



71% des femmes de moins 35 ans disent avoir rencontré des difficultés mentales ces 12 derniers mois



Selon une étude publiée par la Fondation **AÉSIO**, un Français sur deux a subi une souffrance psychique au cours des 12 derniers mois. Un mal qui touche particulièrement les femmes de moins de 35 ans, qui sont 71% à déclarer avoir vécu cette situation durant l'année écoulée.

C'est 18 points de plus, par exemple, que pour les hommes du même âge.

Le tabou autour du mal-être et de la santé mentale persiste en France. Ce sont les conclusions du troisième baromètre annuel publié par la Fondation **AÉSIO** sur "Les Français et leur bien-être mental", réalisé en partenariat avec l'institut de sondage Ifop. Selon cette étude, plus d'un Français sur deux (56%) a déjà subi une "souffrance psychique" au cours des 12 derniers mois. Les personnes interrogées évoquent deux causes : une charge mentale trop pesante (64%) et le souvenir d'un traumatisme (27%). À noter toutefois que 12% des Français concernés par les difficultés psychiques ne parviennent pas à expliquer les raisons de ce mal-être.

Le baromètre montre également que ce sont les femmes qui sont les plus touchées par cette situation. 27% d'entre elles estiment que leur état de santé mentale est moyen ou mauvais contre 19% des hommes. Par ailleurs, 63% des femmes déclarent avoir subi une souffrance psychique durant l'année écoulée contre 48% des hommes. Des difficultés qui touchent davantage les femmes de moins de 35 ans, qui sont 71% à avoir ressenti un mal-être sur les 12 derniers mois, contre 53% des hommes du même âge.

La peur du regard des autres

Selon l'étude menée par la Fondation **AÉSIO**, parmi les femmes qui ont connu une situation émotionnelle difficile au cours des 12 derniers mois, 56% estiment que la principale cause de ce mal-être est leur charge mentale personnelle, contre 41% des hommes. Pour 32% des Françaises interrogées, elle est même l'une des deux principales raisons qui les empêchent de prendre soin de leur santé mentale (22% pour les hommes). 27% mettent en avant le manque de temps dans leur vie quotidienne. Enfin, 58% des femmes interrogées affirment avoir constaté en parallèle de leur mal-être une dégradation de leur état de santé physique, contre 41% pour les hommes.



Si 76% des Français considèrent que la santé mentale est un enjeu de santé publique prioritaire, ils sont 62% à penser qu'elle est mal prise en charge, soit dix points de plus par rapport à 2021. Toutefois, le sujet reste encore largement tabou. Selon le baromètre, il est difficile d'en parler pour 73% des personnes interrogées, un chiffre équivalent aux résultats des précédentes études menées en 2021 et 2022. 53% des répondants estiment enfin que la peur du regard des autres est l'un des obstacles principaux à parler librement de leur souffrance psychique.

Accueil

Sujets de société

71% des femmes de moins 35 ans disent avoir rencontré des difficultés mentales ces 12 derniers mois

