

opinionway'

— POUR —

**l'Étudiant**



**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# Baromètre de la *santé mentale*

Septembre 2025





**opinionway**

Crédits : dev-asangbam

# La méthodologie

# La méthodologie

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour L'Étudiant »

et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé



Echantillon de **1 050 personnes, représentatif de la population française** âgée de 15 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.



L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 26 au 29 août 2025**.

*Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.*



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 1,4 à 3,1 points au plus pour un échantillon de 1000 répondants.



# Le profil de l'échantillon

**opinionway**

Crédits : adobe stock

# Le profil de l'échantillon

Population française âgée de 15 ans et plus.

Source : INSEE

## Sexe %

Hommes 48%

Femmes 52%

## Age %

15 à 19 ans 8%

20 à 24 ans 7%

25 à 34 ans 14%

35 à 49 ans 24%

50 à 64 ans 23%

65 ans et plus 24%

## Région %

Ile-de-France 19%

Nord-ouest 23%

Nord-est 22%

Sud-ouest 11%

Sud-est 25%

## Activité professionnelle %

**Catégories socioprofessionnelles supérieures 28%**

Agriculteurs / Artisans / Commerçants / Chefs d'entreprise 2%

Professions libérales / Cadres 14%

Professions intermédiaires 12%

**Catégories populaires 28%**

Employés 20%

Ouvriers 8%

**Inactifs 44%**

Retraités 27%

Autres inactifs 17%

## Taille d'agglomération %

Une commune rurale 21%

De 2000 à 19 999 habitants 18%

De 20 000 à 99 999 habitants 13%

100 000 habitants et plus 32%

Agglomération parisienne 16%

# Le profil de l'échantillon



## Auto-évaluation de sa santé mentale

%

### A déjà connu un épisode difficile

(a évalué sa santé mentale actuelle et passée en lui attribuant une note inférieure à 6/10)

**62%**

### ... dont connaît actuellement une situation de mal-être

(a évalué sa santé mentale actuelle en lui attribuant une note inférieure à 6/10)

**16%**

### N'a jamais connu d'épisode difficile

(a évalué sa santé mentale actuelle et passée en lui attribuant systématiquement une note égale ou supérieure à 6/10)

**36%**



# Les résultats

**opinionway**

Crédits : adobe stock



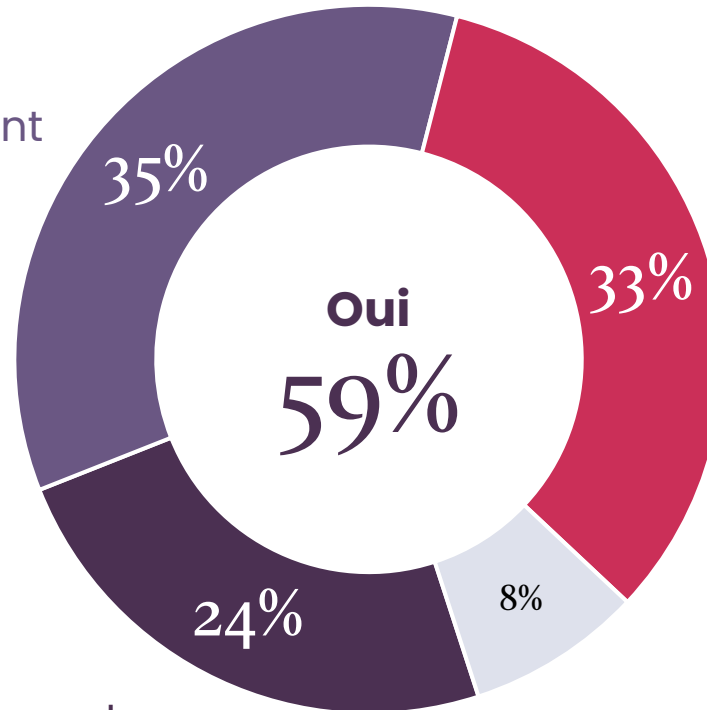
# La notoriété de la santé mentale comme Grande cause nationale 2025



1050  
personnes

Q. Avez -vous entendu parler de la désignation de la santé mentale comme Grande cause nationale en 2025 ?

Oui, vous en avez entendu parler  
mais vous ne savez pas exactement  
ce que cela recouvre



Non, vous n'en avez pas  
entendu parler

Oui, vous voyez précisément  
de quoi il s'agit



# La notoriété de la santé mentale comme Grande cause nationale 2025

Q. Avez -vous entendu parler de la désignation de la santé mentale comme Grande cause nationale en 2025 ?



1050 personnes

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Oui</b>	<b>59%</b>	<b>57%</b>	<b>60%</b>	<b>67%</b>	<b>60%</b>	<b>62%</b>	<b>57%</b>	<b>55%</b>	<b>59%</b>	<b>63%</b>	<b>53%</b>	<b>60%</b>
<i>...Oui, vous voyez précisément de quoi il s'agit</i>	<b>24%</b>	23%	24%	33%	29%	28%	27%	19%	19%	32%	20%	21%
<i>...Oui, vous en avez entendu parler mais vous ne savez pas exactement ce que cela recouvre</i>	<b>35%</b>	34%	36%	34%	31%	34%	30%	36%	40%	31%	33%	39%
<b>Non, vous n'en avez pas entendu parler</b>	<b>33%</b>	<b>33%</b>	<b>33%</b>	<b>32%</b>	<b>38%</b>	<b>34%</b>	<b>33%</b>	<b>35%</b>	<b>30%</b>	<b>28%</b>	<b>38%</b>	<b>33%</b>



# La notoriété de la santé mentale comme Grande cause nationale 2025



1050  
personnes

Q. Avez -vous entendu parler de la désignation de la santé mentale comme Grande cause nationale en 2025 ?

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Oui</b>	<b>59%</b>	<b>48%</b>	<b>53%</b>	<b>58%</b>	<b>65%</b>	<b>66%</b>	<b>59%</b>	<b>64%</b>	<b>58%</b>
...Oui, vous voyez précisément de quoi il s'agit	<b>24%</b>	16%	19%	22%	30%	29%	24%	29%	23%
...Oui, vous en avez entendu parler mais vous ne savez pas exactement ce que cela recouvre	<b>35%</b>	32%	34%	36%	35%	37%	35%	35%	35%
<b>Non, vous n'en avez pas entendu parler</b>	<b>33%</b>	<b>43%</b>	<b>37%</b>	<b>30%</b>	<b>28%</b>	<b>28%</b>	<b>33%</b>	<b>29%</b>	<b>34%</b>



1

Le rapport  
personnel  
à la *santé mentale*



# La notion de *santé mentale*

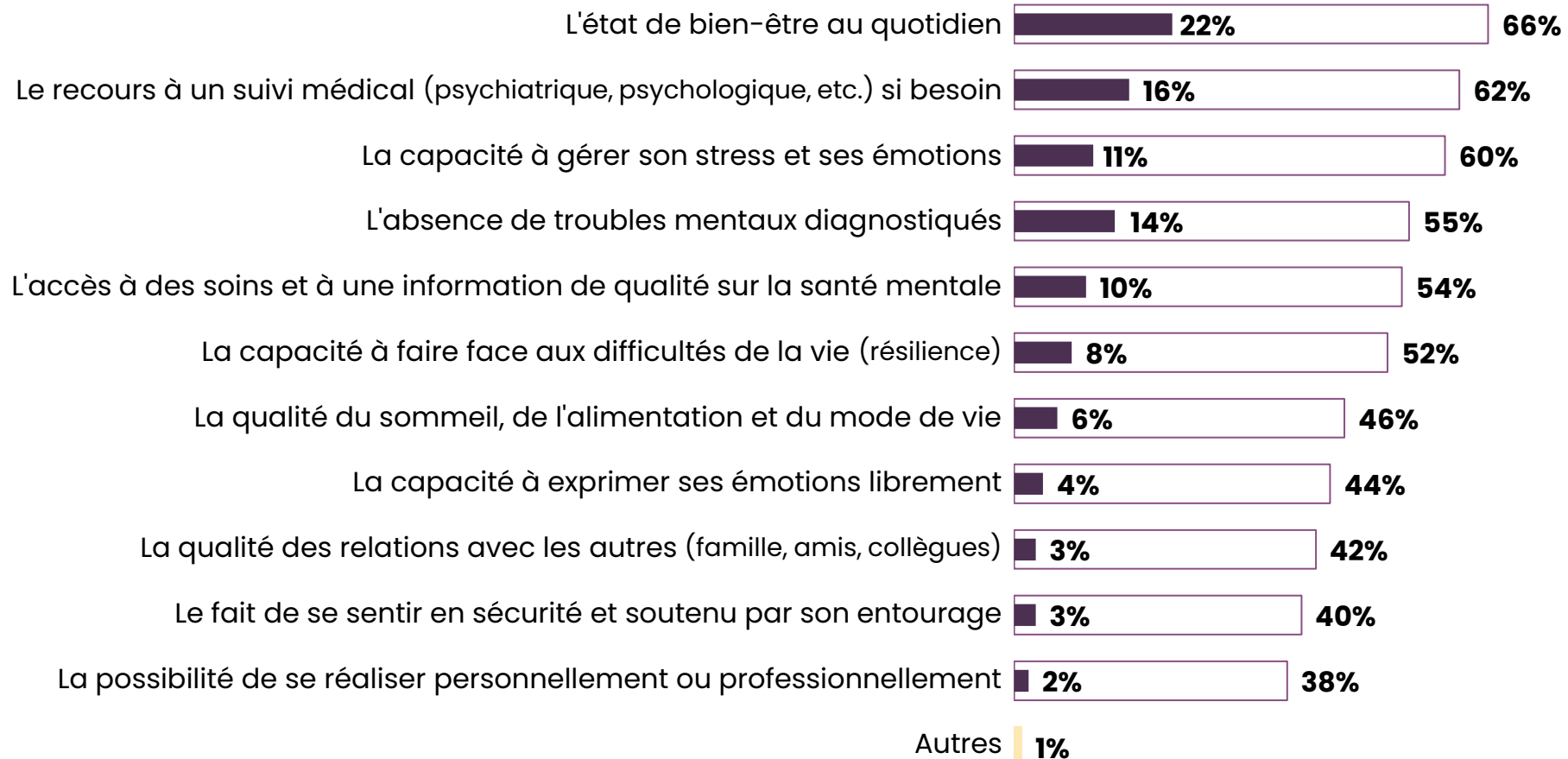


1050  
personnes

Q. Pour vous, que recouvre principalement la notion de 'santé mentale' ? En premier ? Et ensuite ?

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%

En premier  Au total





# La notion de *santé mentale*



1050  
personnes

Q. Pour vous, que recouvre principalement la notion de 'santé mentale' ? En premier ? Et ensuite ?

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Au total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
L'état de bien-être au quotidien	<b>66%</b>	63%	69%	75%	70%	66%	70%	60%	64%	67%	67%	65%
Le recours à un suivi médical (psychiatrique, psychologique, etc.) si besoin	<b>62%</b>	62%	63%	55%	53%	58%	59%	64%	71%	60%	58%	66%
La capacité à gérer son stress et ses émotions	<b>60%</b>	58%	61%	56%	57%	59%	60%	59%	62%	60%	62%	58%
L'absence de troubles mentaux diagnostiqués	<b>55%</b>	58%	52%	45%	42%	49%	46%	58%	71%	50%	46%	64%
L'accès à des soins et à une information de qualité sur la santé mentale	<b>54%</b>	51%	57%	53%	45%	54%	54%	53%	59%	51%	54%	56%
La capacité à faire face aux difficultés de la vie (résilience)	<b>52%</b>	53%	52%	49%	47%	47%	44%	54%	64%	51%	44%	59%
La qualité du sommeil, de l'alimentation et du mode de vie	<b>46%</b>	44%	47%	44%	48%	50%	43%	42%	48%	44%	46%	46%
La capacité à exprimer ses émotions librement	<b>44%</b>	43%	44%	49%	45%	37%	42%	41%	49%	42%	41%	47%
La qualité des relations avec les autres (famille, amis, collègues)	<b>42%</b>	44%	40%	43%	43%	36%	36%	43%	49%	37%	38%	48%
Le fait de se sentir en sécurité et soutenu par son entourage	<b>40%</b>	40%	41%	42%	45%	36%	35%	40%	47%	36%	38%	45%
La possibilité de se réaliser personnellement ou professionnellement	<b>38%</b>	37%	38%	35%	40%	30%	37%	34%	46%	35%	35%	41%
Autres	<b>1%</b>	-	1%	-	1%	1%	1%	1%	1%	-	2%	1%

# ” La notion de *santé mentale*



1050  
personnes

Q. Pour vous, que recouvre principalement la notion de 'santé mentale' ? En premier ? Et ensuite ?

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Au total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
L'état de bien-être au quotidien	<b>66%</b>	69%	64%	67%	65%	67%	69%	69%	61%
Le recours à un suivi médical (psychiatrique, psychologique, etc.) si besoin	<b>62%</b>	64%	64%	56%	66%	56%	64%	58%	60%
La capacité à gérer son stress et ses émotions	<b>60%</b>	59%	58%	60%	60%	61%	61%	63%	58%
L'absence de troubles mentaux diagnostiqués	<b>55%</b>	53%	54%	51%	57%	55%	52%	46%	59%
L'accès à des soins et à une information de qualité sur la santé mentale	<b>54%</b>	58%	54%	49%	55%	52%	56%	56%	52%
La capacité à faire face aux difficultés de la vie (résilience)	<b>52%</b>	55%	52%	46%	53%	52%	53%	52%	51%
La qualité du sommeil, de l'alimentation et du mode de vie	<b>46%</b>	46%	43%	45%	47%	46%	45%	46%	47%
La capacité à exprimer ses émotions librement	<b>44%</b>	47%	39%	40%	45%	44%	42%	40%	47%
La qualité des relations avec les autres (famille, amis, collègues)	<b>42%</b>	44%	36%	38%	44%	44%	40%	37%	45%
Le fait de se sentir en sécurité et soutenu par son entourage	<b>40%</b>	41%	35%	39%	42%	43%	39%	39%	43%
La possibilité de se réaliser personnellement ou professionnellement	<b>38%</b>	38%	35%	35%	39%	38%	35%	30%	42%
Autres	<b>1%</b>	1%	1%	-	1%	1%	1%	1%	1%



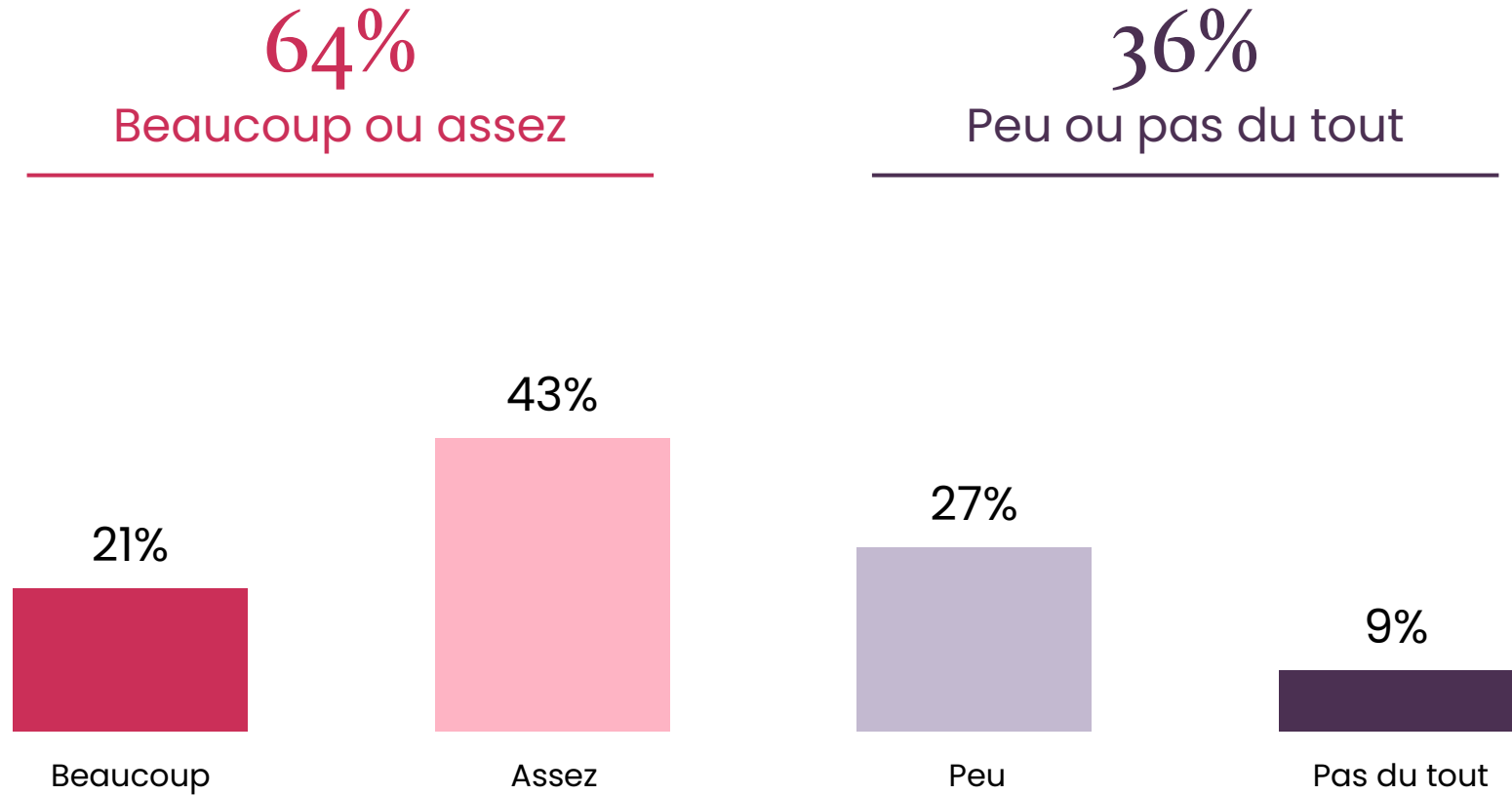
# La préoccupation quant à la santé mentale



1050  
personnes

« La santé mentale est un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Q. Vous personnellement, diriez-vous que le sujet de la santé mentale en France aujourd'hui vous préoccupe beaucoup, assez, peu ou pas du tout ?





# La préoccupation quant à la santé mentale



1050 personnes

« La santé mentale est un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Q. Vous personnellement, diriez-vous que le sujet de la santé mentale en France aujourd'hui vous préoccupe beaucoup, assez, peu ou pas du tout ?

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Beaucoup ou assez</b>	<b>64%</b>	<b>55%</b>	<b>71%</b>	<b>73%</b>	<b>77%</b>	<b>78%</b>	<b>70%</b>	<b>58%</b>	<b>49%</b>	<b>71%</b>	<b>68%</b>	<b>56%</b>
...Beaucoup	<b>21%</b>	16%	24%	27%	27%	29%	22%	16%	16%	24%	20%	19%
...Assez	<b>43%</b>	39%	47%	46%	50%	49%	48%	42%	33%	47%	48%	37%
<b>Sous-total Peu ou pas du tout</b>	<b>36%</b>	<b>45%</b>	<b>29%</b>	<b>27%</b>	<b>23%</b>	<b>21%</b>	<b>30%</b>	<b>42%</b>	<b>51%</b>	<b>29%</b>	<b>32%</b>	<b>44%</b>
...Peu	<b>27%</b>	34%	22%	21%	19%	17%	27%	28%	38%	23%	25%	33%
...Pas du tout	<b>9%</b>	11%	7%	6%	4%	4%	3%	14%	13%	6%	7%	11%



# La préoccupation quant à la santé mentale



1050 personnes

« La santé mentale est un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Q. Vous personnellement, diriez-vous que le sujet de la santé mentale en France aujourd'hui vous préoccupe beaucoup, assez, peu ou pas du tout ?

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Beaucoup ou assez</b>	<b>64%</b>	<b>62%</b>	<b>64%</b>	<b>58%</b>	<b>64%</b>	<b>68%</b>	<b>70%</b>	<b>76%</b>	<b>53%</b>
...Beaucoup	<b>21%</b>	19%	18%	20%	21%	27%	24%	36%	14%
...Assez	<b>43%</b>	43%	46%	38%	43%	41%	46%	40%	39%
<b>Sous-total Peu ou pas du tout</b>	<b>36%</b>	<b>38%</b>	<b>35%</b>	<b>42%</b>	<b>36%</b>	<b>31%</b>	<b>30%</b>	<b>24%</b>	<b>47%</b>
...Peu	<b>27%</b>	28%	29%	29%	28%	23%	24%	18%	34%
...Pas du tout	<b>9%</b>	10%	6%	13%	8%	8%	6%	5%	13%



# L'auto-évaluation de sa santé mentale

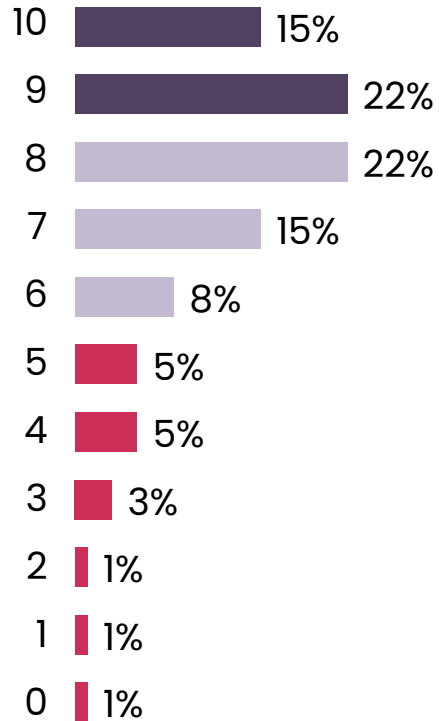


1050 personnes

Q. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous... ?

10 signifie une très bonne santé mentale, 0 un profond mal-être mental, les notes intermédiaires servant à nuancer votre jugement.

## Votre niveau de santé mentale actuel



NSP : 2%

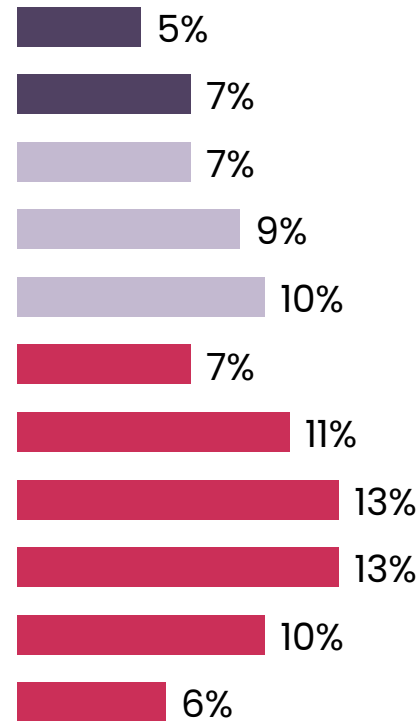
**37%**  
9 à 10 : Très bonne santé mentale

**45%**  
6 à 8 : Assez bonne santé mentale

**16%**  
0 à 5 : Mal-être

**7,5 /10**  
Note moyenne

## Le plus bas niveau de santé mentale que vous ayez connu



NSP : 2%

**12%**  
9 à 10 : Très bonne santé mentale

**26%**  
6 à 8 : Assez bonne santé mentale

**60%**  
0 à 5 : Mal-être

**4,5 /10**  
Note moyenne



# L'auto-évaluation de sa santé mentale actuelle



1050  
personnes

Q. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous... ?

10 signifie une très bonne santé mentale, 0 un profond mal-être mental, les notes intermédiaires servant à nuancer votre jugement.

Votre niveau de santé mentale <u>actuel</u>	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Très bonne santé mentale: notes 9 à 10	<b>37%</b>	46%	29%	43%	28%	29%	26%	37%	52%	32%	29%	45%
Assez bonne santé mentale: notes 6 à 8	<b>45%</b>	40%	48%	37%	45%	49%	52%	43%	38%	50%	49%	38%
Mal-être: notes 0 à 5	<b>16%</b>	12%	20%	18%	21%	20%	19%	17%	9%	16%	19%	15%
<b>Moyenne</b>	<b>7,5</b>	<b>7,9</b>	<b>7,1</b>	<b>7,6</b>	<b>7,2</b>	<b>7,0</b>	<b>7,1</b>	<b>7,5</b>	<b>8,1</b>	<b>7,4</b>	<b>7,2</b>	<b>7,8</b>

Votre niveau de santé mentale <u>actuel</u>	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne
Très bonne santé mentale: notes 9 à 10	<b>37%</b>	32%	32%	38%	42%	40%
Assez bonne santé mentale: notes 6 à 8	<b>45%</b>	48%	49%	43%	43%	38%
Mal-être: notes 0 à 5	<b>16%</b>	16%	17%	18%	13%	19%
<b>Moyenne</b>	<b>7,5</b>	<b>7,4</b>	<b>7,4</b>	<b>7,4</b>	<b>7,7</b>	<b>7,4</b>



# L'auto-évaluation de son plus bas niveau de santé mentale



1050 personnes

Q. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous... ?

10 signifie une très bonne santé mentale, 0 un profond mal-être mental, les notes intermédiaires servant à nuancer votre jugement.

Le plus bas niveau de santé mentale que vous ayez connu	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Très bonne santé mentale: notes 9 à 10	<b>12%</b>	16%	8%	18%	12%	13%	8%	13%	10%	12%	11%	11%
Assez bonne santé mentale: notes 6 à 8	<b>26%</b>	30%	22%	25%	20%	21%	27%	19%	36%	24%	22%	31%
Mal-être: notes 0 à 5	<b>60%</b>	53%	68%	55%	63%	64%	63%	66%	53%	61%	65%	57%
<b>Moyenne</b>	<b>4,5</b>	<b>5,1</b>	<b>4,0</b>	<b>4,9</b>	<b>4,1</b>	<b>4,3</b>	<b>4,2</b>	<b>4,4</b>	<b>5,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne
Très bonne santé mentale: notes 9 à 10	<b>12%</b>	7%	9%	11%	15%	15%
Assez bonne santé mentale: notes 6 à 8	<b>26%</b>	27%	23%	31%	26%	24%
Mal-être: notes 0 à 5	<b>60%</b>	64%	66%	57%	57%	58%
<b>Moyenne</b>	<b>4,5</b>	<b>4,2</b>	<b>4,2</b>	<b>4,6</b>	<b>4,8</b>	<b>4,6</b>



# L'auto-évaluation de sa santé mentale au fil du temps



1050  
personnes

Q. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous... ?

10 signifie une très bonne santé mentale, 0 un profond mal-être mental, les notes intermédiaires servant à nuancer votre jugement.

**62%** ont déjà connu  
**un épisode difficile**

*A évalué au moins une fois sa santé mentale entre 0-5/10*

**36%** n'ont **jamais connu**  
**un épisode difficile**

*N'a jamais évalué sa santé mentale entre 0-5/10*



# L'auto-évaluation de sa santé mentale au fil du temps



1050  
personnes

Q. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous... ?

10 signifie une très bonne santé mentale, 0 un profond mal-être mental, les notes intermédiaires servant à nuancer votre jugement.

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>A déjà connu un épisode difficile</b> (A évalué au moins une fois sa santé mentale entre 0-5/10)	<b>62%</b>	54%	70%	57%	64%	66%	65%	67%	54%	63%	68%	57%
<b>N'a jamais connu un épisode difficile</b> (N'a jamais évalué sa santé mentale entre 0-5/10)	<b>36%</b>	45%	28%	42%	31%	32%	33%	31%	46%	35%	30%	41%

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION				
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne
<b>A déjà connu un épisode difficile</b> (A évalué au moins une fois sa santé mentale entre 0-5/10)	<b>62%</b>	66%	67%	58%	59%	60%
<b>N'a jamais connu un épisode difficile</b> (N'a jamais évalué sa santé mentale entre 0-5/10)	<b>36%</b>	32%	31%	41%	39%	37%

2



Le tabou autour  
de la *santé*  
*mentale*



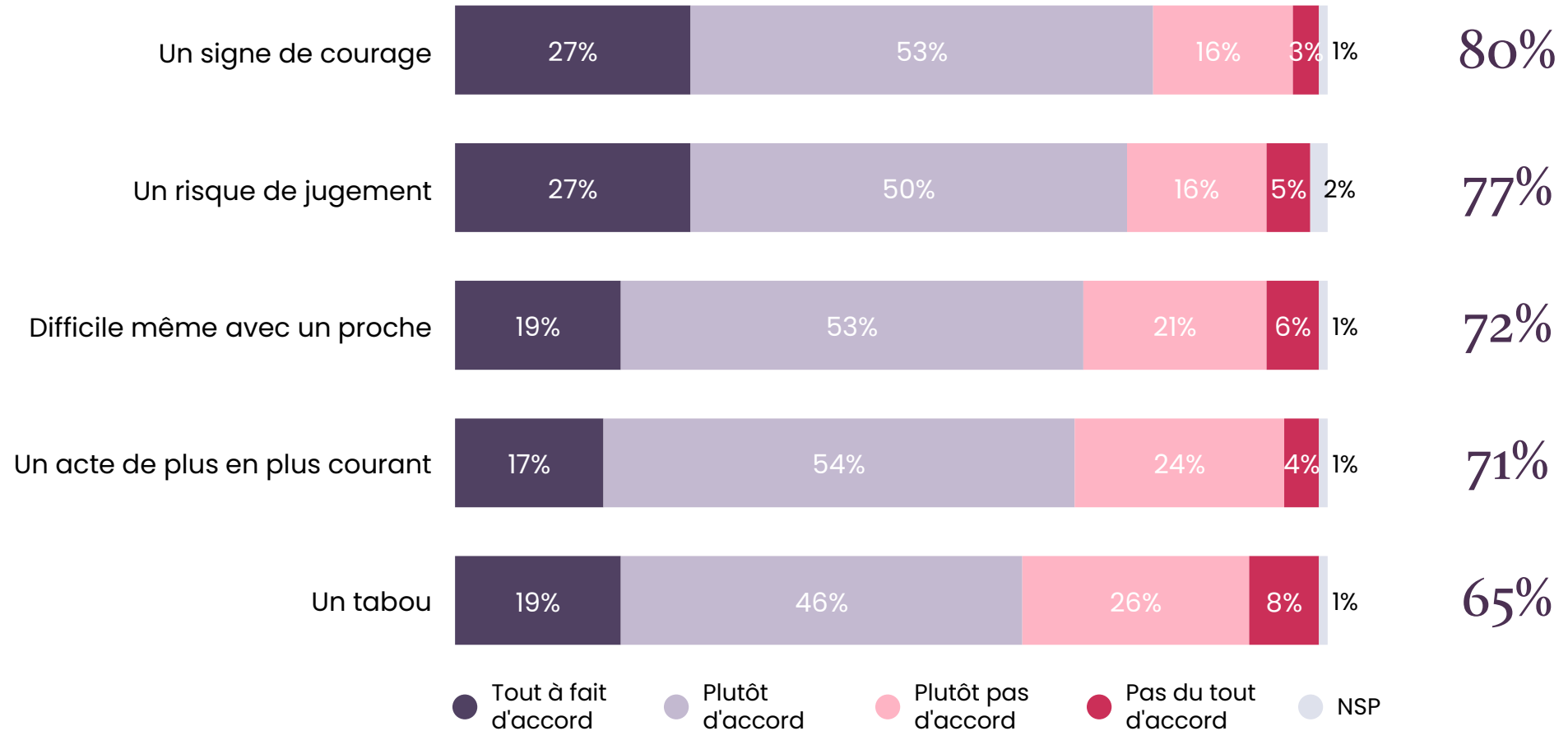
# Parler de sa santé mentale *aujourd'hui*



1050 personnes

Q. Aujourd'hui en France, parler de sa santé mentale, c'est... ?

D'accord





# Parler de sa santé mentale *aujourd'hui*

Q. Aujourd'hui en France, parler de sa santé mentale, c'est... ?



1050 personnes

	% D'accord	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Un signe de courage	<b>80%</b>	78%	82%	84%	86%	84%	80%	75%	79%	80%	80%	79%
Un risque de jugement	<b>77%</b>	76%	79%	85%	85%	82%	75%	73%	76%	78%	74%	78%
Difficile même avec un proche	<b>72%</b>	70%	73%	73%	78%	74%	73%	69%	69%	68%	76%	70%
Un acte de plus en plus courant	<b>71%</b>	67%	73%	82%	80%	76%	71%	66%	65%	71%	70%	70%
Un tabou	<b>65%</b>	63%	67%	74%	69%	71%	70%	62%	56%	66%	70%	61%



# Parler de sa santé mentale *aujourd'hui*

Q. Aujourd'hui en France, parler de sa santé mentale, c'est... ?



1050 personnes

	% D'accord	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
Un signe de courage	<b>80%</b>	71%	82%	80%	82%	83%	81%	80%	79%
Un risque de jugement	<b>77%</b>	76%	79%	75%	79%	76%	79%	86%	75%
Difficile même avec un proche	<b>72%</b>	66%	74%	72%	75%	68%	73%	81%	70%
Un acte de plus en plus courant	<b>71%</b>	64%	68%	76%	72%	75%	70%	67%	71%
Un tabou	<b>65%</b>	61%	62%	66%	70%	65%	66%	74%	64%

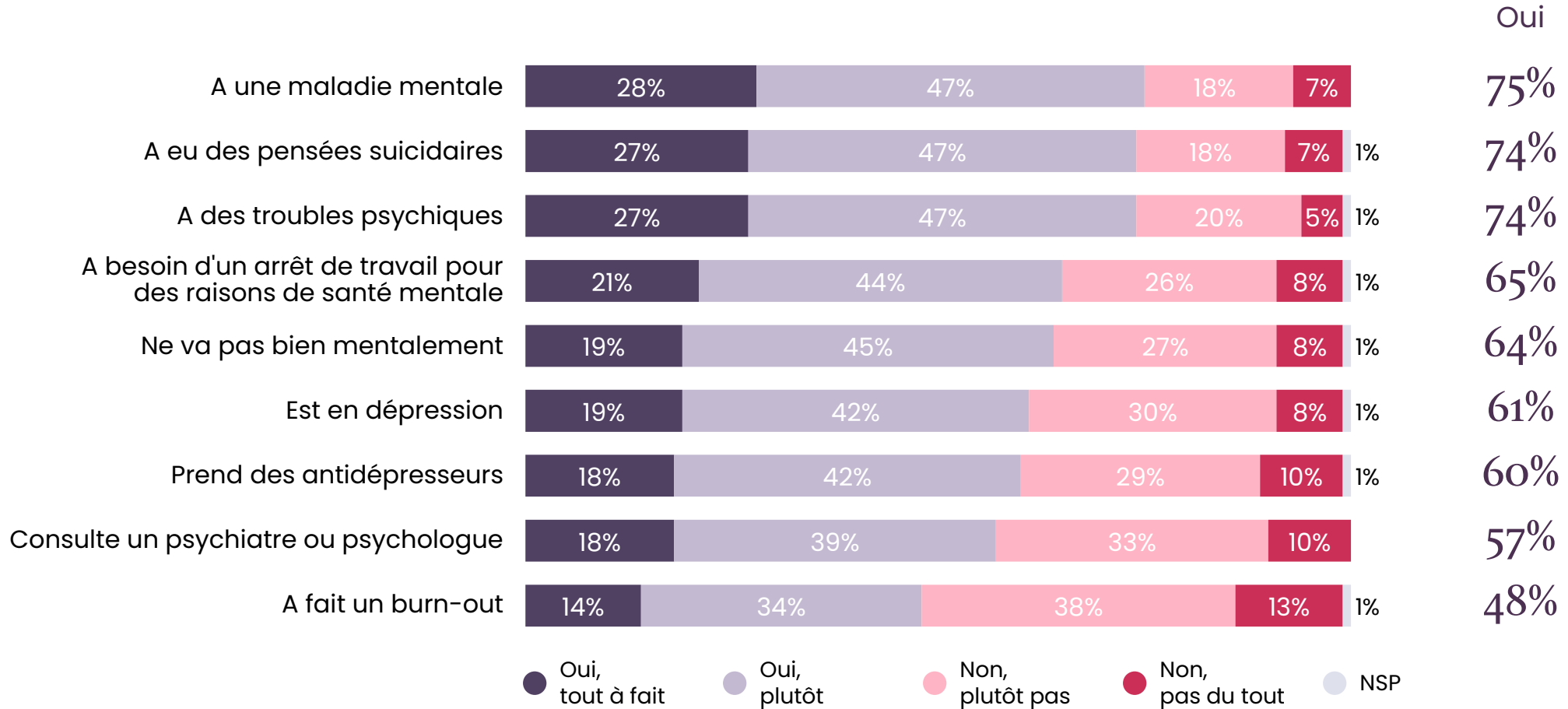


# Les *tabous* relatifs à la santé mentale



1050 personnes

Q. Et selon vous, en 2025, est-ce tabou ou non de dire que l'on... ?





# Les *tabous* relatifs à la santé mentale



1050  
personnes

Q. Et selon vous, en 2025, est-ce tabou ou non de dire que l'on... ?

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
A une maladie mentale	<b>75%</b>	73%	77%	81%	74%	74%	76%	70%	76%	76%	71%	76%
A eu des pensées suicidaires	<b>74%</b>	70%	77%	81%	78%	78%	71%	72%	73%	73%	73%	75%
A des troubles psychiques	<b>74%</b>	71%	76%	81%	69%	75%	74%	72%	74%	74%	70%	76%
A besoin d'un arrêt de travail pour des raisons de santé mentale	<b>65%</b>	62%	68%	74%	68%	69%	66%	65%	61%	63%	68%	65%
Ne va pas bien mentalement	<b>64%</b>	61%	67%	81%	63%	69%	63%	60%	63%	63%	65%	63%
Est en dépression	<b>61%</b>	57%	66%	76%	70%	65%	58%	62%	55%	59%	64%	60%
Prend des antidépresseurs	<b>60%</b>	56%	64%	81%	74%	70%	61%	56%	46%	63%	62%	55%
Consulte un psychiatre ou psychologue	<b>57%</b>	53%	60%	72%	68%	62%	52%	58%	50%	54%	58%	58%
A fait un burn-out	<b>48%</b>	45%	51%	59%	62%	56%	47%	42%	42%	47%	50%	47%



# Les *tabous* relatifs à la santé mentale



1050  
personnes

Q. Et selon vous, en 2025, est-ce tabou ou non de dire que l'on... ?

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
A une maladie mentale	<b>75%</b>	69%	75%	76%	78%	74%	75%	83%	75%
A eu des pensées suicidaires	<b>74%</b>	71%	74%	72%	75%	77%	74%	84%	74%
A des troubles psychiques	<b>74%</b>	72%	71%	73%	76%	76%	74%	81%	75%
A besoin d'un arrêt de travail pour des raisons de santé mentale	<b>65%</b>	60%	63%	65%	71%	67%	65%	76%	66%
Ne va pas bien mentalement	<b>64%</b>	57%	64%	63%	69%	64%	63%	74%	66%
Est en dépression	<b>61%</b>	58%	59%	57%	64%	65%	61%	71%	63%
Prend des antidépresseurs	<b>60%</b>	55%	56%	59%	63%	65%	59%	72%	61%
Consulte un psychiatre ou psychologue	<b>57%</b>	54%	56%	58%	59%	58%	56%	67%	60%
A fait un burn-out	<b>48%</b>	46%	43%	44%	51%	54%	47%	60%	52%



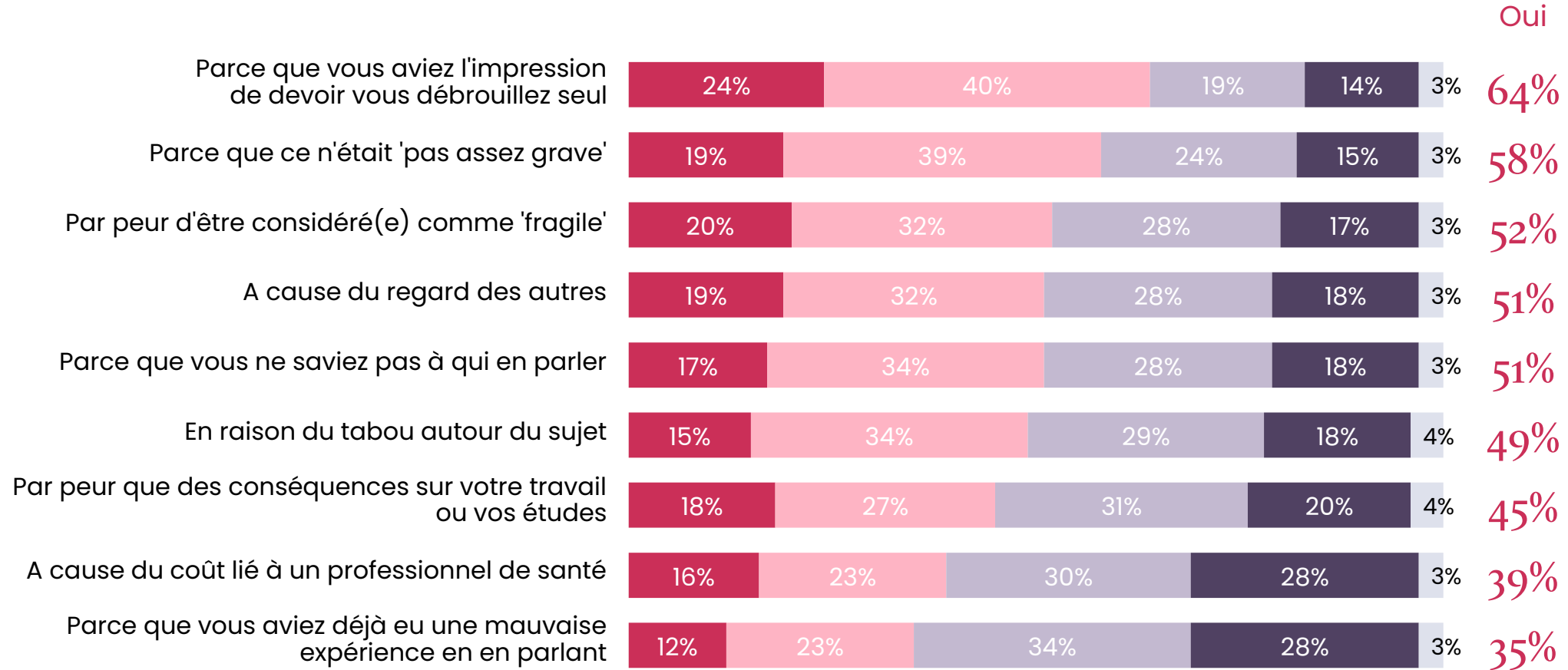
# Les raisons de taire son mal-être psychique



1013 personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui considèrent ne pas avoir une « très bonne santé mentale » (ne donnent pas une fois une note de 10/10 à l'auto-évaluation de leur santé mentale), soit 96% de l'échantillon.



Au moins une raison

78%

● Oui, tout à fait   ● Oui, plutôt   ● Non, plutôt pas   ● Non, pas du tout   ● NSP



# Les raisons de taire son mal-être psychique



1013 personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui considèrent ne pas avoir une « très bonne santé mentale » (ne donnent pas une fois une note de 10/10 à l'auto-évaluation de leur santé mentale), soit 96% de l'échantillon.

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Au moins une raison</b>	<b>78%</b>	<b>71%</b>	<b>84%</b>	<b>89%</b>	<b>91%</b>	<b>85%</b>	<b>84%</b>	<b>73%</b>	<b>66%</b>	<b>81%</b>	<b>81%</b>	<b>74%</b>
Parce que vous aviez l'impression de devoir vous débrouiller seul	<b>64%</b>	57%	70%	68%	79%	69%	69%	61%	53%	65%	68%	61%
Parce que ce n'était 'pas assez grave'	<b>58%</b>	52%	64%	72%	80%	61%	63%	50%	48%	60%	60%	55%
Par peur d'être considéré(e) comme 'fragile'	<b>52%</b>	46%	57%	63%	70%	57%	58%	51%	37%	55%	59%	46%
A cause du regard des autres	<b>51%</b>	43%	58%	60%	70%	58%	59%	47%	36%	55%	57%	45%
Parce que vous ne saviez pas à qui en parler	<b>51%</b>	45%	55%	50%	73%	64%	54%	47%	36%	53%	57%	44%
En raison du tabou autour du sujet	<b>49%</b>	42%	56%	54%	65%	59%	53%	50%	34%	52%	54%	44%
Par peur que des conséquences sur votre travail ou vos études	<b>45%</b>	41%	49%	50%	69%	53%	49%	43%	30%	51%	48%	39%
A cause du coût lié à un professionnel de santé	<b>39%</b>	32%	46%	40%	61%	55%	50%	33%	19%	44%	46%	31%
Parce que vous aviez déjà eu une mauvaise expérience en en parlant	<b>35%</b>	27%	41%	41%	64%	42%	41%	34%	13%	40%	39%	27%



# Les raisons de taire son mal-être psychique



1013  
personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui considèrent ne pas avoir une « très bonne santé mentale » (ne donnent pas une fois une note de 10/10 à l'auto-évaluation de leur santé mentale), soit 96% de l'échantillon.

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Au moins une raison</b>	<b>78%</b>	<b>79%</b>	<b>74%</b>	<b>76%</b>	<b>79%</b>	<b>80%</b>	<b>84%</b>	<b>92%</b>	<b>66%</b>
Parce que vous aviez l'impression de devoir vous débrouiller seul	<b>64%</b>	68%	58%	63%	64%	66%	70%	79%	51%
Parce que ce n'était 'pas assez grave'	<b>58%</b>	60%	49%	55%	62%	59%	60%	71%	52%
Par peur d'être considéré(e) comme 'fragile'	<b>52%</b>	53%	46%	48%	54%	58%	57%	68%	43%
A cause du regard des autres	<b>51%</b>	48%	48%	50%	54%	54%	55%	73%	42%
Parce que vous ne saviez pas à qui en parler	<b>51%</b>	43%	41%	56%	57%	55%	54%	68%	43%
En raison du tabou autour du sujet	<b>49%</b>	47%	46%	53%	51%	51%	54%	70%	41%
Par peur que des conséquences sur votre travail ou vos études	<b>45%</b>	43%	43%	45%	47%	49%	49%	62%	38%
A cause du coût lié à un professionnel de santé	<b>39%</b>	35%	34%	40%	43%	43%	42%	51%	35%
Parce que vous aviez déjà eu une mauvaise expérience en en parlant	<b>35%</b>	31%	31%	36%	37%	36%	36%	49%	30%



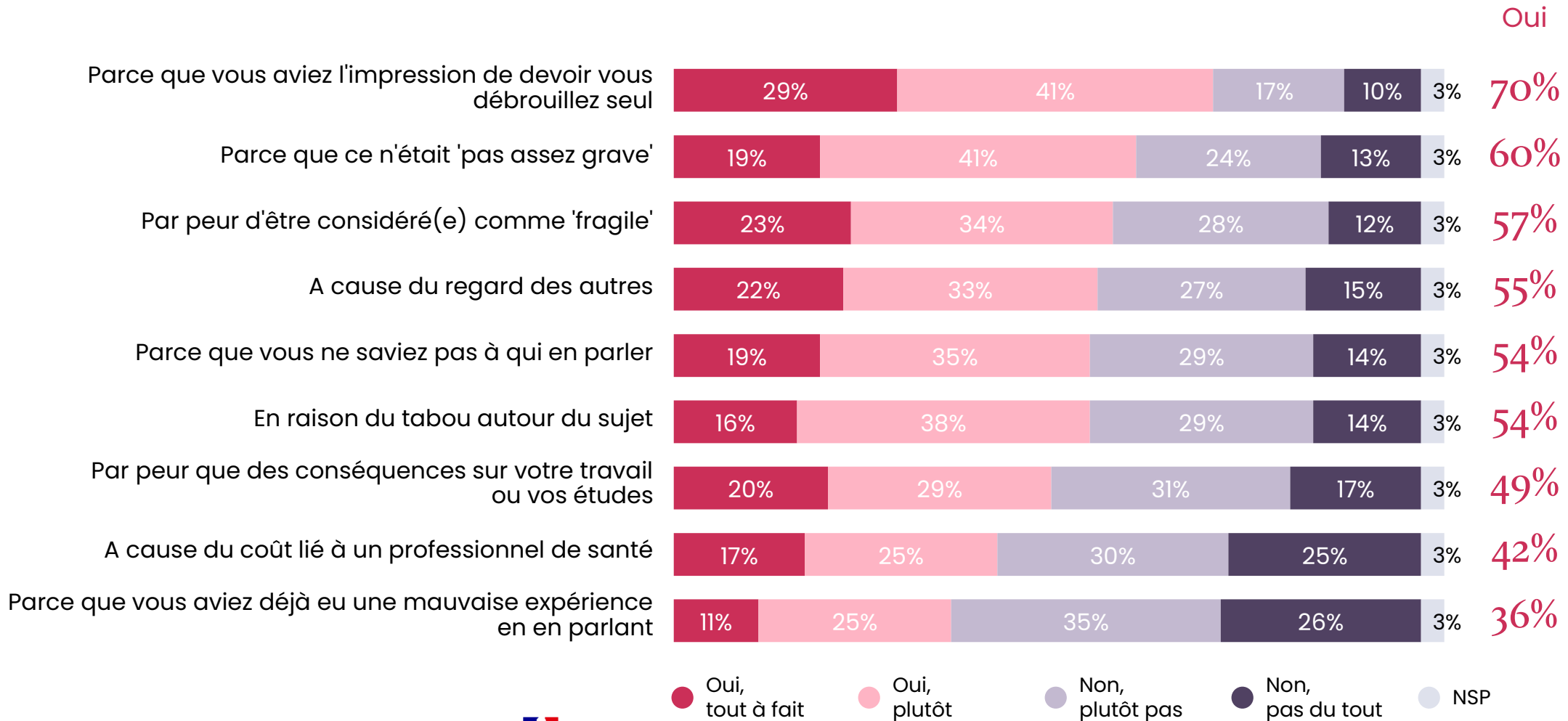
# Les raisons de taire son mal-être psychique - base « A déjà vécu un épisode difficile »



649 personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui ont déjà connu un épisode difficile, soit 62% de l'échantillon.



84%



# Les raisons de taire son mal-être psychique - base « A déjà vécu un épisode difficile »



649 personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui ont déjà connu un épisode difficile, soit 62% de l'échantillon.

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans*	20-24 ans*	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Au moins une raison</b>	<b>84%</b>	<b>79%</b>	<b>88%</b>	<b>95%</b>	<b>88%</b>	<b>92%</b>	<b>89%</b>	<b>78%</b>	<b>76%</b>	<b>86%</b>	<b>87%</b>	<b>81%</b>
Parce que vous aviez l'impression de devoir vous débrouiller seul	<b>70%</b>	67%	73%	73%	73%	72%	75%	69%	63%	71%	73%	68%
Parce que ce n'était 'pas assez grave'	<b>60%</b>	53%	66%	73%	76%	63%	68%	48%	55%	60%	63%	58%
Par peur d'être considéré(e) comme 'fragile'	<b>57%</b>	52%	59%	60%	65%	59%	62%	55%	47%	59%	61%	51%
A cause du regard des autres	<b>55%</b>	49%	59%	59%	60%	59%	62%	52%	44%	56%	61%	50%
Parce que vous ne saviez pas à qui en parler	<b>54%</b>	51%	56%	52%	66%	67%	56%	48%	43%	55%	59%	48%
En raison du tabou autour du sujet	<b>54%</b>	50%	57%	52%	56%	62%	54%	56%	46%	57%	56%	50%
Par peur que des conséquences sur votre travail ou vos études	<b>49%</b>	48%	48%	45%	58%	54%	49%	49%	40%	52%	50%	45%
A cause du coût lié à un professionnel de santé	<b>42%</b>	35%	46%	38%	52%	59%	51%	36%	24%	46%	47%	34%
Parce que vous aviez déjà eu une mauvaise expérience en en parlant	<b>36%</b>	29%	40%	39%	53%	39%	41%	37%	19%	40%	39%	29%



# Les raisons de taire son mal-être psychique - base « A déjà vécu un épisode difficile »



649  
personnes

Q. Vous personnellement, avez-vous déjà choisi de ne pas parler de votre mal-être psychique ... ?

Question posée uniquement à ceux qui ont déjà connu un épisode difficile, soit 62% de l'échantillon.

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	...dont actuellement
<b>Au moins une raison</b>	<b>84%</b>	<b>87%</b>	<b>83%</b>	<b>87%</b>	<b>81%</b>	<b>87%</b>	<b>92%</b>
Parce que vous aviez l'impression de devoir vous débrouillez seul	<b>70%</b>	75%	65%	75%	67%	71%	79%
Parce que ce n'était 'pas assez grave'	<b>60%</b>	65%	49%	63%	62%	61%	71%
Par peur d'être considéré(e) comme 'fragile'	<b>57%</b>	60%	49%	61%	55%	62%	68%
A cause du regard des autres	<b>55%</b>	54%	51%	62%	55%	56%	73%
Parce que vous ne saviez pas à qui en parler	<b>54%</b>	48%	39%	70%	60%	54%	68%
En raison du tabou autour du sujet	<b>54%</b>	54%	49%	64%	54%	54%	70%
Par peur que des conséquences sur votre travail ou vos études	<b>49%</b>	46%	46%	54%	49%	48%	62%
A cause du coût lié à un professionnel de santé	<b>42%</b>	42%	36%	44%	46%	40%	51%
Parce que vous aviez déjà eu une mauvaise expérience en en parlant	<b>36%</b>	38%	31%	43%	35%	32%	49%



3

Les évolutions  
en matière de  
*santé mentale*

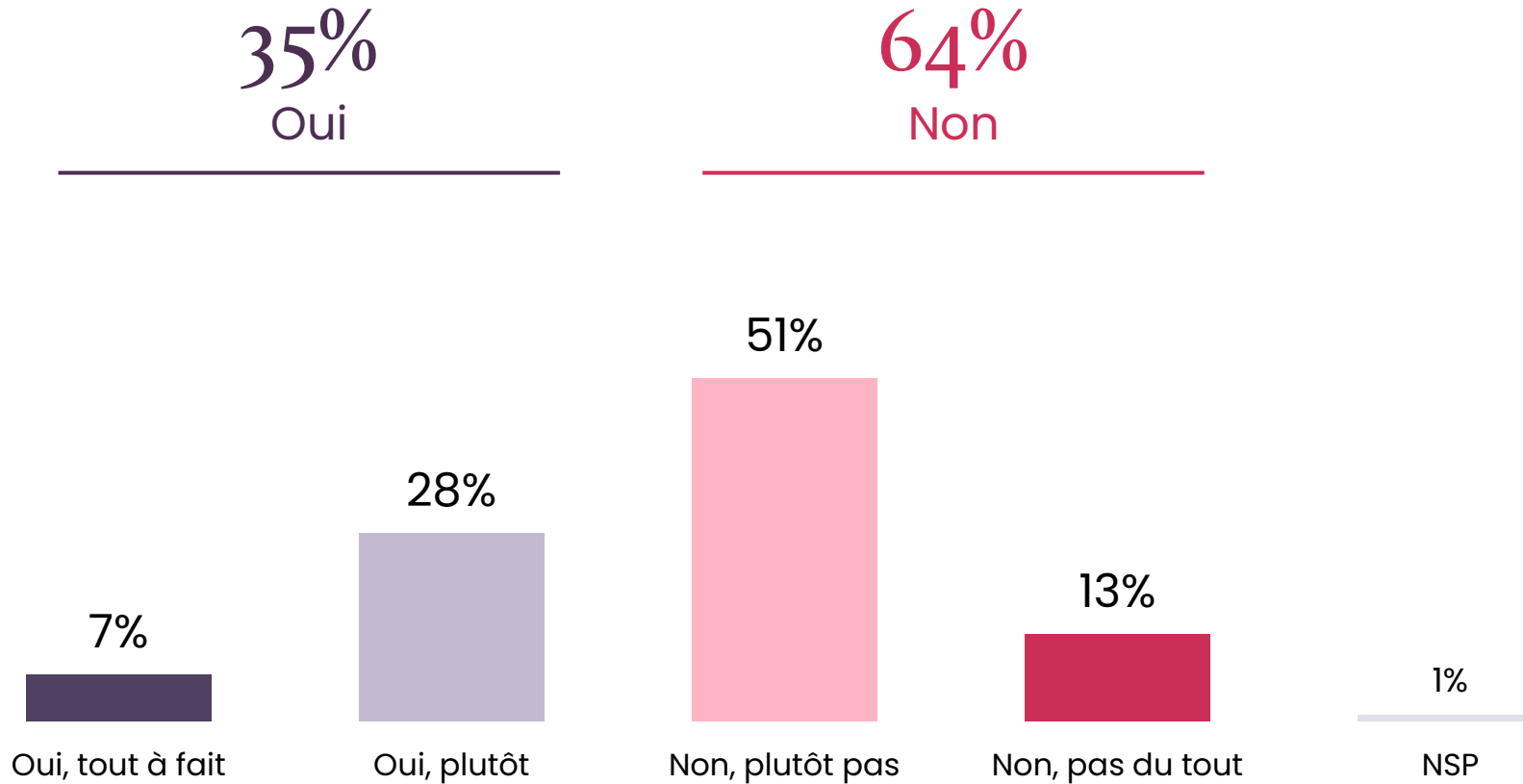


# La prise en compte de la santé mentale par rapport à la santé physique

Q. Selon vous, dans la société française, les troubles concernant la santé mentale sont-ils pris autant au sérieux que ceux concernant la santé physique ?



1050 personnes





# La prise en compte de la santé mentale par rapport à la santé physique

Q. Selon vous, dans la société française, les troubles concernant la santé mentale sont-ils pris autant au sérieux que ceux concernant la santé physique ?



1050 personnes

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Oui</b>	<b>35%</b>	<b>37%</b>	<b>33%</b>	<b>43%</b>	<b>52%</b>	<b>40%</b>	<b>36%</b>	<b>36%</b>	<b>23%</b>	<b>40%</b>	<b>36%</b>	<b>31%</b>
...Oui, tout à fait	<b>7%</b>	7%	7%	12%	20%	9%	8%	3%	4%	8%	7%	6%
...Oui, plutôt	<b>28%</b>	30%	26%	31%	32%	31%	28%	33%	19%	32%	29%	25%
<b>Sous-total Non</b>	<b>64%</b>	<b>62%</b>	<b>67%</b>	<b>57%</b>	<b>47%</b>	<b>59%</b>	<b>64%</b>	<b>63%</b>	<b>77%</b>	<b>59%</b>	<b>63%</b>	<b>69%</b>
...Non, plutôt pas	<b>51%</b>	50%	53%	50%	38%	43%	51%	47%	64%	45%	49%	57%
...Non, pas du tout	<b>13%</b>	12%	14%	7%	9%	16%	13%	16%	13%	14%	14%	12%



# La prise en compte de la santé mentale par rapport à la santé physique

Q. Selon vous, dans la société française, les troubles concernant la santé mentale sont-ils pris autant au sérieux que ceux concernant la santé physique ?



1050 personnes

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Oui</b>	<b>35%</b>	<b>30%</b>	<b>31%</b>	<b>39%</b>	<b>38%</b>	<b>39%</b>	<b>28%</b>	<b>22%</b>	<b>48%</b>
...Oui, tout à fait	<b>7%</b>	5%	4%	6%	9%	11%	5%	4%	11%
...Oui, plutôt	<b>28%</b>	25%	27%	33%	29%	28%	23%	18%	37%
<b>Sous-total Non</b>	<b>64%</b>	<b>70%</b>	<b>69%</b>	<b>61%</b>	<b>62%</b>	<b>59%</b>	<b>72%</b>	<b>78%</b>	<b>52%</b>
...Non, plutôt pas	<b>51%</b>	55%	58%	48%	48%	47%	56%	59%	44%
...Non, pas du tout	<b>13%</b>	15%	11%	13%	14%	12%	16%	19%	8%

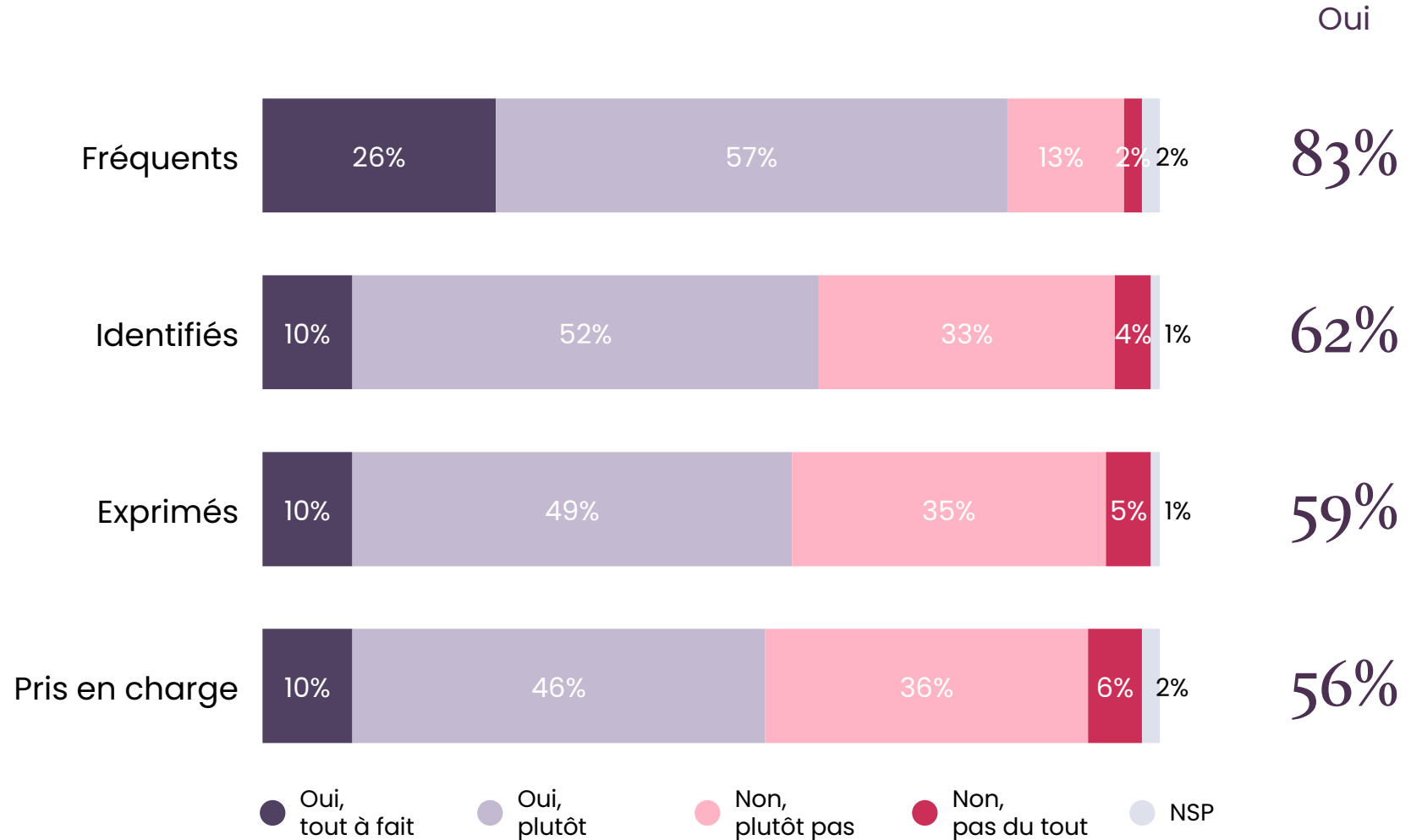


# L'évolution des troubles psychiques

Q. Selon vous, aujourd'hui, les troubles psychiques sont davantage...



1050 personnes





# L'évolution des troubles psychiques

Q. Selon vous, aujourd'hui, les troubles psychiques sont davantage...



1050 personnes

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Fréquents	<b>83%</b>	82%	84%	88%	84%	79%	82%	84%	85%	80%	83%	85%
Identifiés	<b>62%</b>	63%	61%	62%	75%	65%	61%	60%	59%	67%	60%	60%
Exprimés	<b>59%</b>	57%	60%	63%	70%	61%	58%	56%	58%	64%	54%	59%
Pris en charge	<b>56%</b>	56%	56%	64%	76%	64%	56%	46%	54%	63%	51%	55%



# L'évolution des troubles psychiques

Q. Selon vous, aujourd'hui, les troubles psychiques sont davantage...



1050 personnes

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
Fréquents	<b>83%</b>	81%	87%	86%	79%	87%	83%	82%	84%
Identifiés	<b>62%</b>	55%	64%	65%	64%	63%	60%	58%	66%
Exprimés	<b>59%</b>	54%	56%	67%	61%	58%	57%	57%	62%
Pris en charge	<b>56%</b>	48%	58%	59%	57%	61%	52%	49%	63%



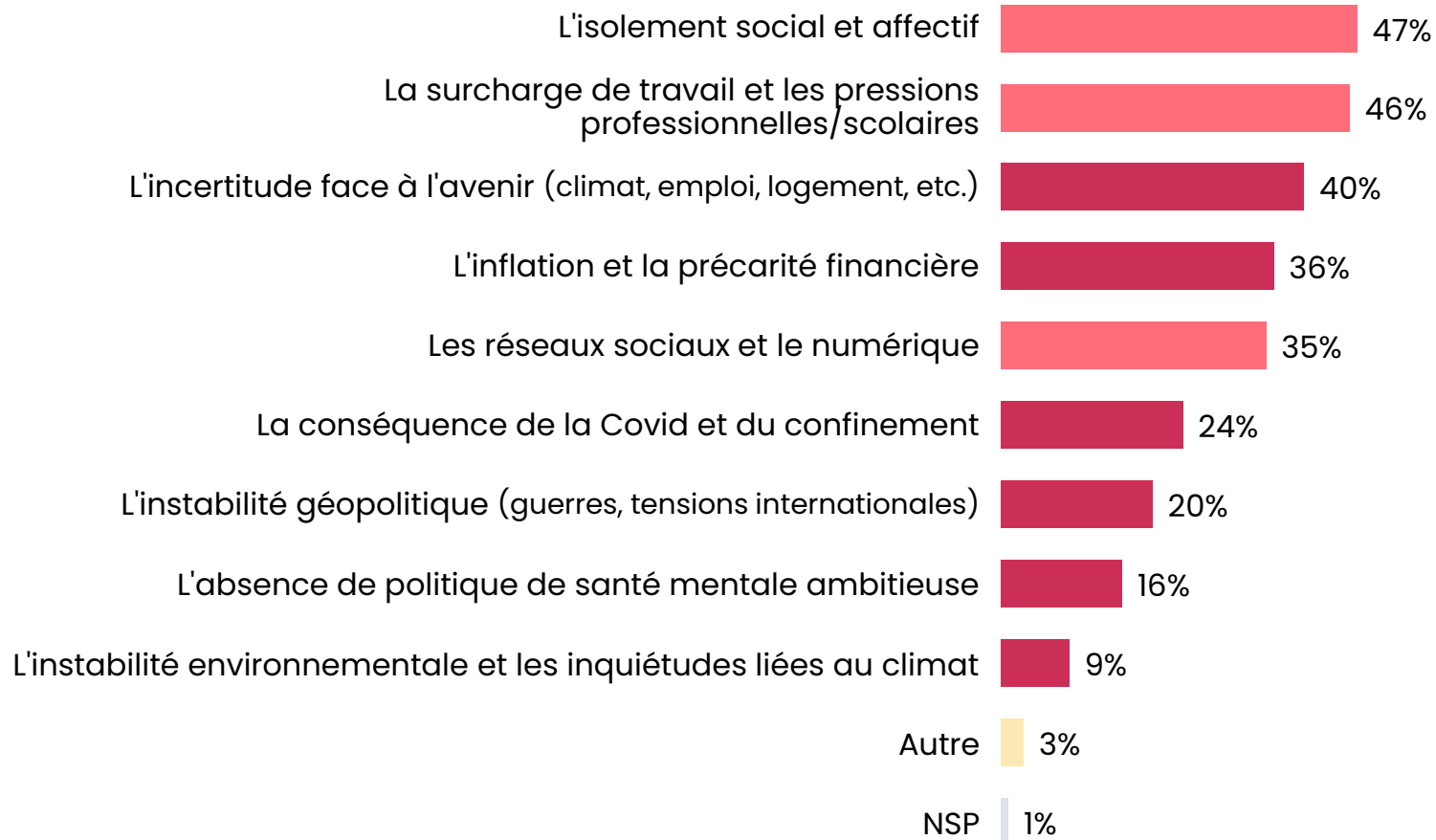
# Les causes de l'augmentation des troubles de santé mentale



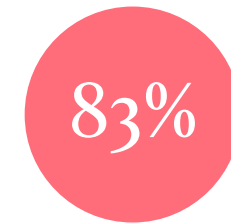
1050 personnes

Q. Selon vous, quelles sont les principales causes de l'augmentation des troubles de santé mentale ces dernières années ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%



Causes individuelles



Causes extérieures





# Les causes de l'augmentation des troubles de santé mentale



1050  
personnes

Q. Selon vous, quelles sont les principales causes de l'augmentation des troubles de santé mentale ces dernières années ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Causes individuelles</b>	<b>83%</b>	<b>82%</b>	<b>84%</b>	<b>80%</b>	<b>77%</b>	<b>77%</b>	<b>83%</b>	<b>87%</b>	<b>84%</b>	<b>81%</b>	<b>83%</b>	<b>84%</b>
<i>L'isolement social et affectif</i>	<b>47%</b>	47%	47%	40%	40%	41%	44%	49%	55%	42%	43%	52%
<i>La surcharge de travail et les pressions professionnelles/scolaires</i>	<b>46%</b>	45%	47%	44%	39%	43%	47%	52%	44%	46%	51%	43%
<i>Les réseaux sociaux et le numérique</i>	<b>35%</b>	35%	35%	37%	33%	33%	35%	35%	34%	37%	33%	35%
<b>Sous-total Causes extérieures</b>	<b>89%</b>	<b>87%</b>	<b>90%</b>	<b>94%</b>	<b>85%</b>	<b>91%</b>	<b>92%</b>	<b>88%</b>	<b>85%</b>	<b>89%</b>	<b>92%</b>	<b>86%</b>
<i>L'incertitude face à l'avenir (climat, emploi, logement, etc.)</i>	<b>40%</b>	38%	41%	40%	42%	39%	41%	39%	40%	38%	41%	40%
<i>L'inflation et la précarité financière</i>	<b>36%</b>	30%	41%	35%	29%	41%	39%	38%	28%	30%	45%	33%
<i>La conséquence de la Covid et du confinement</i>	<b>24%</b>	22%	26%	28%	26%	27%	29%	18%	22%	26%	25%	23%
<i>L'instabilité géopolitique (guerres, tensions internationales)</i>	<b>20%</b>	23%	18%	22%	27%	20%	17%	17%	24%	20%	18%	22%
<i>L'absence de politique de santé mentale ambitieuse</i>	<b>16%</b>	18%	13%	15%	14%	13%	13%	15%	21%	18%	11%	17%
<i>L'instabilité environnementale et les inquiétudes liées au climat</i>	<b>9%</b>	11%	7%	19%	13%	17%	8%	5%	6%	13%	7%	8%
Autre	<b>3%</b>	4%	2%	-	4%	2%	2%	5%	4%	2%	2%	4%



# Les causes de l'augmentation des troubles de santé mentale



1050  
personnes

Q. Selon vous, quelles sont les principales causes de l'augmentation des troubles de santé mentale ces dernières années ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Causes individuelles</b>	<b>83%</b>	<b>86%</b>	<b>84%</b>	<b>79%</b>	<b>82%</b>	<b>83%</b>	<b>85%</b>	<b>86%</b>	<b>79%</b>
<i>L'isolement social et affectif</i>	<b>47%</b>	42%	50%	43%	51%	45%	49%	41%	42%
<i>La surcharge de travail et les pressions professionnelles/scolaires</i>	<b>46%</b>	51%	47%	43%	42%	49%	49%	51%	42%
<i>Les réseaux sociaux et le numérique</i>	<b>35%</b>	37%	34%	36%	33%	34%	35%	30%	34%
<b>Sous-total Causes extérieures</b>	<b>89%</b>	<b>91%</b>	<b>93%</b>	<b>82%</b>	<b>88%</b>	<b>88%</b>	<b>90%</b>	<b>90%</b>	<b>87%</b>
<i>L'incertitude face à l'avenir (climat, emploi, logement, etc.)</i>	<b>40%</b>	41%	42%	34%	40%	41%	43%	47%	35%
<i>L'inflation et la précarité financière</i>	<b>36%</b>	39%	45%	37%	32%	25%	38%	41%	32%
<i>La conséquence de la Covid et du confinement</i>	<b>24%</b>	23%	26%	28%	24%	22%	23%	23%	26%
<i>L'instabilité géopolitique (guerres, tensions internationales)</i>	<b>20%</b>	23%	17%	16%	20%	25%	16%	17%	29%
<i>L'absence de politique de santé mentale ambitieuse</i>	<b>16%</b>	15%	10%	11%	20%	17%	16%	14%	16%
<i>L'instabilité environnementale et les inquiétudes liées au climat</i>	<b>9%</b>	6%	9%	10%	10%	11%	7%	8%	13%
Autre	<b>3%</b>	2%	2%	4%	4%	3%	3%	2%	3%

4



L'engagement de  
*l'Etat* en faveur de  
la santé mentale



# Les acteurs prioritaires pour améliorer la santé mentale



1050 personnes

Q. Selon vous, qui devrait agir en priorité pour améliorer la santé mentale des Français ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%



Les pouvoirs publics 

55%



# Les acteurs prioritaires pour améliorer la santé mentale



1050  
personnes

Q. Selon vous, qui devrait agir en priorité pour améliorer la santé mentale des Français ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Les pouvoirs publics</b>	<b>55%</b>	<b>56%</b>	<b>55%</b>	<b>56%</b>	<b>52%</b>	<b>66%</b>	<b>57%</b>	<b>57%</b>	<b>46%</b>	<b>56%</b>	<b>63%</b>	<b>50%</b>
...L'Etat	<b>47%</b>	49%	46%	47%	38%	54%	51%	51%	38%	48%	54%	41%
...Les collectivités locales (communes, départements, régions...)	<b>17%</b>	16%	17%	15%	23%	22%	15%	15%	15%	16%	19%	15%
Les professionnels de santé	<b>69%</b>	71%	67%	50%	39%	58%	69%	72%	85%	64%	66%	74%
Les familles, l'entourage proche	<b>36%</b>	38%	35%	35%	29%	32%	32%	36%	46%	30%	34%	42%
Les entreprises, les employeurs	<b>30%</b>	28%	32%	32%	26%	32%	36%	31%	23%	34%	34%	25%
Les établissements scolaires et universitaires	<b>26%</b>	21%	30%	38%	36%	25%	30%	19%	23%	28%	21%	28%
Les médias	<b>12%</b>	11%	12%	18%	25%	16%	10%	7%	10%	12%	11%	12%
Les associations ou collectifs citoyens	<b>11%</b>	11%	11%	17%	16%	13%	12%	6%	10%	14%	10%	10%
Les personnalités publiques (journalistes, sportifs, etc.)	<b>6%</b>	6%	6%	12%	15%	7%	6%	3%	5%	7%	5%	6%
Autre	<b>1%</b>	1%	1%	-	2%	-	-	3%	2%	1%	1%	2%



# Les acteurs prioritaires pour améliorer la santé mentale



1050  
personnes

Q. Selon vous, qui devrait agir en priorité pour améliorer la santé mentale des Français ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Les pouvoirs publics</b>	<b>55%</b>	<b>51%</b>	<b>62%</b>	<b>62%</b>	<b>52%</b>	<b>55%</b>	<b>59%</b>	<b>63%</b>	<b>50%</b>
...L'Etat	<b>47%</b>	44%	55%	53%	42%	47%	52%	54%	40%
...Les collectivités locales (communes, départements, régions...)	<b>17%</b>	17%	17%	13%	18%	16%	15%	20%	18%
Les professionnels de santé	<b>69%</b>	70%	74%	67%	69%	61%	70%	67%	67%
Les familles, l'entourage proche	<b>36%</b>	35%	39%	31%	38%	36%	34%	31%	39%
Les entreprises, les employeurs	<b>30%</b>	35%	28%	32%	28%	30%	32%	36%	28%
Les établissements scolaires et universitaires	<b>26%</b>	26%	24%	26%	26%	27%	29%	30%	22%
Les médias	<b>12%</b>	9%	10%	12%	13%	15%	11%	8%	13%
Les associations ou collectifs citoyens	<b>11%</b>	9%	9%	8%	14%	11%	9%	7%	13%
Les personnalités publiques (journalistes, sportifs, etc.)	<b>6%</b>	3%	3%	9%	7%	11%	4%	3%	10%
Autre	<b>1%</b>	2%	1%	1%	2%	2%	1%	1%	1%



# La prise en charge de la santé mentale selon les acteurs

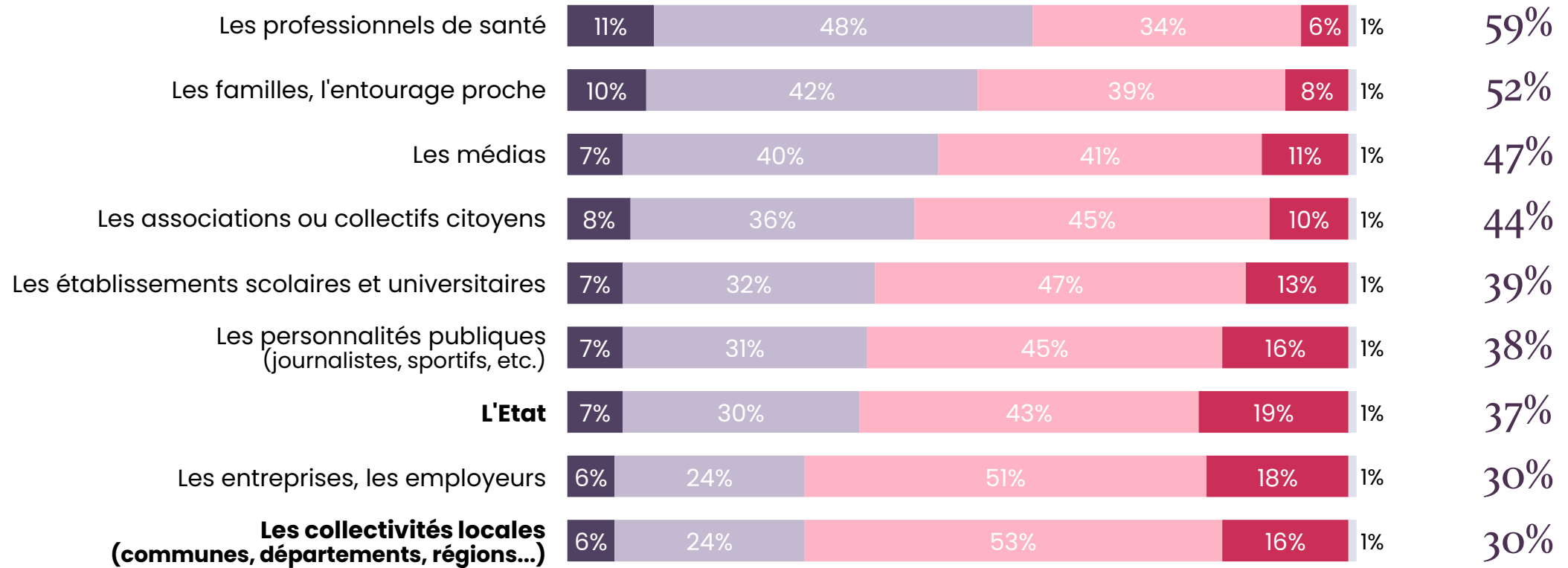


1050 personnes

Q. Diriez-vous que chacun des acteurs suivants s'est davantage emparé du sujet de la santé mentale au cours des 12 derniers mois ?

45% estiment que l'Etat ou les collectivités se sont davantage emparés du sujet

Oui



● Oui, tout à fait   ● Oui, plutôt   ● Non, plutôt pas   ● Non, pas du tout   ● NSP



# La prise en charge de la santé mentale selon les acteurs



1050 personnes

Q. Diriez-vous que chacun des acteurs suivants s'est davantage emparé du sujet de la santé mentale au cours des 12 derniers mois ?

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>L'Etat ou les collectivités se sont davantage emparés du sujet</b>	<b>45%</b>	<b>44%</b>	<b>46%</b>	<b>53%</b>	<b>63%</b>	<b>55%</b>	<b>49%</b>	<b>36%</b>	<b>36%</b>	<b>46%</b>	<b>46%</b>	<b>43%</b>
...L'Etat	<b>37%</b>	38%	35%	42%	52%	45%	43%	30%	28%	38%	39%	35%
...Les collectivités locales (communes, départements, régions...)	<b>30%</b>	28%	31%	30%	51%	39%	35%	22%	21%	32%	31%	27%
Les professionnels de santé	<b>59%</b>	63%	56%	65%	72%	64%	56%	54%	61%	59%	57%	61%
Les familles, l'entourage proche	<b>52%</b>	54%	50%	53%	63%	56%	52%	48%	49%	55%	50%	51%
Les médias	<b>47%</b>	45%	50%	59%	66%	47%	54%	40%	39%	53%	45%	45%
Les associations ou collectifs citoyens	<b>44%</b>	44%	42%	58%	68%	54%	44%	36%	33%	46%	45%	41%
Les établissements scolaires et universitaires	<b>39%</b>	36%	41%	52%	64%	43%	45%	31%	26%	44%	38%	36%
Les personnalités publiques (journalistes, sportifs, etc.)	<b>38%</b>	38%	39%	46%	58%	45%	44%	34%	28%	45%	38%	35%
Les entreprises, les employeurs	<b>30%</b>	27%	32%	40%	51%	35%	39%	24%	14%	35%	35%	22%



# La prise en charge de la santé mentale selon les acteurs



1050 personnes

Q. Diriez-vous que chacun des acteurs suivants s'est davantage emparé du sujet de la santé mentale au cours des 12 derniers mois ?

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>L'Etat ou les collectivités se sont davantage emparés du sujet</b>	<b>45%</b>	<b>41%</b>	<b>34%</b>	<b>49%</b>	<b>49%</b>	<b>50%</b>	<b>40%</b>	<b>41%</b>	<b>53%</b>
...L'Etat	<b>37%</b>	33%	28%	41%	40%	43%	32%	33%	45%
...Les collectivités locales (communes, départements, régions...)	<b>30%</b>	26%	24%	31%	35%	32%	24%	23%	40%
Les professionnels de santé	<b>59%</b>	60%	53%	61%	63%	57%	56%	51%	65%
Les familles, l'entourage proche	<b>52%</b>	47%	52%	53%	54%	53%	46%	39%	62%
Les médias	<b>47%</b>	44%	41%	51%	50%	51%	44%	43%	52%
Les associations ou collectifs citoyens	<b>44%</b>	37%	36%	51%	47%	46%	40%	37%	50%
Les établissements scolaires et universitaires	<b>39%</b>	38%	35%	39%	40%	41%	35%	32%	45%
Les personnalités publiques (journalistes, sportifs, etc.)	<b>38%</b>	30%	33%	43%	45%	42%	36%	32%	43%
Les entreprises, les employeurs	<b>30%</b>	24%	25%	34%	30%	38%	25%	27%	38%

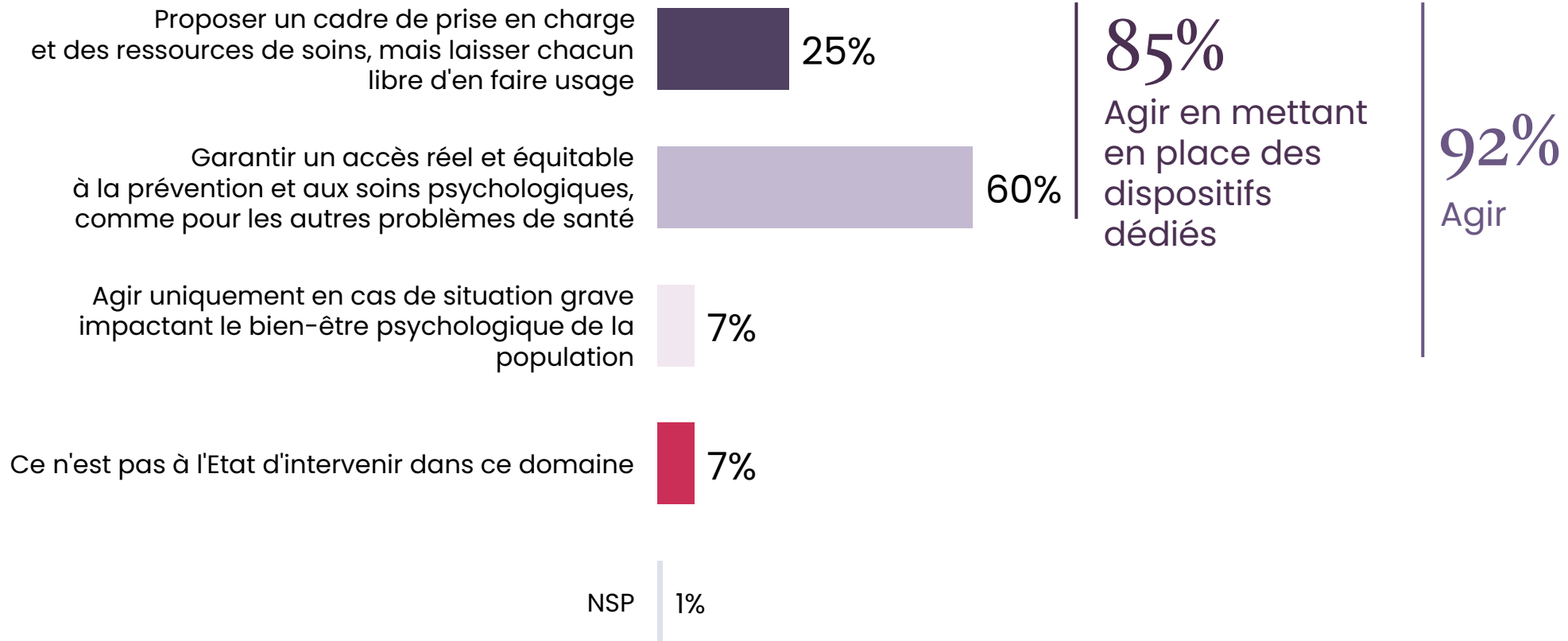


# Le rôle de l'Etat en matière de santé mentale



1050 personnes

Q. Selon vous, le rôle de l'Etat en matière de santé mentale, c'est plutôt de... ?





# Le rôle de l'Etat en matière de santé mentale



1050 personnes

Q. Selon vous, le rôle de l'Etat en matière de santé mentale, c'est plutôt de... ?

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Agir</b>	<b>92%</b>	<b>92%</b>	<b>92%</b>	<b>97%</b>	<b>93%</b>	<b>95%</b>	<b>93%</b>	<b>92%</b>	<b>89%</b>	<b>93%</b>	<b>93%</b>	<b>92%</b>
<b>Sous-total Agir en mettant en place des dispositifs dédiés</b>	<b>85%</b>	<b>85%</b>	<b>85%</b>	<b>87%</b>	<b>82%</b>	<b>87%</b>	<b>85%</b>	<b>86%</b>	<b>82%</b>	<b>87%</b>	<b>85%</b>	<b>84%</b>
<i>...Proposer un cadre de prise en charge et des ressources de soins, mais laisser chacun libre d'en faire usage</i>	<b>25%</b>	24%	26%	25%	32%	31%	24%	27%	17%	26%	28%	22%
<i>...Garantir un accès réel et équitable à la prévention et aux soins psychologiques, comme pour les autres problèmes de santé</i>	<b>60%</b>	61%	59%	62%	50%	56%	61%	59%	65%	61%	57%	62%
<i>...Agir uniquement en cas de situation grave impactant le bien-être psychologique de la population</i>	<b>7%</b>	7%	7%	10%	11%	8%	8%	6%	7%	6%	8%	8%
<i>...Ce n'est pas à l'Etat d'intervenir dans ce domaine</i>	<b>7%</b>	7%	6%	3%	5%	3%	6%	7%	9%	6%	5%	7%



# Le rôle de l'Etat en matière de santé mentale



1050  
personnes

Q. Selon vous, le rôle de l'Etat en matière de santé mentale, c'est plutôt de... ?

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Agir</b>	<b>92%</b>	<b>93%</b>	<b>92%</b>	<b>94%</b>	<b>91%</b>	<b>94%</b>	<b>92%</b>	<b>91%</b>	<b>93%</b>
<b>Sous-total Agir en mettant en place des dispositifs dédiés</b>	<b>85%</b>	<b>87%</b>	<b>87%</b>	<b>87%</b>	<b>84%</b>	<b>82%</b>	<b>86%</b>	<b>86%</b>	<b>82%</b>
<i>...Proposer un cadre de prise en charge et des ressources de soins, mais laisser chacun libre d'en faire usage</i>	<b>25%</b>	24%	26%	25%	26%	22%	24%	27%	24%
<i>...Garantir un accès réel et équitable à la prévention et aux soins psychologiques, comme pour les autres problèmes de santé</i>	<b>60%</b>	63%	61%	62%	58%	60%	62%	59%	58%
<i>...Agir uniquement en cas de situation grave impactant le bien-être psychologique de la population</i>	<b>7%</b>	6%	5%	7%	7%	12%	6%	5%	11%
<i>...Ce n'est pas à l'Etat d'intervenir dans ce domaine</i>	<b>7%</b>	7%	6%	5%	8%	3%	7%	7%	6%

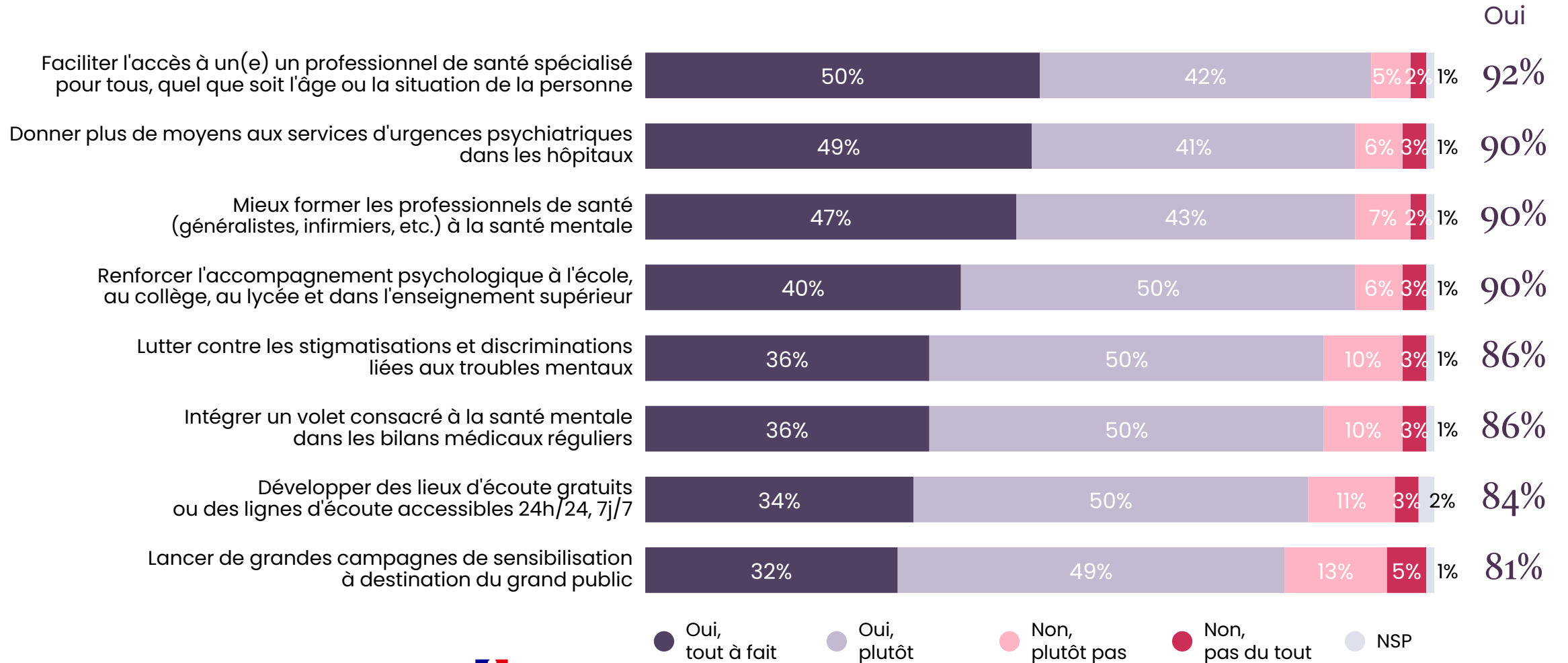


# Le financement par l'Etat des mesures améliorant la santé mentale



1050 personnes

Q. Chacune des actions suivantes devrait-elle selon vous être financée en priorité par l'Etat pour améliorer la santé mentale en France ?





# Le financement par l'Etat des mesures améliorant la santé mentale



1050 personnes

Q. Chacune des actions suivantes devrait-elle selon vous être financée en priorité par l'Etat pour améliorer la santé mentale en France ?

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Faciliter l'accès à un(e) un professionnel de santé spécialisé pour tous, quel que soit l'âge ou la situation de la personne	<b>92%</b>	89%	95%	98%	91%	85%	93%	94%	93%	88%	93%	94%
Donner plus de moyens aux services d'urgences psychiatriques dans les hôpitaux	<b>90%</b>	88%	91%	92%	88%	85%	90%	90%	92%	87%	90%	91%
Mieux former les professionnels de santé (généralistes, infirmiers, etc.) à la santé mentale	<b>90%</b>	89%	91%	85%	86%	87%	90%	92%	92%	86%	90%	92%
Renforcer l'accompagnement psychologique à l'école, au collège, au lycée et dans l'enseignement supérieur	<b>90%</b>	87%	92%	90%	90%	89%	91%	90%	88%	90%	91%	89%
Lutter contre les stigmatisations et discriminations liées aux troubles mentaux	<b>86%</b>	85%	87%	91%	85%	85%	84%	83%	88%	83%	87%	86%
Intégrer un volet consacré à la santé mentale dans les bilans médicaux réguliers	<b>86%</b>	87%	86%	89%	80%	83%	89%	87%	87%	86%	87%	87%
Développer des lieux d'écoute gratuits ou des lignes d'écoute accessibles 24h/24, 7j/7	<b>84%</b>	81%	87%	91%	82%	85%	82%	85%	84%	83%	86%	83%
Lancer de grandes campagnes de sensibilisation à destination du grand public	<b>81%</b>	79%	83%	85%	82%	81%	83%	83%	77%	81%	84%	80%



# Le financement par l'Etat des mesures améliorant la santé mentale



1050 personnes

Q. Chacune des actions suivantes devrait-elle selon vous être financée en priorité par l'Etat pour améliorer la santé mentale en France ?

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
Faciliter l'accès à un(e) un professionnel de santé spécialisé pour tous, quel que soit l'âge ou la situation de la personne	<b>92%</b>	93%	94%	93%	92%	90%	92%	91%	91%
Donner plus de moyens aux services d'urgences psychiatriques dans les hôpitaux	<b>90%</b>	87%	93%	90%	90%	88%	90%	87%	90%
Mieux former les professionnels de santé (généralistes, infirmiers, etc.) à la santé mentale	<b>90%</b>	88%	92%	93%	89%	90%	89%	91%	92%
Renforcer l'accompagnement psychologique à l'école, au collège, au lycée et dans l'enseignement supérieur	<b>90%</b>	89%	92%	89%	89%	89%	90%	90%	89%
Lutter contre les stigmatisations et discriminations liées aux troubles mentaux	<b>86%</b>	86%	90%	82%	86%	83%	85%	84%	85%
Intégrer un volet consacré à la santé mentale dans les bilans médicaux réguliers	<b>86%</b>	84%	89%	85%	88%	86%	86%	88%	87%
Développer des lieux d'écoute gratuits ou des lignes d'écoute accessibles 24h/24, 7j/7	<b>84%</b>	84%	85%	83%	86%	81%	84%	82%	85%
Lancer de grandes campagnes de sensibilisation à destination du grand public	<b>81%</b>	78%	84%	80%	83%	80%	82%	80%	81%



5

Les *leviers* pour  
une meilleure  
santé mentale



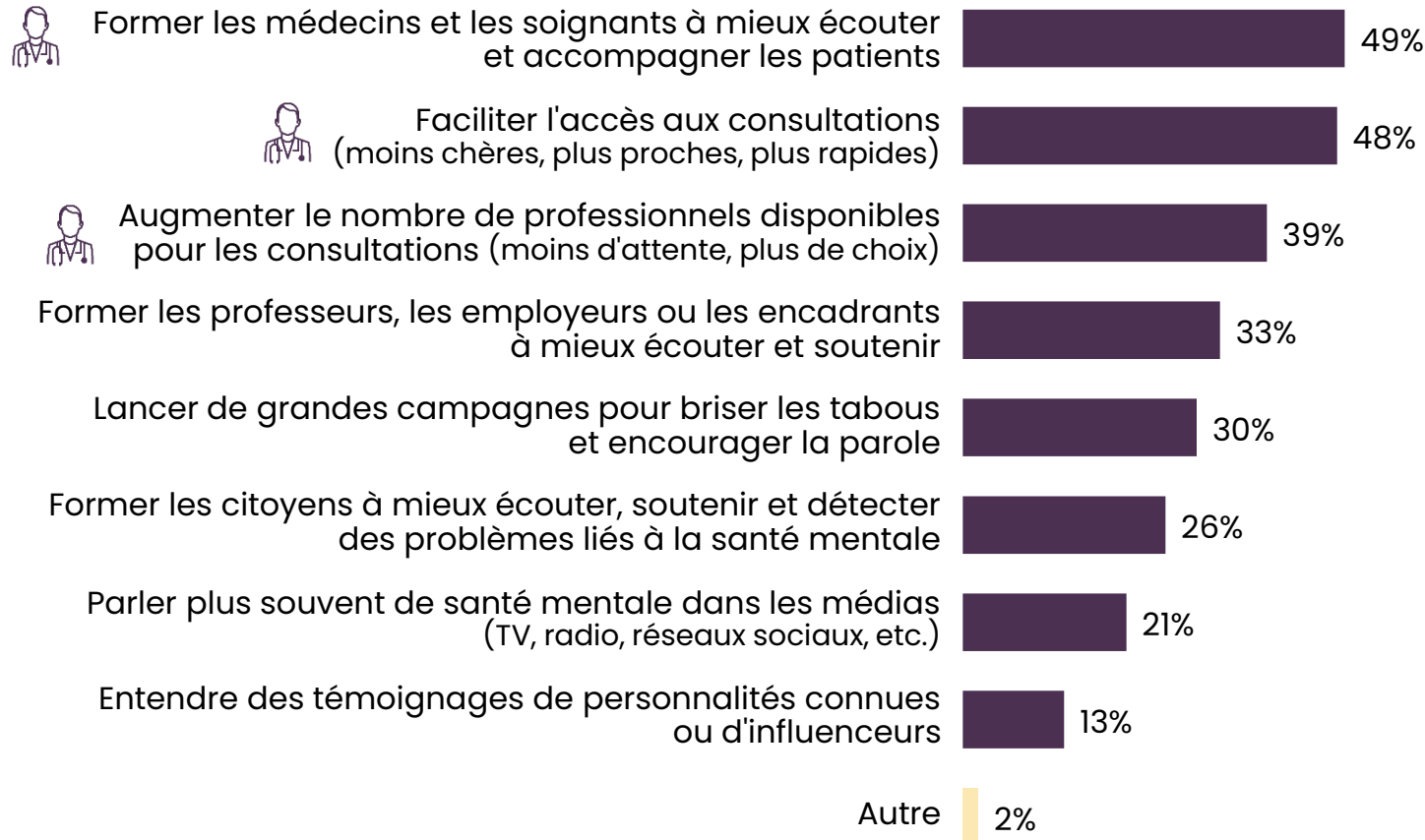
# Les moyens efficaces pour améliorer la prise en charge



1050 personnes

Q. Quels seraient, selon vous, les moyens les plus efficaces pour favoriser une parole libérée et une écoute plus ouverte sur la santé mentale ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%



79% Améliorer l'offre de soins



# Les moyens efficaces pour améliorer la prise en charge



1050 personnes

Q. Quels seraient, selon vous, les moyens les plus efficaces pour favoriser une parole libérée et une écoute plus ouverte sur la santé mentale ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
<b>Sous-total Améliorer l'offre de soins</b>	<b>79%</b>	<b>75%</b>	<b>82%</b>	<b>77%</b>	<b>77%</b>	<b>79%</b>	<b>80%</b>	<b>77%</b>	<b>79%</b>	<b>78%</b>	<b>80%</b>	<b>78%</b>
Former les médecins et les soignants à mieux écouter et accompagner les patients	49%	51%	48%	32%	38%	38%	47%	51%	63%	41%	44%	58%
Faciliter l'accès aux consultations (moins chères, plus proches, plus rapides)	48%	43%	53%	42%	45%	52%	48%	51%	47%	48%	50%	48%
Augmenter le nombre de professionnels disponibles pour les consultations (moins d'attente, plus de choix)	39%	36%	42%	27%	29%	35%	44%	41%	42%	40%	41%	37%
Former les professeurs, les employeurs ou les encadrants à mieux écouter et soutenir	33%	33%	32%	39%	36%	32%	34%	31%	30%	37%	30%	32%
Lancer de grandes campagnes pour briser les tabous et encourager la parole	30%	29%	31%	37%	27%	31%	29%	27%	32%	26%	34%	31%
Former les citoyens à mieux écouter, soutenir et détecter des problèmes liés à la santé mentale	26%	30%	21%	26%	26%	26%	25%	23%	29%	27%	22%	27%
Parler plus souvent de santé mentale dans les médias (TV, radio, réseaux sociaux, etc.)	21%	19%	23%	34%	33%	28%	22%	14%	16%	23%	24%	18%
Entendre des témoignages de personnalités connues ou d'influenceurs	13%	12%	14%	25%	21%	21%	13%	8%	8%	16%	11%	13%
Autre	2%	3%	1%	-	2%	1%	1%	4%	2%	2%	1%	3%



# Les moyens efficaces pour améliorer la prise en charge



1050  
personnes

Q. Quels seraient, selon vous, les moyens les plus efficaces pour favoriser une parole libérée et une écoute plus ouverte sur la santé mentale ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Total	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	100 000 habitants et plus	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
<b>Sous-total Améliorer l'offre de soins</b>	<b>79%</b>	<b>80%</b>	<b>77%</b>	<b>82%</b>	<b>77%</b>	<b>78%</b>	<b>80%</b>	<b>82%</b>	<b>76%</b>
Former les médecins et les soignants à mieux écouter et accompagner les patients	49%	48%	54%	50%	47%	48%	49%	42%	50%
Faciliter l'accès aux consultations (moins chères, plus proches, plus rapides)	48%	56%	47%	57%	42%	47%	54%	56%	40%
Augmenter le nombre de professionnels disponibles pour les consultations (moins d'attente, plus de choix)	39%	40%	47%	37%	37%	35%	42%	40%	35%
Former les professeurs, les employeurs ou les encadrants à mieux écouter et soutenir	33%	35%	34%	28%	31%	35%	32%	28%	33%
Lancer de grandes campagnes pour briser les tabous et encourager la parole	30%	30%	29%	30%	32%	27%	27%	29%	36%
Former les citoyens à mieux écouter, soutenir et détecter des problèmes liés à la santé mentale	26%	21%	25%	22%	29%	30%	25%	24%	26%
Parler plus souvent de santé mentale dans les médias (TV, radio, réseaux sociaux, etc.)	21%	19%	18%	20%	23%	23%	22%	20%	18%
Entendre des témoignages de personnalités connues ou d'influenceurs	13%	9%	10%	9%	18%	16%	12%	14%	16%
Autre	2%	2%	3%	2%	1%	2%	1%	2%	3%

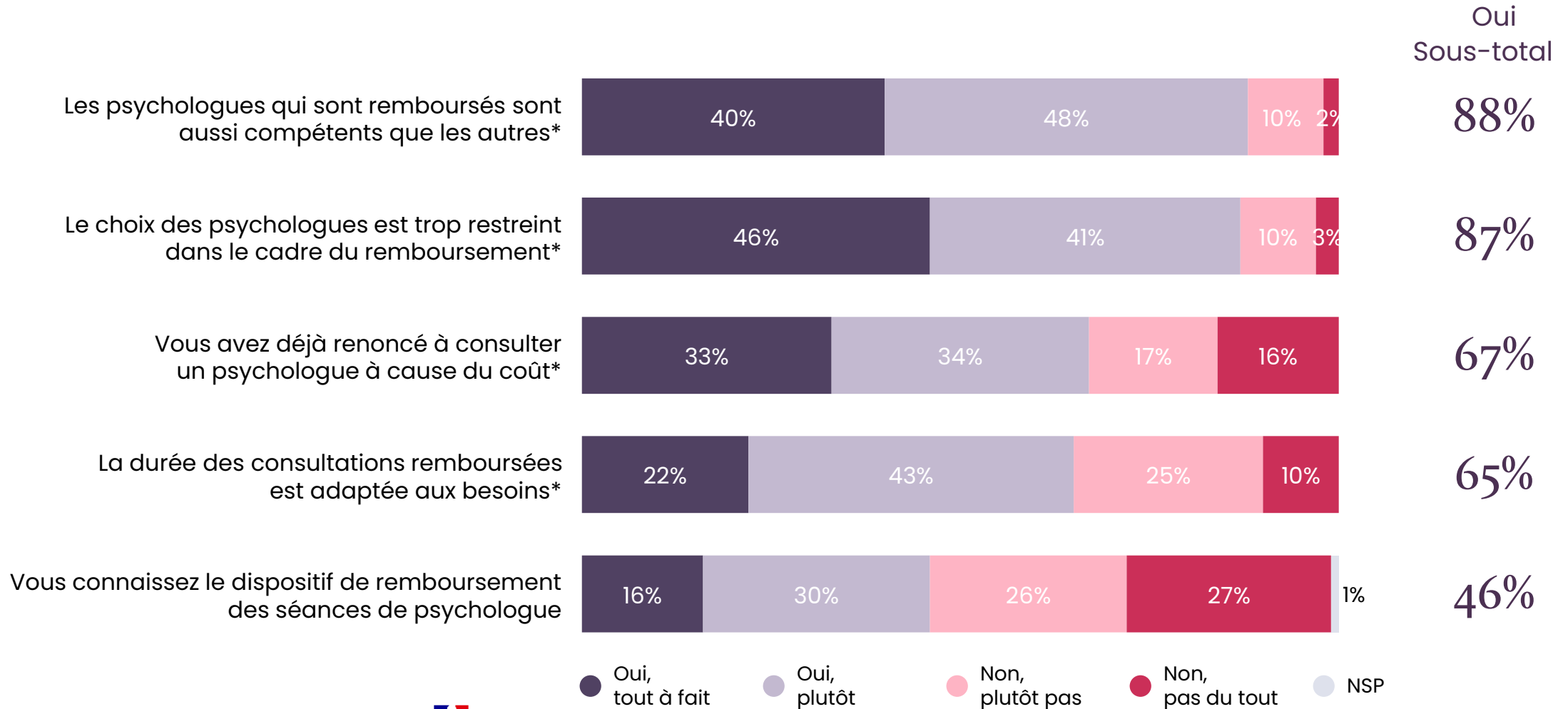


# Les opinions relatives au remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat



1050 personnes

Q. Concernant le remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat, diriez-vous que... ?





# Les opinions relatives au remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat



1050 personnes

Q. Concernant le remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat, diriez-vous que... ?

	% Oui	SEXE		AGE						STATUT		
		Homme	Femme	15-19 ans**	20-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Les psychologues qui sont remboursés sont aussi compétents que les autres*	<b>88%</b>	89%	86%	72%	84%	87%	88%	89%	94%	88%	86%	89%
Le choix des psychologues est trop restreint dans le cadre du remboursement*	<b>87%</b>	80%	92%	80%	90%	91%	88%	87%	82%	86%	91%	84%
Vous avez déjà renoncé à consulter un psychologue à cause du coût*	<b>67%</b>	57%	73%	56%	76%	71%	74%	70%	39%	68%	73%	58%
La durée des consultations remboursées est adaptée aux besoins*	<b>65%</b>	72%	59%	72%	69%	62%	68%	58%	62%	62%	67%	64%
Vous connaissez le dispositif de remboursement des séances de psychologue	<b>46%</b>	38%	54%	54%	68%	60%	58%	40%	24%	54%	54%	37%



# Les opinions relatives au remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat



1050 personnes

Q. Concernant le remboursement des séances avec un psychologue par l'Etat, diriez-vous que... ?

	% Oui	CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION					A DÉJÀ CONNU UN ÉPISODE DIFFICILE		
		Commune rurale	2 000 à 19 999 habitants	20 000 à 99 999 habitants	Plus de 100 000 habitants	Agglomération parisienne	Oui	...dont actuellement	Non
Les psychologues qui sont remboursés sont aussi compétents que les autres*	<b>88%</b>	79%	91%	85%	89%	89%	82%	82%	91%
Le choix des psychologues est trop restreint dans le cadre du remboursement*	<b>87%</b>	86%	89%	90%	85%	89%	81%	91%	91%
Vous avez déjà renoncé à consulter un psychologue à cause du coût*	<b>67%</b>	69%	61%	58%	69%	70%	49%	72%	66%
La durée des consultations remboursées est adaptée aux besoins*	<b>65%</b>	58%	58%	74%	68%	67%	52%	53%	81%
Vous connaissez le dispositif de remboursement des séances de psychologue	<b>46%</b>	43%	44%	42%	48%	52%	48%	56%	43%

# opinionway

PARIS • BORDEAUX • VARSOVIE • CASABLANCA • ABIDJAN

Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.

**Enable today, shape tomorrow**

C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration - 8,9/10, et un fort taux de recommandation - 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.

## Restons connectés !



Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre newsletter !

*Je m'abonne*

### Vos contacts OpinionWay

**Eléonore Quarré**

Responsable des études Société  
equare@opinion-way.com

**Clément Royaux**

Chef de projets  
croyaux@opinion-way.com

**Léa Boutonnet**

Chargée d'études  
lboutonnet@opinion-way.com

Tel. +33 1 81 81 83 00