablement leur résilience ou leur capacité de gérer l'adversité au travail ou dans leur vie personnelle. Les employés qui ont accédé au programme d'Arete étaient mieux outillés pour surmonter et régler les difficultés pour lesquelles ils ont cherché du soutien — et pour y parvenir plus rapidement. De plus, on peut s'attendre à ce que cette résilience accrue permette à tous les utilisateurs (peu importe leur contexte démographique) de réagir plus efficacement et de mieux surmonter l'adversité et les défis futurs tout en réduisant les conséquences négatives pour leur bien-être ainsi que les pertes de temps et de productivité au travail. Le PAE d'Arete est un investissement et un outil de développement de la résilience essentiels pour l'entreprise. Cette solution éprouvée aide vos employés à gérer les éléments qui les stressent actuellement, tout en les outillant mieux pour relever leurs défis dans l'avenir.

