

CSA pour Pringles

Les hommes et leur bien-être mental

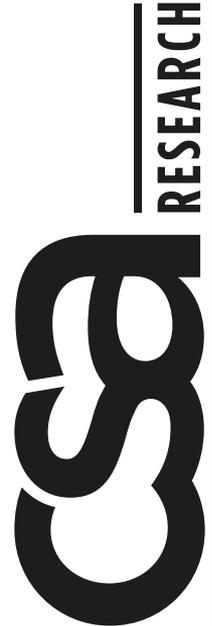


Vos contacts CSA - Pôle Society

Anne-Laure MARCHAL, Directeur de Clientèle

Kassandra FELS, Chargée d'Etudes

Août 2022 / 2200759

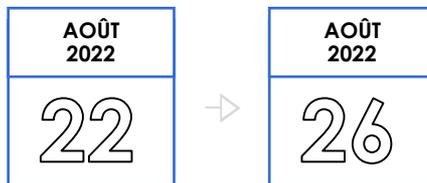


Méthodologie

MODE DE RECUEIL

Questionnaire
auto-administré en ligne
sur panel CSA link

DATES DE TERRAIN

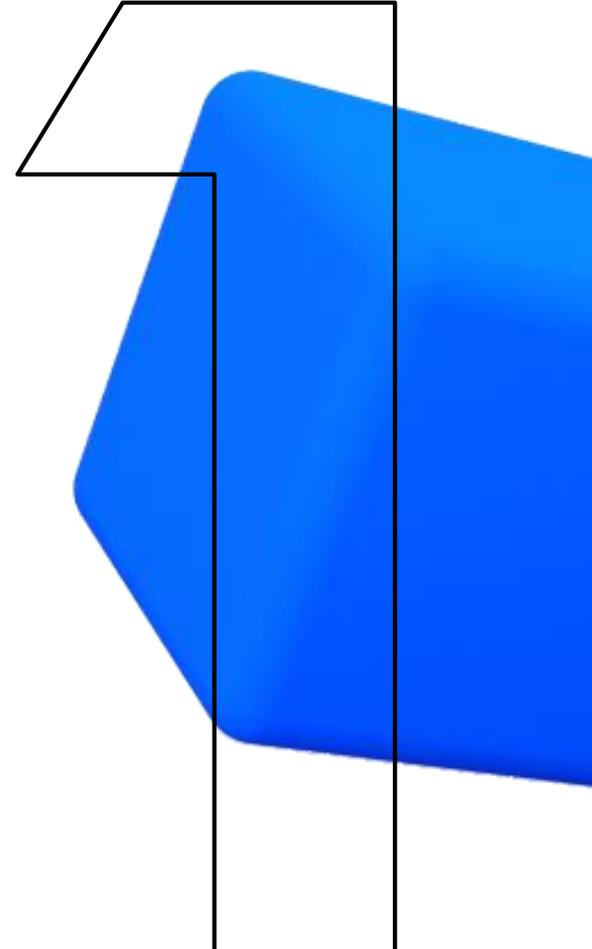


CIBLE INTERROGÉE

Echantillon national représentatif
de **1015 hommes de plus de 18 ans**

La représentativité de l'échantillon a été assurée
par la méthode des quotas appliquée aux
variables suivantes : âge, catégorie
socioprofessionnelle du répondant après
stratification par région et catégorie
d'agglomération.

**Des hommes bien
dans leur baskets,
qui font attention à
leur santé & leur
bien-être...**



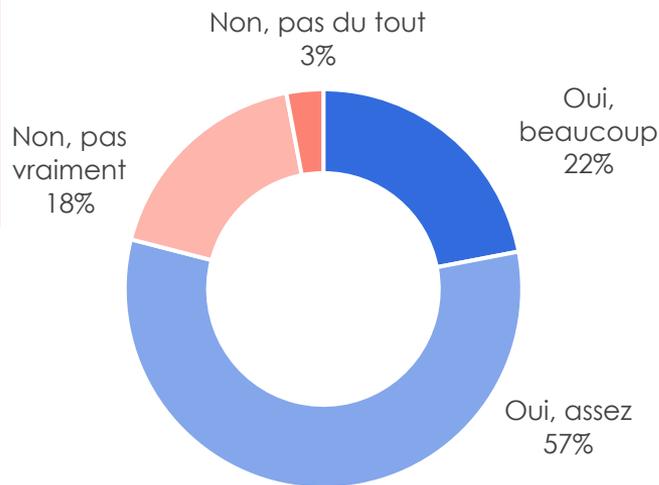
La santé : une véritable préoccupation pour les hommes, qu'il s'agisse de son versant physique ou mental...

Q4. Diriez-vous que vous vous préoccupez de ... ?

Base : ensemble - 1015

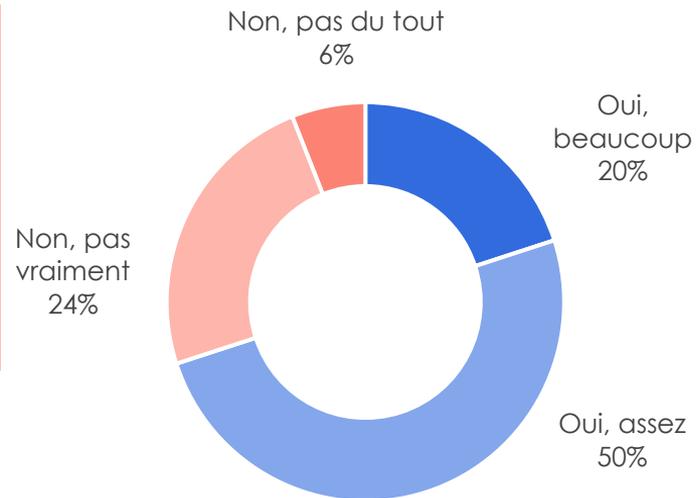
Votre santé physique

Total ne s'en préoccupe pas **21%**



Votre bien-être psychologique ou mental

Total ne s'en préoccupe pas **30%**

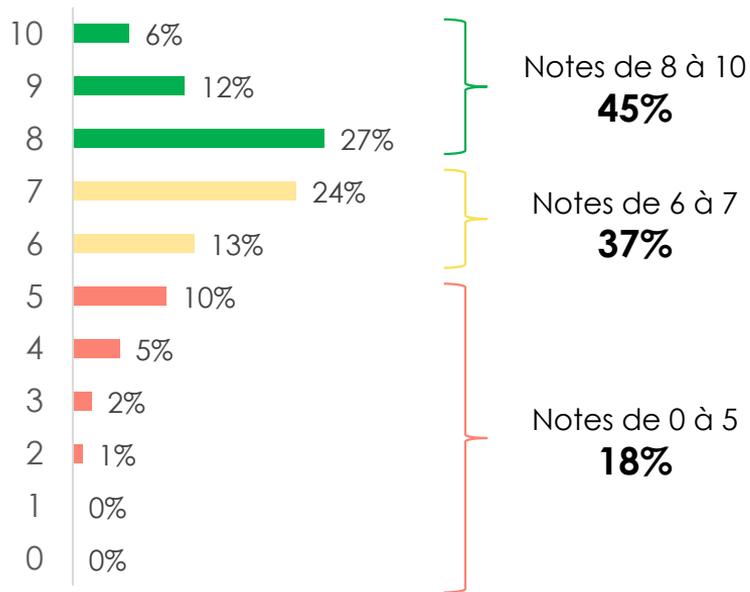


... et une évaluation positive de sa santé, plus encore de son bien-être mental

Q5. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous ... ?

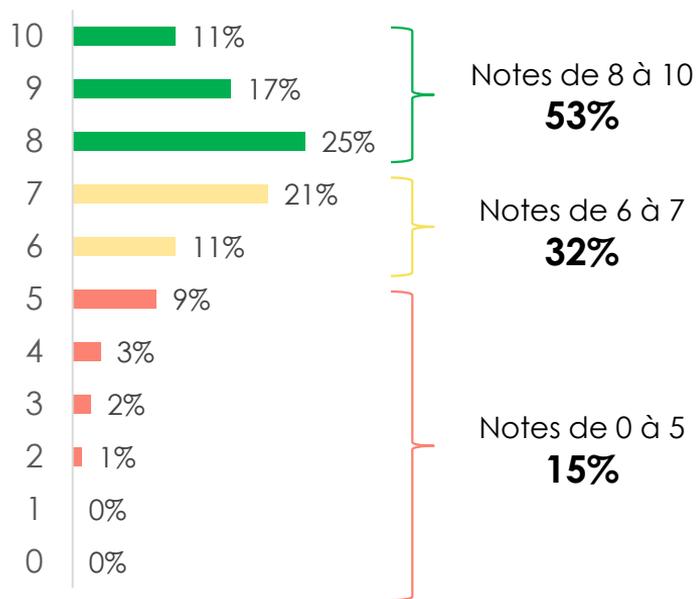
Base : ensemble - 1015

Votre santé physique



7,1/10

Votre bien-être psychologique ou mental



7,4/10

Les hommes de la GenZ portent une attention particulière à leur santé et leur bien-être psychologique...

Q4. Diriez-vous que vous vous préoccupez de ... ?

Base : ensemble - 1015

Votre santé physique

	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Total ne s'en préoccupe pas	21%	13%	28%	23%	23%	13%	19%	30%	15%	20%	21%
Pas du tout	3%	1%	11%	3%	1%	-	1%	8%	1%	7%	2%

Votre bien-être psychologique ou mental

	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Total ne s'en préoccupe pas	30%	20%	27%	31%	32%	32%	27%	32%	30%	30%	29%
Pas du tout	6%	2%	14%	5%	4%	5%	3%	10%	5%	10%	5%

...et font également partie de ceux qui se sentent le plus en forme, physique comme mentale

Des seniors qui sont heureux ! Malgré une forme physique moins éclatante

Q5. Sur une échelle de 0 à 10, comment évalueriez-vous ... ?

Base : ensemble - 1015

Votre santé physique

	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Moyenne	7,1	7,6	7,4	7,0	6,9	6,8	7,2	7,1	6,9	7,3	7,0
Notes de 8 à 10	45%	53%	54%	42%	40%	43%	46%	45%	43%	48%	44%

Votre bien-être psychologique ou mental

	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Moyenne	7,4	7,6	7,2	7,0	7,4	7,7	7,3	7,1	7,7	7,5	7,3
Notes de 8 à 10	52%	51%	47%	41%	56%	65%	48%	44%	63%	57%	51%

...mais une parole
qui n'est pas
naturelle pour de
nombreux hommes

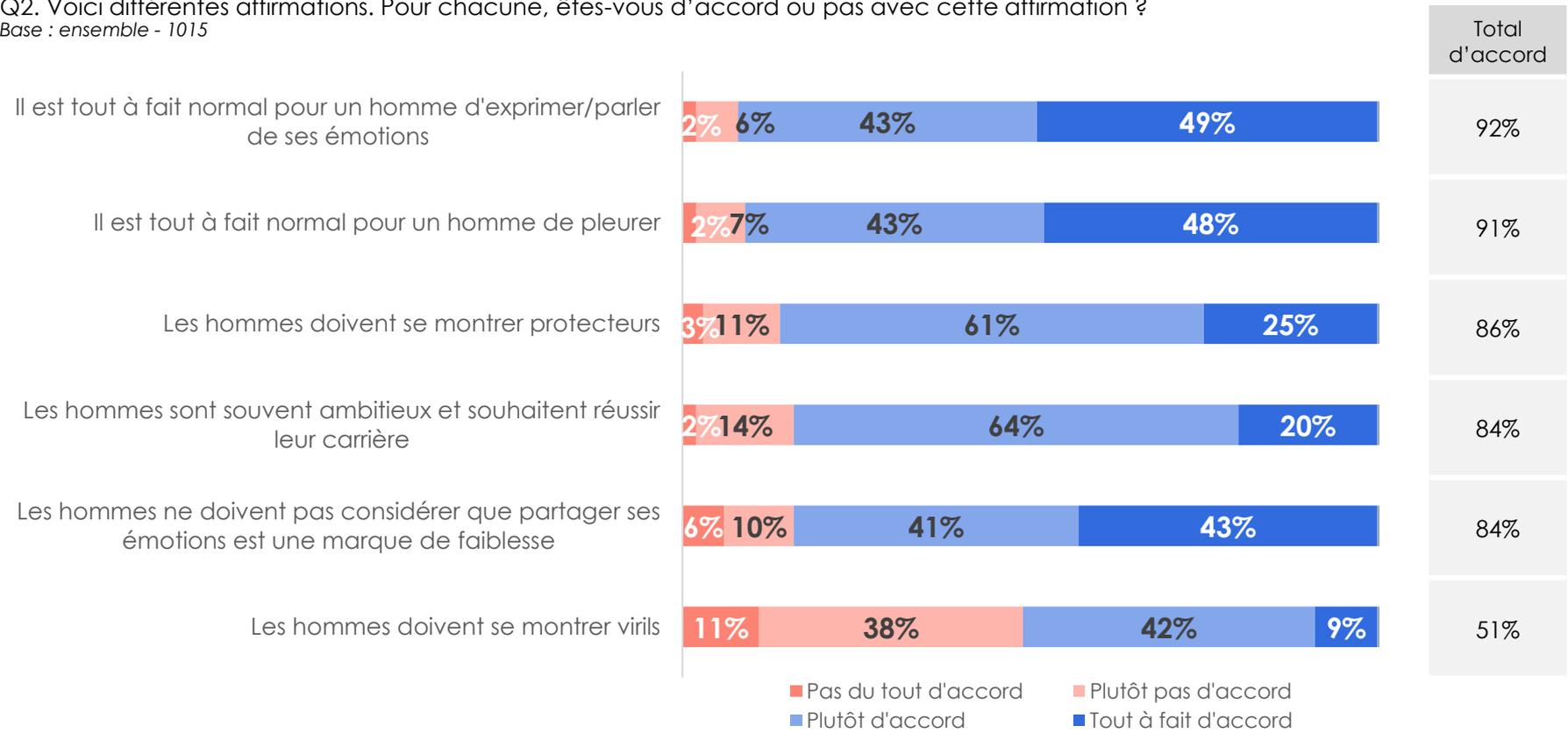


Les stéréotypes ont la vie dure !

S'il est normal pour un homme d'exprimer ses émotions, l'image de l'homme protecteur et ambitieux demeure ancrée dans les perceptions de la masculinité

Q2. Voici différentes affirmations. Pour chacune, êtes-vous d'accord ou pas avec cette affirmation ?

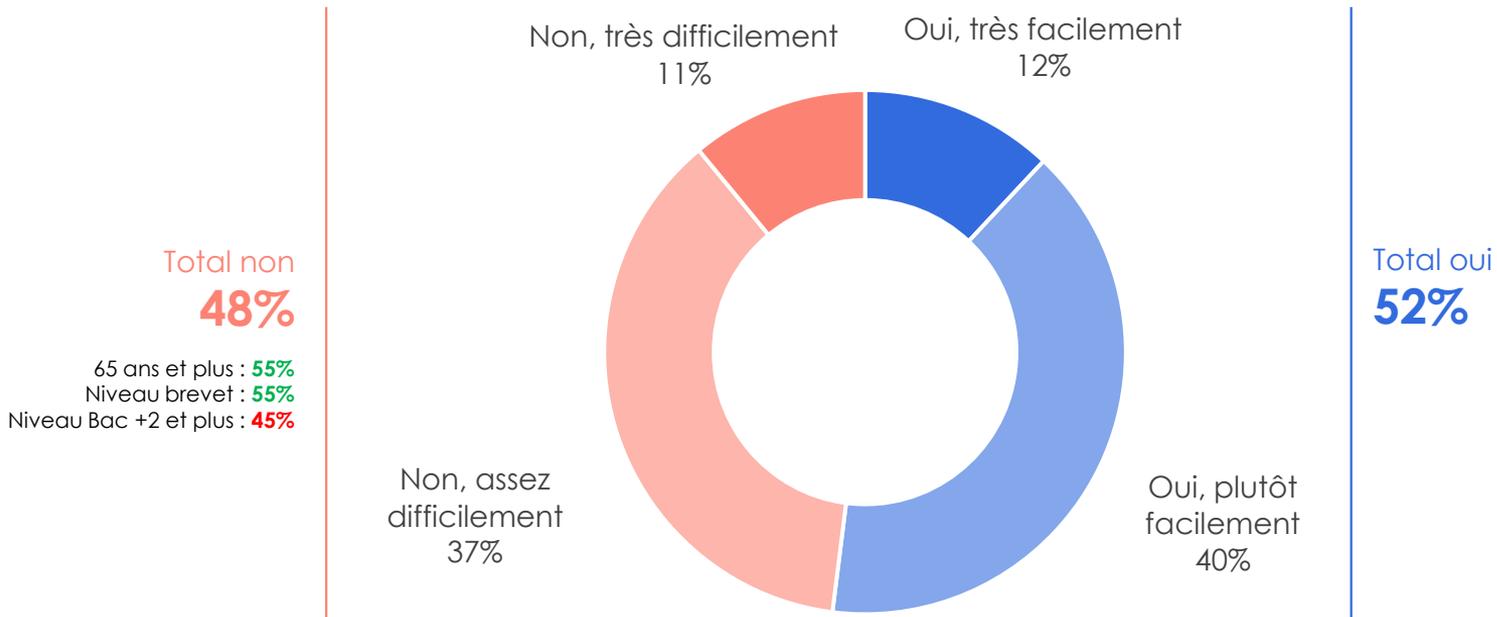
Base : ensemble - 1015



Une liberté de parole sur ses états d'âme qui demeure très modérée chez les hommes, voire difficile pour les plus âgés...

Q6. Parlez-vous facilement de vos états d'âme ou de vos difficultés relatives à votre bien-être psychologique ou mental ?

Base : ensemble - 1015



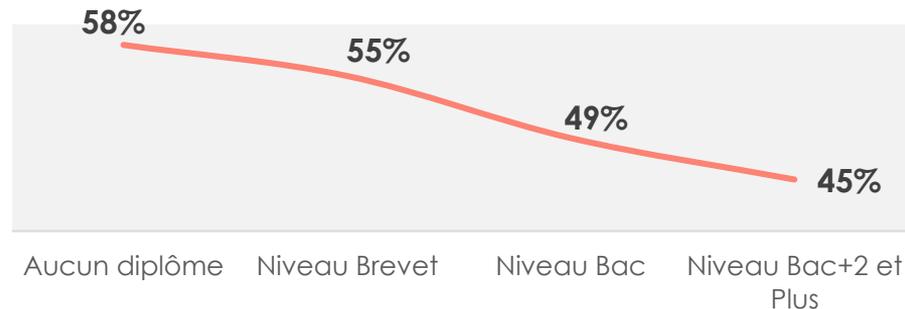
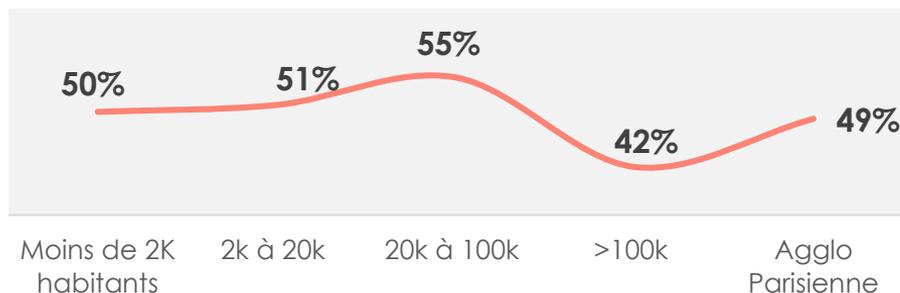
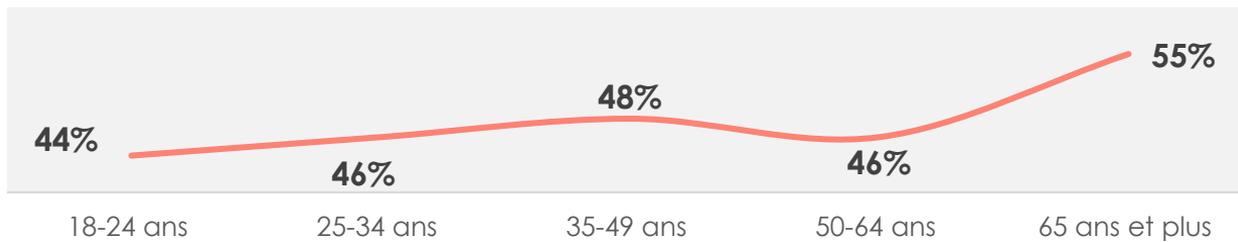
... le niveau d'éducation constituant également une variable importante...

Q6. Parlez-vous facilement de vos états d'âme ou de vos difficultés relatives à votre bien-être psychologique ou mental ?

Base : ensemble - 1015

48%

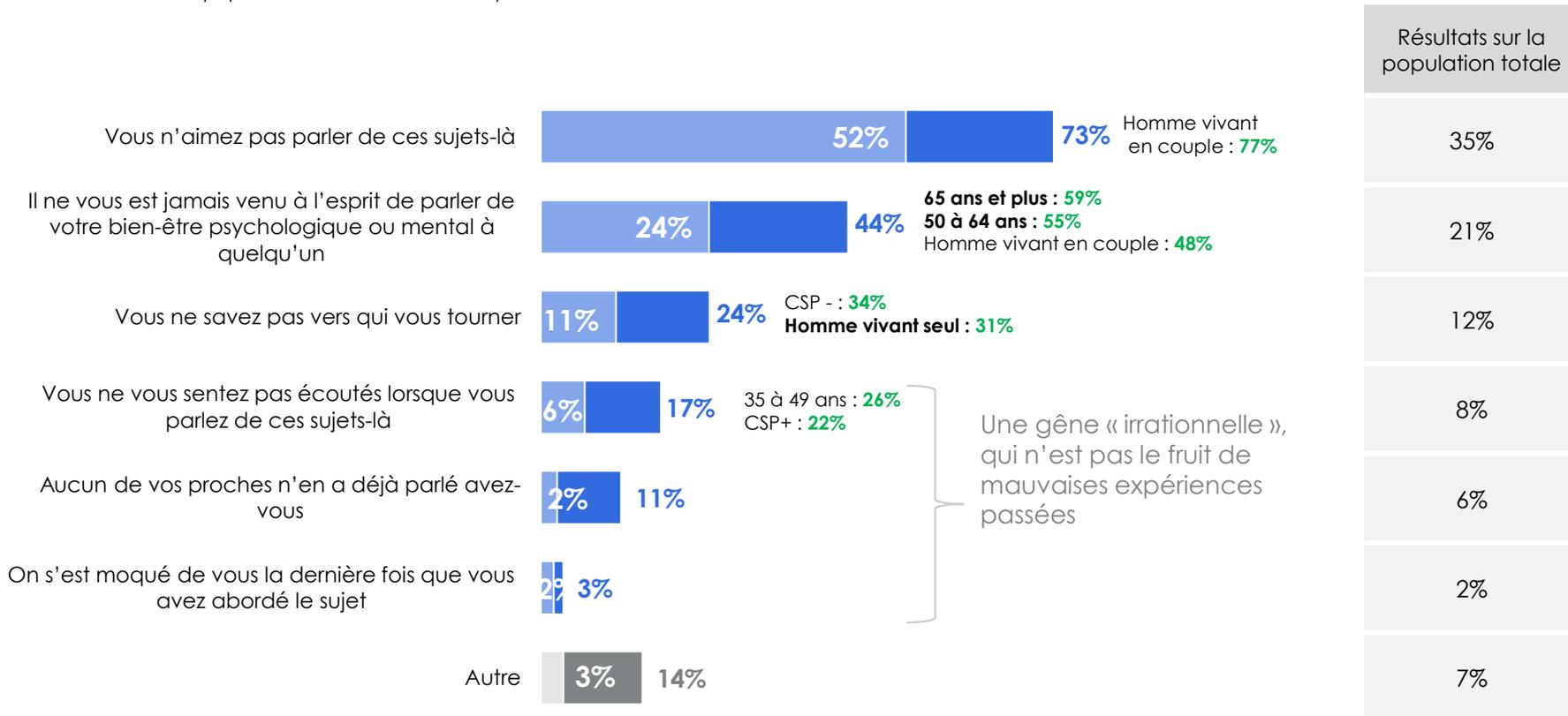
des répondants **parlent difficilement de leur état d'âme**



...et des états d'âme qui sont encore synonyme de tabou pour plus d'un tiers des hommes

Q7. Qu'est-ce qui vous empêche, vous personnellement, d'en parler ? En premier ? En deuxième ?

Base : les hommes qui parlent difficilement de leurs problèmes – 490



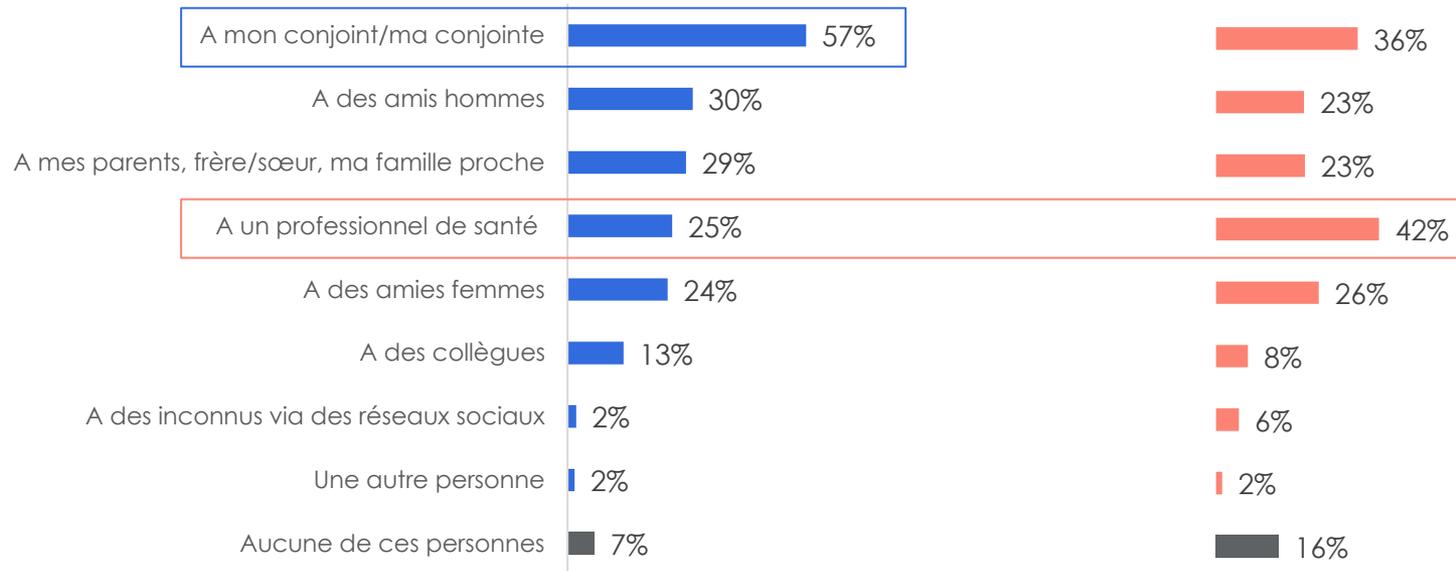
A qui parler de ses difficultés ? A ses proches pour ceux qui sont à l'aise avec l'exercice....mais à un tiers, professionnel de santé, pour les plus réticents.

Q8A. Lorsque vous ressentez que votre bien-être psychologique ou mental se dégrade, à qui en parlez-vous ?

Q8B. Dans un monde idéal, à qui souhaiterez-vous parler lorsque vous ressentez que votre bien-être psychologique ou mental se dégrade ?

Auprès des hommes parlant facilement de leurs problèmes

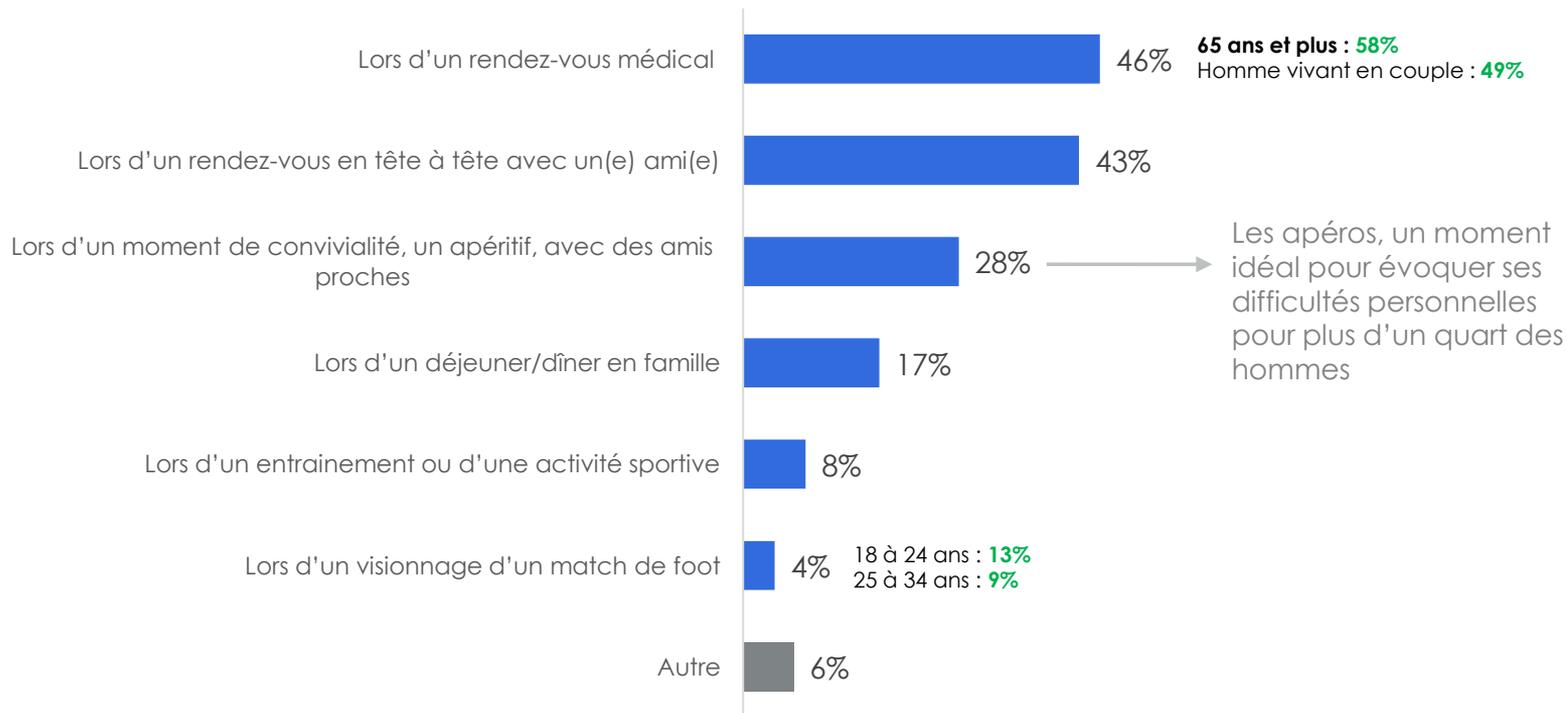
Auprès des hommes parlant difficilement de leur problèmes



C'est donc lors de rendez-vous médicaux ou de rendez vous personnels en petits comités qu'ils se sentiraient le plus à l'aise de parler de leurs problèmes...

Q9. A quelle(s) occasion(s) vous vous sentiriez le plus à l'aise pour parler de vos problèmes ?

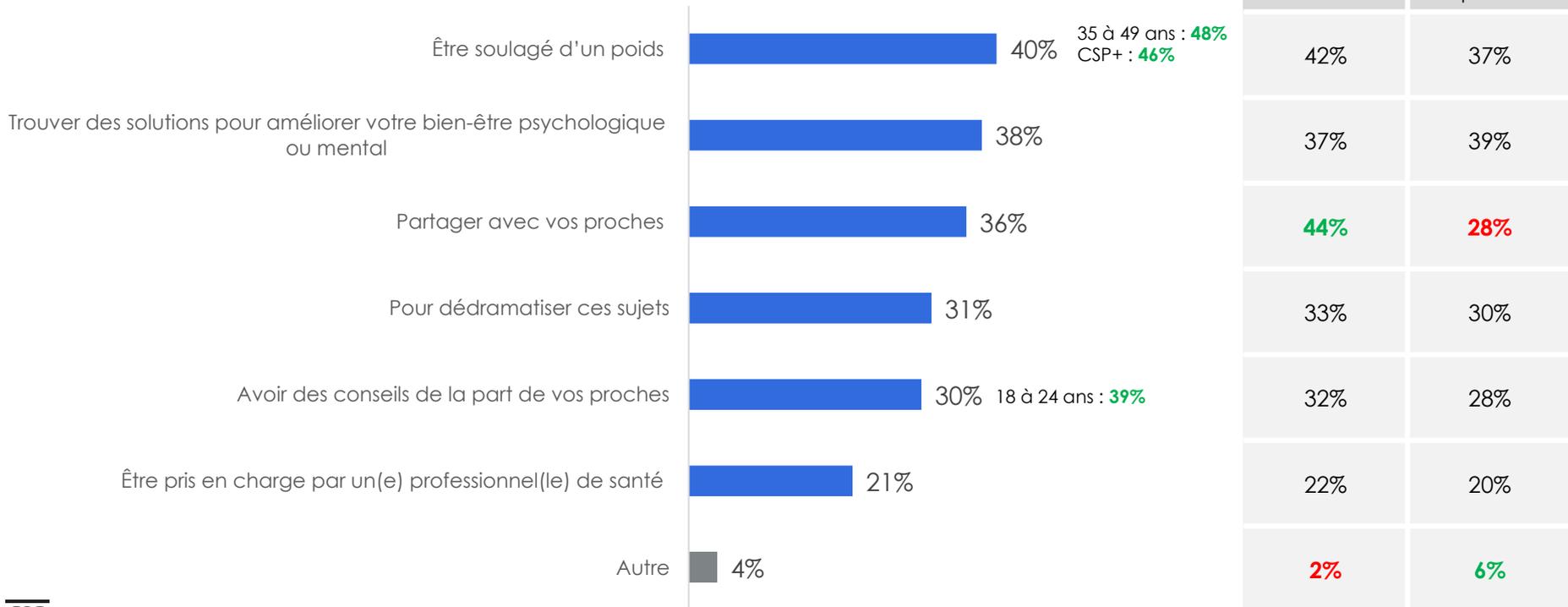
Base : tous les répondants - 1015



...car pour tous, les bénéfices de l'échange sont nombreux : soulagement, conseils, réassurance,...

Q9bis. Si vous décidiez de parler de sujets lié à votre bien-être psychologique ou mental, qu'attendriez-vous de ces/cette discussion(s) ?

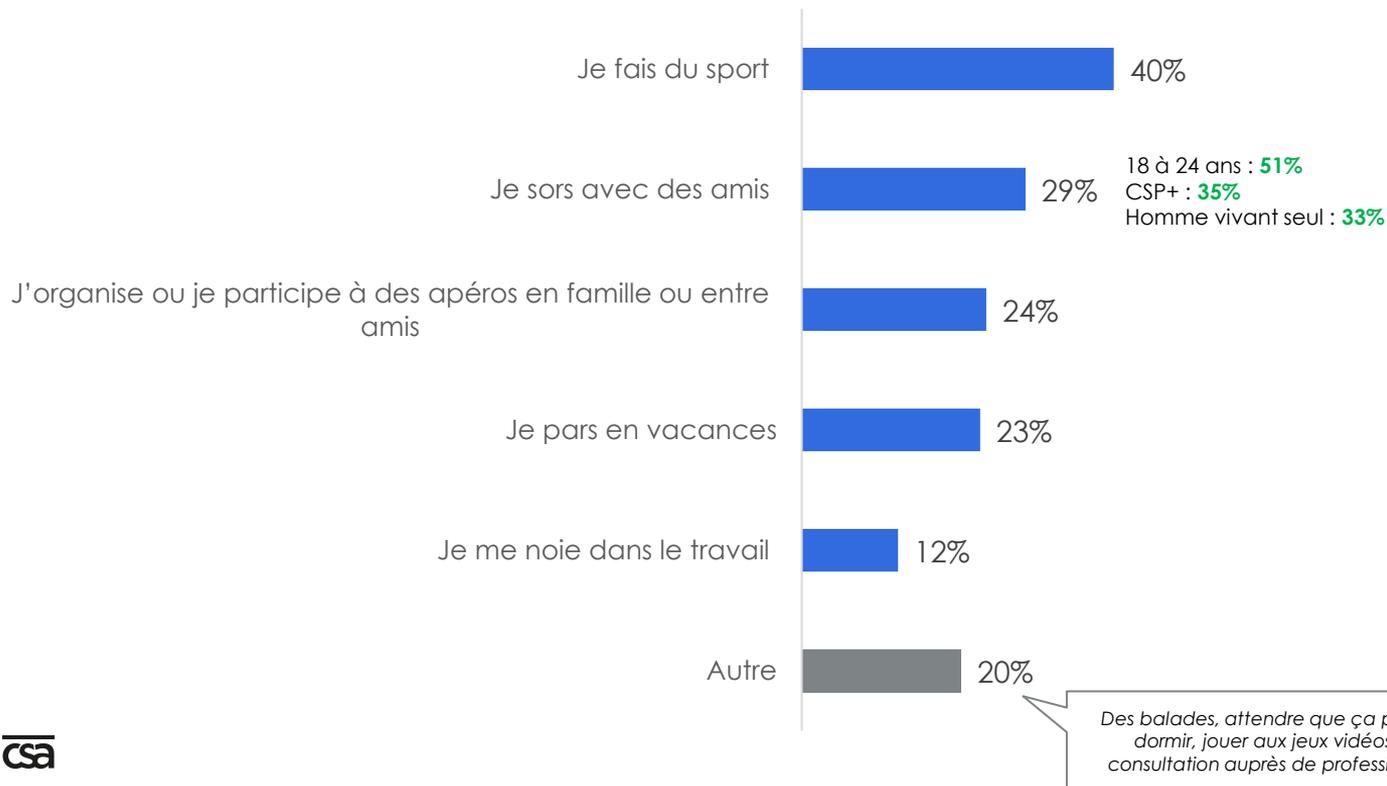
Base : tous les répondants - 1015



Si le sport est leur premier échappatoire, les hommes se réconfortent surtout en partageant des moments conviviaux avec leurs proches (sorties ou apéros)

Q9ter. Que faites-vous lorsque vous sentez que votre bien-être psychologie et mental est en baisse ?

Base : tous les répondants - 1015



Un niveau
d'informations et un
intérêt qui sont
relatifs

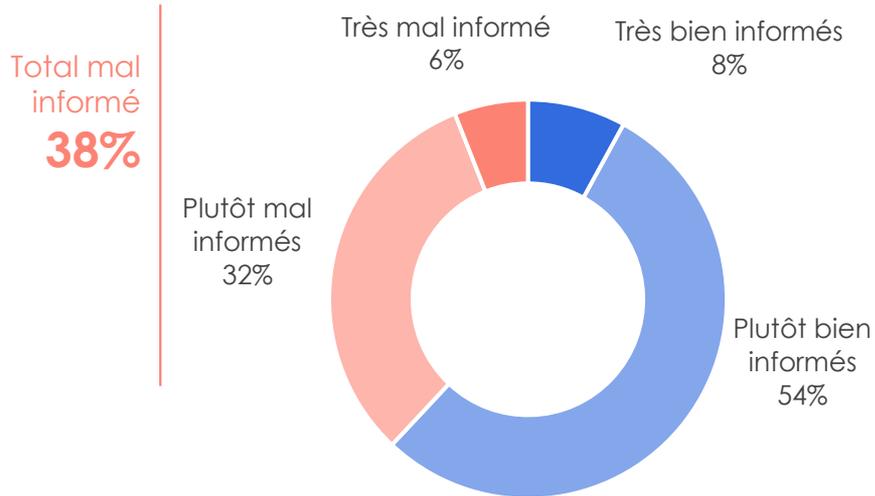


Si les hommes considèrent que les Français sont mal informés sur leur bien-être psychologique ...

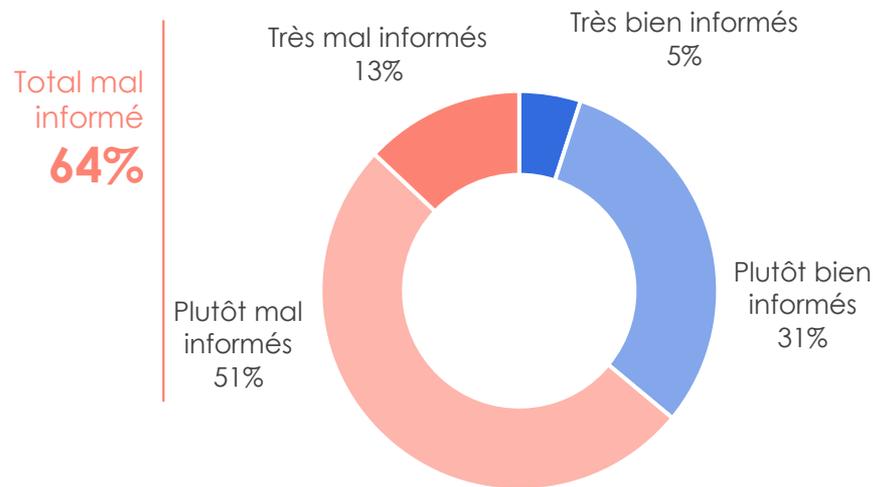
Q10. D'après vous, les Français sont-ils bien ou mal informés, de manière générale, sur ... ?

Base : tous les répondants - 1015

Leur santé physique



Leur bien-être psychologique ou mental



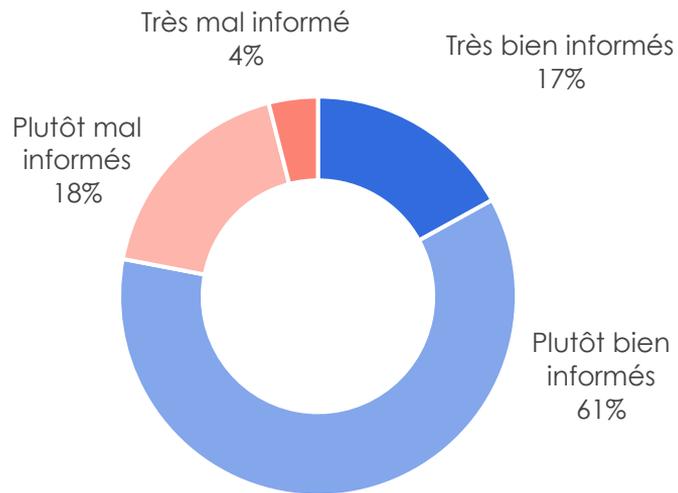
... ils considèrent échapper à ce constat

Q11. Et vous personnellement, avez-vous le sentiment d'être bien ou mal informé sur ... ?

Base : tous les répondants - 1015

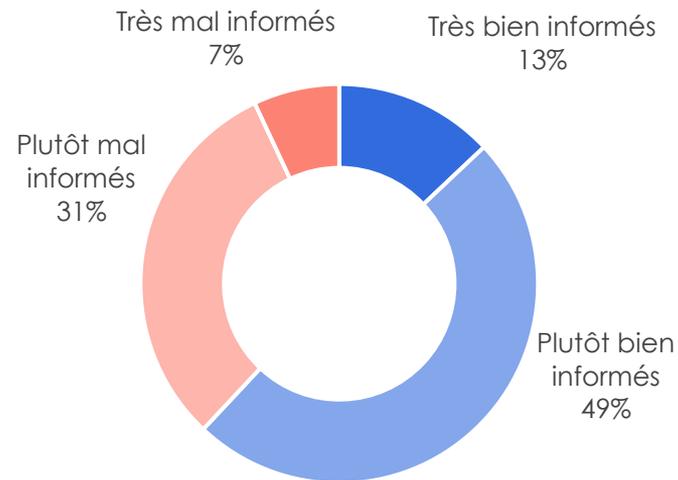
Votre santé physique

Total mal
informé
22%



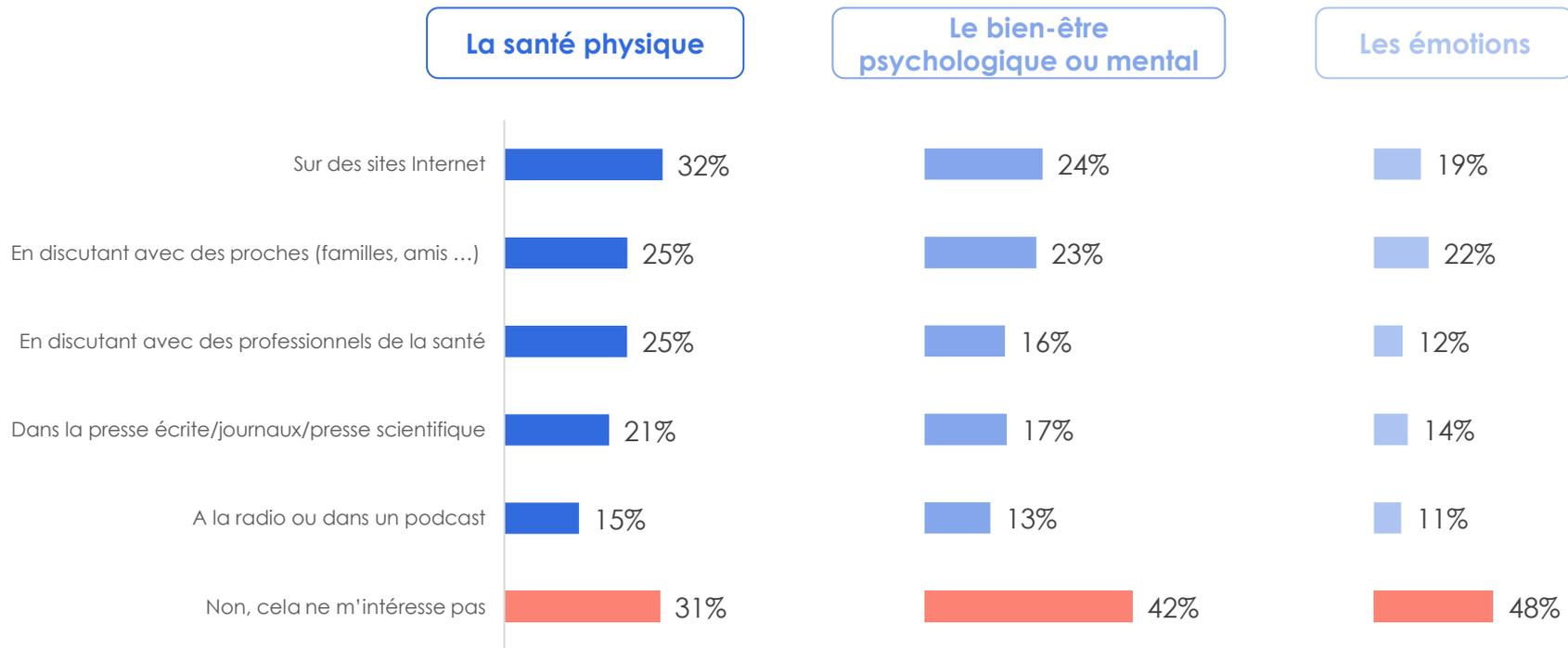
Votre bien-être psychologique ou mental

Total mal
informé
38%



Pour autant, le désintérêt des hommes vis-à-vis du bien-être mental ou des émotions est très large

Q12. Vous arrive-t-il de lire des articles, écouter des émissions ou regarder des vidéos sur ... ?
Base : tous les répondants - 1015



Internet et ses proches, premiers vecteurs d'information sur la santé physique, mentale ou les émotions

Q12. Vous arrive-t-il de lire des articles, écouter des émissions ou regarder des vidéos sur ... ?

Base : tous les répondants - 1015



TOP 3 des médias pour la santé physique

- #1** Sur des sites Internet
- #2** En discutant avec des proches
- #3** En discutant avec des professionnels de santé



TOP 3 des médias pour le bien-être psychologique ou mental

- #1** Sur des sites Internet
- #2** En discutant avec des proches
- #3** Dans la presse écrite



TOP 3 des médias pour les émotions

- #1** En discutant avec des proches
- #2** Sur des sites Internet
- #3** Dans la presse écrite

Les hommes d'âge intermédiaire, les moins informés vis-à-vis des enjeux de la santé mentale

Q11. Et vous personnellement, avez-vous le sentiment d'être bien ou mal informé sur ... ?

Base : tous les répondants - 1015

Votre santé physique

	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Total mal informé	22%	15%	38%	26%	21%	11%	22%	31%	14%	29%	20%
Très mal informé	4%	3%	13%	4%	2%	1%	2%	9%	1%	9%	3%

Votre bien-être psychologique ou mental

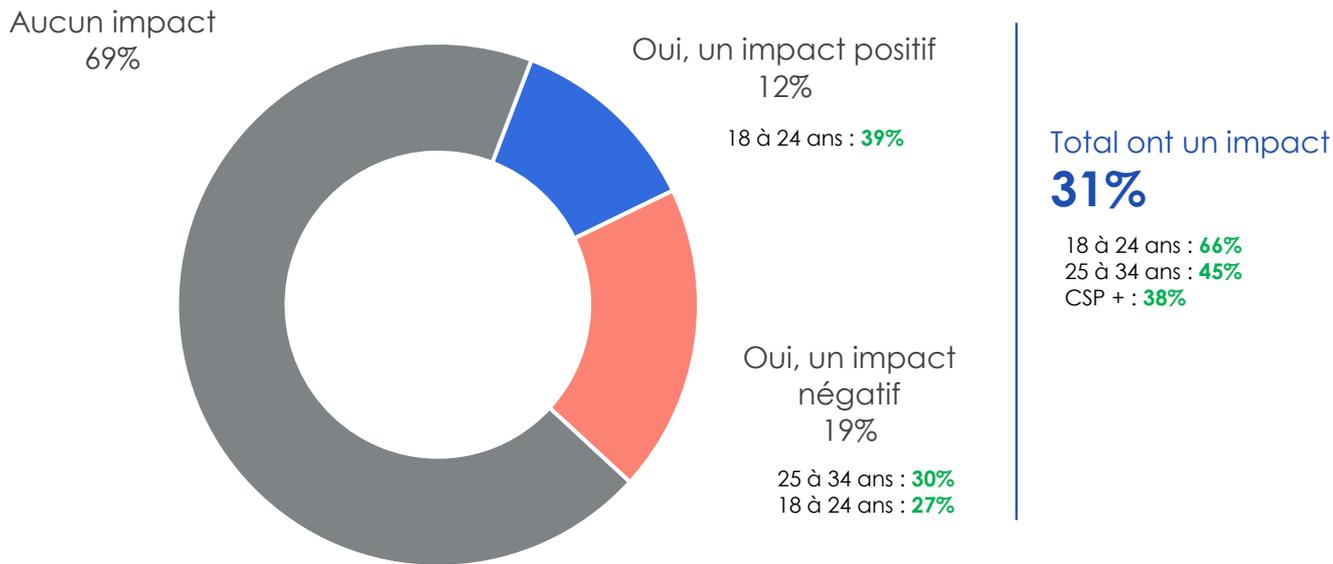
	Total	18-24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 à 64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactifs	IDF	Province
Base	1015	103	159	262	256	235	351	305	359	187	828
Total mal informé	38%	25%	45%	46%	38%	29%	38%	48%	29%	42%	37%
Très mal informé	7%	4%	14%	7%	5%	4%	4%	12%	4%	13%	5%

L'impact des réseaux sociaux sur son bien-être mental n'est pas avéré pour une large majorité des hommes. Si impact il doit y avoir, celui-ci tend à être vécu négativement

A noter que les 25-34 ans sont plus pessimistes concernant l'impact des réseaux sociaux

Q15. Selon-vous, est-ce que les réseaux sociaux ont un impact sur votre bien-être psychologique ou mental ?

Base : tous les répondants - 1015



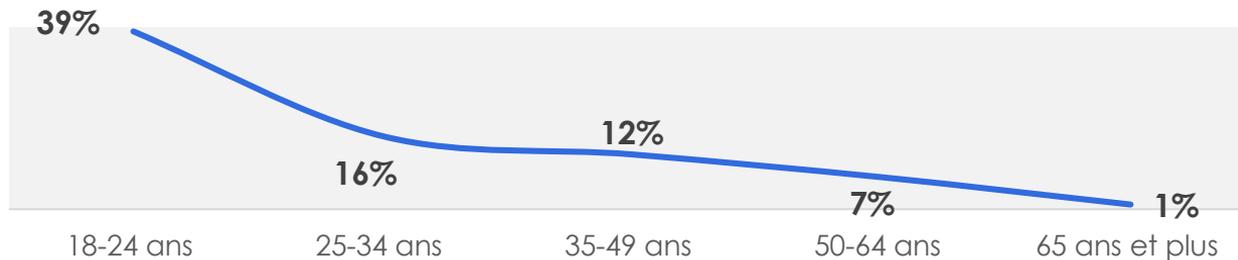
Entre GenZ et Millenials, des regards divergents sur l'impact des réseaux sociaux sur leur bien-être

Q15. Selon-vous, est-ce que les réseaux sociaux ont un impact sur votre bien-être psychologique ou mental ?

Base : tous les répondants - 1015

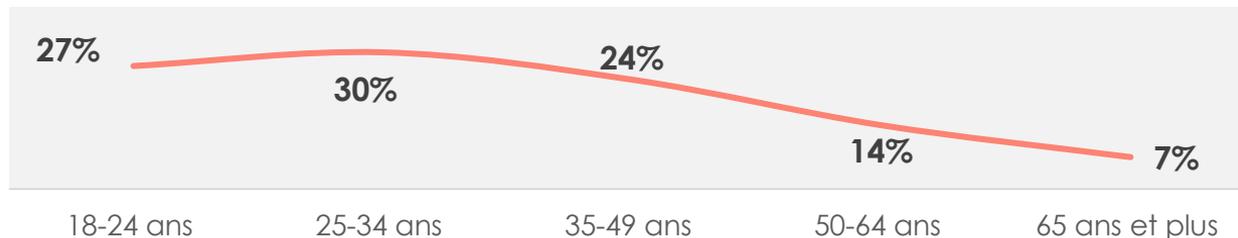
12%

des répondants considèrent que **les réseaux sociaux ont un impact positif**

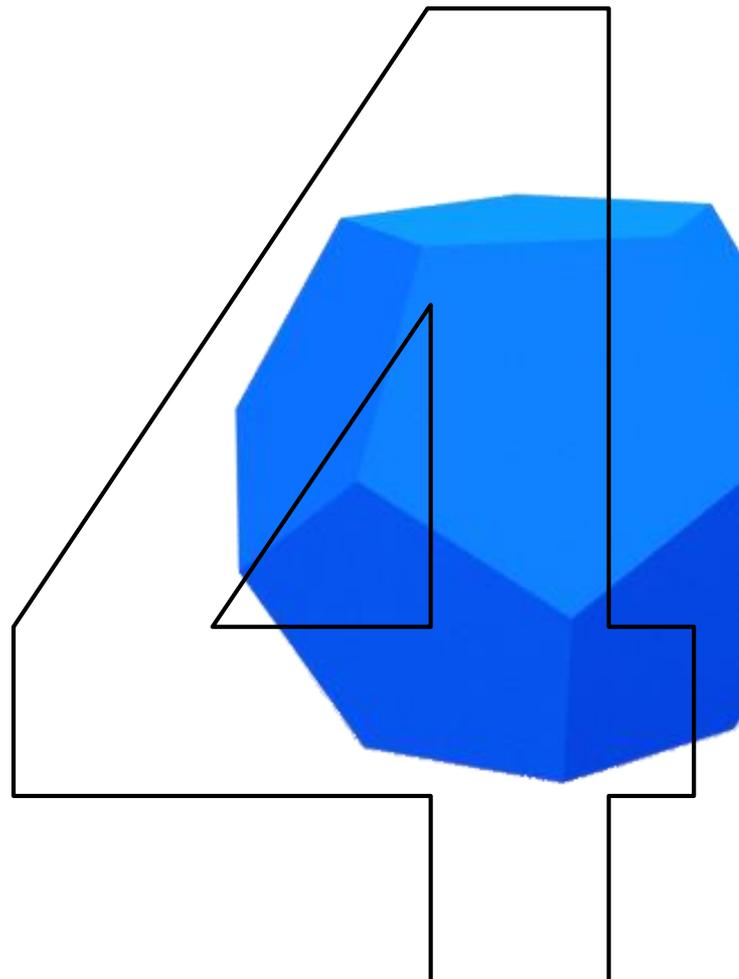


19%

des répondants considèrent que **les réseaux sociaux ont un impact négatif**



Une parole plus facile qu'avant, mais qui a besoin de support pour se libérer pleinement



Une parole qui semble se libérer au fil des générations

Près d'un tiers des plus jeunes considèrent toutefois qu'il est moins facile de parler du bien-être mental que pour les générations précédentes

Q13. Selon vous, et par rapport aux générations précédentes (votre père, votre grand-père ...), le sujet du bien-être psychologique et mental des hommes est-il un sujet dont il est plus facile, moins facile, ni plus ni moins facile de parler aujourd'hui ?

Base : tous les répondants - 1015

Ni plus ni moins facile que
pour les générations
précédentes

27%

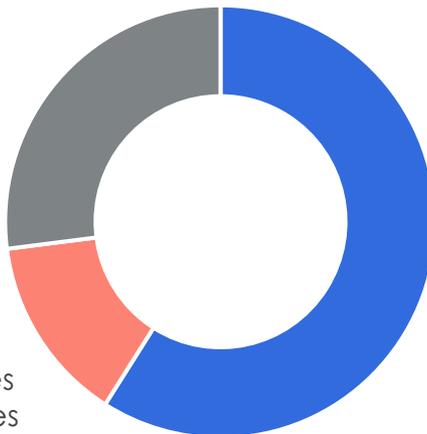
Moins facile que pour les
générations précédentes

14%

18 à 24 ans : **36%**

Homme vivant seul : **19%**

CSP - : **17%**



Plus facile que pour les
générations précédentes

59%

50 à 64 ans / 65 ans et plus : **67%**

Homme vivant en couple : **64%**

Les GenZ moins convaincus par l'ouverture du dialogue que les plus de 50 ans

Q13. Selon vous, et par rapport aux générations précédentes (votre père, votre grand-père ...), le sujet du bien-être psychologique et mental des hommes est-il un sujet dont il est plus facile, moins facile, ni plus ni moins facile de parler aujourd'hui ?

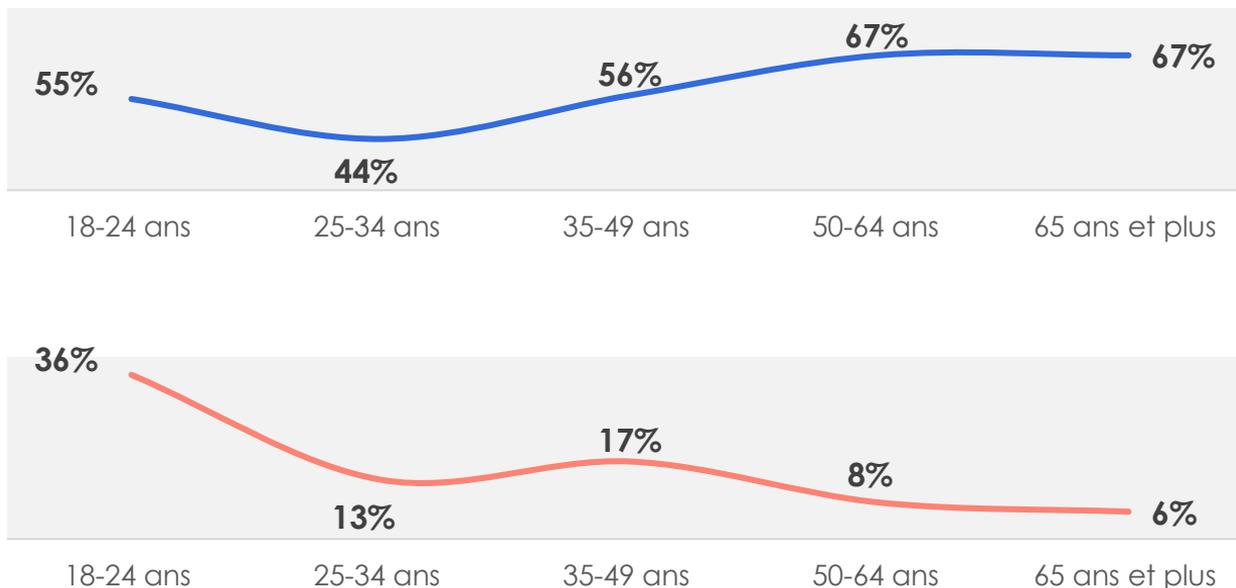
Base : tous les répondants - 1015

59%

des répondants considèrent **qu'il est plus facile de parler de ces sujets que pour les générations précédentes**

14%

des répondants considèrent **qu'il est moins facile de parler de ces sujets que pour les générations précédentes**

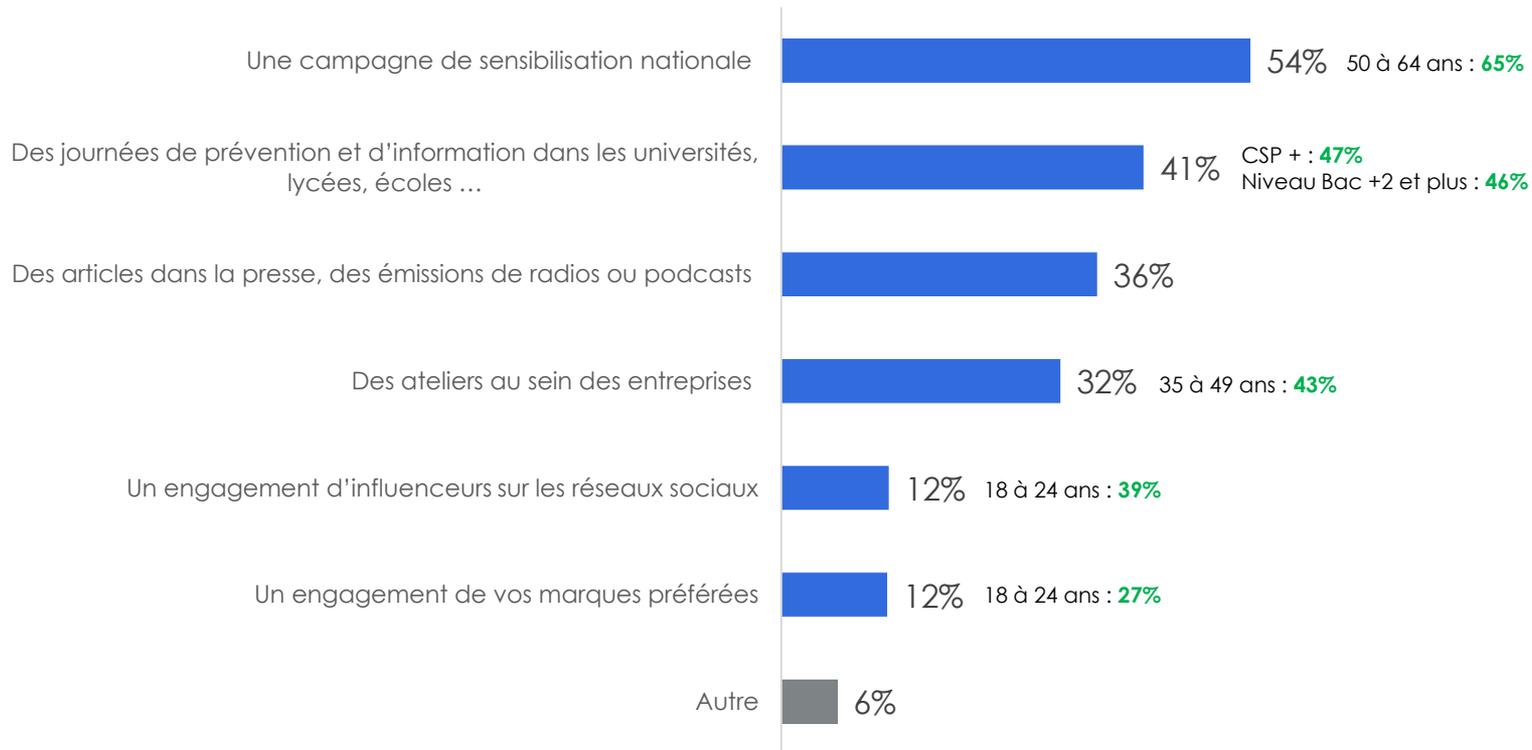


Une campagne de sensibilisation nationale, vecteur plébiscité pour libérer la parole des hommes

Les 18-24 ans sont particulièrement sensibles aux engagements des marques des influenceurs

Q14. Selon-vous, les vecteurs suivants sont-ils susceptibles de faciliter la parole des hommes sur leur bien-être psychologique ou mental ?

Base : tous les répondants – 1015



Peu de vecteurs digitaux apparaissent suffisamment puissants aux yeux des hommes pour changer les choses et participer efficacement à la libération de la parole des hommes

Q13bis. Selon-vous, les vecteurs suivants sont-ils susceptibles de faciliter la parole des hommes sur leur bien-être psychologique ou mental ?
Base : tous les répondants - 1015

L'engagement de personnalités publiques sur ces sujets



Total Oui

51%

Les forums de discussion en ligne



49%

Les podcasts



41%

Les réseaux sociaux

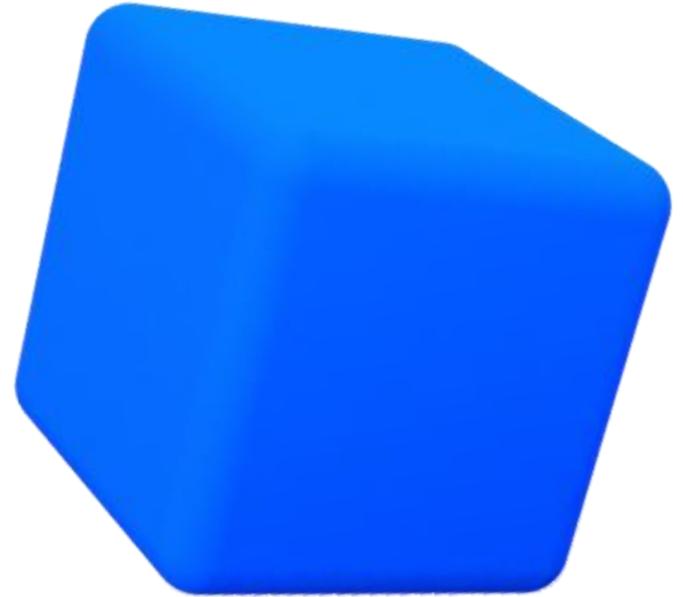


37%

■ Non, pas du tout ■ Non, pas vraiment ■ Oui, un peu ■ Oui, très



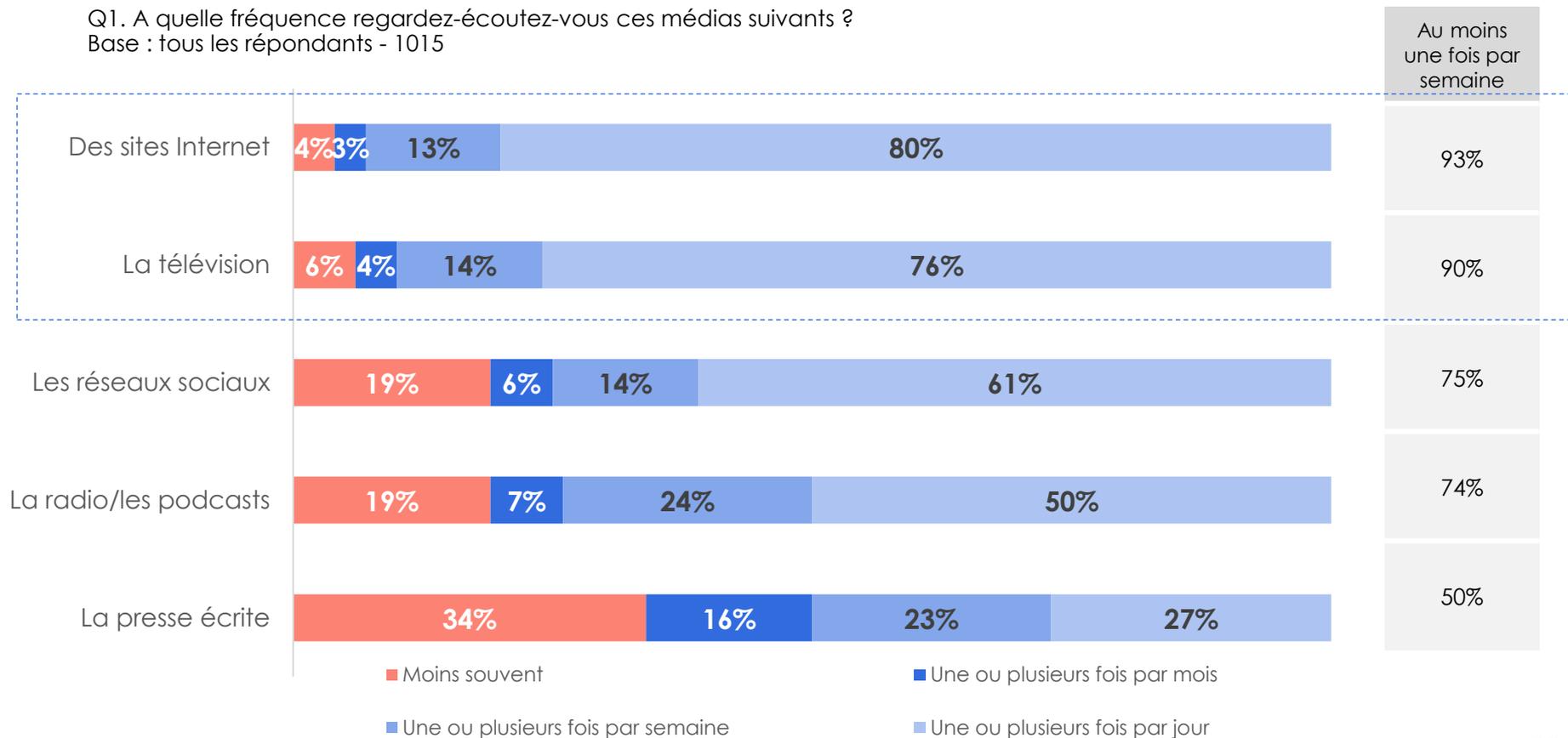
Annexes



Consommation média des répondants

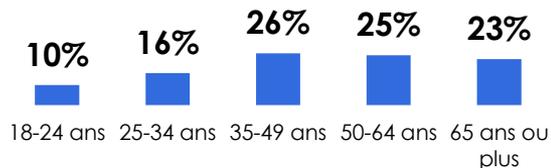
Q1. A quelle fréquence regardez-écoutez-vous ces médias suivants ?

Base : tous les répondants - 1015

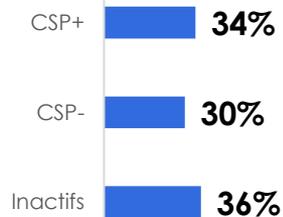


Profil répondants

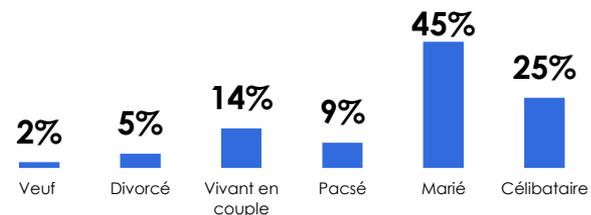
ÂGE



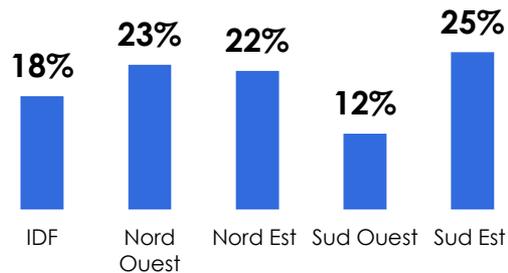
CSP+ DÉTAILLÉE



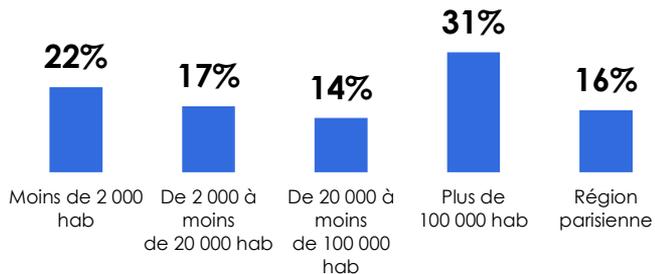
SITUATION MARITALE



RÉGION DE RÉSIDENCE



TAILLE D'AGGLOMÉRATION



NIVEAU DE DIPLÔME

