

Une étude



pour



L'OBSERVATOIRE SANTÉ
PRO BTP

RTL, Observatoire santé Pro-BTP

Vague 14 – Les Français et la santé mentale

Septembre 2024

Jean-Daniel Lévy, Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion

Morgane Hauser, Directrice d'études au Département Politique – Opinion

Yanis Belaghene, Chargé d'études senior au Département Politique – Opinion



Sommaire

Méthodologie d'enquête	P.3
Principaux enseignements de l'enquête	P.5
Des Français qui ont le moral... mais qui expérimentent passagèrement des signes de déprime	P.7
La dépression : un sujet plutôt bien identifié par les Français	P.12
Des professionnels pour traiter la dépression reconnus mais consultés par une minorité de Français	P.15

Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **20** au **23 septembre** 2024.



Échantillon de **1 004** personnes représentatif des Français âgés de 18 ans et plus.



Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : **sexe**, **âge**, **catégorie socioprofessionnelle**, **région** et **taille d'agglomération** de l'interviewé(e).



Aide à la lecture des résultats détaillés :

- Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- Les chiffres en italique sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne.

Intervalle de confiance

L'intervalle de confiance (parfois appelé « marge d'erreur ») permet de déterminer la confiance qui peut être attribuée à une valeur, en prenant en compte la valeur observée et la taille de l'échantillon. Si le calcul de l'intervalle de confiance concerne les sondages réalisés avec la méthode aléatoire, il est communément admis qu'il est proche pour les sondages réalisés avec la méthode des quotas.

Taille de l'échantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100 interviews	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10
200 interviews	3,1	4,3	5,7	6,5	6,9	7,1
300 interviews	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400 interviews	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500 interviews	2,0	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600 interviews	1,8	2,4	3,3	3,8	4,0	4,1
800 interviews	1,5	2,1	2,8	3,2	3,4	3,5
1 000 interviews	1,4	1,8	2,5	2,9	3,0	3,1
2 000 interviews	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,3
3 000 interviews	0,8	1,1	1,5	1,7	1,8	1,8
4 000 interviews	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6 000 interviews	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4

Note de lecture : dans le cas d'un échantillon de 1 000 personnes, si le pourcentage mesuré est de 10%, la marge d'erreur est égale à 1,8. Il y a donc 95% de chance que le pourcentage réel soit compris entre 8,2% et 11,8% (plus ou moins 1,8 points).



Principaux enseignements de l'enquête

Que retenir de cette enquête ?

- D'une manière générale, les Français semblent plutôt avoir le moral : **les trois quarts d'entre eux indiquent avoir un bon moral actuellement**. Un moral susceptible d'être influencé par quatre principaux facteurs selon les Français : **leur situation économique (43%), leur santé (42%), leur situation familiale (40%) et la qualité de leur sommeil (39%), les autres facteurs s'avérant un peu plus secondaires**. Par ailleurs, les baisses de moral s'avèrent relativement temporaires chez les Français : pour les trois quarts d'entre eux, elles n'excèdent pas une semaine (77%), ni même quelques heures pour la moitié d'entre eux (49%). **Mais malgré un moral assez bon, les Français sont nombreux à présenter des signes à ne pas négliger pour leur santé mentale, comme des difficultés à dormir (52%) ou une sensation de fatigue intense (46%)**. La plupart du temps, ces difficultés restent peu fréquentes, quoique non négligeables : **1 Français sur 10 indique ressentir des signes qui, lorsqu'ils se prolongent, peuvent être des symptômes de dépression**.
- Concernant le cas spécifique de la dépression, la maladie semble relativement identifiée par les Français : **66% d'entre eux déclarent qu'ils seraient en mesure d'en identifier les signes chez un proche et 67% pour eux-mêmes**, bien que cette capacité d'identification soit relative, moins d'un quart d'entre eux se montrant tout à fait sûrs d'eux. Pour les Français, la dépression constitue une maladie à proprement parler (85%), qui peut empêcher les personnes concernées (90%), mais aussi leur entourage (87%), de vivre normalement. Pourtant, par contraste, **ils jugent généralement qu'il s'agit d'une pathologie qui n'est pas suffisamment prise au sérieux, ni dans la population (43%), ni par le système de soins en France (49%)**.
- En matière de traitement de la dépression, **les proches (85%) et les professionnels de la santé mentale comme les psychologues (80%) sont considérés comme les plus utiles pour aider une personne présentant des symptômes de dépression**, tandis que l'utilité de la médecine du travail (57%), des hypnothérapeutes (56%) et des pharmaciens (46%) fait davantage débat. Enfin, la consultation d'un psychologue ne concerne qu'une minorité de Français (32%), même si 12% d'entre eux font part d'un besoin de consultation.



**Des Français qui ont le moral... mais qui
expérimentent passagèrement des signes de déprime**

Les Français semblent avoir le moral : près des trois quarts d'entre eux déclarent avoir un état d'esprit positif en ce moment

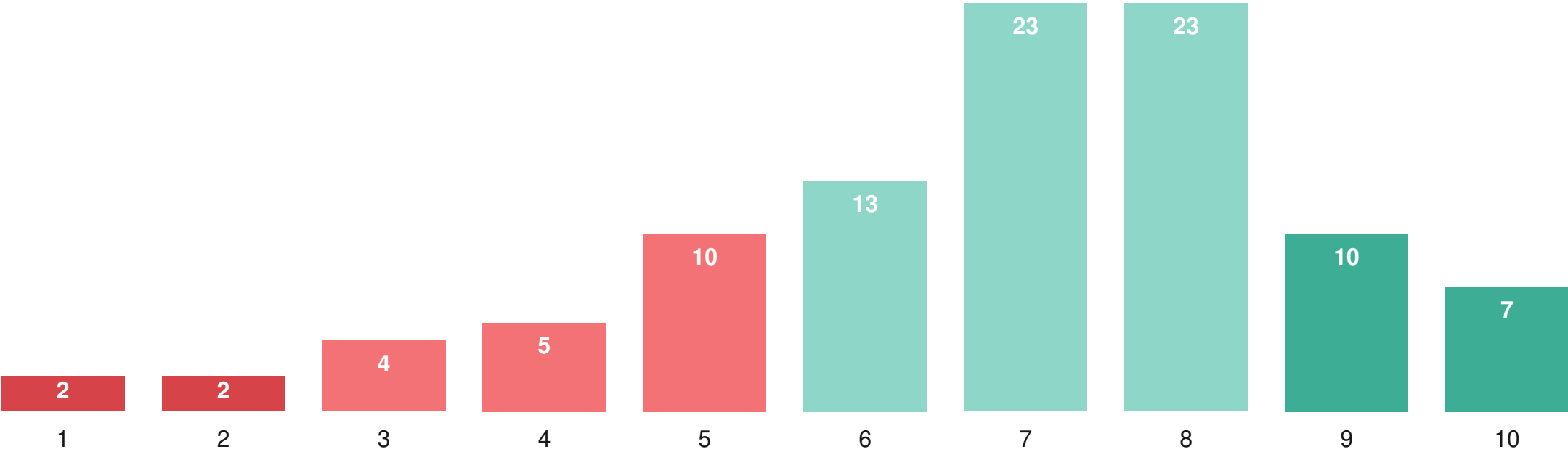
Sur une échelle de 1 à 10, comment qualifieriez-vous votre moral actuellement ?
1 signifie que votre moral est au plus bas, 10 que votre moral est au plus haut, les notes intermédiaires vous permettant de nuancer votre jugement.

- À tous, en % -

En moyenne : **6,8**

76%
Des Français estiment avoir un bon moral

Hommes : 79%
Diplôme supérieur à Bac+2 : 80%
Couples avec enfants : 85%

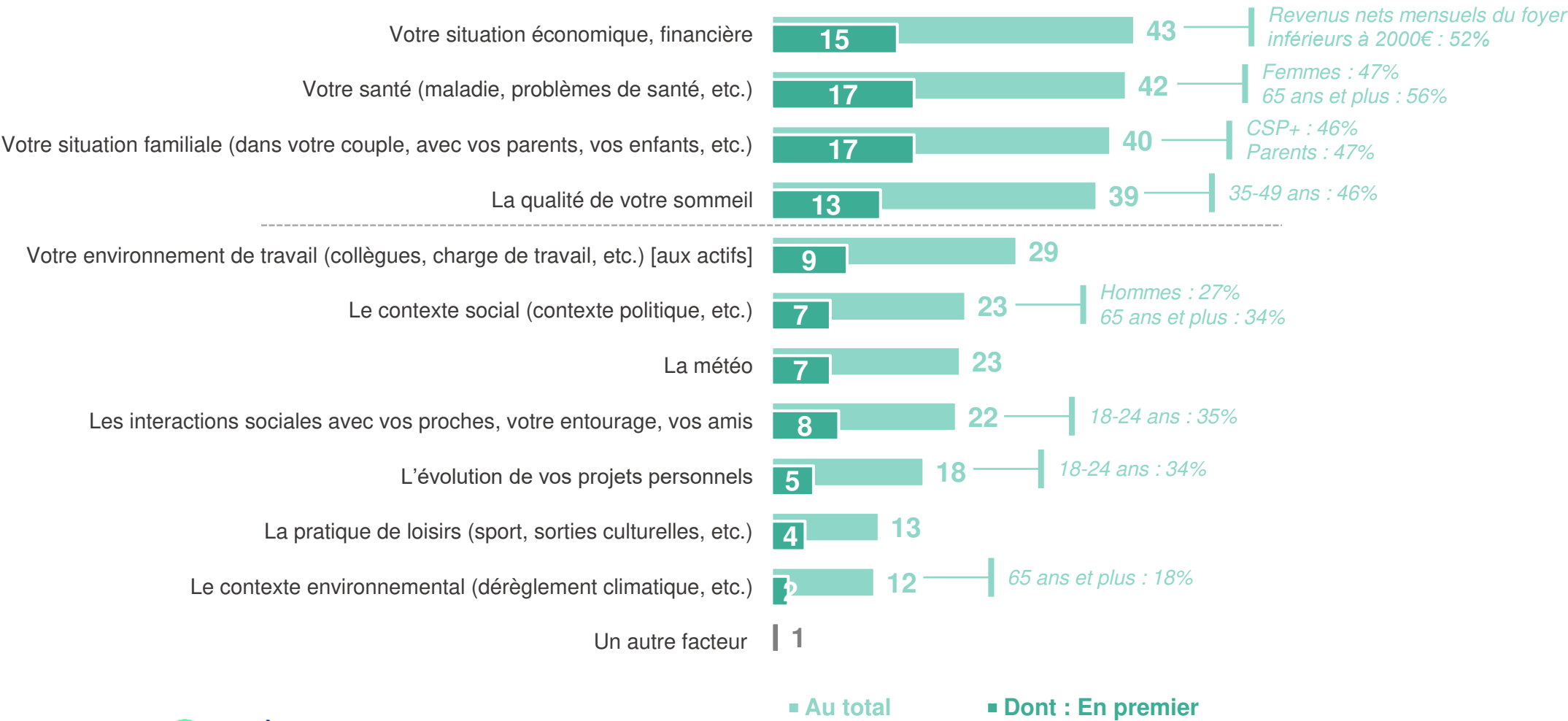


Ne se prononce pas : 1%

La situation économique, la santé, la situation familiale et la qualité du sommeil apparaissent comme les facteurs jouant le plus sur le moral des Français

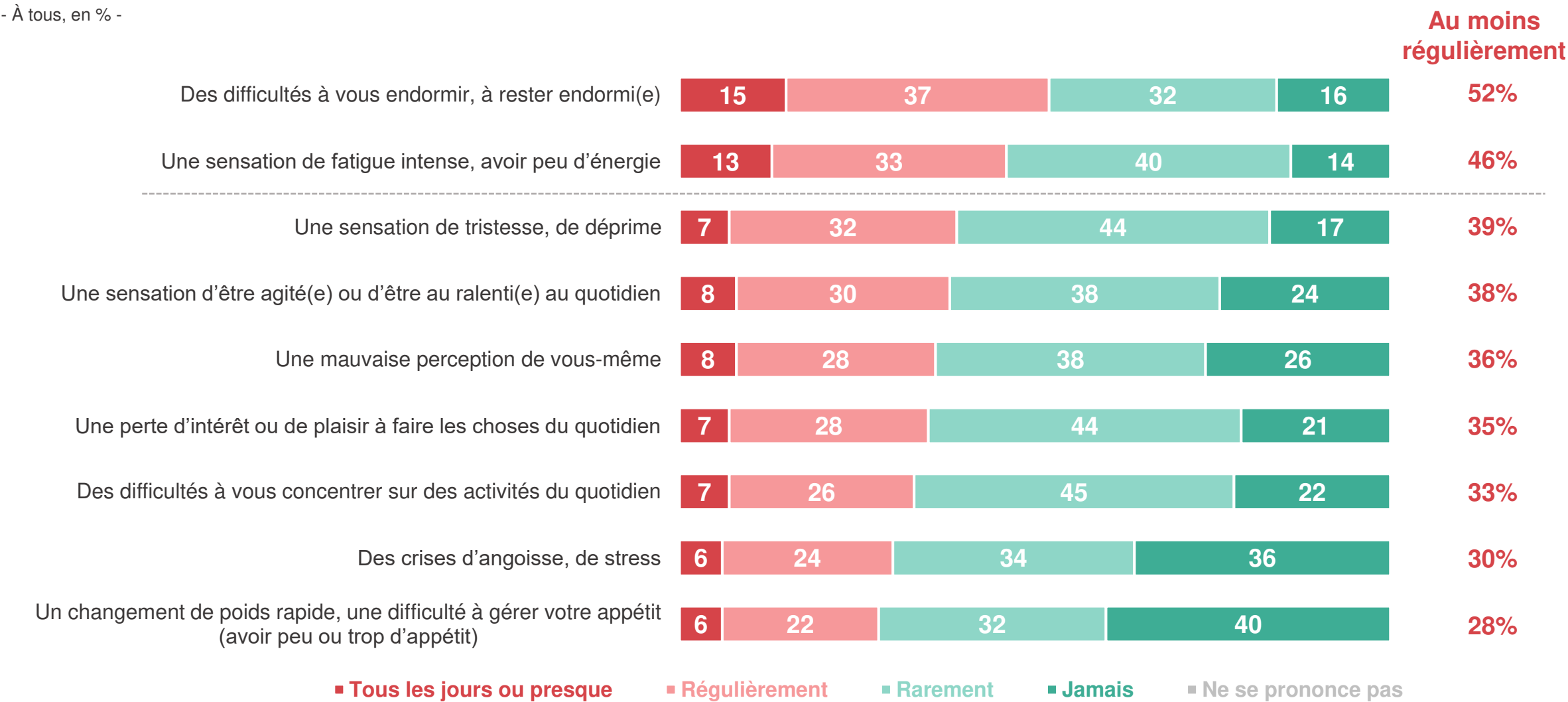
Personnellement, quels sont les principaux facteurs qui jouent le plus sur votre moral ? En premier ? En deuxième ? En troisième ?

- À tous, en % -



Si le moral des Français est bon, nombre d'entre eux expérimentent des signes qui, s'ils s'installent dans le temps, peuvent représenter des symptômes de dépression (et en particulier des difficultés liées au sommeil)

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà expérimenté chacune des situations suivantes ?



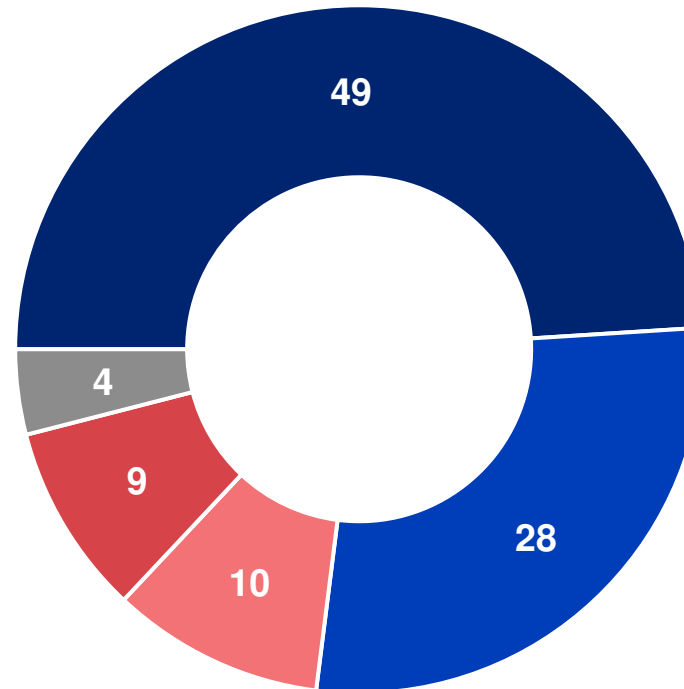
Heureusement, les baisses de moral chez les Français sont généralement passagères et ne dépassent pas quelques jours

Généralement, lorsque vous avez une baisse de moral, diriez-vous qu'elle... ?

- À tous, en % -

Jusqu'à une semaine : 77%

Plus d'une semaine : 19%



- est seulement passagère, qu'elle dure quelques heures à une journée et que vous vous sentez mieux ensuite
- s'installe pour quelques jours ou une semaine
- s'installe pour quelques semaines
- s'installe pour un à plusieurs mois, qu'elle dure dans le temps
- Cela ne vous arrive jamais



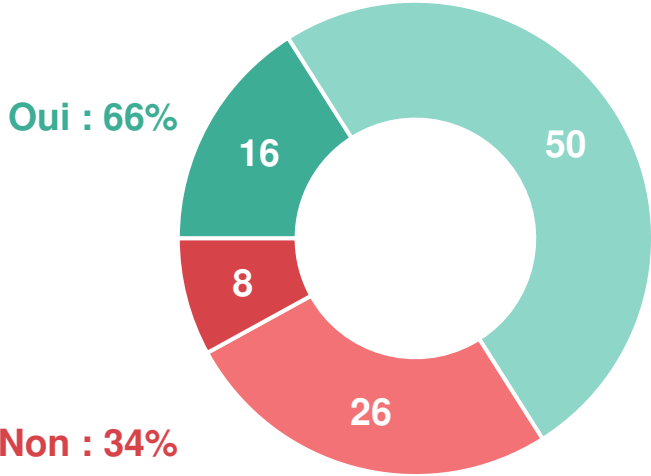
La dépression : un sujet plutôt bien identifié par les Français

Près de 2 Français sur 3 déclarent qu'ils sauraient identifier les signes d'une dépression que ce soit chez un proche ou pour eux-mêmes ; même si cette identification des symptômes reste relative

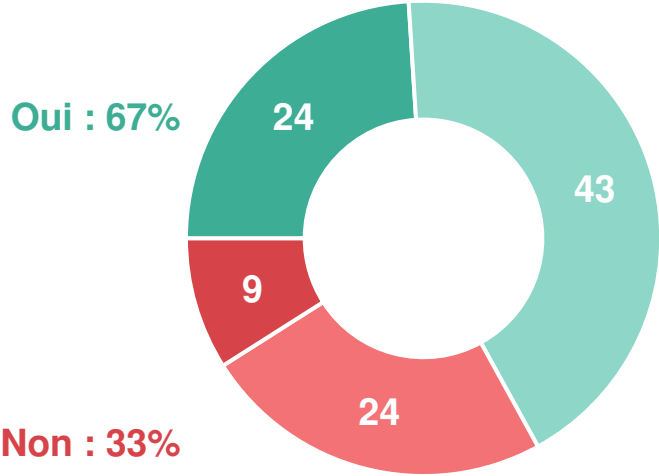
Personnellement, pensez-vous que vous sauriez identifier les signes d'une dépression ?

- À tous, en % -

Chez un proche



Chez vous même



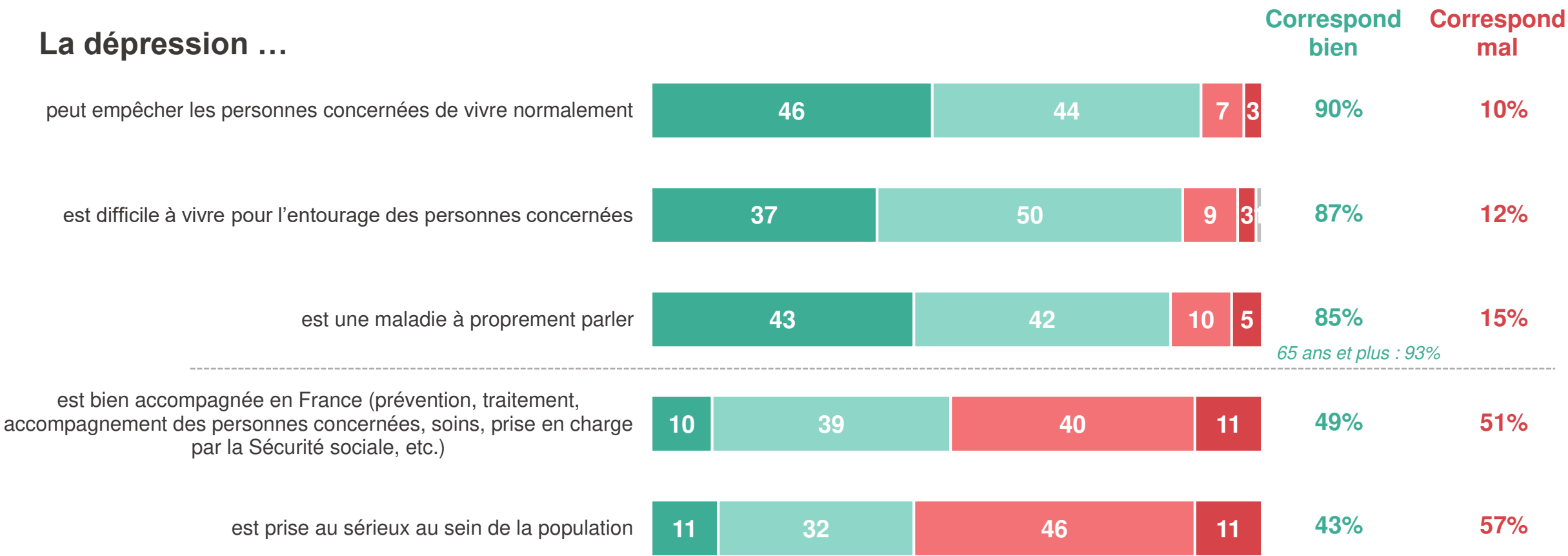
- Oui, certainement
- Oui, probablement
- Non, probablement pas
- Non, certainement pas

Près de 9 Français sur 10 considèrent que la dépression peut empêcher les personnes concernées de vivre normalement, est difficile à vivre pour l'entourage des personnes concernées ou est une maladie à proprement parler

Diriez-vous que chacune des affirmations suivantes correspond bien ou mal à l'idée que vous vous faites de la dépression ? La dépression...

- À tous, en % -

La dépression ...



65 ans et plus : 93%

■ Correspond très bien ■ Correspond plutôt bien ■ Correspond plutôt mal ■ Correspond très mal ■ Ne se prononce pas

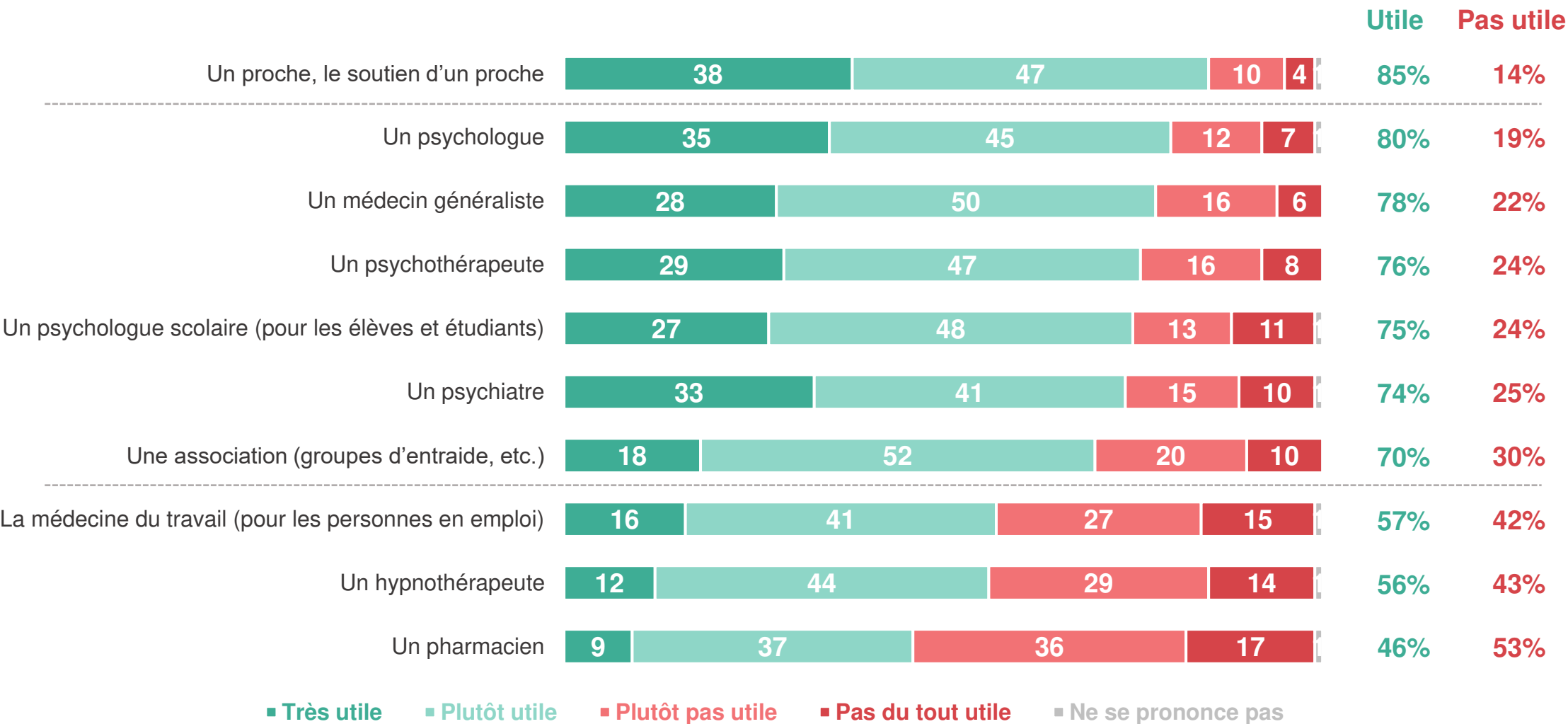


**Des professionnels pour traiter la dépression
reconnus mais consultés par une minorité de Français**

Dans le cas de la dépression, la majorité des professionnels de santé sont perçus comme pouvant apporter une aide aux patients. Mais le soutien des proches est également perçu comme une ressource majeure

Chacun des interlocuteurs suivants vous semblerait-il utile ou pas utile pour aider une personne présentant des symptômes de dépression ?

- À tous, en % -

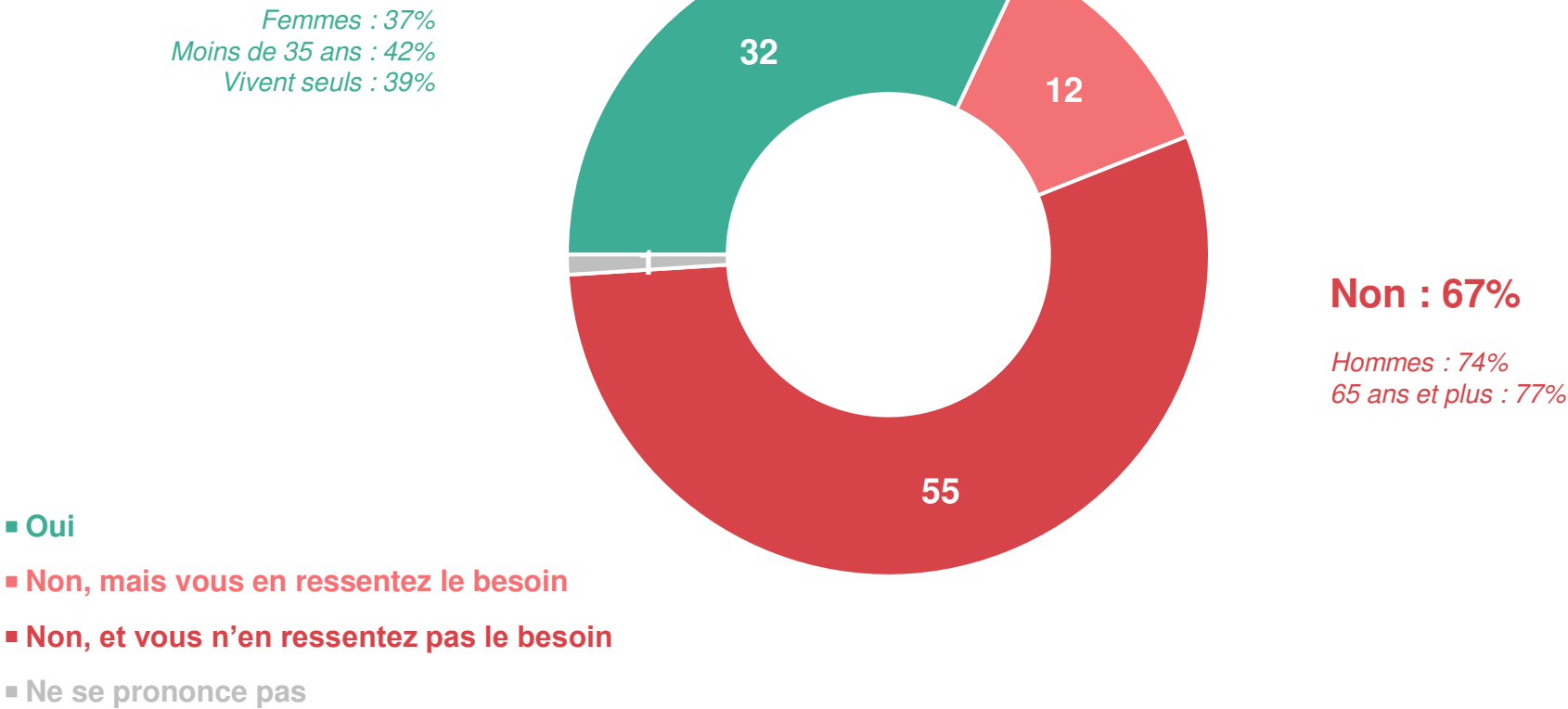


De manière générale, les femmes déclarent légèrement davantage que ces différents professionnels de la santé sont utiles pour aider une personne présentant des symptômes de dépression.

Un tiers des Français indiquent avoir déjà consulté un psychologue ; et parmi ceux qui ne l'ont jamais fait, 12% estiment en ressentir le besoin

Personnellement, avez-vous déjà consulté un psychologue ?

- À tous, en % -



Contacts

Merci de noter que toute diffusion de ces résultats doit être accompagnée des éléments techniques suivants : le **nom de l'institut**, le **nom du commanditaire** de l'étude, la **méthode d'enquête**, les **dates de réalisation** et la **taille de l'échantillon**.

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



www.harris-interactive.com



[Facebook](#)



[Twitter](#)



[LinkedIn](#)

Contacts Harris Interactive en France :

- Jean-Daniel Lévy – Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion – 01 44 87 60 66 – jdlevy@harrisinteractive.fr