

## Démystifier les ressources d'aide psychosociale pour les hommes en détresse psychologique

*Janie Houle, Ph.D, psychologue communautaire*

*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*

*Raymond Villeneuve*

*Administrateur du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes*

L'aide psychosociale offerte par les psychologues, les travailleurs sociaux et les intervenants en santé mentale œuvrant dans le milieu communautaire et le réseau de la santé peut vraiment être utile et faire une différence lorsqu'une personne vit de la détresse psychologique. Encore faut-il que la personne qui souffre fasse un pas vers la demande d'aide et que cette aide soit disponible.

Chez les hommes, cette situation pose un défi particulier, car ils sont souvent réticents à consulter, particulièrement en matière d'aide psychosociale. Selon un sondage SOM tout récent réalisé pour le compte du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes, près d'un homme sur quatre (22%) pourrait vivre de la détresse psychologique, alors que seulement 12% rapportent avoir consulté un intervenant psychosocial au cours des douze derniers mois.

Ce sondage fait suite à un premier coup de sonde, effectué en 2014, qui visait à identifier les freins à la demande d'aide. Afin d'améliorer l'accessibilité et la qualité des services pour les hommes en détresse, il était cette fois-ci crucial de mieux comprendre ce qui aiderait les hommes à consulter et à mieux connaître leurs préférences en matière de services. Le sondage fournit des pistes très intéressantes à cet égard.

D'abord, il faut démystifier tout ce qui entoure l'intervention psychosociale. Pour les hommes, le facteur le plus important au moment de consulter, 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. Bref, ils ont besoin de savoir à quoi s'attendre. Il reste encore beaucoup de travail à accomplir pour faire connaître l'intervention psychosociale, comment elle fonctionne, sa pertinence et son efficacité.

Une fois que les hommes réalisent qu'ils ont besoin de consulter, c'est important pour eux de savoir où s'adresser, savoir quelles sont les ressources à leur disposition. Or, il n'existe actuellement aucun site internet spécialisé qui répertorie et présente l'ensemble des ressources destinées aux hommes. Un tel outil — la modalité de communication préférée par les participants au sondage — devrait être développé en priorité.

Une fois que l'homme a décidé de consulter, il faut évidemment diminuer le plus possible les barrières à l'accès, notamment financières. La gratuité des services ou le faible coût arrive au

premier rang des facteurs aidant à la consultation. Pour les anglophones, notons qu'il est primordial que les services soient offerts dans leur langue maternelle.

Le sondage démontre également à quel point le fait d'offrir une réponse immédiate et de faire un suivi serré de chaque demande peut faire une différence. Si son appel arrive sur une boîte vocale, un homme sur quatre (24%) affirme qu'il laisserait tomber sa demande d'aide. S'ils doivent être mis sur une liste d'attente, 70% des hommes souhaitent qu'on les rappelle régulièrement pour prendre de leurs nouvelles. C'est aussi très important pour les hommes de pouvoir développer une relation de confiance avec l'intervenant. Les deux tiers (65%) préféreraient qu'il y ait une relation de continuité avec un même intervenant, quitte à devoir attendre avant de commencer l'intervention.

Enfin, il faut souligner que 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 ou du conjoint (70%) et des amis (60%).

Le ministère de la Santé et des Services sociaux a rendu public, le 22 août 2017, un Plan d'action ministériel en santé et bien-être des hommes. Ce plan prévoit des investissements pour, entre autres, « améliorer l'accessibilité aux services et mieux répondre aux besoins des hommes et des garçons, notamment en contexte de vulnérabilité ». Les résultats de ce sondage, nous l'espérons, pourront soutenir le développement de nouvelles stratégies pour faciliter la demande d'aide des hommes en détresse.

**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.

-30-

Pour toute question ou demande d'entrevue :

Josephthe Gagnon

Agente de liaison

Regroupement provincial - Téléphone : 418 780-3613

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