



*“opinionway* **POUR**



# LES JEUNES ET LA SANTÉ MENTALE

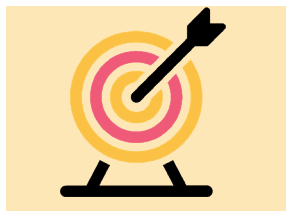




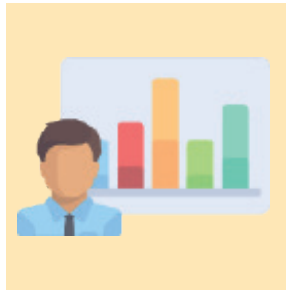
# **METHODOLOGIE**



# METHODOLOGIE



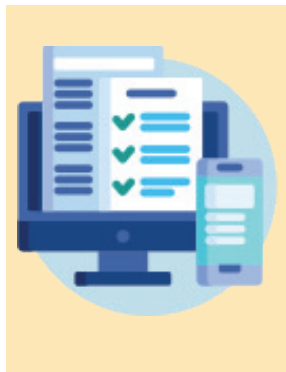
Étude réalisée auprès d'un échantillon national représentatif de **540 jeunes de 16 à 24 ans**.



L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de **sexe, d'âge et de région**. Les résultats ont été redressés sur ces mêmes critères pour être représentatif de la population française.



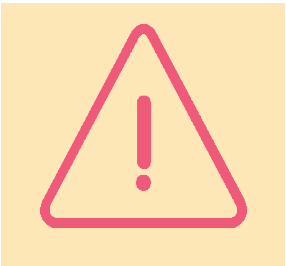
OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**.



Mode d'interrogation : L'échantillon a été interrogé **en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview) via notre partenaire Episto, avec un questionnaire de 5 minutes.



Dates de terrain : les interviews ont été réalisées **entre le 18 et le 21 février 2022** (soit avant la guerre en Ukraine)



OpinionWay rappelle par ailleurs que les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 4,4 points au plus pour un échantillon de 500 répondants.

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

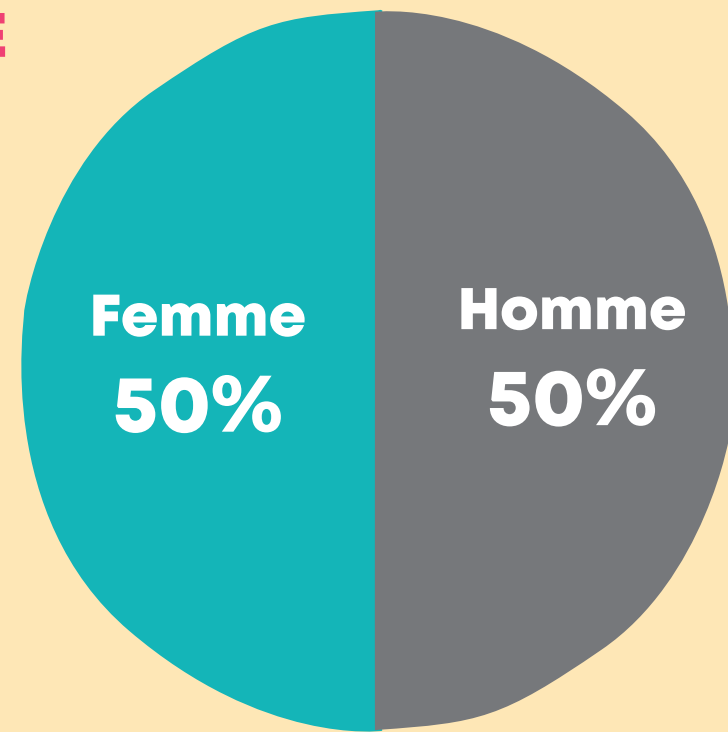
**« Sondage OpinionWay pour le Psychodon »**

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

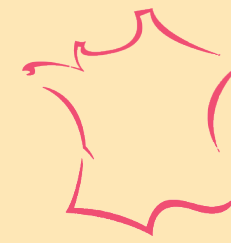
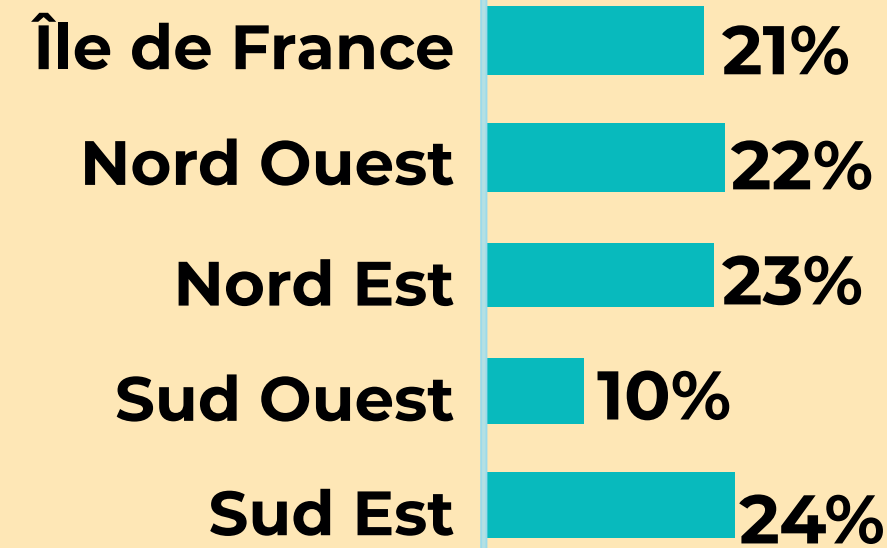


# PROFIL DES REpondANTS

## SEXE

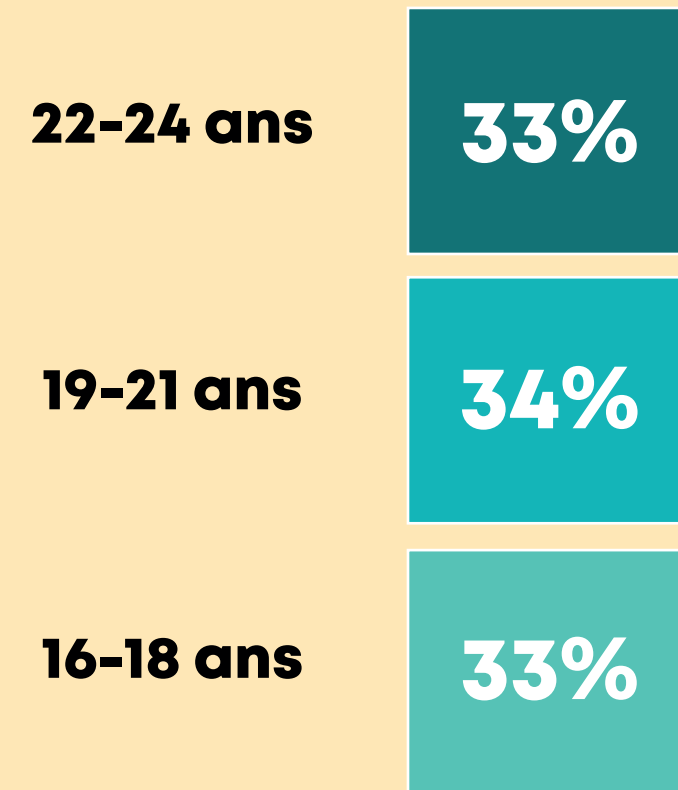


## RÉGIONS

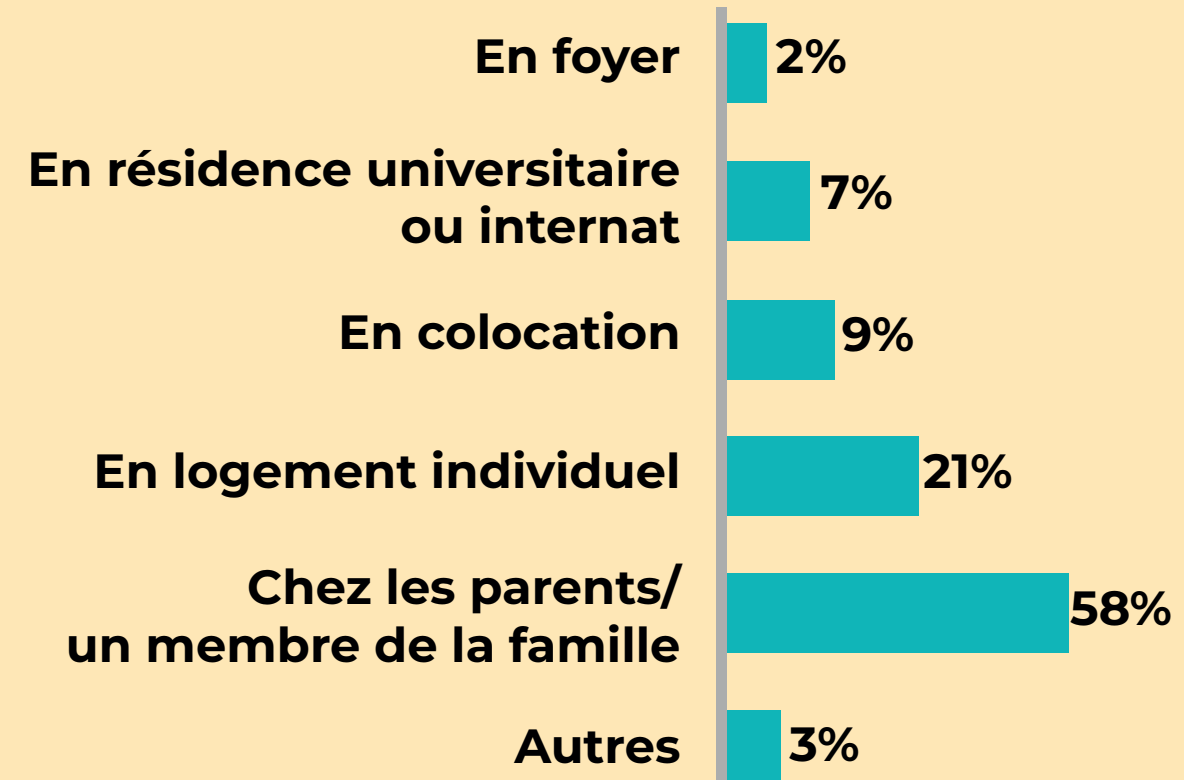


Province  
79%

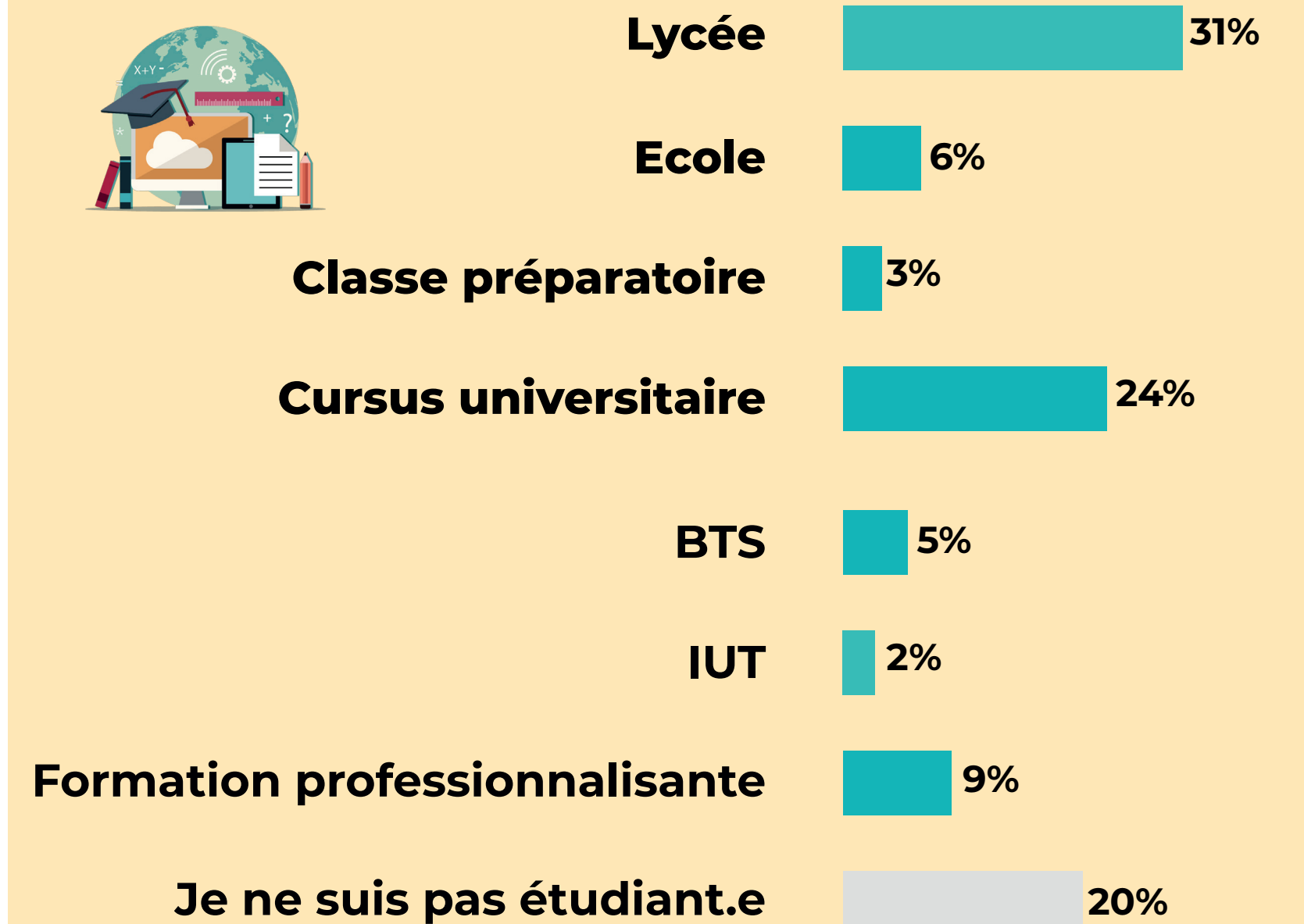
## ÂGE



## LOGEMENT



## CURSUS ACTUEL





# NOTE DE LECTURE

**Les bases présentées dans le rapport présentent les effectifs bruts. Les écarts significatifs (significativité à 95%) des sous-cibles ont été examinés par rapport aux résultats d'ensemble. Ces écarts sont signalés dans le rapport de la façon suivante :**

- **significativement **supérieur** au Total, toutes catégories confondues**
- **significativement **inférieur** au Total, toutes catégories confondues**



**ANALYSE**



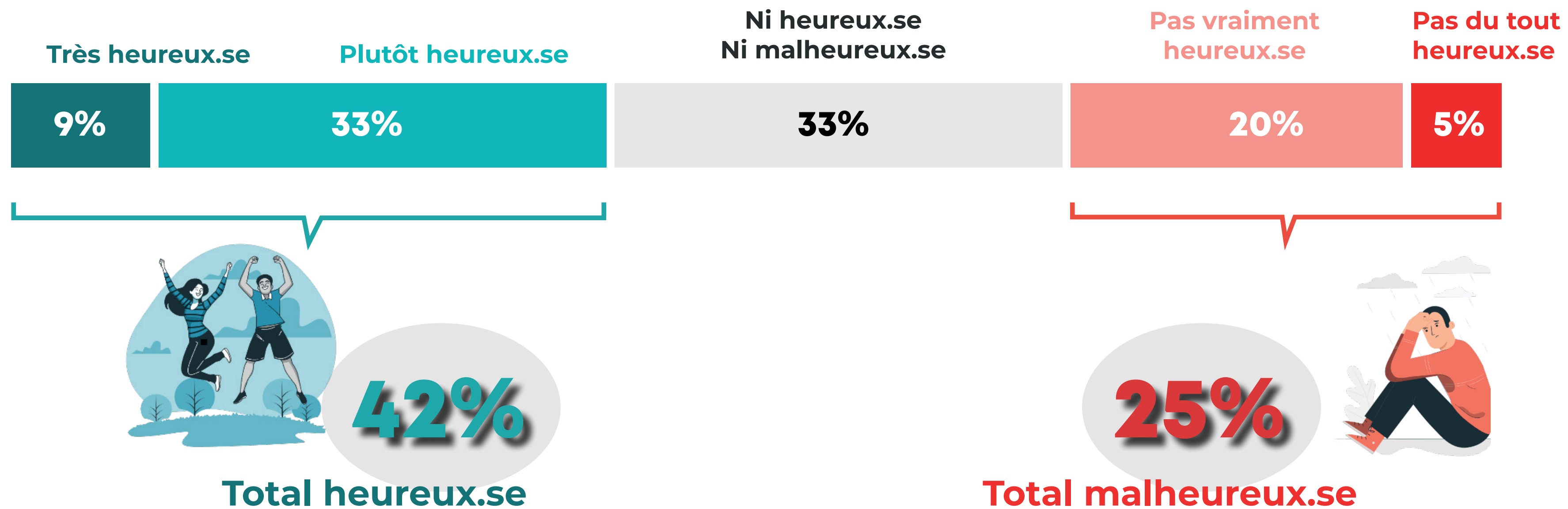
01

**Le moral des jeunes  
n'est pas au beau fixe**



# Moins de la moitié des jeunes sont heureux au quotidien

Q0. Comment te sens-tu ?  
Base : Ensemble (540)







# Dans le détail, si les jeunes sont plutôt épanouis au sein de leur entourage, cela semble plus compliqué dans leurs études/travail, et plus encore en amour

Q1. Te sens-tu épanoui.e....  
Base : Ensemble (540)



Avec tes amis



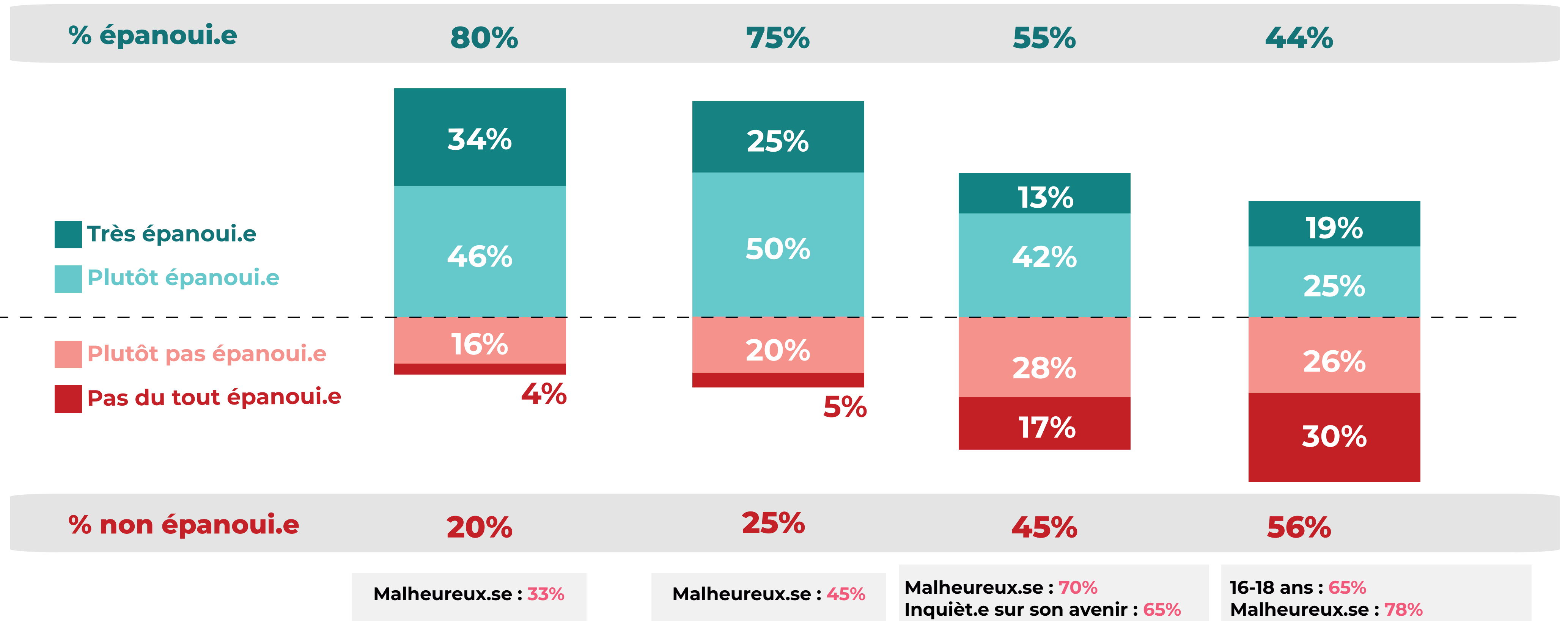
Avec ta famille



Les études/ le travail



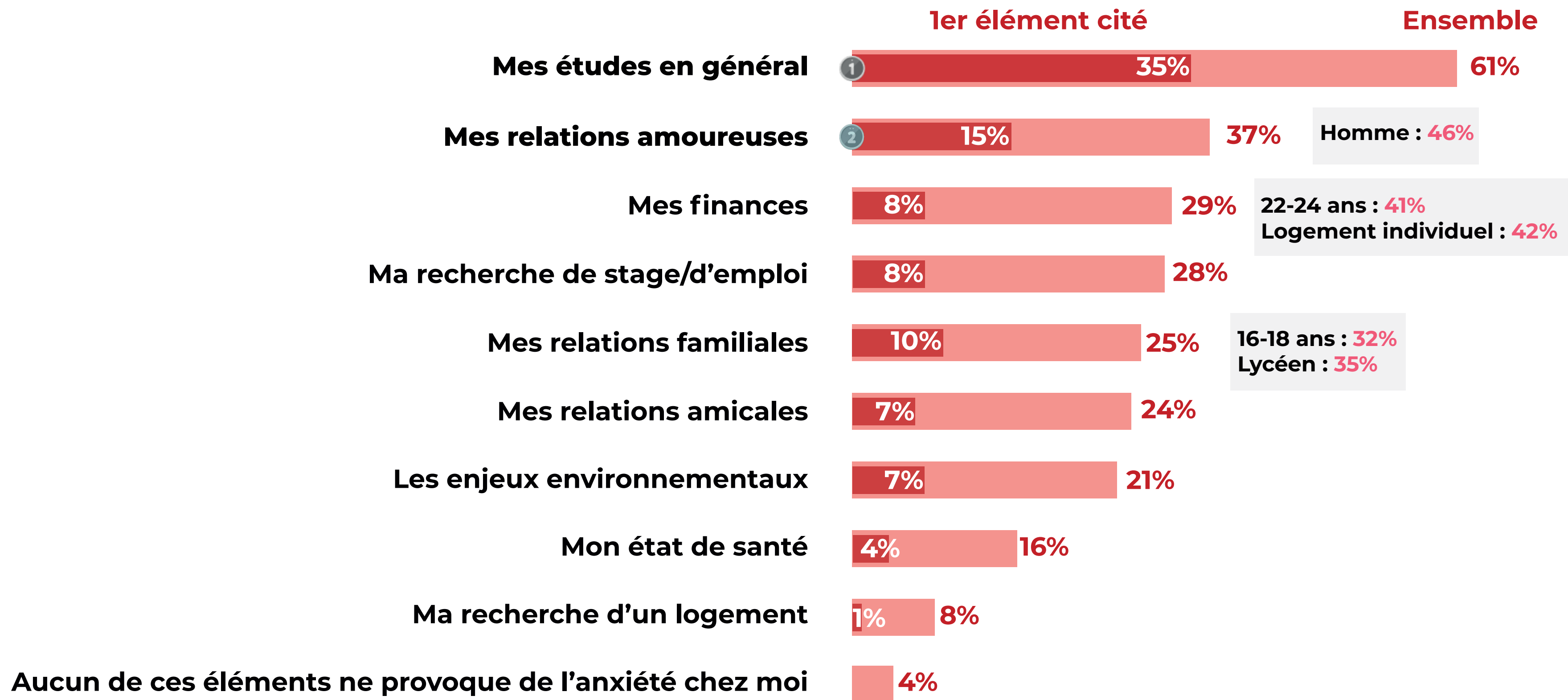
En amour





# Assez logiquement, ce sont les 2 éléments qui leur provoquent le plus d'anxiété, plus d'un tiers ont cité les études comme première préoccupation

Q10. Nous allons te proposer une liste d'éléments, merci de nous indiquer ceux qui te provoquent le plus d'anxiété ?  
Base : ensemble (540) - hiérarchisation avec 3 réponses possibles



Femmes : 69%  
16-18 ans : 77%  
Étudiant : 70%  
Lycéen : 79%

22-24 ans : 41%  
Logement individuel : 42%

16-18 ans : 32%  
Lycéen : 35%

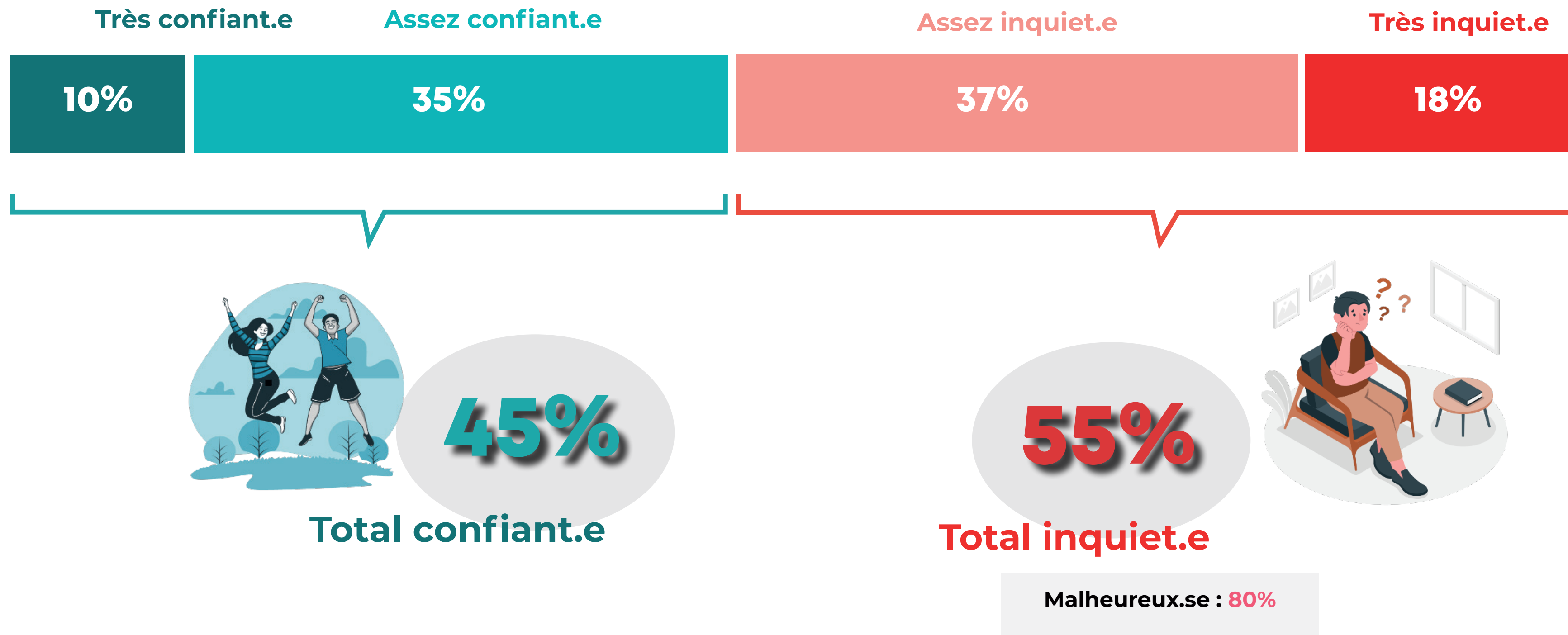




# Au final, plus de la moitié des jeunes sont inquiets à propos de leur avenir, un chiffre naturellement plus important chez les jeunes s'estimant malheureux

Q5. Te sens-tu confiant.e sur ton avenir ?

Base : Ensemble (540)





02

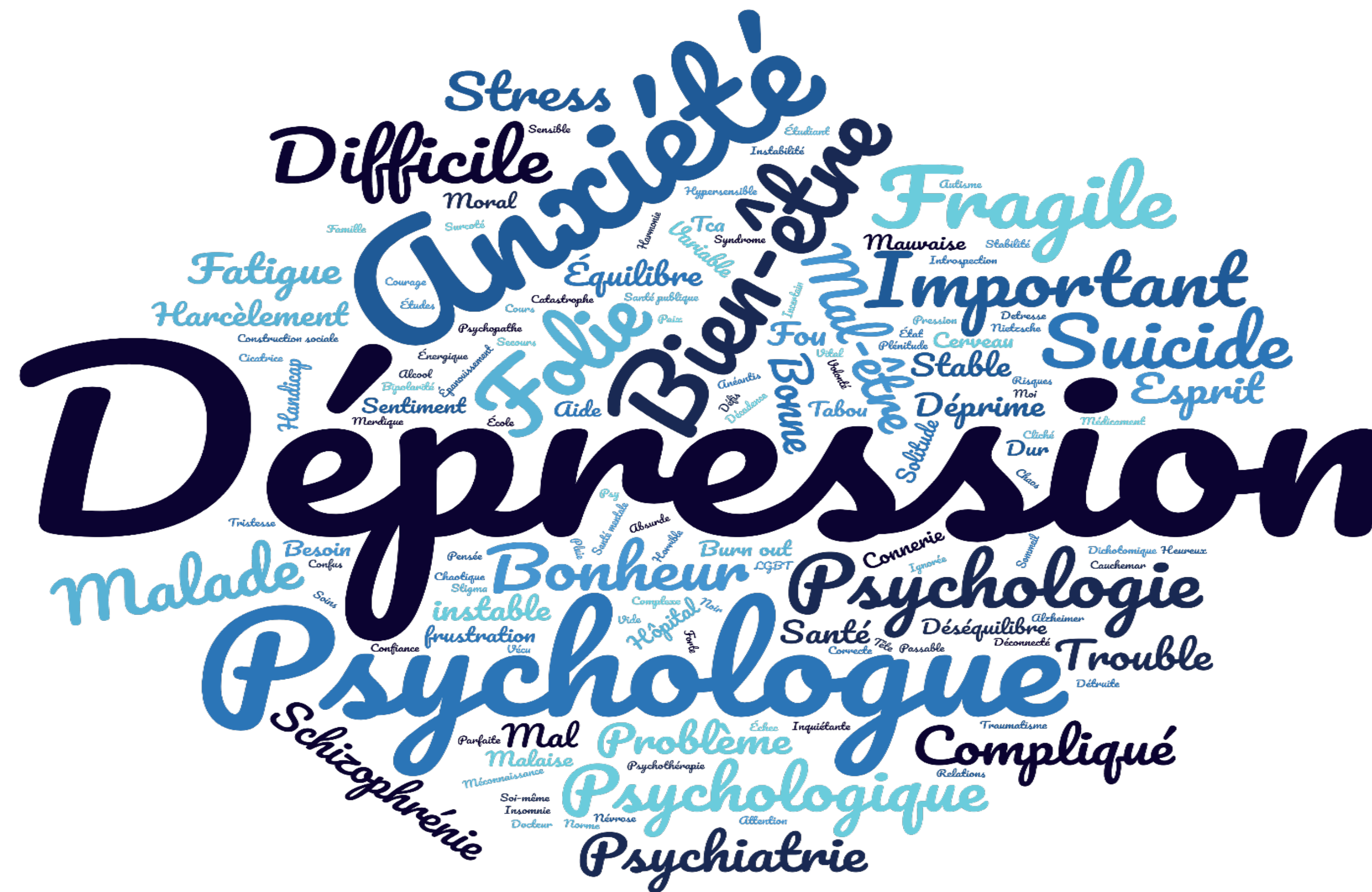
**Une jeune femme sujette  
et exposée à différents  
troubles dans leur  
quotidien**



## Les jeunes associent très largement la santé mentale à la dépression, on retrouve ensuite la notion d'anxiété et le psychologue

Nous allons maintenant parler des difficultés psychiques/maladies mentales que tu as pu connaître à titre personnel. Nous te rappelons que les réponses sont anonymes. Merci par avance de répondre avec honnêteté et sans tabou. Q6. Spontanément, quel est le premier mot qui te vient à l'esprit lorsque l'on te parle de « santé mentale » ?

Base : Ensemble (504)





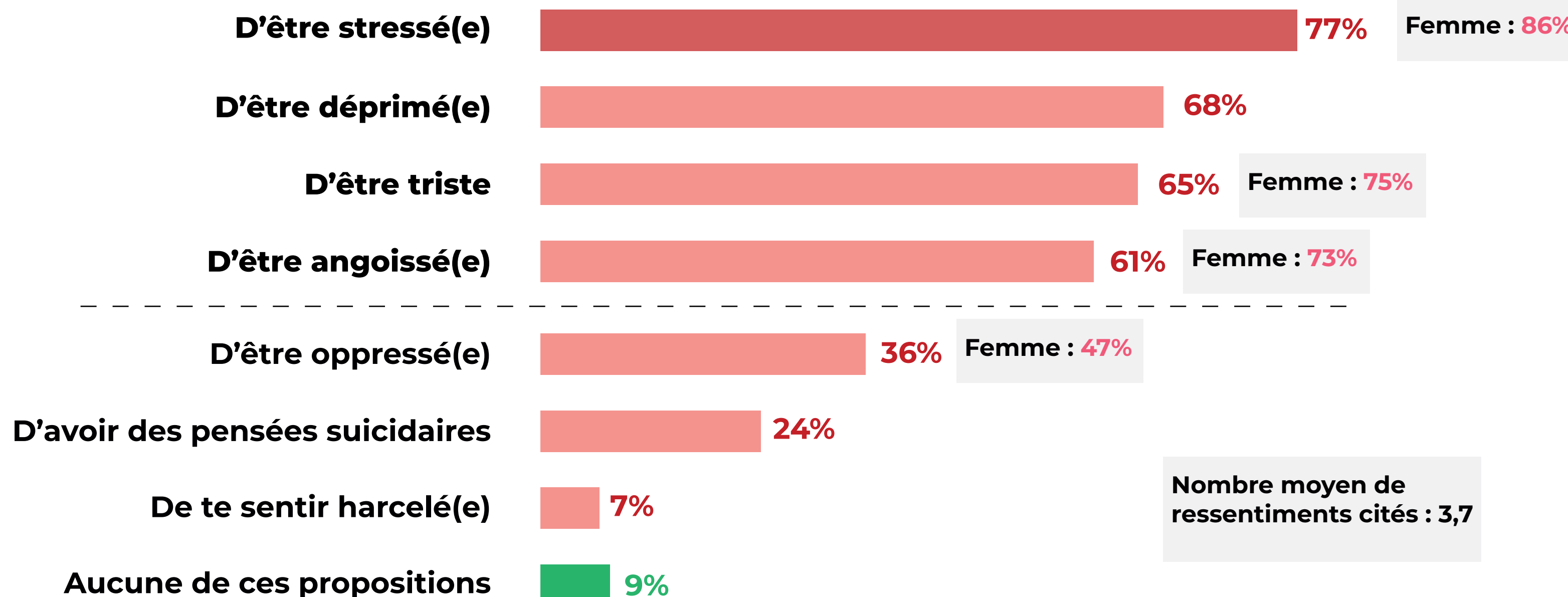
# Un mal-être général de la jeunesse, la quasi-totalité d'entre eux éprouve des maux, en particulier les femmes. Le stress, la déprime, la tristesse et l'angoisse étant les mal-être les plus répandus

Q8. Dans ton quotidien, t'arrive-t-il... ?

Base : Ensemble (540) – Plusieurs réponses possible

**91%**  
ressentent au moins  
l'un des maux

Femme : 95%



Nombre moyen de ressentiments cités : 3,7



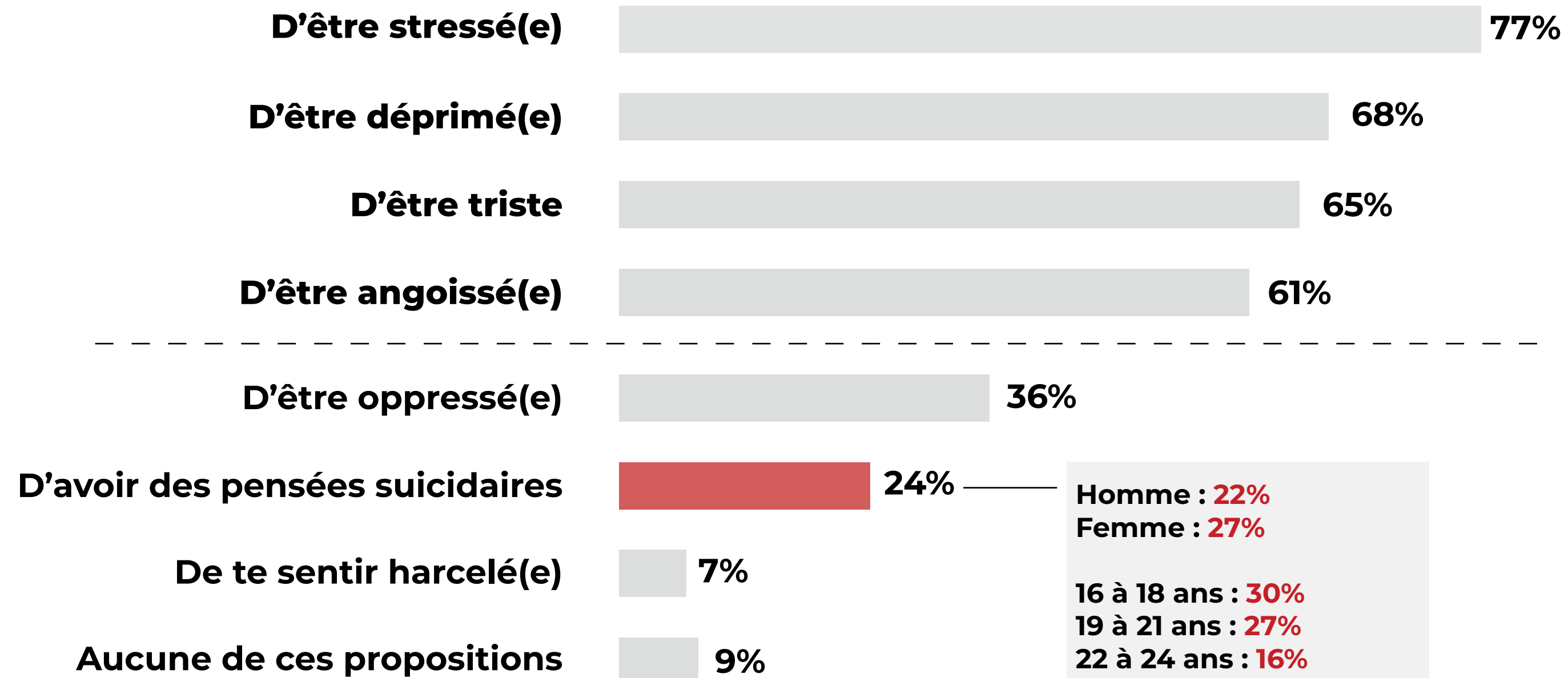


# Il est à noter qu'un quart des jeunes a des pensées suicidaires dans son quotidien

Q8. Dans ton quotidien, t'arrive-t-il... ?

Base : Ensemble (540) – Plusieurs réponses possible

**91%**  
ressentent au moins  
l'un des maux



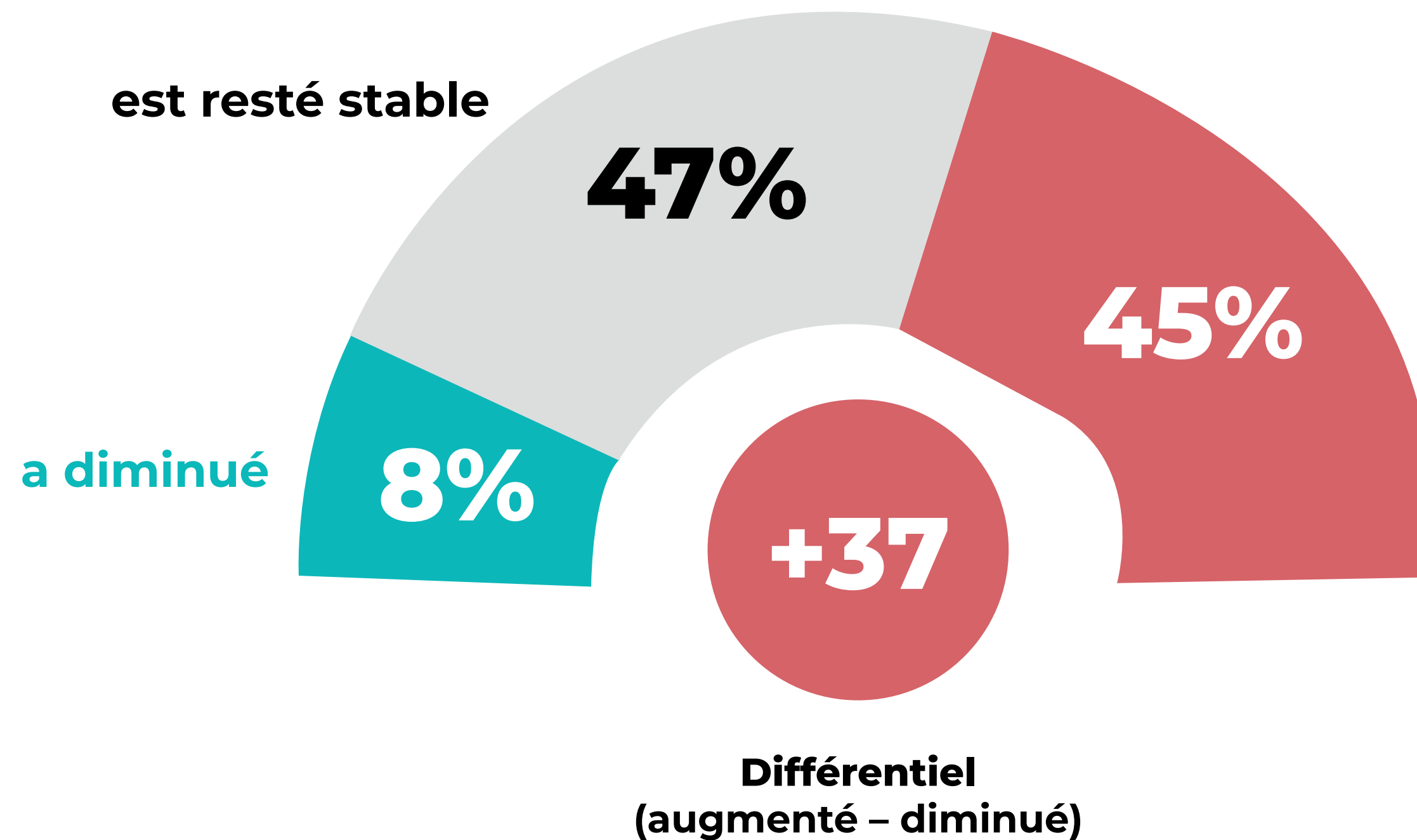
Nombre moyen de ressentiments cités : 3,7





# La crise sanitaire a intensifié le niveau d'anxiété d'une partie importante des 16-24 ans

Q9. Depuis la crise sanitaire, ton niveau d'anxiété... ?  
Base : ensemble (540)



a augmenté

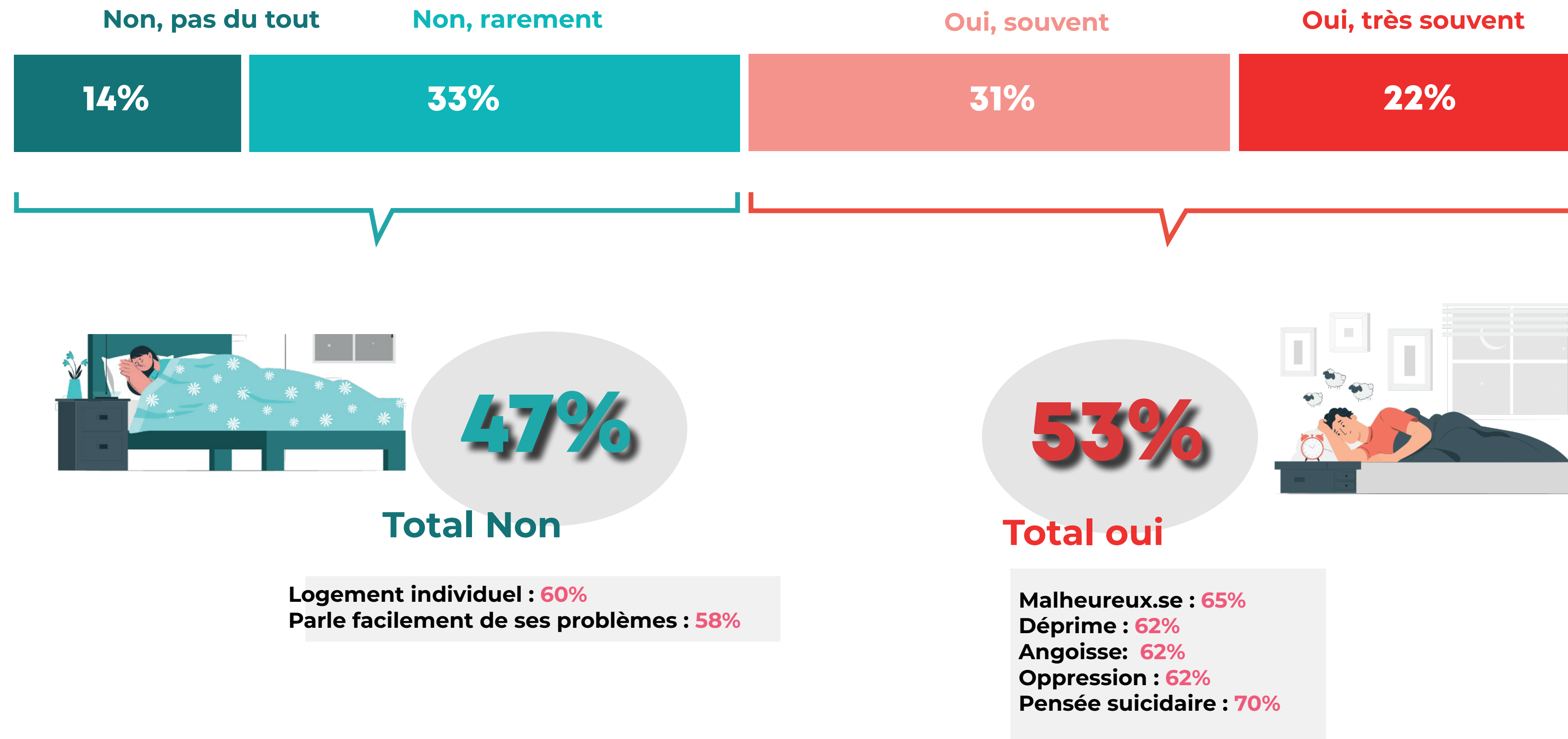






# La moitié des jeunes rencontre des difficultés lors de l'endormissement, un phénomène amplifié en fonction des différents maux rencontrés

Q7. As-tu des problèmes pour t'endormir ?  
Base : ensemble (540)





03

**Et qui se confronte à un système peu enclin à les aider**



# Les deux tiers des jeunes reconnaissent avoir du mal à parler de leur mal-être et 3 sur 10 en parlent même très difficilement

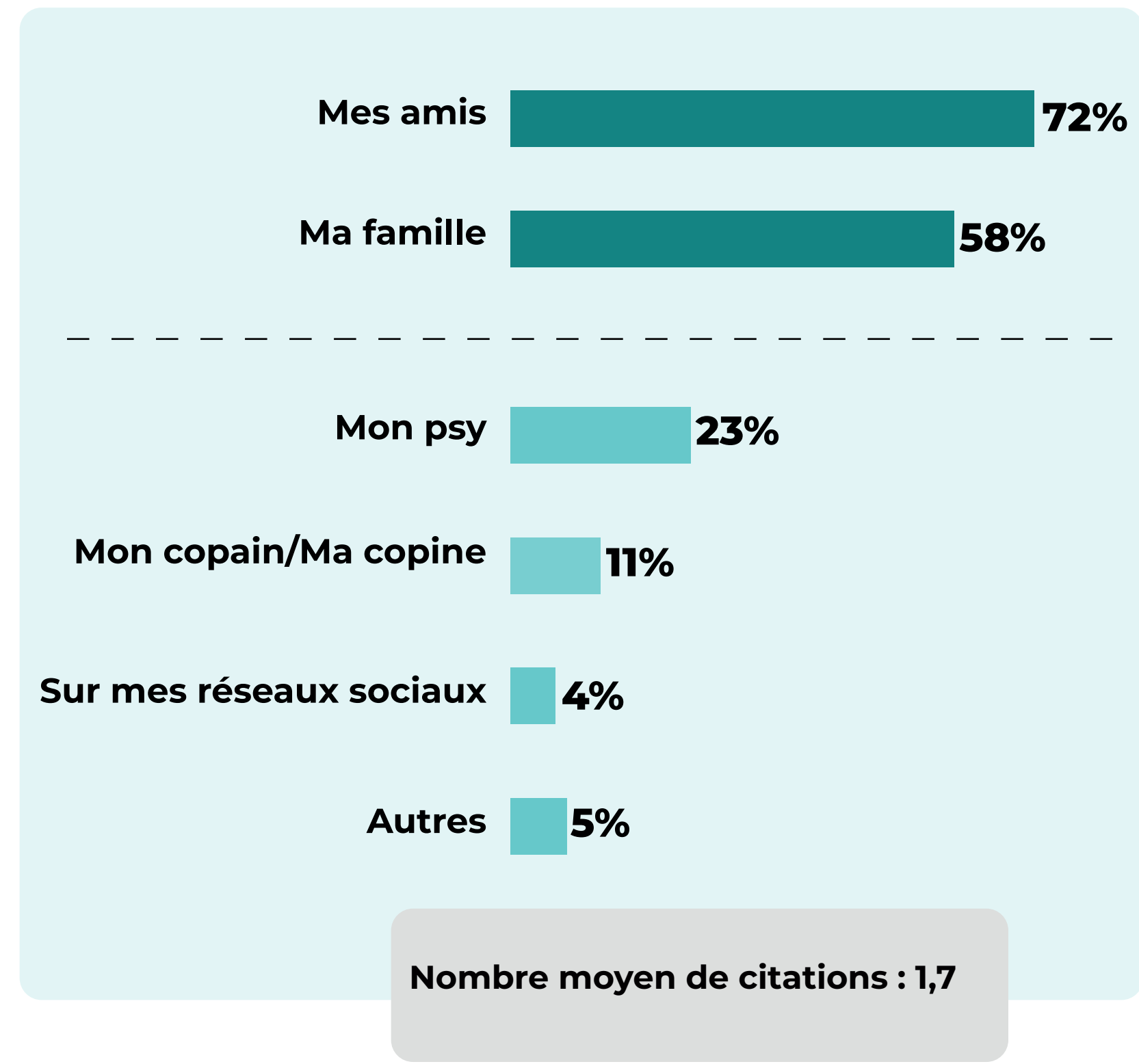
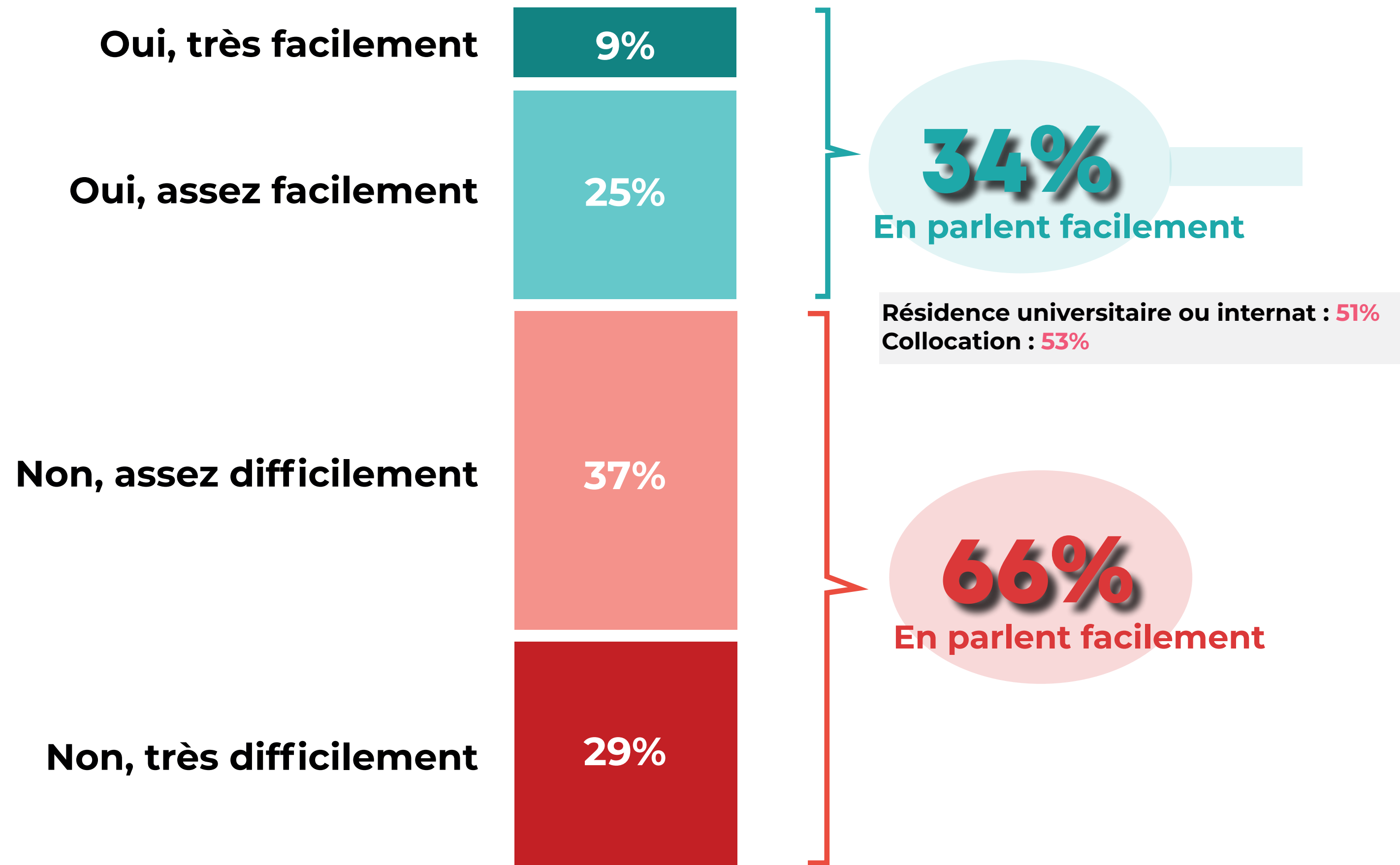
Q11. Lorsque tu ne vas pas bien, en parles-tu facilement ?

Base : Ensemble (540)

Q12. Et à qui en parles-tu ?

Base : parlent facilement lorsque ça ne va pas (174)

- Plusieurs réponses possibles

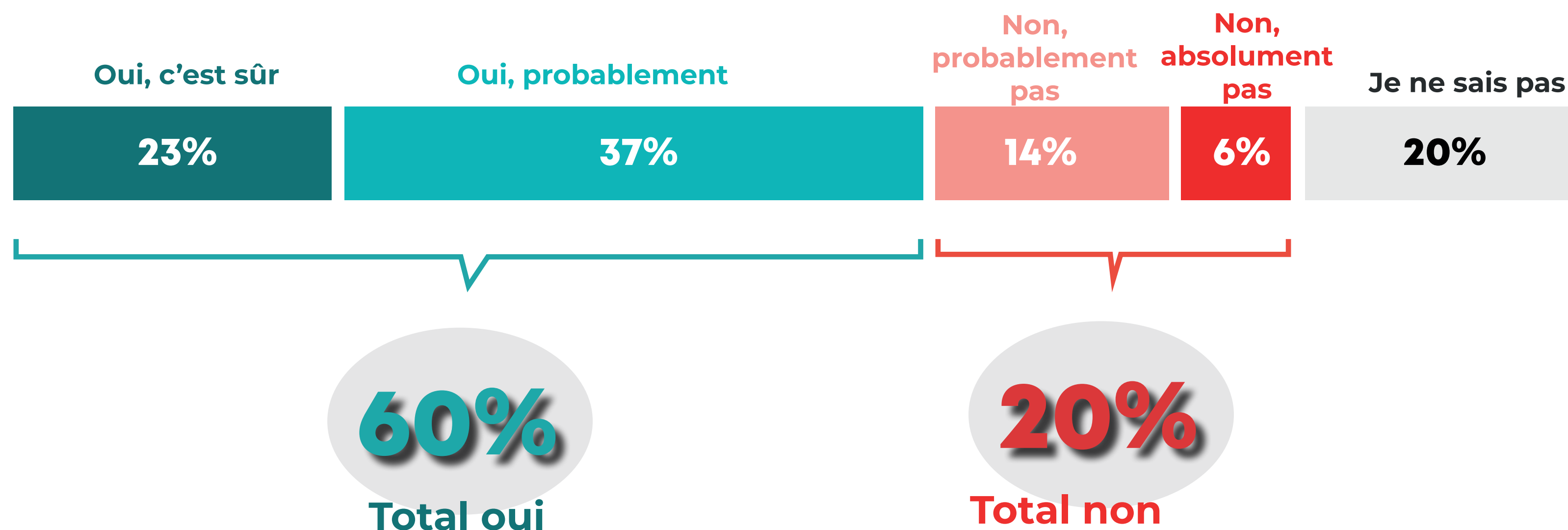




# Cependant, 6 jeunes sur 10 annonceraient leur maladie psychique à leur entourage, environ un quart en est sûr

Q13. Si tu étais atteint d'une maladie psychique diagnostiquée par un professionnel de santé, l'annoncerais-tu à ton entourage (tes amis, ta famille) ?

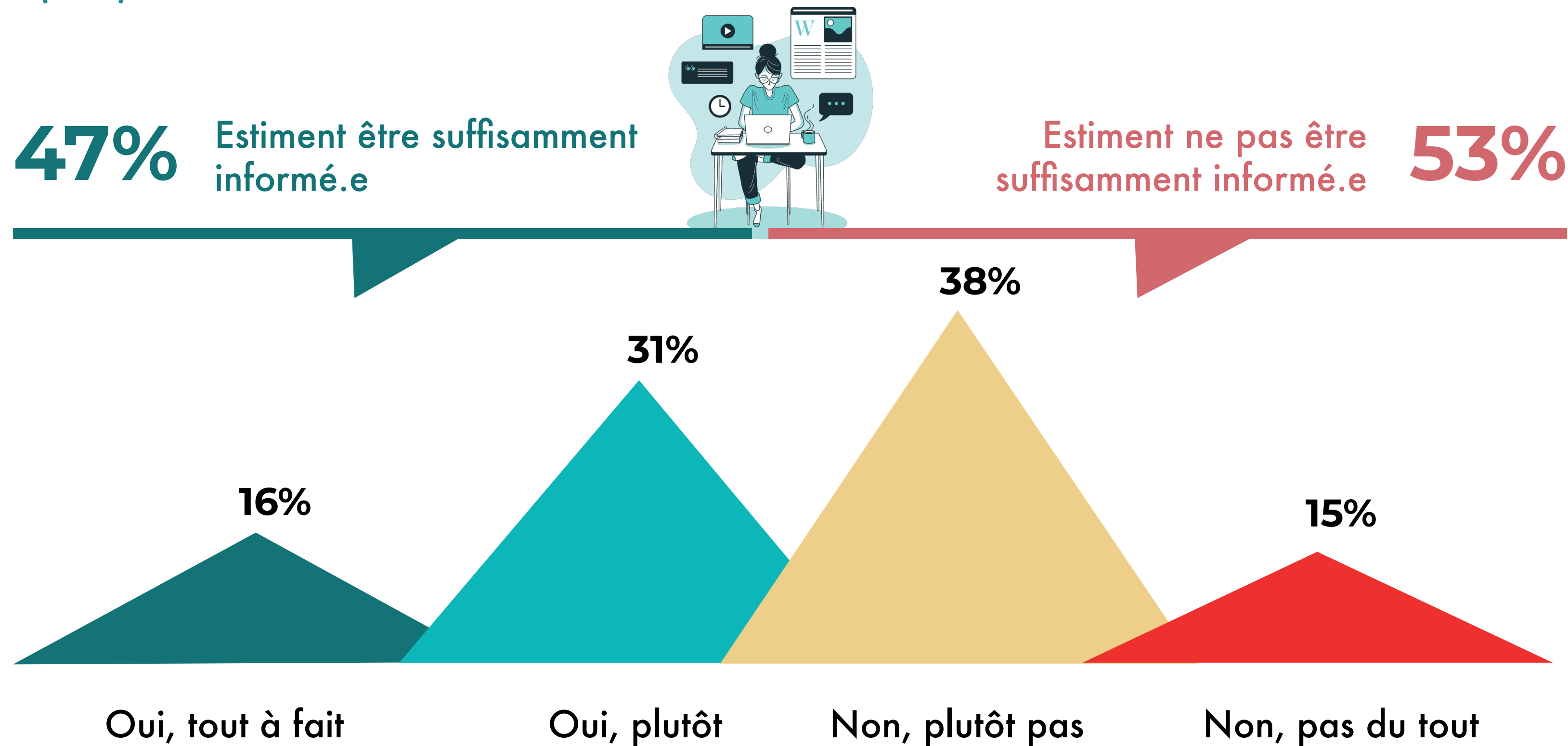
Base : Ensemble (540)





# Une jeunesse qui en majorité reconnaît son manque d'information sur les troubles affectant la santé mentale...

Q14. D'une manière générale, estimes-tu être suffisamment informé.e sur les différentes maladies psychiques ?  
Base : Ensemble (540)

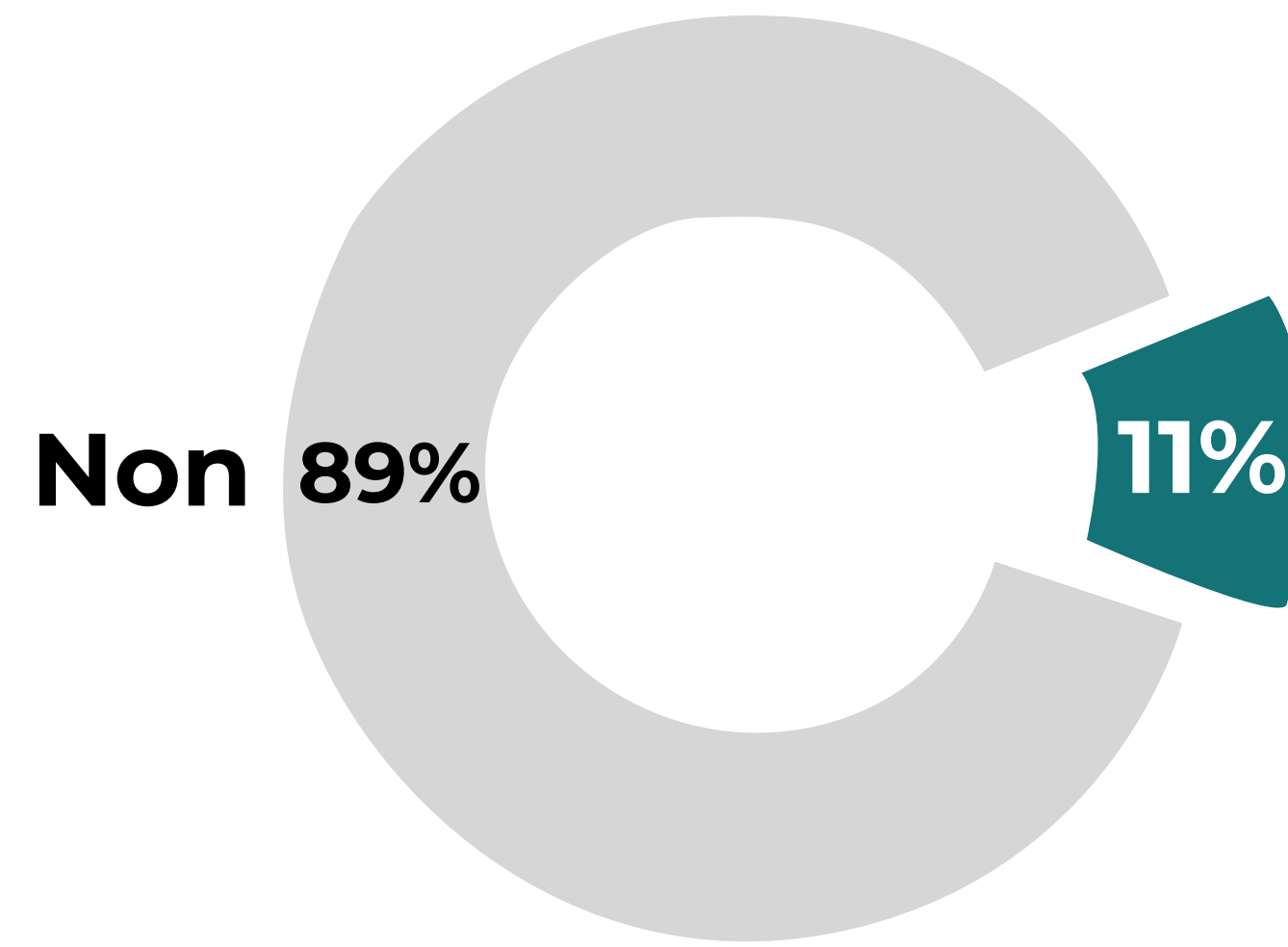




## ...un constat qui explique que seulement un jeune sur dix a déjà entendu parler du brevet de secourisme en santé mentale

Q15. As-tu déjà entendu parler du brevet de secourisme en santé mentale ?

Base : ensemble (540)



Oui, ont entendu parler du brevet de secourisme en santé mentale

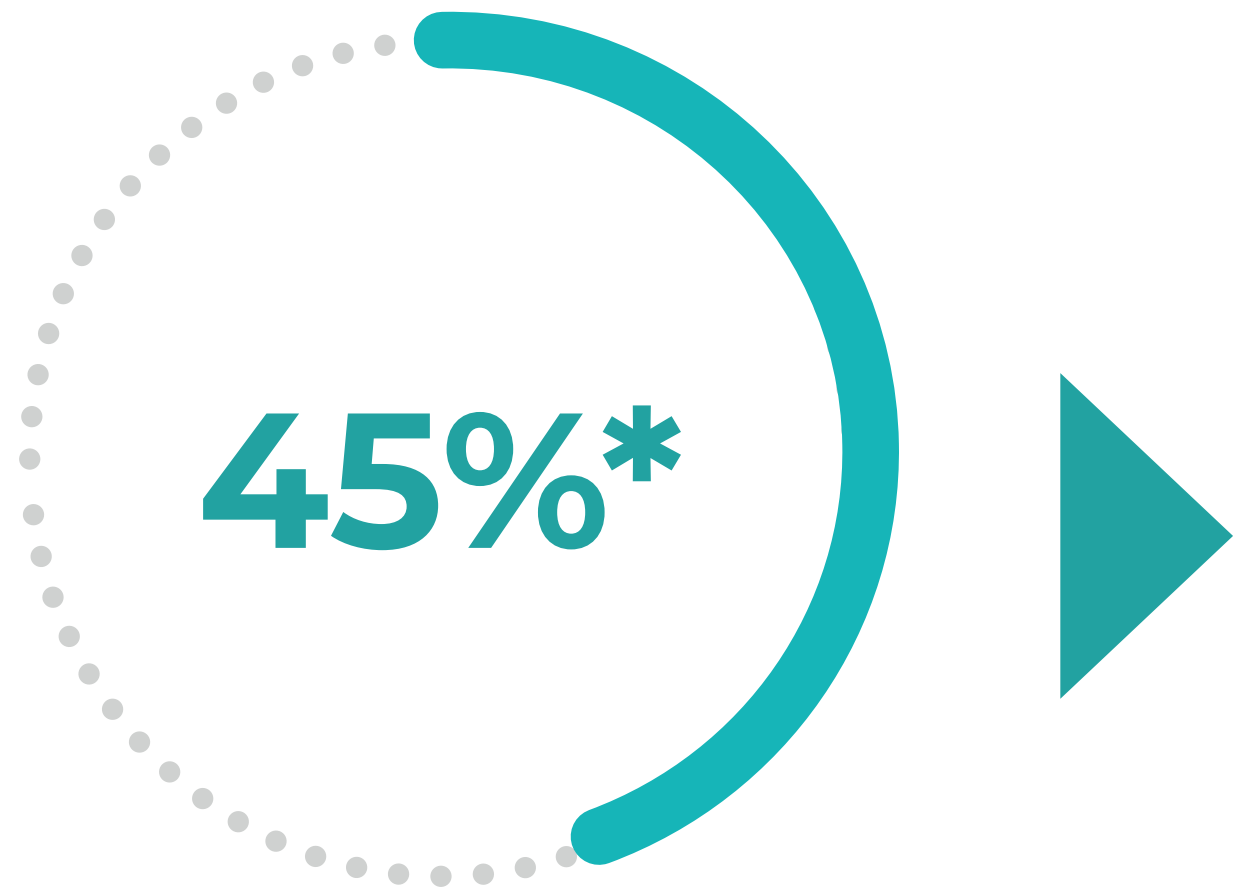
Très informé sur les maladies psychiques : 24%





# Près de la moitié des jeunes a déjà renoncé à aller voir un psy, le plus souvent par manque de moyen...

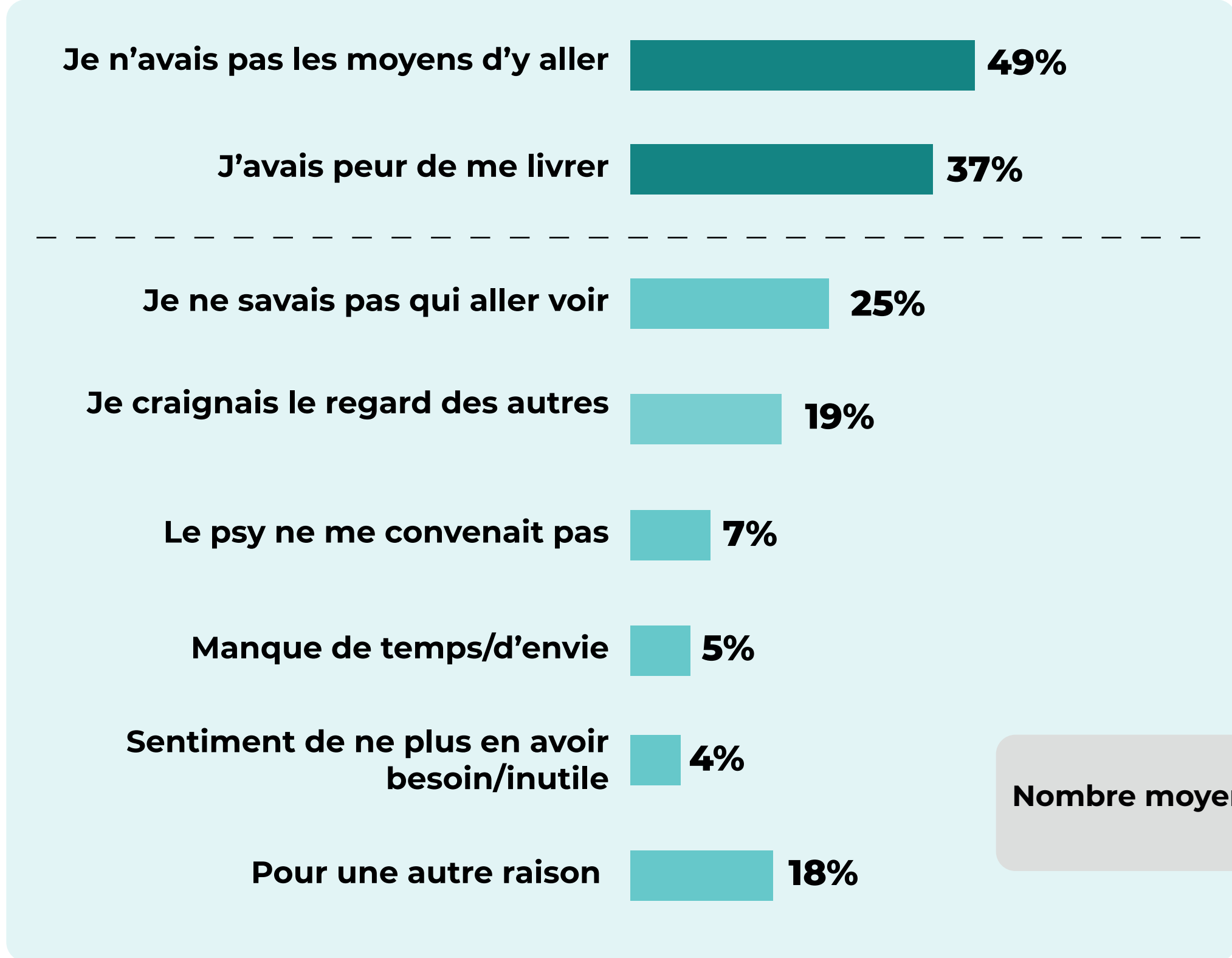
Q17. As-tu déjà renoncé à aller voir un psy ?  
Base : Ensemble (540)



## Ont déjà renoncé à aller voir un psy

Pensée suicidaire : **69%**  
 Angoisse : **53%**  
 Oppression : **55%**

Q17b. Pour quelles raisons ?  
Base : ont déjà renoncé à aller voir un psy (234) -  
Plusieurs réponses possibles



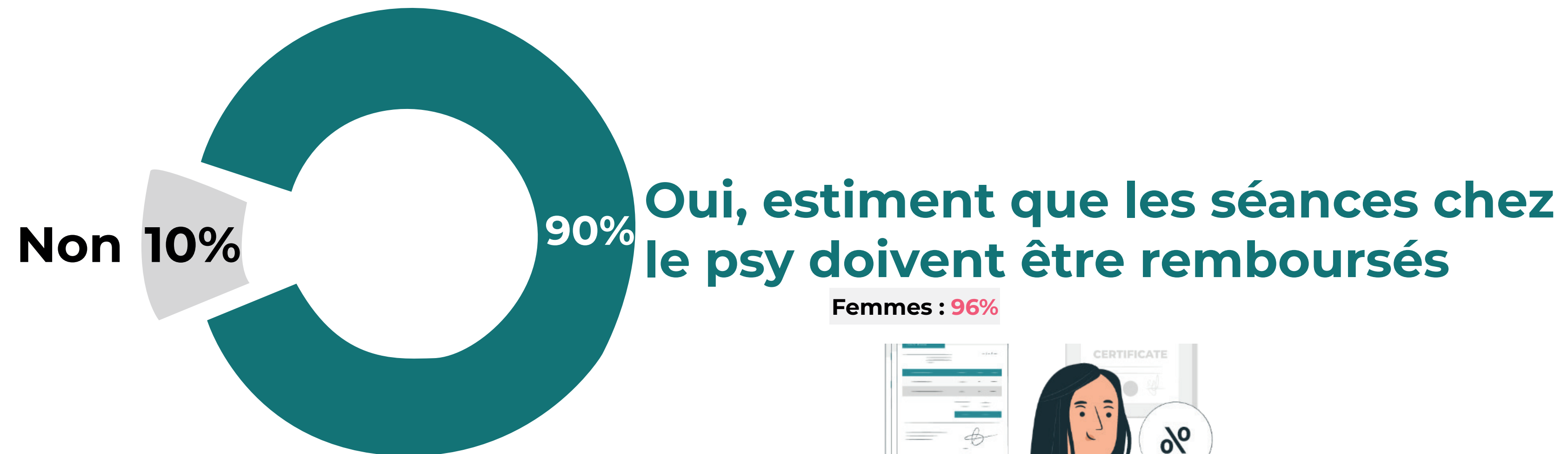
Nombre moyen de citations : 1,6



## ...ce qui explique qu'ils soient favorable aux remboursements des séances...

Q16. Penses-tu que les séances chez le psy doivent être remboursés ?

Base : ensemble (540)



Oui, estiment que les séances chez le psy doivent être remboursés

Femmes : 96%



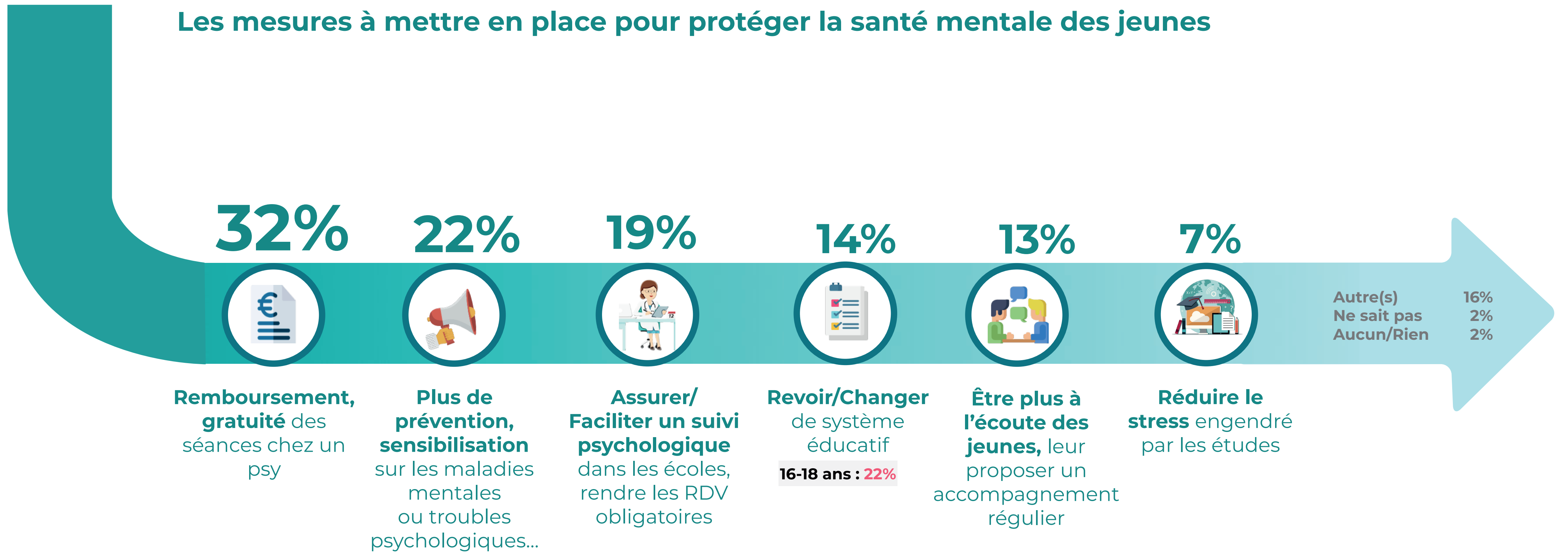




# ...et qu'il s'agisse de la première mesure qu'ils souhaiteraient voir mise en place par le futur président de la République

Q3. Selon vous, quelle va être la place de la **santé mentale dans les entreprises** à l'issue de la crise sanitaire ?  
Base : Ensemble (540)

## Les mesures à mettre en place pour protéger la santé mentale des jeunes





**SYNTHESE**



# LES CHIFFRES CLES

**25%**

Des jeunes déclarent être malheureux

**24%**

Des jeunes ont des pensées suicidaires

**55%**

Des jeunes sont inquiets pour leur avenir

**65%**

Des jeunes parlent difficilement lorsqu'ils ne vont pas bien

**45%**

Des jeunes ont déjà renoncé à aller voir un psy... le plus souvent par manque de moyen financier

**53%**

Des jeunes estiment ne pas être suffisamment informés sur les maladies psychiques



# SYNTHESE (1/2)

## Le moral des jeunes n'est pas au beau fixe

Le contexte sanitaire depuis plus de deux ans semble peser sur le moral des jeunes. Un quart d'entre eux se considère ainsi malheureux.

Deux sujets de **préoccupations** majeures : **l'amour**, plus de la moitié des jeunes ne sont pas épanouis sur ce sujet (3 jeunes sur 10 ne le sont pas du tout) et **les études**, premier facteur d'anxiété et plus de la moitié des 16-24 ans exprime leurs inquiétudes concernant leur avenir.

## Une jeunesse sujette et exposée à différents troubles dans leur quotidien

Les jeunes associent très largement la **dépression** à la santé mentale, un constat qui en dit long sur leur quotidien. 91% ressentent au moins un trouble, le plus souvent du stress, de la déprime, de la tristesse ou de l'angoisse, **un quart est également sujet à des pensées suicidaires.**

## Et qui se confronte à un système peu enclin à les aider

L'expression de son mal-être est un sujet encore tabou, lorsqu'ils ne vont pas bien **les deux tiers en parlent difficilement.**

Des jeunes estimant ne pas avoir suffisamment d'informations sur les différentes maladies psychiques et qui recommandent au futur président de la République de mettre en place des mesures de prévention et de sensibilisation à ce sujet.

**La moitié des jeunes a déjà renoncé à aller voir un psy**, en raison notamment du manque de moyens, assez logiquement, il s'agit de la première mesure qu'ils souhaiteraient voir être mise en place.

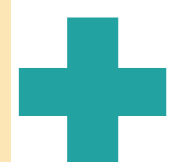


# SYNTHESE VISUELLE (2/2)

**Un stress lié aux études**  
*(premier facteur d'anxiété)*



**Une situation  
amoureuse compliquée**  
*(56% non épanouis en amour)*



**Une inquiétude liée à l'avenir**  
*(55% sont inquiets pour leur avenir)*



**Les problèmes liés à la  
crise sanitaire**  
*(l'anxiété a augmenté chez 45%  
des jeunes depuis la crise)*



**Un fort taux de stress**  
*(77% sont parfois stressés dans leur quotidien)*

**De la déprime**  
*(68% sont parfois déprimés dans leur quotidien)*

**Voire même des pensées suicidaires**  
*(24% en tout)*



# WE ARE DIGITAL!

**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.

## Rendre le monde intelligible pour agir aujourd'hui et imaginer demain

**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.



*“opinionway* **POUR**



# LES JEUNES ET LA SANTÉ MENTALE

