

## Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

# Près d'un homme sur quatre en détresse psychologique

**Montréal, 12 novembre 2018** – Un sondage SOM réalisé auprès de 2 000 hommes québécois à la demande du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes (RPSBEH) et du Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes révèle que près du quart des hommes québécois (22 %) pourraient vivre de la détresse psychologique, mais qu'ils sont peu portés à consulter. Parmi ces derniers, seuls 29 % disent avoir demandé l'aide de ressources psychosociales au cours de la dernière année.

« Afin d'améliorer l'accessibilité et la qualité des services pour les hommes en détresse, il était crucial pour nous de mieux comprendre ce qui aiderait les hommes à consulter et leurs préférences en matière de services », précise Janie Houle (Ph.D.), professeure au Département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal et chercheure au Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal.

### Quelques faits saillants du sondage :

- 22 % des hommes interrogés seraient en situation de détresse psychologique probable, selon l'échelle de détresse psychologique en six points, qui mesure la fréquence perçue de certains états mentaux ou physiques, comme se sentir nerveux, fatigué au point où tout est un effort, déprimé, agité ou incapable de tenir en place, bon à rien ou désespéré.
- Les hommes sont peu portés à consulter, surtout en matière psychosociale. Si près des trois quarts disent avoir consulté un médecin de famille ou un spécialiste au cours de la dernière année, seulement 10% rapportent avoir consulté un intervenant psychosocial. Même chez ceux qui sont identifiés comme présentant de la détresse psychologique, 29 % disent ne pas avoir consulté d'intervenant psychosocial.
- Les situations pour lesquelles les hommes sont les plus susceptibles de consulter sont celles où ils constatent que leur problème a un impact sur leur enfant, ou encore s'ils pensaient au suicide. Les hommes estiment à 80 % la probabilité qu'ils consultent si leurs problèmes avaient un impact sur leurs enfants et à 75 % la probabilité qu'ils consultent s'ils pensaient au suicide.
- Les autres situations sondées, comme une conjointe ou conjoint qui menace de le laisser (52 %), une séparation conjugale (50 %), se sentir déprimé (49 %), la perte de la libido (48 %) ou la perte d'un emploi (38 %) ont un impact beaucoup moins grand sur la probabilité de consulter.
- Pour les hommes, le facteur le plus important pour les amener à consulter (48 %), c'est de sentir que l'intervenant pourra réellement les aider à régler leur problème. Qu'au-delà de l'écoute, ils recevront des outils concrets et des conseils donnés par des intervenants crédibles.
- La gratuité des services ou leur faible coût est un facteur considéré comme « très aidant » par 58 % des hommes interrogés. La barrière financière doit être éliminée le plus possible pour favoriser la demande d'aide des hommes.

- Pour 78 % des hommes anglophones, il est crucial que les services soient disponibles dans leur langue maternelle.
- La façon d'accueillir la demande est également importante. Il est « très aidant » pour certains hommes de pouvoir se rendre directement sur place, sans rendez-vous, (40 %) ou de pouvoir prendre un rendez-vous par Internet (34 %).
- Les proches peuvent aussi faciliter la demande d'aide. Pour plusieurs hommes, il est aidant qu'un proche prenne le rendez-vous pour eux (39 %) ou qu'il l'accompagne lors de la première rencontre (45 %).
- Les médecins ont un pouvoir d'influence important. Les hommes estiment à 80 % la probabilité de consulter un intervenant psychosocial si un médecin le leur recommandait. L'influence du médecin est plus grande que celle de la conjointe (70 %) et des amis (60 %).
- Enfin, il faut mieux faire connaître les ressources d'aide, par exemple à l'aide d'un site internet spécialisé qui répertorie et présente l'ensemble des ressources destinées aux hommes. Le site internet est la modalité de communication préférée par 69 % des hommes interrogés.

« Le sondage démontre clairement l'importance de démystifier l'intervention psychosociale, de réduire les barrières d'accès et de mieux faire connaître les ressources d'aide disponibles », analyse Janie Houle.

« Ces données inédites seront très utiles pour soutenir la mise en œuvre du Plan d'action ministériel en santé et bien-être des hommes du ministère de la Santé et des Services sociaux, qui a été rendu public le 22 août 2017 », soutient pour sa part Raymond Villeneuve, administrateur du RPSBEH.

**Les résultats complets du sondage peuvent être consultés ici :**

<http://www.rpsbeh.com/sondage.html>

#### **À propos du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes (RPSBEH)**

Le RPSBEH a comme mission de regrouper des organismes communautaires à but non lucratif intervenant en santé et bien-être des hommes, afin de favoriser la mise sur pied, le financement et la qualité des services pour le mieux-être des hommes et de l'ensemble de la population. Il regroupe 45 organismes communautaires œuvrant en santé et bien-être des hommes. Il reçoit l'appui financier du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). Pour plus d'information : [www.rpsbeh.com](http://www.rpsbeh.com)

#### **À propos du Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes**

Le Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes est rattaché au CIUSSS de la Capitale Nationale. Il regroupe 30 chercheurs issus de 11 universités. Il vise à rassembler et développer les expertises en santé et bien-être des hommes au Québec et favoriser le transfert des connaissances dans le domaine au sein du réseau de la santé et des services sociaux et du réseau communautaire.

Pour toute question ou demande d'entrevue :

Josephte Gagnon

Agente de liaison

Téléphone : 418 780-3613

Adresse électronique : [communications@rpsbeh.com](mailto:communications@rpsbeh.com)