

# Comment allons-nous ?

## La santé mentale des Belges francophones à la loupe

Septembre 2022 -  
Résultats



# Methodologie

<b>Période</b>	Du 16-05-2022 au 13-06-2022
<b>Canal</b>	Call center de l'institut Solidaris
<b>Effectif</b>	869 PI
<b>Marge d'erreur</b>	$\pm 2,99\%$
<b>Durée</b>	16 minutes en moyenne

## Texte introductif

Bonjour, je suis XXXX de l'Institut Solidaris Nous menons actuellement une vaste enquête sur la santé mentale en Belgique francophone. Le questionnaire dure une quinzaine de minutes. Est-ce que ça vous intéresse d'y participer ?....

# Synthèse des résultats

En Mai 2022, Solidaris a interrogé par téléphone près de 900 belges francophones représentatifs de la population Wallonie/Bruxelles (affiliés ou non à Solidaris) sur la santé mentale, 10 ans après son 1<sup>er</sup> Thermomètre dédié à la thématique. En 2012, ce Thermomètre faisait état de freins importants notamment de connaissances et compréhension du secteur par le grand public mais aussi en termes de représentations. Nous allons voir qu'il y a eu une évolution assez importante. La crise covid n'a certainement pas été sans influence, toutefois cette analyse ne permet pas non plus de lui attribuer totalement les évolutions. Depuis 2012, plusieurs modifications ont probablement contribué elles-aussi à faire évoluer ce secteur auprès du grand public.

# Synthèse des résultats

## *Plus de personnes concernées*

Le 1<sup>er</sup> grand constat est **l'explosion du nombre de personnes qui expriment un état anxieux**, angoissé ou dépressif quasi en permanence (très souvent + souvent) : en 2012 cela concernait 10% de personnes contre 35% en 2022 [1/4 JAMAIS concernés en 2012 / 16% en 2022]. Les résultats du PHQ9 font état de 13% de personnes en dépression modérément sévère à sévère en 2022 contre 5% en 2012. Ce qui conforte cette croissance déclarée des troubles de santé mentale.

# Synthèse des résultats

## *Des profils plus touchés que d'autres*

Les femmes sont davantage touchées que les hommes (4 sur 10 contre 3 sur 10) par les problèmes d'anxiété ou de dépression, les jeunes que les âgés (il y a un basculement très net lors du passage à la tranche d'âge des retraités, confirmé par leur résultat : « seulement » un sur 5) , les précaires que les aisés (près de 6 sur 10 parmi les gens qui ne s'en sortent pas financièrement tous les mois sont très souvent ou souvent anxieux). Les personnes isolées et en particulier les familles monoparentales sont également plus touchées (44%).

# Synthèse des résultats

## *Plus de gens qui se font aider*

Le 2<sup>ème</sup> constat est qu'il y a parmi la population en souffrance, **un recours clairement plus important aux professionnels** : 61% ont déjà évoqué leurs soucis avec leur **généraliste** (52% en 2012) et 57% avec un **professionnel de la santé mentale** (36% en 2012). Soulignons qu'un quart des personnes en souffrance n'a fait appel à aucun des 2 contre 37% en 2012, signe que la population qui en a besoin va spontanément bien plus demander de l'aide qu'avant. Au niveau des profils, l'analyse des résultats par groupes sociaux semble montrer que l'accès à un accompagnement au moins ponctuel (on parle « seulement » d'avoir évoqué ses soucis) face à des difficultés de santé mentale est réel. Parmi ceux qui ne s'en sortent pas financièrement tous les mois, plus d'un sur deux a évoqué ses difficultés de santé mentale avec son médecin traitant et avec un professionnel de la santé mentale. L'âge est également une variable très significative avec globalement 3 temps : avant 35 ans (moindre recours), entre 35 et 60 ans (plus hauts taux de recours), après 60 ans (ça diminue) [encore l'impact du travail !!!!]. Pour le genre : près d'une femme sur deux (48,1%) contre un peu plus d'un homme sur 3 (35,8%) a recouru aussi bien au généraliste qu'à un professionnel de la santé mentale.

## Synthèse des résultats

### *Plus de gens qui se font aider (suite)*

Autre preuve que le recours à un professionnel de la santé mentale est une réflexe plus intégré qu'il y a 10 ans : lorsque les personnes expriment le besoin d'une aide ou d'un accompagnement et qu'on les interroge sur les acteurs ou les solutions vers lesquelles elles se tournent : 1/3 évoquent spontanément le psychologue et il occupe ainsi la 1<sup>ère</sup> place d'un classement qui ne ressemble plus du tout à celui de 2012 où c'était la proximité familiale ou amicale (et même le sport) qui arrivaient en tête. Un quart cite également le médecin traitant spontanément contre 11% en 2012. [le classement en assisté donne des évolutions semblables].

# Synthèse des résultats

## *Plus de personnes médicamentées*

Dans le même temps, le **recours à des médicaments est lui aussi en forte progression** : plus d'une personne sur 6 (17,6%) dit en prendre continuellement ou souvent parmi ceux qui expriment des difficultés (en 2012 c'était « seulement » 7%). C'est également 27,2% de ceux qui expriment explicitement un besoin d'aide face à leurs difficultés contre 9% de ces derniers en 2022. En termes de profil, on notera que les femmes sont une sur 5 (20,4%) contre 14,2% des hommes ; au niveau de l'âge on note plusieurs seuils (des augmentations à partir de 30 ans, également à partir de 45 ans avec un pic à 55/59 ans) en lien plus que probable avec le monde du travail.



# Synthèse des résultats

*Plus de satisfaction de la prise en charge par des professionnels de la santé mentale*

4 personnes sur 10 qui expriment même rarement des difficultés ont eu un contact avec un professionnel de la santé mentale au cours des 12 derniers. **Les délais pour obtenir un RDV sont très majoritairement vus comme acceptables (39,2%) voire même rapides (47,0%).** Seulement 12,8% ont trouvé cela long. Globalement la satisfaction par rapport aux contacts avec les professionnels de la santé mentale est bonne (7,2/10) même si une personne sur 5 cote en dessous de 6/10.

**Pour trouver ce professionnel de la santé mentale, les proches restent la 1<sup>ère</sup> source d'information (36,4%)** suivis par le **généraliste (21,9% contre 9% en 2012), qui progresse donc fortement** ici aussi ou un autre professionnel de la santé (15%).

## Synthèse des résultats

*Quelle connaissance (déclarée et vérifiée) du secteur ?*

Par rapport à 2012, on voit qu'il y a une **meilleure connaissance du secteur** notamment : parmi ceux qui expriment le besoin d'une aide, ils étaient près d'un sur deux à dire qu'un psychothérapeute n'était pas un médecin en 2012 (1/3 ne se prononçaient pas), on passe à 62% en 2022 (1/5 ne se prononcent pas) ; 45% ne savaient pas que les consultations chez le psychiatre étaient toujours remboursées et seulement 23% disaient que oui (un plus grand nombre – 32% disaient que non), alors qu'en 2022 43% des personnes répondaient affirmativement (3/10 négativement et autant ne savaient pas). A noter toutefois que les plus jeunes et les groupes sociaux précaires sont moins informés concernant ce point (seulement 13% des 18/24 ans et 26,5% des GS7/8 contre 40,9% des GS1/2). On note aussi que c'est un tiers des hommes contre 4 femmes sur 10. Il reste donc une marge de manœuvre pour augmenter le niveau de connaissance – notamment auprès de certains profils spécifiques. En outre, moins d'une personne sur 5 dit qu'elle connaît parfaitement les différences entre les professionnels existants avec des différences entre les profils socio-démographiques semblables à celles évoquées juste avant.

# Synthèse des résultats

*Pourquoi ils ne recourent pas ? (alors qu'il y a un besoin d'aide exprimé)*

En 2012, le problème de connaissance du secteur était très important : plus de 8 personnes sur 10 disaient ne pas savoir vers qui se tourner. En outre, la lisibilité du secteur et les différences non comprises entre les disciplines existantes étaient aussi très élevées. En 2022, ces aspects ne ressortent quasiment plus et très majoritairement ceux qui n'y recourent pas estiment tout simplement ne pas en avoir besoin. Dans leurs réponses plus haut dans le questionnaire on voit que lorsqu'ils ne vont pas bien ils vont en effet davantage se tourner vers leur entourage familial ou amical que les autres.

## Synthèse des résultats

*Une secteur jugé de qualité et nécessaire, encore insuffisamment remboursé*

Pour 7 personnes sur 10, dans notre société, la santé physique est toujours privilégiée par rapport à la santé mentale et pour 2/3 des personnes, cette dernière n'est pas une priorité du gouvernement : d'ailleurs pour près de 6 sur 10, les soins de santé mentale sont insuffisamment remboursés. Bien qu'on ne le constate pas lorsque l'on interroge les personnes qui ont au moins eu un RDV au cours des 12 derniers mois, le sentiment que le secteur est saturé pour répondre à la demande est important (même si une partie des gens - +/- 2 sur 10, ne s'expriment pas à ce sujet) : plus de la moitié des personnes pensent qu'il l'est et 3 sur 10 pensent qu'il ne l'est pas. Le rôle du médecin traitant reste très important car pour près de 4 personnes sur 10, il reste l'interlocuteur le mieux placé pour ce type de problème (un sentiment qui est corrélé avec l'âge- au plus on est âgé, au plus on le pense, et avec le niveau d'études – plus on a un niveau d'études élevé, moins on le pense).

# Déroulé

1. La perception du système de soins de santé mentale
2. L'état de santé mentale et le recours aux professionnels, la consommation des médicaments
3. L'accès aux soins
4. La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

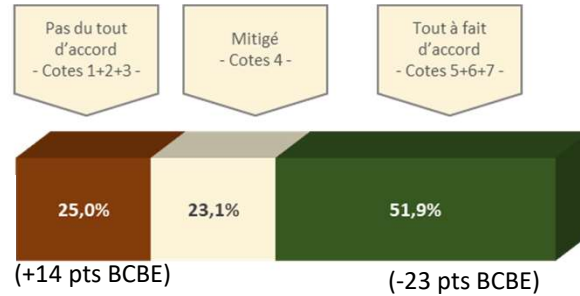
# La perception du système de soins de santé mentale

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

Absence	22,6%
Légère	21,5%
Mod	33,7%
Mod_Sév	20,3%
Elevé	53,3%



**Le système de santé mentale est d'excellente qualité en Belgique**

Prim. Sec. Inf	68,1%
Sec. Sup.	51,4%
Sup. non univ.	48,0%
Sup. Univ.	36,4%

18-24 ans	51,40%
25-34 ans	33,4%
35-59 ans	52,0%
60 ans et plus	68,7%

BCBE 2021:

Le système de santé en Belgique est d'excellente qualité

11%

14,2%

74,7%

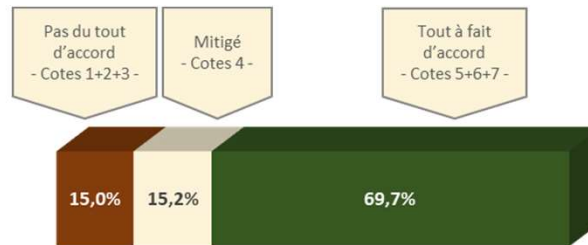
Pour un peu plus de la moitié des personnes interrogées, le système de santé mentale est d'excellente qualité (rappelons toutefois que 15% des gens ne savent pas se positionner). Les profils qui se démarquent sont: les personnes plus âgées avec 69% qui sont d'accord, les personnes ayant un niveau d'études élevés sont les plus critiques ce sont à peine plus d'un tiers d'entre eux qui approuvent la proposition.

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**Dans le système de santé actuel, la santé physique est privilégiée par rapport à la santé mentale**



Ils sont 70% à penser que, actuellement, dans notre système de santé, la santé physique est favorisée par rapport à celle mentale. Au niveau des profils socio-démographiques, ce sont les plus jeunes qui le disent le plus souvent (80%), en lien avec leur âge ce sont plus souvent les personnes vivant avec leurs parents (82%), suivis par les couples avec ou sans enfant(s) (74% en moyenne), et enfin on a les personnes vivant seules (61% pour celles sans enfant, et 56% pour les familles monoparentales). On observe une corrélation avec le niveau d'étude : en effet, plus on est diplômé, plus on est favorable à l'idée d'un système davantage porté sur la santé physique que mentale.

Ressentent le besoin d'aide	64,8%
Ne ressentent pas de besoin d'aide	74,3%

18-29 ans	80,4%
30-49 ans	69,6%
50-59 ans	54,4%
60 ans et plus	70,8%

Cple_efts	75,1%
Monop	55,7%
Cple_SS_eft	73,4%
Isolé.e	61,1%
Chez_parents	82,3%

Prim. Sec. Inf	54,7%
Sec. Sup.	71,0%
Sup. non univ.	75,7%
Sup. Univ.	78,4%

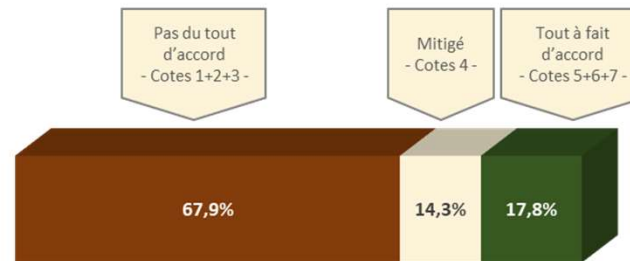


## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**La santé mentale est vraiment une priorité du gouvernement**



Homme	70,9%
Femme	65,1%
18-24 ans	61,7%
25-69 ans	71,5%
70 ans et plus	55,3%

Au sein de PI, un peu moins de 7 sur 10 pensent que la santé mentale n'est pas une priorité du gouvernement, les hommes sont un peu plus nombreux à le penser que les femmes, on enregistre 6 points d'écart entre les deux profils (71% pour eux Vs 65% pour elles); au niveau de l'âge, ce sont les 25-69 ans qui sont les plus nombreux à dire que la santé mentale n'est pas une priorité.

## Le système de soins de santé mentale

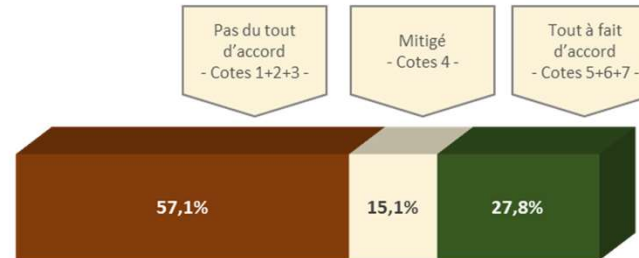
Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**Les soins de santé mentale sont suffisamment remboursés**

GS1-2	63,2%
GS3-4	66,6%
GS5-6	49,5%
GS7-8	50,2%

Homme	51,6%
Femme	61,9%
Moins de 55 ans	57,1%
55-59 ans	71,5%
60 ans et plus	50,3%



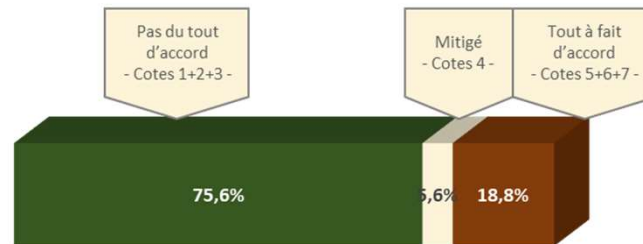
Pour un peu moins de 3 personnes sur 5, les soins de santé ne sont pas suffisamment remboursés, 11 points séparent de femmes des hommes (51% Vs 62%). Au niveau de l'âge, ce sont les 55-59 ans qui se distinguent le plus; ils sont 7 sur 10 à penser que les soins de santé ne sont pas assez bien remboursés, pendant que les moins de 55 ans sont autour de la moyenne, et les 60 ans et plus sont quant à eux en dessous. Au niveau des groupes sociaux, on remarquera que le sentiment d'une mauvaise prise en charge est plus marqué chez les aisés.

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**Ça ne sert à rien d'aller voir un professionnel de la santé mentale**



18-34 ans	9,7%
35-49 ans	15,8%
50-64 ans	23,9%
65 ans et plus	31,8%

Cple_efts	14,8%
Monop	17,6%
Cple_SS_eft	20,6%
Isolé.e	26,2%

Prim. Sec. Inf	31,8%
Sec. Sup.	21,2%
Sup. non univ.	11,2%
Sup. Univ.	7,3%

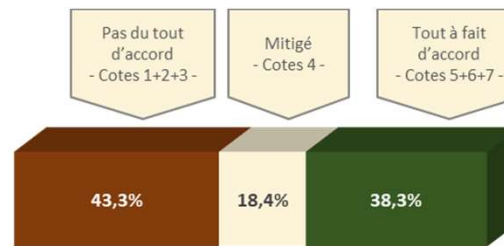
Elles sont un peu moins de 2 personnes sur 10 à prétendre qu'il n'est pas utile de consulter un professionnel de la santé mentale. Les personnes plus âgées sont plus nombreuses que les autres à partager cet avis elles sont 32% de 65 ans et plus à le dire (on observe d'ailleurs une corrélation avec l'âge 24% pour les 50-64 ans, 16% pour les 35-49 ans et 10% pour les plus jeunes). Les personnes sans enfant en charge, en couple ou non, sont aussi plus nombreuses que celles ayant au moins un enfant à charge à stipuler que cela ne sert à rien de voir un professionnel de la SM. Corrélation aussi avec le niveau d'étude; plus on a un diplôme bas, plus on pense qu'il ne sert pas de consulter un professionnel de la santé mentale.

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**Ce sont les médecins traitants qui sont les mieux placés pour les problèmes d'anxiété, d'angoisse et de dépression**



18-29 ans	16,50%
30-44 ans	32,60%
45-59 ans	37,70%
60 ans et plus	64,60%

Cple_efts	27,9%
Monop	42,5%
Cple_SS_eft	49,9%
Isolé.e	41,6%

Prim. Sec. Inf	51,4%
Sec. Sup.	41,7%
Sup. non univ.	30,0%
Sup. Univ.	25,8%

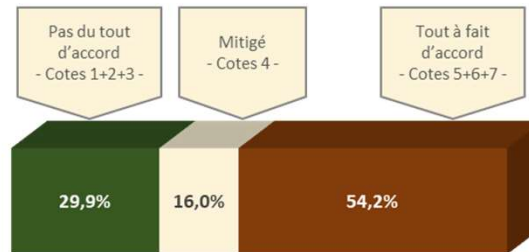
Au sein des PI, 38% pensent que les médecins traitants sont les mieux placés pour les problèmes d'anxiété, d'angoisse et de dépression. Les profils qui se distinguent sont les 60 ans et plus (on monte à 64,6% pour eux, contre 35% en moyenne pour les 30-59 ans, et seulement 16,5% pour les plus jeunes). Les couples avec enfant(s) sont moins nombreux que les autres (28% Vs 42% pour les monop, 50% pour les couples sans enfant, 42% pour les personnes vivant seules) à trouver que les médecins de familles peuvent bien mieux gérer les problèmes d'anxiété. Corrélation au niveau des diplômes, moins on est diplômé, plus on va reconnaître ce rôle au médecin traitant.

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**Il est difficile d'obtenir un rendez-vous avec un professionnel de la santé mentale - tout est saturé**



Cple_efs	50,9%
Monop	61,4%
Cple_SS_eft	53,5%
Isolé.e	59,6%
Chez_parents	43,9%

Absence	54,7%
Légère	48,4%
Mod	51,7%
Mod_Sév	65,3%
Sévère	72,5%

Plus de 50% des gens trouvent qu'il est difficile d'obtenir un rendez-vous chez un professionnel de la santé. Cette difficulté est plus souvent marquée chez les personnes étant déjà en situation de dépression élevée (72,5%) à modérément sévère (65,3%).

## Le système de soins de santé mentale

Commençons avec des questions sur le système des soins de santé mentale en Belgique. Sur une échelle de 1 à 7, à quel point êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

- 1 Signifie que vous n'êtes **pas du tout d'accord**
- 7 Signifie que vous êtes **tout à fait d'accord**

**En matière de santé mentale, la téléconsultation est une pratique adaptée**



Seules 22% des personnes interrogées sont favorables à de la téléconsultation. Pas de différence statistiquement significative entre les profils.



# L'état de santé mentale, le besoin d'accompagnement et les comportements

## L'état de santé mentale: autoévaluation

Afin de rentrer dans le vif du sujet, une question d'autoévaluation de l'état de santé mentale, qui permettra de ventiler la population est posée aux répondants: « *Puis-je d'abord vous demander à quelle fréquence il vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e, voire en dépression ?* », l'échelle de réponse suivante leur est proposée afin de permettre au répondant de correctement se positionner:

- très souvent,
- souvent,
- de temps en temps,
- rarement, jamais

La suite de notre analyse, se fera principalement sur les personnes ressentant de l'anxiété même rarement.



# L'état de santé mentale

(6,1%)  
(9,5%)  
(8,9%)  
(12,4%)

Puis-je d'abord vous demander à quelle fréquence il vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e, voire en dépression ? (les items sont cités)

Cela vous arrive **très souvent + souvent (35%)**

**35% VS (10%)**

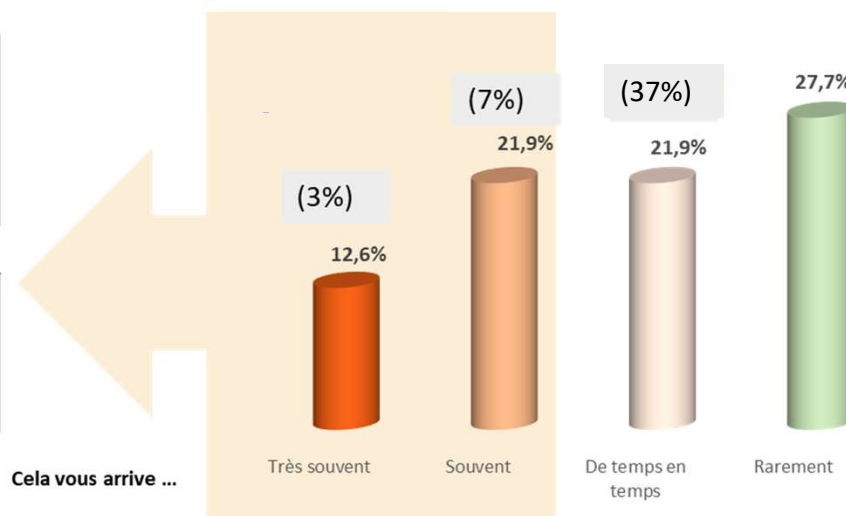
18-59 ans	11,1%
60 ans et plus	30,1%

Homme	21,9%
Femme	10,2%

(25%)

15,8%

Jamais



Cela vous arrive ...

Homme	29,4%	(6%)
Femme	39,4%	(14%)

18-59 ans	41,2%	(10%)
60 ans et plus	13,7%	

Cple_efts	29,0%
Monop	44,3%
Cple_SS_eft	30,7%
Isolé.e	40,0%
Chez_parents	32,1%
Coloc	35,7%

Actifs	31,5%	(6,6%)
Demandeur.euse d'emploi	48,5%	(30%)
Etudiant.e	47,1%	(8,5%)
Incapacité de W	63,6%	(40,5%)
Pensionné.e	19,8%	(10,5%)

Epargne	28,5%
Epargne_léger	27,2%
Rev_justes	33,3%
découvert	58,7%
Précaire	56,8%

Niveau bas	35,7%	(7,9%)
Niveau moyen	36,6%	(9,1%)
Niveau supérieur	29,6%	(14,7%)

Pendant que 15% des Belges francophones affirment ne jamais être psychologiquement mal (25% en 2012), ils sont un peu moins de 6 sur 10 sont dans un état de mal-être et de souffrance psychique (+10 points en 10 ans). On observe jusque 35% (Vs 10% en 2012) de personnes dans un état de mal-être plutôt prononcé (souvent ou très souvent en état d'anxiété). On peut noter pour cette proportion, les différences suivantes entre les profils: les femmes (39%) plus touchées que les hommes (29%), ce sont davantage les personnes vivant seules avec un enfant à charge (44,3% et 40% respectivement); ces personnes s'en sortent difficilement financièrement, ce sont 58% des précaires contre seulement 3 sur 10 personnes épargnantes, et les personnes en incapacité de travail (64%, Vs 47% chez les chômeurs, 31% chez les actifs et 20% chez les pensionnés). En lien avec le statut pro, ils sont 41% des 18 et 59 ans à sentir un état anxieux, et on tombe à 13% pour ceux de la tranche d'âge suivante.

## Santé psychique

### Echelle de dépression (PHQ9)

- *Au cours des deux dernières semaines à quelle fréquence avez-vous été dérangé(e) par chacun des problèmes suivants ?*

	<i>Jamais</i>	<i>Plusieurs jours</i>	<i>Plus de 7 jours</i>	<i>Presque tous les jours</i>
1. Ressentir peu d'intérêt ou de plaisir à faire des choses				
1. Vous sentir triste, déprimé(e) ou désespéré(e)				
1. Trop dormir ou éprouver des difficultés à vous endormir ou à rester endormi(e),				
1. Vous sentir fatigué(e) ou avoir peu d'énergie				
1. Avoir peu d'appétit ou trop manger				
1. Avoir une mauvaise perception de vous-même — ou penser que vous êtes un perdant ou que vous n'avez pas satisfait vos propres attentes ou celles de votre famille				
1. Éprouver des Difficultés à vous concentrer sur des choses telles que lire le journal ou regarder la télévision				
1. Bouger ou parler si lentement que les autres personnes ont pu le remarquer. Ou au contraire être si agité(e) que vous bougez beaucoup plus que d'habitude				
1. Vous avez pensé que vous seriez mieux mort(e) ou pensé à vous blesser d'une façon ou d'une autre				

>> Calcul d'un score puis création de catégories

# L'état de santé mentale

Résultat de l'administration du PHQ-9 aux répondants

18-29 ans	20,5%
30-44 ans	9,8%
45-59 ans	15,5%
60 ans et plus	6,8%

18/24 (8,6%) - 25/34 (3,1%)

35/44 (3,1%)

45/54 (5,1%)

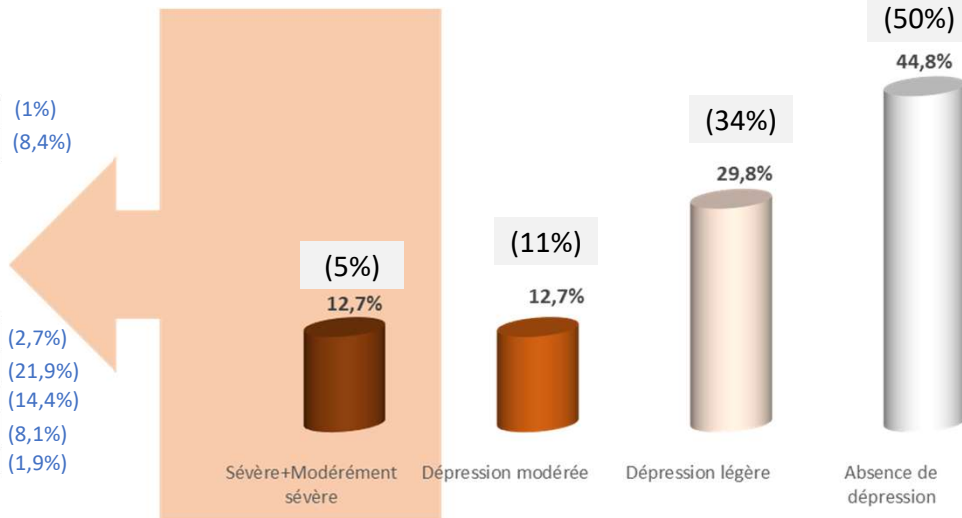
55+ (2%)

Homme	9,0%	(1%)
Femme	16,0%	(8,4%)

Cple_efst	7,8%	(5,5%)
Monop	16,2%	(3,2%)
Cple_SS_eft	12,2%	(2,6%)
Isolé.e	15,7%	(6,2%)
Chez_parents	13,6%	

Epargne	5,4%
Epargne_léger	7,5%
Rev_justes	12,5%
découvert	24,2%
Précaire	31,9%

Actifs	8,6%	(2,7%)
Demandeur.euse	23,0%	(21,9%)
Etudiant.e	23,7%	(14,4%)
Incapacité de W	30,4%	(8,1%)
Pensionné.e	5,9%	(1,9%)

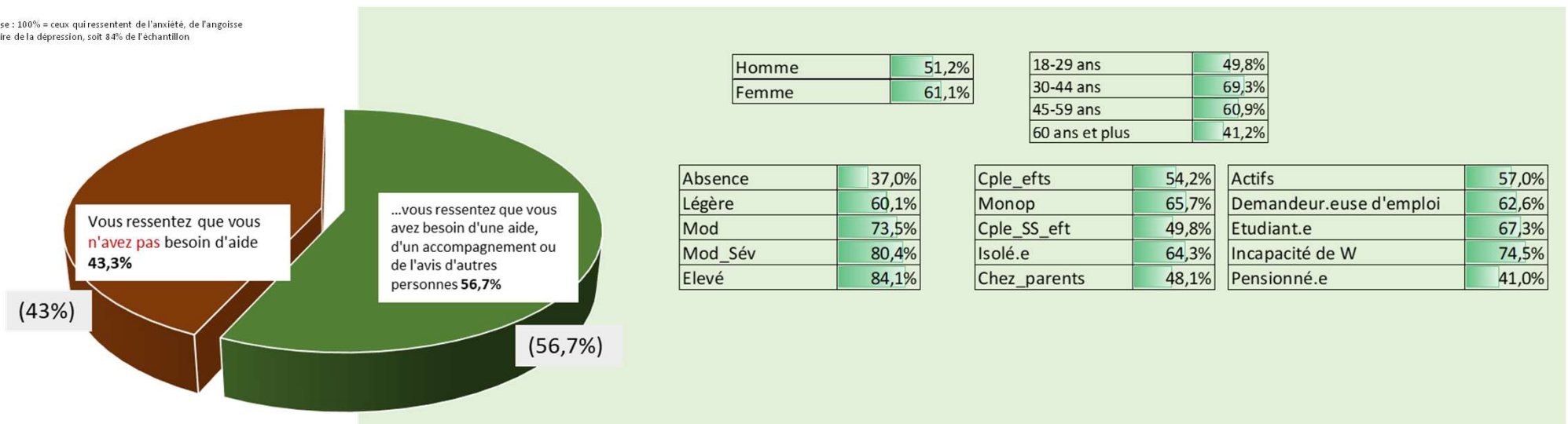


Selon le diagnostic du PHQ9, un peu plus d'une personne sur 10 est en état de dépression modérément sévère à sévère (5% en 2012). Parmi elles, ce sont plus souvent des femmes (16%) que des hommes (9%); davantage des personnes en incapacité de travail puisqu'elles sont 2 fois plus nombreuses que la moyenne (30%) ; moins on a la capacité à épargner, plus on est dans un état dépressif (corrélation linéaire, allant de 32% pour les précaires à 5% pour ceux qui réussissent à épargner), elles sont plus nombreuses parmi les 18-29 ans (20,5%) et les 45-59 ans (15,5%). Les couples avec enfant(s) en charge sont les moins nombreux à être dans cette catégorie.

## L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Lorsqu'il vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e, voire en dépression, vous diriez que :

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon



Nous constatons que si le taux de souffrance est en augmentation (56% Vs 47% en 2012), la proportion de personnes disant avoir besoin d'aide reste plutôt stable autour de 57%, et donc concernerait 48% de la population totale Vs 42% en 2012. Les femmes sont légèrement au-dessus de la moyenne et ont 10 points d'écart avec les hommes, les tranches d'âges intermédiaires sont plus en demande que les autres (65% en moyenne pour les 30-59, 50% chez les moins de 30 ans et 41% chez les 60 ans et plus; ce sont plus souvent les familles monoparentales (66%), ou les personnes seules (64%), on monte jusqu'à 74% des personnes en incapacité de travail (62% chez les demandeurs.euses d'emploi, 57% pour les personnes actives).

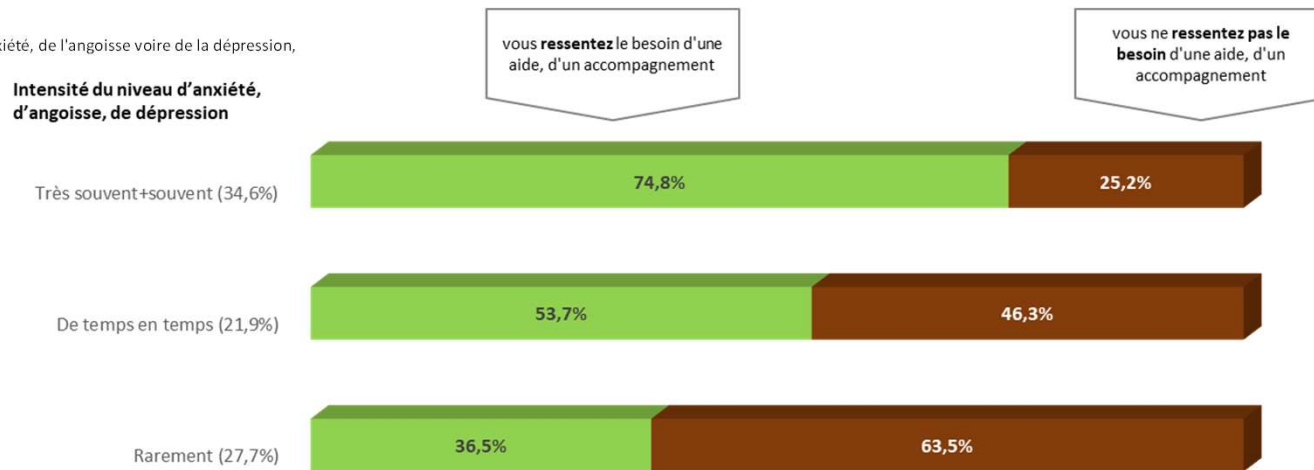
## L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Lorsqu'il vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e, voire en dépression, vous diriez que :

X

Puis-je d'abord vous demander à quelle fréquence il vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e, voire en dépression

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon

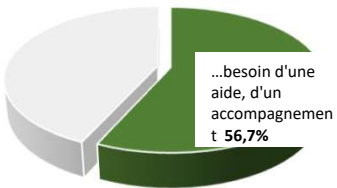


C'est tout naturellement que moins on se sent bien, plus on ressent le besoin d'être accompagné et aidé. Ils sont dès lors 75% au sein de ceux étant en souffrance plutôt profonde à dire qu'ils ont besoin d'aide, on descend à 54% pour ceux qui sont de temps en temps mal, pour enfin atteindre 36% pour ceux du degré le plus bas.

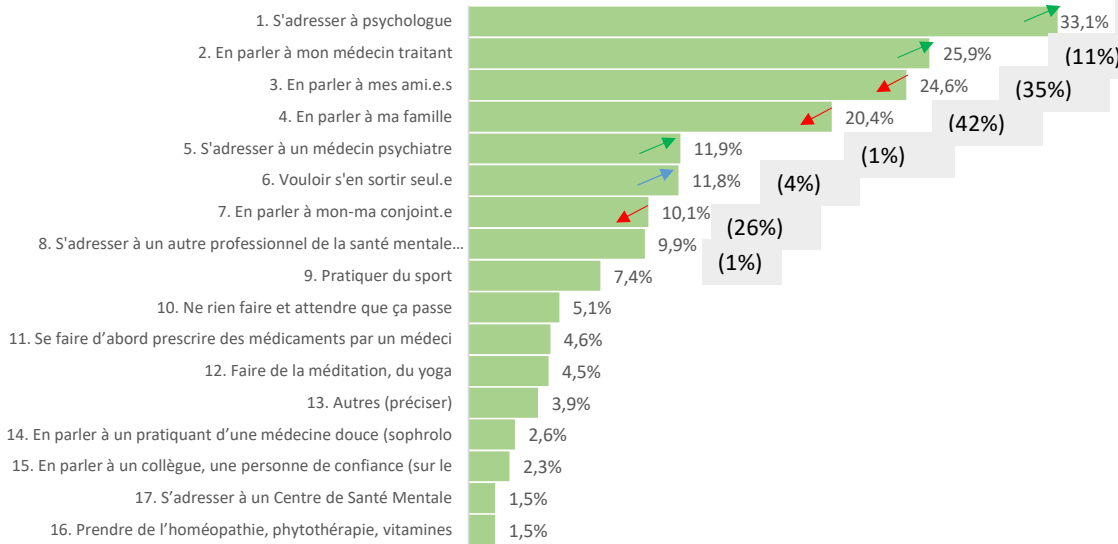
# L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Quand cela vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e voire en dépression, pouvez-vous me dire, ce que vous faites et vers qui ou vers quoi vous vous tournez ? (Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon



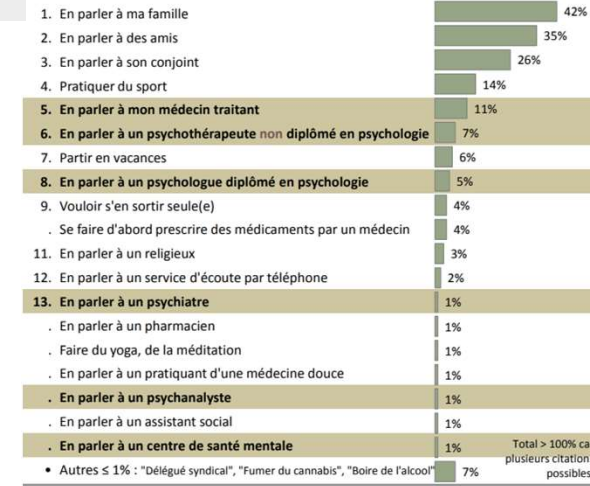
Base : 100% = ceux qui ressentent le besoin d'aide, soit 47,7% de l'échantillon



Thermo 2012: Bien-être psychologique

Quand cela vous arrive de vous sentir anxieux, angoissé voire en dépression, pouvez-vous me dire, ce que vous faites et vers qui ou vers quoi vous vous tournez ? (Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent un besoin d'accompagnement, soit 43% de la population totale.



Lorsque les gens sont en souffrance psychique, et qu'ils expriment le besoin de se faire aider, ils citent majoritairement de façon spontanée les Psychologues à hauteur de 33% (Vs 5%), puis ils pensent au médecin de famille pour un peu plus d'un quart (26% Vs 11%) lequel se positionne aux coudes-à-coudes avec la sphère de proximité. Notons que la place des amis (24% vs 35%) domine légèrement celle de la famille (20% Vs 42% en 2012). Enfin 12% disent s'adresser à un psychiatre (1% en 2012), le même taux essaie de s'en sortir seul (4% en 2012). Le conjoint se trouve à la 7<sup>ème</sup> place (10% Vs 26% en 2012).

Notons le basculement qu'il y a eu en 10 ans. La sphère de proximité qui était en top des citations, cède largement sa place à la sphère professionnelle.

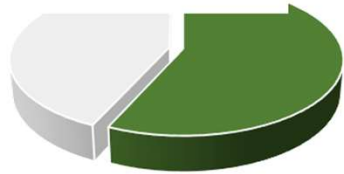
## L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Quand cela vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e voire en dépression, pouvez-vous me dire, ce que vous faites et vers qui ou vers quoi vous vous tournez ? (Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent le besoin d'aide, soit 47,7% de l'échantillon

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon

...besoin d'une aide, d'un accompagnement **56,7%**



	33,1%
	<b>S'adresser à psychologue</b>
<b>Homme</b>	21,8%
<b>Femme</b>	40,8%
<b>18-24 ans</b>	24,6%
<b>25-34 ans</b>	48,7%
<b>35-59 ans</b>	32,5%
<b>60 ans et plus</b>	20,5%
<b>Cple_efts</b>	19,5%
<b>Monop</b>	50,4%
<b>Cple_SS_eft</b>	33,1%
<b>Isolé.e</b>	35,0%
<b>Chez_parents</b>	31,8%
<b>Bxl</b>	40,3%
<b>Wall</b>	29,7%
<b>Actifs</b>	44,4%
<b>Incapacité de W</b>	19,8%
<b>Pensionné.e</b>	17,4%
<b>Etudiant.e</b>	9,6%
<b>Demandeur.euse d'</b>	7,3%

	25,9%
	<b>En parler à mon médecin traitant</b>
<b>Homme</b>	21,1%
<b>Femme</b>	29,1%
<b>18-24 ans</b>	9,0%
<b>25-34 ans</b>	19,5%
<b>35-59 ans</b>	27,5%
<b>60 ans et plus</b>	43,2%
<b>Cple_efts</b>	25,6%
<b>Monop</b>	13,7%
<b>Cple_SS_eft</b>	36,5%
<b>Isolé.e</b>	28,0%
<b>Chez_parents</b>	16,6%
<b>Bxl</b>	15,9%
<b>Wall</b>	30,6%
<b>Actifs</b>	38,0%
<b>Incapacité de W</b>	22,2%
<b>Pensionné.e</b>	30,5%
<b>Etudiant.e</b>	33,0%
<b>Demandeur.euse d'e</b>	36,2%

### S'adresser à un psychologue

- Les femmes sont quasi 2 fois plus nombreuses que les hommes (41% Vs 22% respectivement);
- Les 25-34 ans se distinguent des autres profils, ils sont 49% à voir un psy;
- C'est une famille monoparentale sur 2 Vs 20% des couples avec enfant.s;
- 2 bruxellois sur 5 Vs 3 wallons sur 10;
- Plus souvent les actif.ve.s 44% que les autres profils.

### En parler au médecin traitant

- Ici aussi ce sont encore plus les femmes (29% Vs 21% des hommes);
- Corrélation avec l'âge, plus on prend de l'âge et plus on se confie au médecin des problèmes de SM;
- Plus souvent les couples sans enfants (37%);
- Les gens vivant en Wallonie sont 2 fois plus nombreux que les bruxellois;
- Et enfin ce sont plus les actifs.ve.s (38%) et les demandeur.euse.s d'emploi.



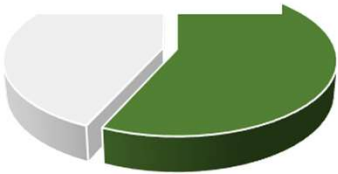
## L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Quand cela vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e voire en dépression, pouvez-vous me dire, ce que vous faites et vers qui ou vers quoi vous vous tournez ? (Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent le besoin d'aide, soit 47,7% de l'échantillon

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon

...besoin d'une aide, d'un accompagnement **56,7%**



	24,6%
	En parler à mes ami.e.s
Homme	20,3%
Femme	27,5%
18-24 ans	33,6%
25-34 ans	27,5%
35-59 ans	22,2%
60 ans et plus	26,0%
Cple_efts	17,9%
Monop	20,3%
Cple_SS_eft	20,8%
Isolé.e	35,7%
Chez_parents	18,4%
Bxl	37,5%
Wall	18,5%
Actifs	22,3%
Incapacité de W	36,7%
Pensionné.e	33,8%
Etudiant.e	7,7%
Demandeur.euse d'emploi	26,8%

	20,4%
	En parler à ma famille
Homme	21,6%
Femme	19,6%
18-24 ans	37,9%
25-34 ans	22,7%
35-59 ans	18,9%
60 ans et plus	7,5%
Cple_efts	18,5%
Monop	15,6%
Cple_SS_eft	26,0%
Isolé.e	13,3%
Chez_parents	43,1%
Actifs	27,0%
Incapacité de W	18,0%
Pensionné.e	24,1%
Etudiant.e	38,4%
Demandeur.euse d'emploi	10,5%

### En parler à ses ami.e.s

- 7 points d'écart séparent les femmes des hommes (27,5% Vs 20% respectivement);
- Les plus jeunes sont 34% à parler de leur problème psy avec leurs ami.e.s;
- Ce sont plus souvent des personnes seules (36%); des bruxellois 38% (Vs 18% des wallons);
- Les personnes en incapacité de travail et les pensionné.es tirent la moyenne vers le haut (respectivement 38% et 34%).

### En parler à ma famille

- Pas de différence significative entre les hommes et les femmes;
- Corrélation inversée avec l'âge, plus on prend de l'âge et moins on se confie à sa famille des problèmes de SM de 38% chez les moins de 25 ans, on tombe à 7% pour les 60 et plus;
- Ils vivent plus souvent chez leurs parents (43%), et sont des étudiants 38%

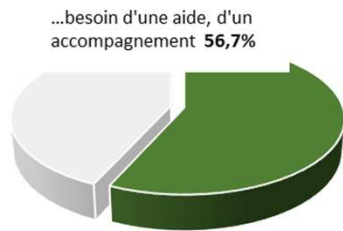


## L'attitude générale: Le besoin d'accompagnement

Quand cela vous arrive de vous sentir anxieux.se, angoissé.e voire en dépression, pouvez-vous me dire, ce que vous faites et vers qui ou vers quoi vous vous tournez ? (Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent le besoin d'aide, soit 47,7% de l'échantillon

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon



	11,9%
	<b>S'adresser à un médecin psychiatre</b>
18-24 ans	4,7%
25-34 ans	7,2%
35-59 ans	16,1%
60 ans et plus	11,1%
Cple_efts	9,5%
Monop	23,1%
Cple_SS_eft	3,5%
Isolé.e	16,5%
Chez_parents	3,3%
Actifs	22,8%
Incapacité de W	16,4%
Pensionné.e	13,6%
Etudiant.e	24,2%
Demandeur.euse d'emploi	25,5%

### S'adresser à un psychiatre

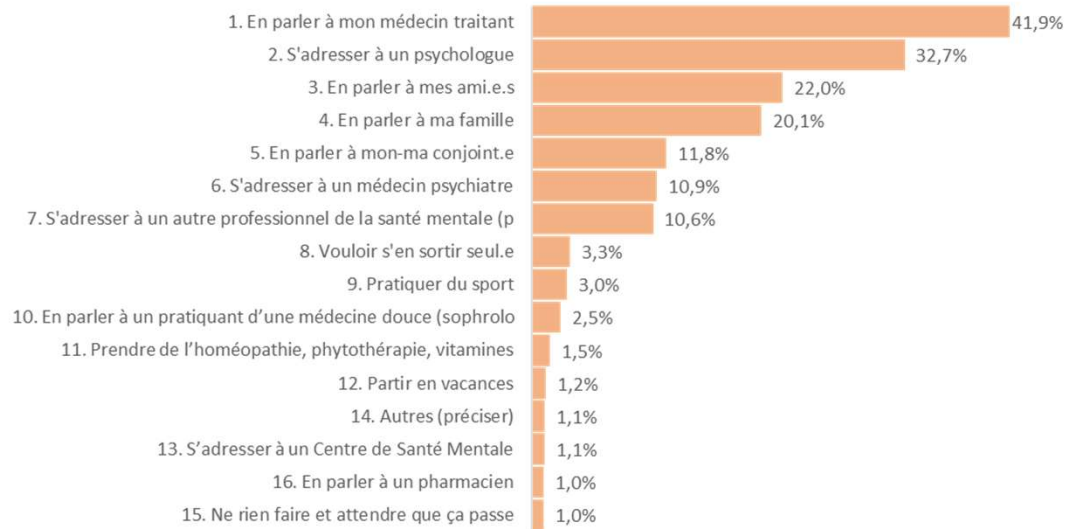
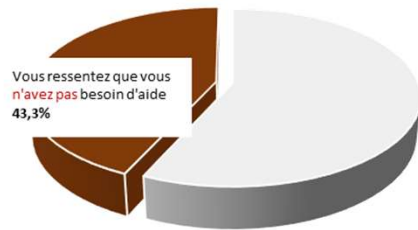
- Les personnes de la génération du milieu sont 16% à s'adresser à un psychiatre, 11% pour les plus âgés, et les moins jeunes sont en moyenne 6% à faire appel au psychiatre;
- Ce sont plus souvent des parents seuls avec leur enfant (23%);
- Une légère sur représentation des demandeur.euse.s d'emploi (26%).

## Les comportements

Si vous ressentiez que vous avez besoin d'une aide, pouvez-vous me dire ce que vous feriez, vers qui ou vers quoi vous vous tourneriez ?  
(Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression **mais disent ne pas avoir besoin d'aide**, soit 36,5% de l'échantillon

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon



Lorsqu'on redemande à ceux qui disent nonobstant leur état psychique ne pas avoir besoin d'aide ce qu'ils feraient si besoin, le médecin traitant arrive en tête (42%), suivi par le psy (33%) puis la socialité de proximité : ami.e.s (22%), famille (20%), conjoint (12%).

# Les comportements

Si vous ressentiez que vous avez besoin d'une aide, pouvez-vous me dire ce que vous feriez, vers qui ou vers quoi vous vous tourneriez ?  
(Question ouverte)

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression mais disent ne pas avoir besoin d'aide, soit 36,5% de l'échantillon

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 84% de l'échantillon



	41,9%	
	<b>En parler à mon médecin traitant</b>	
Homme		47,9%
Femme		35,9%
18-24 ans		26,7%
25-54 ans		35,7%
55 ans et plus		52,2%
Cple_efts		58,1%
Monop		24,4%
Cple_SS_eft		40,0%
Isolé.e		38,7%
Chez_parents		34,9%
GS1-2		40,1%
GS3-4		51,1%
GS5-6		46,6%
GS7-8		27,9%

	32,70%	
	<b>S'adresser à un psychologue</b>	
Homme		28,4%
Femme		37,2%
18-24 ans		40,1%
25-54 ans		37,8%
55 ans et plus		22,0%
Cple_efts		24,8%
Monop		51,2%
Cple_SS_eft		28,6%
Isolé.e		32,3%
Chez_parents		41,0%

	22,0%	
	<b>En parler à mes ami.e.s</b>	
Homme		24,7%
Femme		19,1%
Cple_efts		13,3%
Monop		25,0%
Cple_SS_eft		14,0%
Isolé.e		30,3%
Chez_parents		39,7%

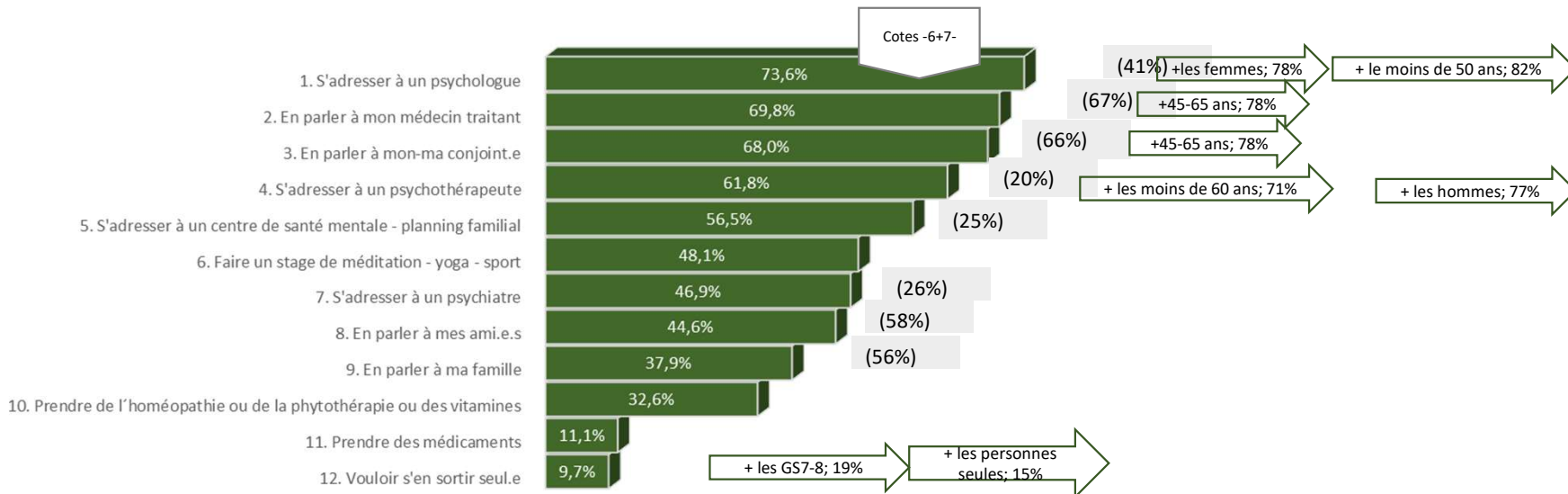
	11,8%	
	<b>En parler à mon-ma conjoint</b>	
Homme		15,6%
Femme		8,0%
GS1-2		7,7%
GS3-4		6,8%
GS5-6		18,1%
GS7-8		14,2%
Prim. Sec. Inf		18,6%
Sec. Sup.		13,2%
Sup. non univ.		8,0%
Sup. Univ.		5,9%

## Les comportements

Je vais maintenant vous citer une liste de démarches possibles lorsque que l'on est anxieux, angoissé, voire en dépression. Pour chacune de ces démarches possibles, je vais vous demander de me dire sur la même échelle de 1 à 7 si vous pensez que c'est une bonne démarche ou pas.

- 1 signifie que c'est pour vous une **très mauvaise démarche**
- 7 signifie que c'est pour vous une **excellente démarche** Les chiffres de 2 à 6 vous permettent de nuancer votre réponse

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété de l'angoisse voire de la dépression ET qui ressentent le besoin d'aide, soit 47,7% de l'échantillon

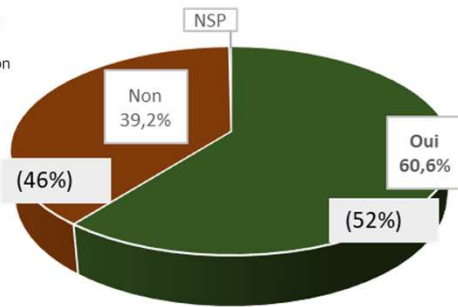


Lorsque l'on suggère clairement à ceux qui expriment des souffrances et un besoin d'accompagnement, les différentes possibilités d'aide qui existent, c'est « s'adresser à un psychologue » qu'ils choisissent encore le plus souvent comme étant une excellente démarche, ils sont près de 3 sur 4 à prendre cette position (41% en 2012). Le médecin de famille le talonne avec près de 7 personnes sur 10 qui approuvent cette démarche (stable). Ceci confirme le rôle essentiel des professionnels en ce qui concerne les questions psychologiques. En 3<sup>ème</sup> place on retrouve le partenaire de vie pour 68% (stable) des gens, le psychothérapeute en 4<sup>ème</sup> position (62% vs 20%) et les centres de santé mentale sont en position 5 (48% vs 25% en 2012).

## Les comportements

Vous est-il déjà arrivé de faire **appel à votre médecin traitant** pour vous aider à faire face à un problème d'anxiété, d'angoisse, voire de dépression ? Vous me répondez simplement par oui ou par non

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 86,7% de l'échantillon



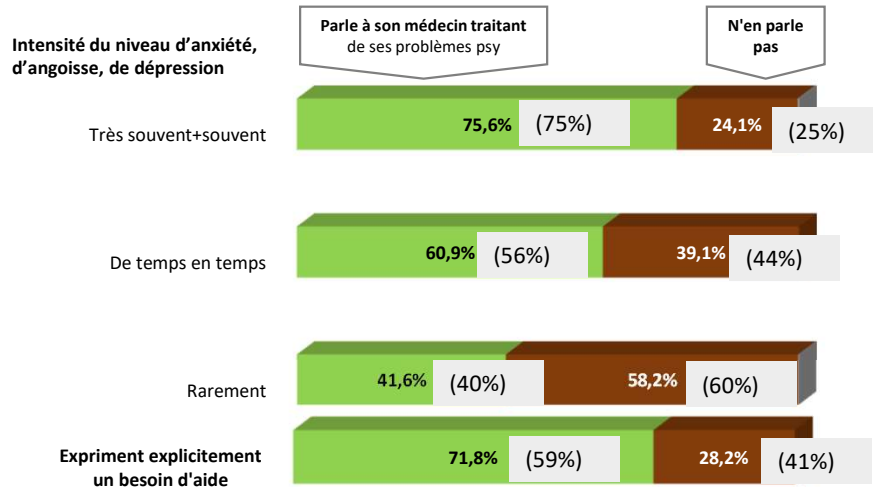
Homme	53,1%
Femme	66,6%

18- 39 ans	52,2%
40-59 ans	73,7%
60 ans et plus	48,6%

Actifs	58,2%
Demandeur.euse d'emploi	65,9%
Etudiant.e	47,1%
Incapacité de W	87,1%
Pensionné.e	50,5%

Cple_efts	54,1%
Monop	74,1%
Cple_SS_eft	58,6%
Isolé.e	67,1%
Chez_parents	47,0%

Epargne	54,8%
Epargne_léger	53,0%
Rev_justes	63,1%
découvert	65,8%
Précaire	81,0%

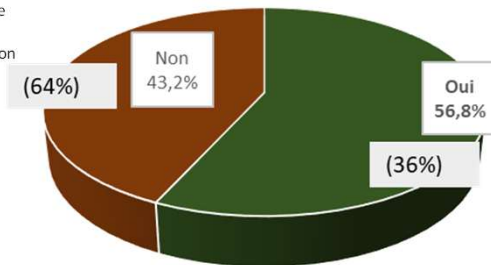


Plus de 3 personnes sur 5 des personnes (+9 points Vs 2012) qui expriment des souffrances psychologiques affirment en avoir déjà demandé de l'aide à leur médecin de famille. On note que plus la souffrance est élevée, plus les médecins traitants ont été sollicités (de 75% chez celles qui sont en souffrance accrue, on tombe à 42% pour celles en souffrance très occasionnelle). Les profils ayant le plus sollicité le médecin traitant sont : les femmes (67% Vs 53% des hommes, ce sont plus souvent les personnes de la génération intermédiaire (74% pour les 40-59 ans Vs 52% chez les moins de 40 ans et 49% chez les seniors). Ce sont des familles monoparentales (74%), ou des personnes qui vivent seules (67%).

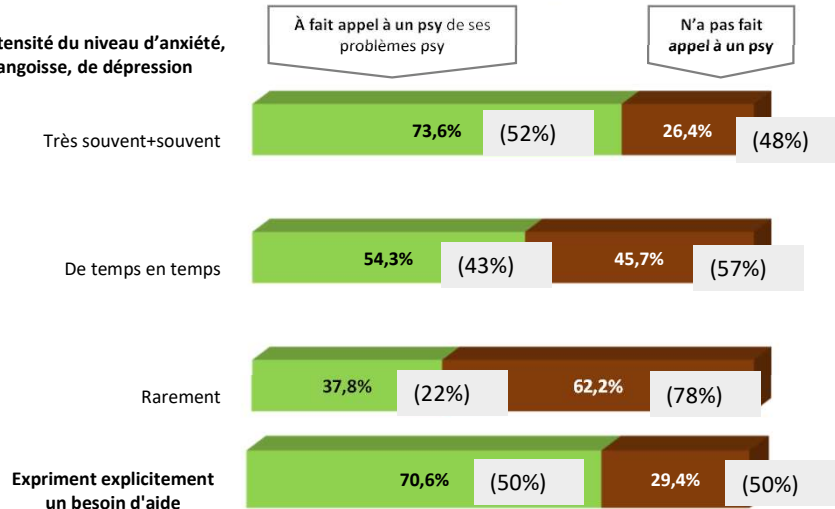
## Les comportements

Intéressons-nous maintenant aux professionnels de la santé. Vous est-il déjà arrivé de faire **appel à un psy** pour vous aider à faire face à un problème d'anxiété, d'angoisse, voire de dépression ? Vous me répondez simplement par oui ou par non

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 86,7% de l'échantillon



Intensité du niveau d'anxiété, d'angoisse, de dépression



Homme	48,6%
Femme	63,4%

18-24 ans	47%
25-49 ans	67,2%
50 ans et plus	43,0%

Epargne	54,6%
Epargne_léger	50,6%
Rev_justes	59,5%
découvert	62,1%
Précaire	68,4%

Absence	44,4%
Légère	56,8%
Mod	65,5%
Mod_Sév	74,5%
Elevé	87,5%

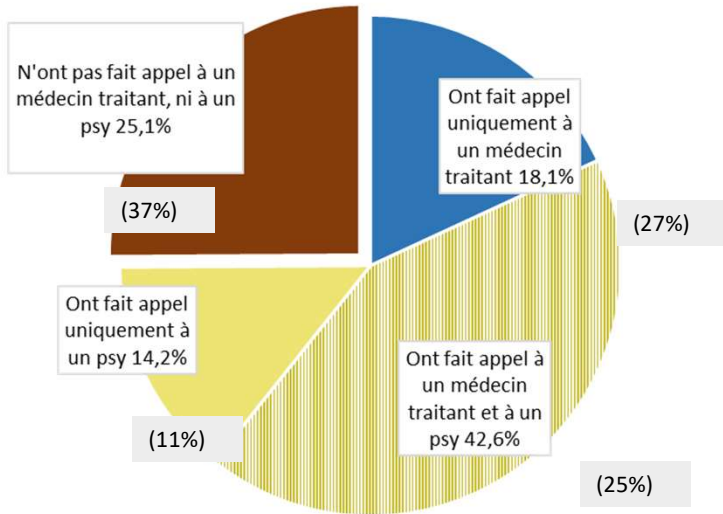
Au sein des personnes ressentant un mal-être psychologique, elles sont 57% (+20 points vs 2012) à avoir déjà fait appel à un psy. De nouveau ce sont plus souvent les femmes que les hommes (63% pour elles Vs 49% pour eux), les tranches d'âge entre 25 et 49 ans (67% Vs 47% chez les moins de 25 ans, et 43% pour les 50 ans et plus.

Le même constat fait au sein du contact avec le médecin traitant se dessine en ce qui concerne l'intensité de souffrance et le fait d'exprimer un besoin d'aide. Et les augmentations par rapport à 2012 sont nettes.

## Les comportements

Intéressons-nous maintenant aux professionnels de la santé. Vous est-il déjà arrivé de faire **appel à un psy** pour vous aider à faire face à un problème d'anxiété, d'angoisse, voire de dépression ? Vous me répondez simplement par oui ou par non

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression, soit 86,7% de l'échantillon



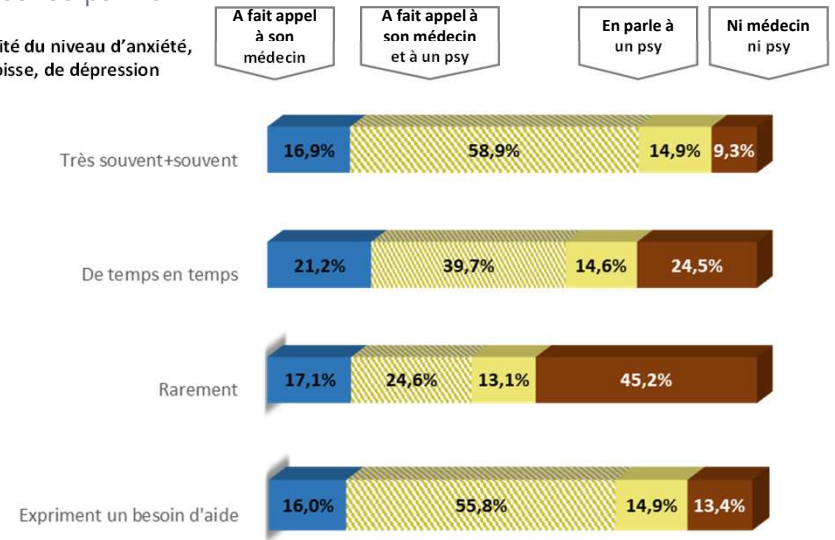
Tranche d'âge	Pourcentage
18-34 ans	35,4%
35-59 ans	52,6%
60 ans et plus	28,3%

Sexe	Pourcentage
Homme	35,8%
Femme	48,1%

Statut	Pourcentage
Cple_efts	33,3%
Monop	63,5%
Cple_SS_eft	42,7%
Isolé.e	45,3%
Chez_parents	32,2%

Statut	Pourcentage
Epargne	34,6%
Epargne_léger	34,7%
Rev_justes	44,2%
découvert	53,0%
Précaire	64,6%

Intensité du niveau d'anxiété, d'angoisse, de dépression



Statut	Pourcentage
Actifs	42,50%
Demandeur.euse d'em	41,7%
Etudiant.e	34,7%
Incapacité de W	66,2%
Pensionné.e	29,0%

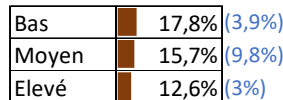
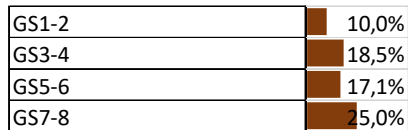
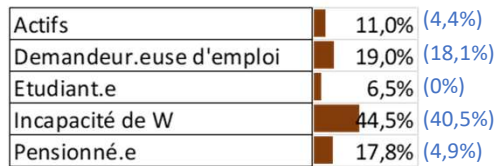
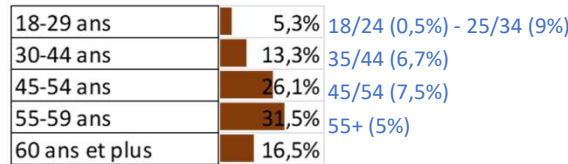
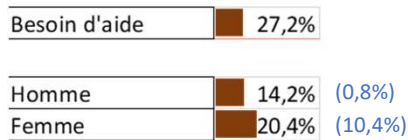
Une personne ressentant de la souffrance sur 4 n'a eu de contact ni avec son médecin, ni avec un psy. C'est en baisse, car on était à 37% de l'échantillon il y a 10 ans. Au niveau des profils des « bi\_contactants », les femmes sont 48% Vs 36% des hommes, les tranches 35-59 ans ont un taux de recours plus élevé (53%, Vs 35% chez les moins jeunes et on chute à 28% pour les plus âgés), ceci n'est pas non sans lien avec le statut professionnel: 66% chez les incap, 42% chez les actif.ve.s et demandeur.euse.s d'emploi 35% chez les étudiant.e.s et 29% chez les pensionné.es.



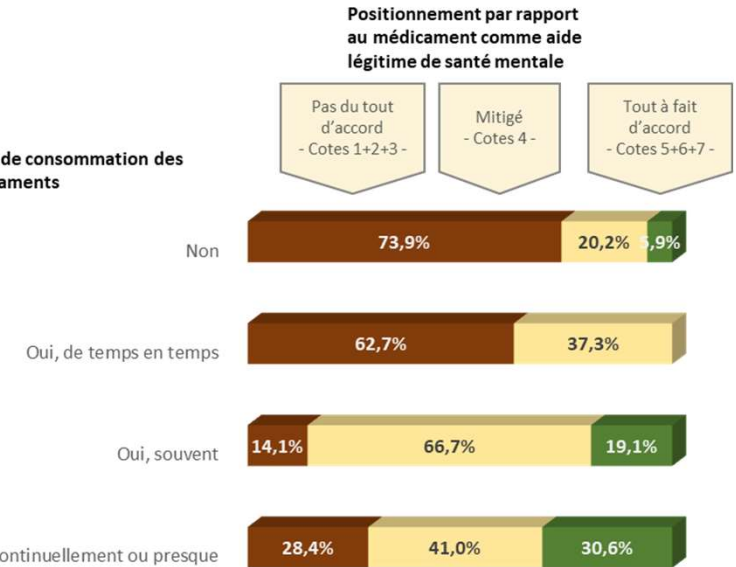
## La consommation de médicaments

Prenez-vous actuellement ne serait-ce qu'occasionnellement des médicaments pour gérer les situations d'anxiété ou d'angoisse, voire de dépression ? Par médicaments, j'entends un calmant, ou un anxiolytique, ou un somnifère, ou encore un antidépresseur, à l'exclusion donc de tisanes, ou de compléments alimentaires, voire de vitamines ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, soit 86,7% de la population.



Degré de consommation des médicaments



Pour gérer leurs états d'angoisse, d'anxiété ou de dépression, 18% des gens disent prendre souvent ou continuellement des médicaments, ils étaient 7% en 2012. Ce sont 20% des femmes contre 14% des hommes. En termes d'âge, avant la 60aine, la tendance à la consommation des médicaments est linéairement corrélée, avant 30 ans c'est seulement 5%, on monte à 13% pour les 30-44 ans, 26% pour les 45-54 ans, pour atteindre 31% chez les 55-59 ans, la tendance s'inverse ensuite pour les plus vieux. Enfin, parmi les groupes sociaux précaires on monte à une personne sur 4 contre « seulement » 10% des groupes aisés. En lien avec les résultats des chômeurs et des personnes en incapacité de travail.



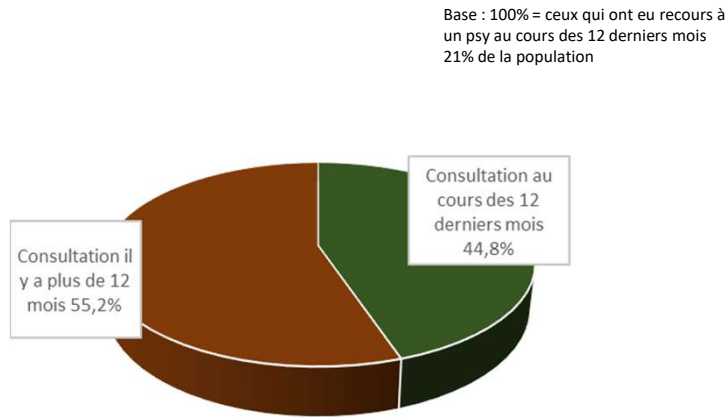
# L'accès aux soins de santé mentale

## L'accès aux soins de santé mentale

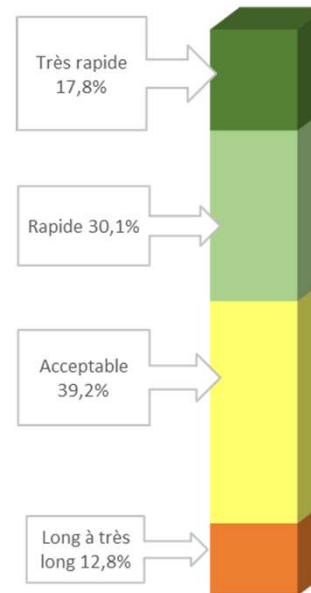
Intéressons-nous maintenant aux professionnels de la santé. Vous est-il déjà arrivé de faire **appel à un psy** pour vous aider à faire face à un problème d'anxiété, d'angoisse, voire de dépression ?

### Était-ce au cours des 12 derniers mois ?

Base : 100% = ceux qui ressentent de l'anxiété, de l'angoisse voire de la dépression **ET** qui ont fait appel à un psy 47,8% de la population



Vous diriez que le délai pour obtenir un rendez-vous a été :

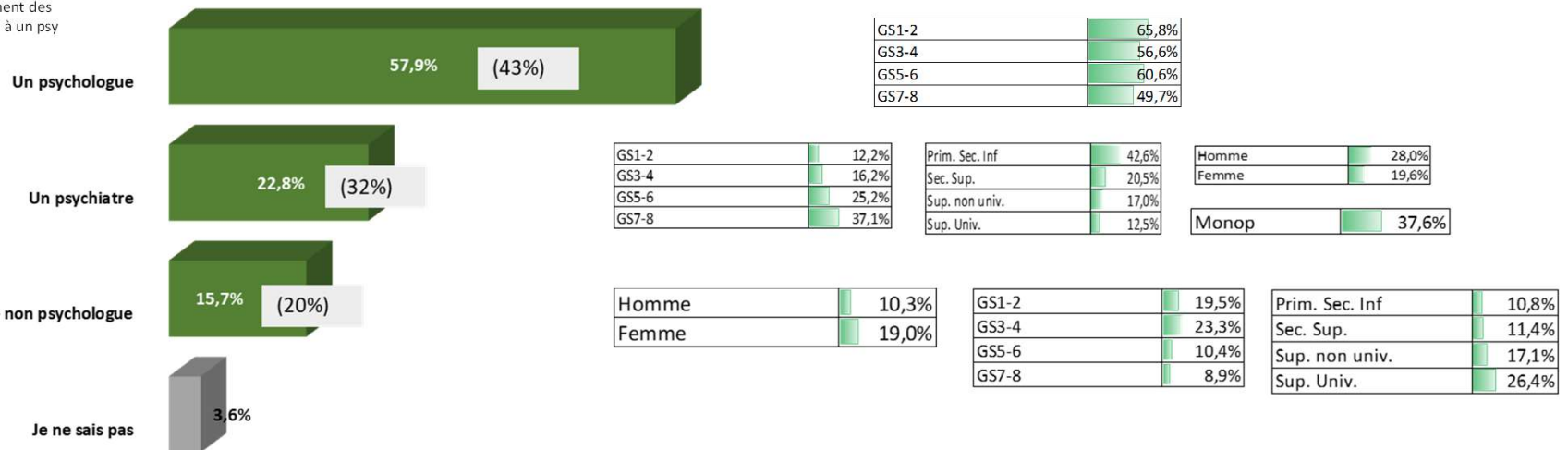


45% des personnes ayant fait appel à un psy l'avaient fait au cours des 12 derniers mois précédant l'enquête (21% de la population totale), et ils sont un peu moins de la moitié à trouver les délais pour obtenir un rendez-vous rapide, 39% les trouvent acceptables.

## L'accès aux soins de santé mentale

Vous m'avez dit avoir déjà fait appel ou encore faire appel actuellement à un professionnel de la santé psychologique. Puis-je vous demander si vous savez de quel type de professionnel il s'agit / s'agissait ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy



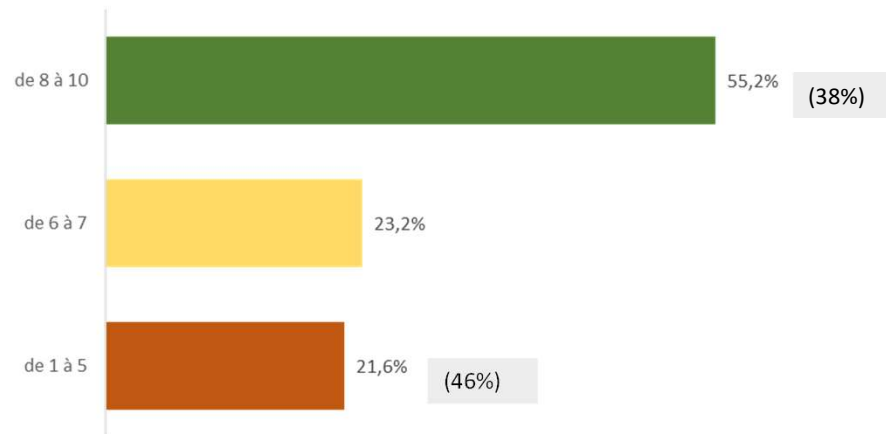
Le ranking du choix du professionnel de la santé mentale est le même qu'en 2012. En effet, ce sont d'abord les psychologues qui sont le plus souvent sollicités (58% Vs 43% en 2012) [ corrélation linéaire avec le groupe social, plus on est défavorisé, moins on va chez le psy (50% des GS7-8 Vs 66% des GS1-2)]. Ensuite ce sont les psychiatres 23% (Vs 32% en 2012; ce sont plus les hommes (28%) que les femmes, les familles monoparentales (37,6%, Vs 27% de ceux qui vivent seul et 16% en moyenne pour les couples). On observe une corrélation linéaire pour le niveau d'étude et les groupes sociaux: plus on est diplômé, plus on est favorisé, moins on va chez le psychiatre), et viennent enfin les psychothérapeutes (16% Vs 20%); ils sont davantage prisés par les femmes (19% vs 10% des hommes), ce sont les profils sociaux économiques élevés (20% en moyenne chez les GS1 à 4 Vs 9% chez les autres), et une corrélation avec le niveau d'études : 11% chez ceux ayant max un diplôme secondaire, 17% chez les diplômés non universitaires et 26%<sup>03</sup> pour les diplômés universitaires).

## L'accès aux soins de santé mentale

Sur une échelle de 1 à 10, quel est votre degré de satisfaction globale par rapport à ces consultations ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy

Moyenne de satisfaction: 7,2 Vs 5,9 en 2012

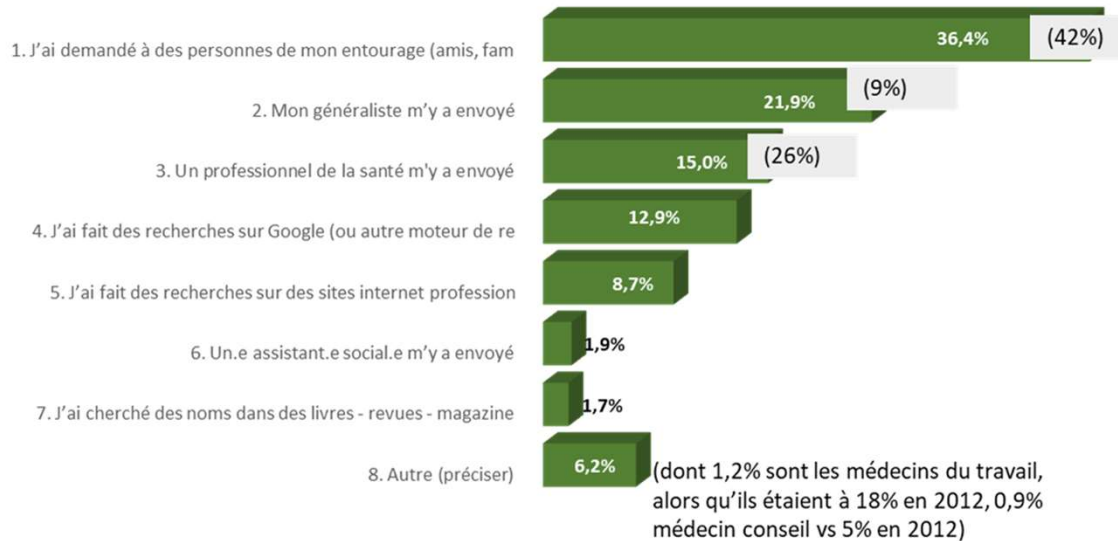


La satisfaction vis-à-vis des consultations avec un psychologue est de 7,2 sur 10 en moyenne (5,9/10 en 2012). Ce sont 55% (38% en 2012) de cotes hautes, et 22% (Vs 46%) de cotes inférieures à 6.

## L'accès aux soins de santé mentale

Par quel moyen, quel canal avez-vous trouvé cette personne ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy



La première source d'information pour trouver un professionnel de la santé mentale est la sphère de proximité (36% Vs 42% en 2012), suivie par le médecin généraliste, en forte progression (22% contre 9% en 2012).

## L'accès aux soins de santé mentale

Par quel moyen, quel canal avez-vous trouvé cette personne ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy

	Psychologue
Entourage	31,6%
Mon généraliste m'y a envoyé	21,3%
J'ai fait des recherches sur Google (ou autre moteur de recherche)	17,6%

	Psychiatre
Entourage	33,3%
Mon généraliste m'y a envoyé	29,7%
Un professionnel de la santé m'y a envoyé	21,0%

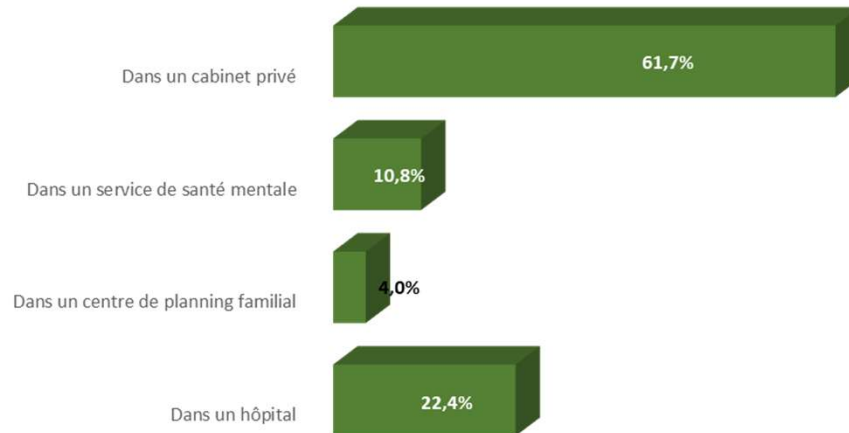
	Psychothérapeute non médecin - non psychologue
Entourage	64,6%
Un professionnel de la santé m'y a envoyé	11,0%
Mon généraliste m'y a envoyé	9,7%

Si l'entourage reste toujours en 1ère position quel que soit le professionnel de santé mentale, on voit que c'est encore plus marqué pour les psychothérapeutes. Par ailleurs concernant le psychiatre, on voit que le généraliste est juste derrière.

## L'accès aux soins de santé mentale

Le dernier professionnel de la santé mentale que vous avez consulté travaille :

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy



Plus de 6 personnes sur 10 concernées ont consulté dans un cabinet privé, et 22% à l'hôpital. Les services de santé mental ne sont sollicités que par 11 des répondants concernés.

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

En général, connaissez-vous la différence entre un psychologue, un psychiatre et un psychothérapeute ?

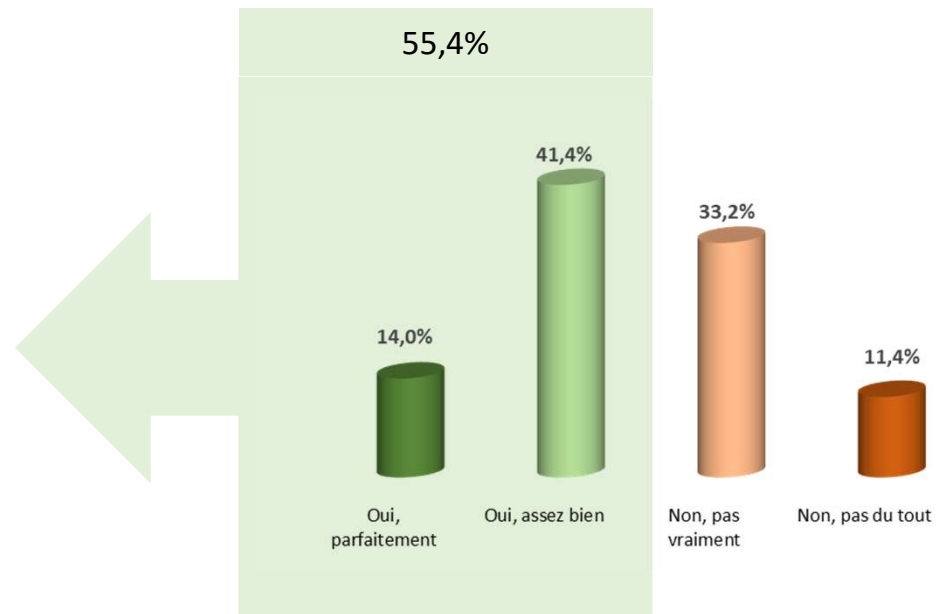
Homme	50,5%
Femme	59,8%

18-34 ans	48,50%
35-49 ans	66,20%
50 ans et plus	54,80%

Cple_efts	49,2%
Monop	64,5%
Cple_SS_eft	60,1%
Isolé.e	62,4%
Chez_parents	32,9%

GS1-2	65,9%
GS3-4	58,2%
GS5-6	47,0%
GS7-8	50,4%

Prim. Sec. Inf	49,3%
Sec. Sup.	47,8%
Sup. non univ.	59,8%
Sup. Univ.	71,7%



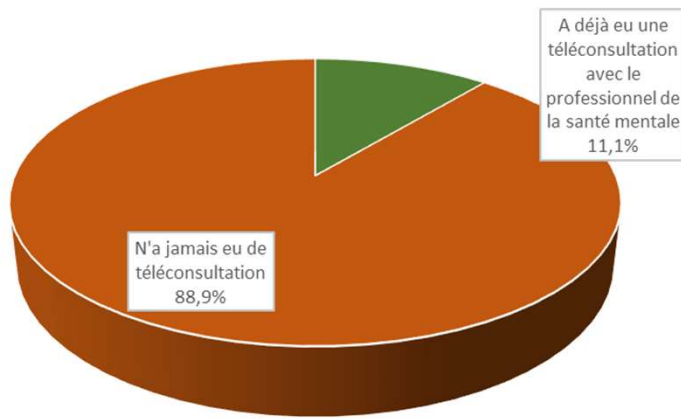
Concernant la capacité à bien identifier les différences entre les professionnels de la santé mentale, un peu plus d'une personne sur 2 en est capable. 10 points distinguent les femmes des hommes (60% pour elles Vs 50% pour eux); ils sont plus nombreux au sein des 35-49 ans 66% (vs 48% des moins de 35 ans et 55% chez les 50 ans et plus. Ils ne sont que 49% des couples avec enfants à connaître les différences entre les différents corps de métiers alors qu'on monte jusque 64% pour les familles monoparentales. Une corrélation avec le niveau d'étude est notée, au plus on a fait des études, au mieux on sait faire la différence entre le psychologue et le psychiatre (48% en moyenne pour les secondaires et primaires, 60% pour et 72% pour les universitaires).



## L'accès aux soins de santé mentale

Avez-vous déjà consulté votre professionnel de la santé mentale via téléconsultation ?

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, ET ont eu recours à un psy



Homme	6,9%
Femme	13,8%

18-54 ans	10,9%
55-59 ans	25,7%
60 et plus	4,3%

La téléconsultation n'a concerné que un peu plus de une personne sur 10, ce sont deux fois plus de femmes que d'hommes (14% Vs 7% pour eux), la tranche d'âge qui se distingue des autres est la 55-59 ans avec 26% ayant déjà eu une téléconsultation pour la santé mentale, 11% chez les plus jeunes et 4% les plus âgés.

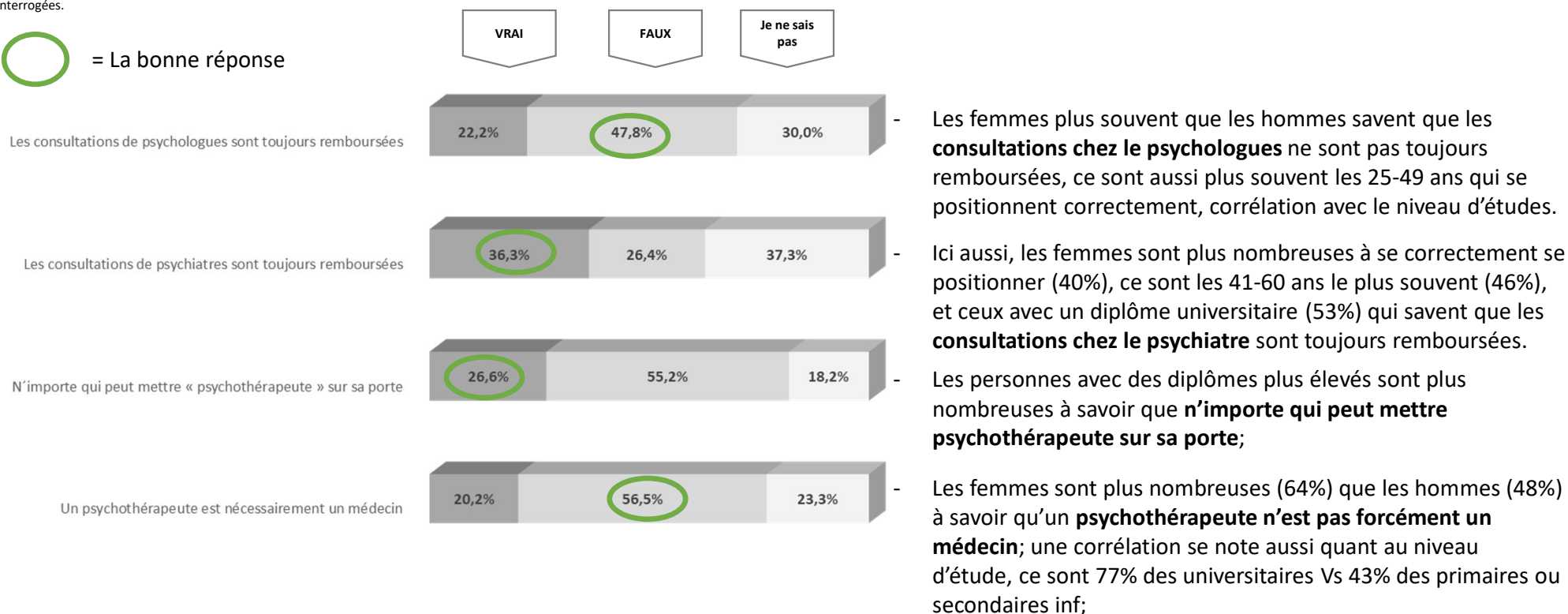
## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



= La bonne réponse



## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



= La bonne réponse



Les antidépresseurs provoquent de la dépendance c'est-à-dire qu'à la longue, on ne peut plus s'en passer



Les 40-54 ans (66% Vs 72% en moyenne), les bruxellois sont eux aussi moins nombreux (68% Vs 72% en moyenne) à déclarer que les **antidépresseurs provoquent la dépendance**.

Les médicaments contre l'anxiété et les antidépresseurs, c'est la même chose



Les personnes de plus de 50 ans (25%), et celles ayant un niveau d'étude plutôt faible (26%) sont plus nombreuses à dire que les médicaments contre **anxiété et les antidépresseurs ce n'est pas la même chose**.

Les médicaments du type anxiolytiques et calmants provoquent de la dépendance, c'est-à-dire qu'à la longue, on ne peut plus s'en passer



En ce qui concerne les **anxiolytiques**, les femmes sont plus craintives que les hommes et donc plus nombreuses à savoir qu'ils provoquent de la dépendance.

Les antidépresseurs provoquent une perte de contrôle de soi



Les 50-64 ans sont plus nombreux que les autres à dire que les **antidépresseurs provoquent la perte de confiance en soi**, une corrélation se note avec le niveau d'étude, plus on a un diplôme élevé moins on pense à tort à cet effet des antidépresseurs;

Les psychiatres prescrivent souvent des médicaments

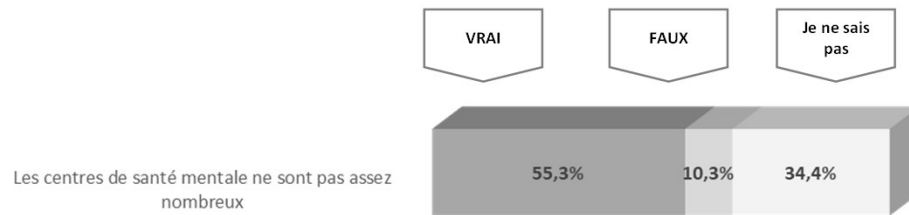


66% des femmes pensent que les **psychiatres prescrivent souvent des médicaments**; ils sont 71% au sein des 55-74 ans à le penser aussi.

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



Plus de 6 femmes sur 10 trouvent qu'il n'y a pas assez de centres de santé mentale (48% des hommes), ce sont 68% des 55-64 ans soit 13 points de plus que la moyenne, pas de différence entre les régions de résidence, et elle est marginale au sein des différents niveaux d'étude.

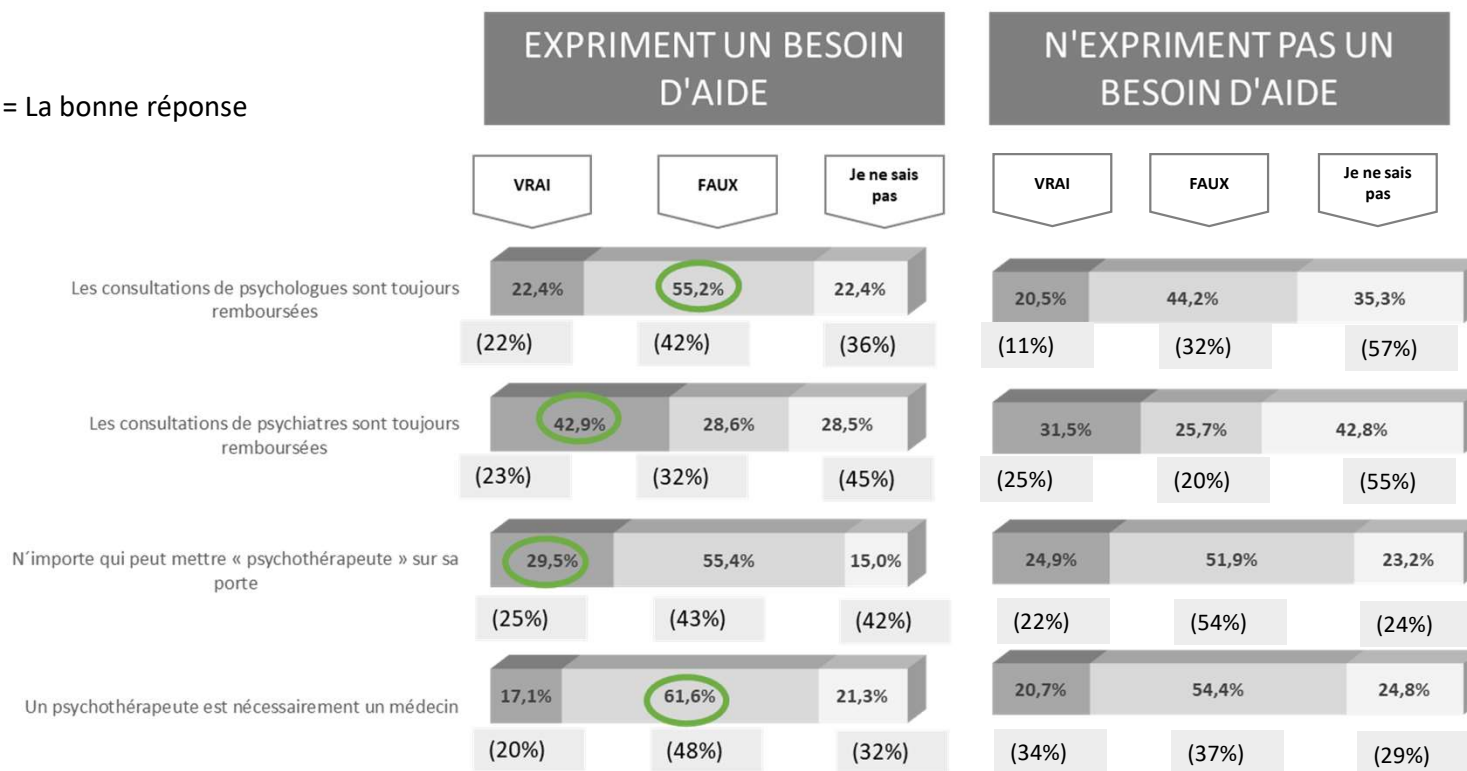
## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, soit 86,7% de la population.



= La bonne réponse



On notera que beaucoup ignorent ou se trompent quant aux modalités de remboursement de ces consultations et quant à la formation nécessaire ou pas pour prétendre être un professionnel de la santé mentale. C'est à quelques exceptions près, plus ou moins la même tendance entre les deux groupes.

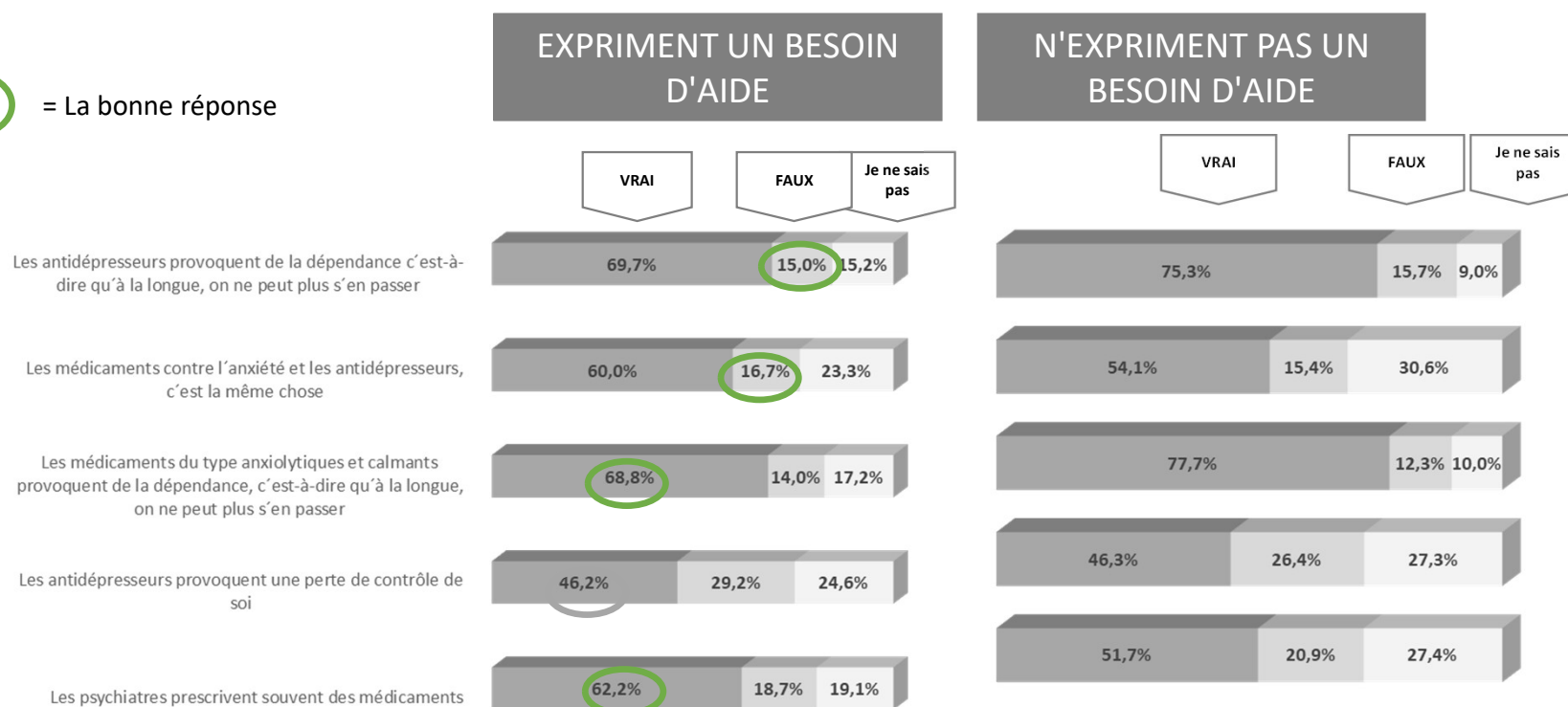
## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, soit 86,7% de la population.



= La bonne réponse

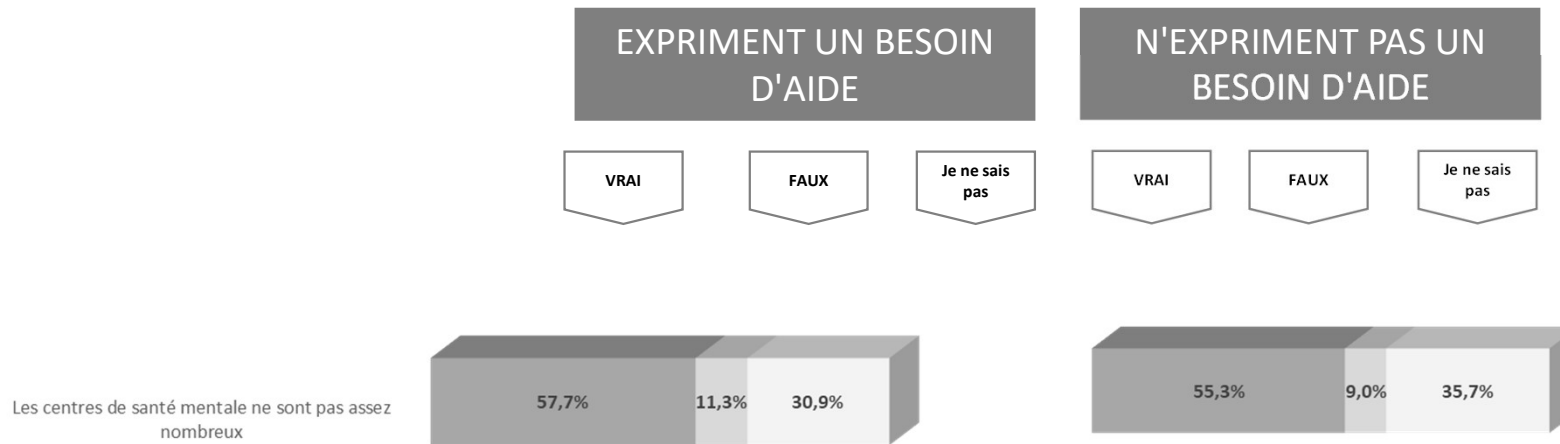


Et une certaine méconnaissance aussi sur les médicaments, notamment qu'ils existent des différences de médicament en fonction des souffrances, et aussi sur les effets secondaires potentiels.

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

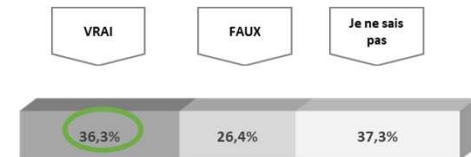
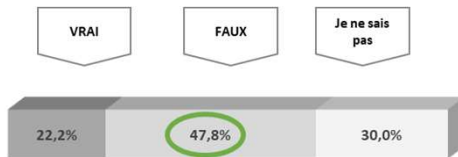
Base : 100% = ceux qui expriment des souffrances, soit 86,7% de la population.



## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



Homme	38,4%
Femme	56,5%
R12 .	
18-24 ans	44,2%
25-49 ans	53,6%
50 ans et plus	39,9%
Bxl	53,3%
Wall	45,9%
Prim. Sec. Inf	37,4%
Sec. Sup.	41,8%
Sup. non univ.	58,4%
Sup. Univ.	58,7%

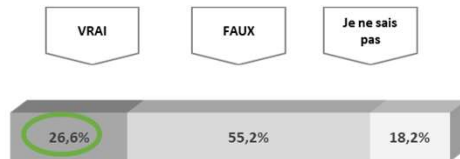
Homme	32,7%
Femme	39,6%
Moins de 40 an	24,4%
41-69 ans	45,9%
70 ans et plus	37,8%
Bxl	38,0%
Wall	35,7%
Prim. Sec. Inf	32,0%
Sec. Sup.	28,6%
Sup. non univ.	38,9%
Sup. Univ.	52,6%



## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

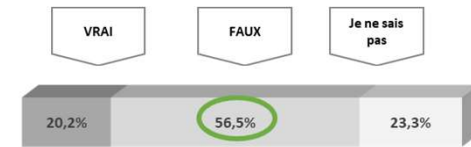
Base : 100% = All personnes interrogées.



N'importe qui peut mettre « psychothérapeute » sur sa porte

Homme	23,4%
Femme	29,6%
18-39ans	21,7%
40-49 ans	33,3%
50-64 ans	22,1%
65-74 ans	43,7%
75 ans et plus	28,4%
Bxl	33,5%
Wall	24,2%
Prim. Sec. Inf	23,3%
Sec. Sup.	20,3%
Sup. non univ.	31,0%
Sup. Univ.	36,9%

Un psychothérapeute est nécessairement un médecin



Homme	48,3%
Femme	64,1%
18-34 ans	51,6%
35-49 ans	63,1%
50-69 ans	59,9%
70 ans et plus	45,2%
Bxl	62,1%
Wall	54,6%
Prim. Sec. Inf	43,4%
Sec. Sup.	48,6%
Sup. non univ.	65,6%
Sup. Univ.	76,5%

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



Les antidépresseurs provoquent de la dépendance c'est-à-dire qu'à la longue, on ne peut plus s'en passer



Homme	68,1%
Femme	77,0%
18-24 ans	78,9%
25-39 ans	72,2%
40-54 ans	66,3%
55 ans et plus	74,1%
55-59 ans	78,6%
Bxl	67,7%
Wall	74,4%
Prim. Sec. Inf	69,1%
Sec. Sup.	76,4%
Sup. non univ.	72,7%
Sup. Univ.	70,3%

Les médicaments contre l'anxiété et les antidépresseurs, c'est la même chose

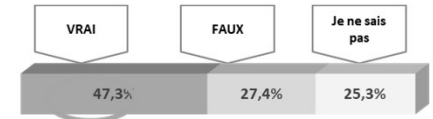
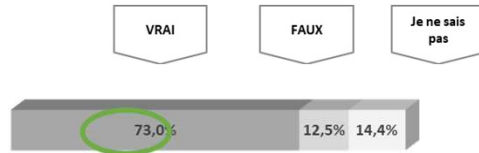


Homme	17,4%
Femme	17,2%
Moins de 40 ans	9,9%
40-49 ans	16,4%
50 ans et plus	24,6%
Bxl	13,9%
Wall	18,5%
Prim. Sec. Inf	26,0%
Sec. Sup.	17,6%
Sup. non univ.	11,8%
Sup. Univ.	12,8%

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

Base : 100% = All personnes interrogées.



Les médicaments du type anxiolytiques et calmants provoquent de la dépendance, c'est-à-dire qu'à la longue, on ne peut plus s'en passer

Les antidépresseurs provoquent une perte de contrôle de soi

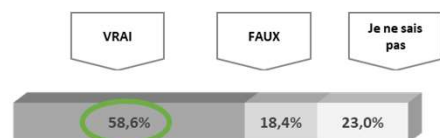
Homme	68,4%
Femme	77,3%
18-44 ans	71,7%
45-49 ans	77,5%
50-54 ans	65,8%
55 ans et plus	75,5%
Bxl	70,0%
Wall	74,0%
Prim. Sec. Inf	75,1%
Sec. Sup.	74,4%
Sup. non univ.	68,0%
Sup. Univ.	74,1%

Homme	46,9%
Femme	47,7%
R12 .	
moins de 50 ans	42,4%
50-64 ans	58,5%
65 ans et plus	45,6%
Bxl	50,2%
Wall	46,3%
Prim. Sec. Inf	56,2%
Sec. Sup.	50,0%
Sup. non univ.	40,6%
Sup. Univ.	39,3%

## La notoriété et l'image de l'offre professionnelle

Je vais vous citer plusieurs opinions que nous avons entendues à propos des professionnels de la santé psychologique ou des médicaments contre l'anxiété, l'angoisse voire la dépression. Merci de me dire chaque fois si vous pensez qu'elle est vraie ou fausse où que vous préférez dire que vous ne savez pas.

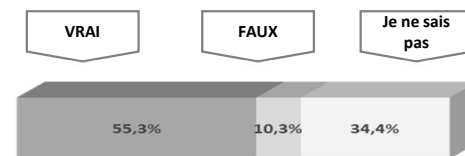
Base : 100% = All personnes interrogées.



Les psychiatres prescrivent souvent des médicaments

Homme	51,0%
Femme	65,6%
R12 .	
18-54 ans	54,7%
55-74 ans	71,0%
75 ans et plus	46,3%
Bxl	61,3%
Wall	57,6%
Prim. Sec. Inf	50,9%
Sec. Sup.	57,3%
Sup. non univ.	65,2%
Sup. Univ.	62,2%

Les centres de santé mentale ne sont pas assez nombreux



Homme	48,4%
Femme	61,7%
moins de 40 ans	57,4%
40-54 ans	52,7%
55- 64 ans	67,9%
65 ans et plus	43,1%
Bxl	54,3%
Wall	55,6%
Prim. Sec. Inf	53,5%
Sec. Sup.	52,7%
Sup. non univ.	57,6%
Sup. Univ.	59,6%

**Votre santé  
mérite  
le meilleur**

**Merci.**

