



# SANTÉ ET BIEN-ÊTRE DES HOMMES

## SONDAGE MONTRÉALAIS SUR LA DEMANDE D'AIDE DES HOMMES LES PRÉFÉRENCES EN MATIÈRE D'INTERVENTION

S'ils doivent consulter une ressource ou un intervenant pour un problème de nature psychosociale, les hommes privilégient nettement une intervention axée sur les solutions, réalisée par un intervenant professionnel avec qui ils peuvent établir une relation de continuité, révèle un sondage SOM sur la demande d'aide des hommes montréalais réalisé à l'automne 2018.

### Une intervention qui l'aide à identifier ce qu'il peut faire pour s'en sortir

Les hommes sont souvent réputés pour leur propension à adopter une approche « problème-solution » et c'est ce qui ressort des résultats du sondage en ce qui trait à leur préférence quant au type d'intervention. Ainsi, ils préfèrent largement une intervention qui les aiderait à identifier ce qu'ils peuvent faire pour s'en sortir (53 %) plutôt qu'une approche qui s'attarde à la compréhension des causes de leur problème (33 %).

#### Le type d'intervention souhaité



### La continuité plus importante que la rapidité

Bien qu'ils soient portés à attendre que leur situation atteigne un degré de gravité important avant de consulter, les hommes préfèrent la perspective d'établir une relation de continuité avec le même intervenant (57 %) plutôt que de pouvoir voir un intervenant rapidement lorsqu'ils en manifestent le besoin et d'ensuite poursuivre avec d'autres intervenants (24 %). Chez les répondants anglophones, un peu plus d'un homme sur quatre (27 %) indique pour sa part accorder sa préférence au fait de pouvoir consulter un intervenant qui parle anglais.

#### Préférence quant au choix de l'intervenant : la relation

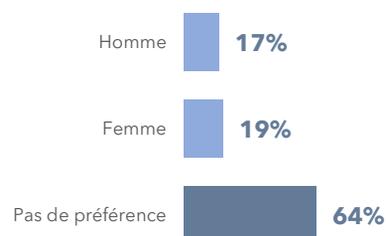


\*répondants anglophones

### Le sexe de l'intervenant a peu ou pas d'importance

Si l'on pourrait être tenté de croire qu'un homme ait plus de facilité à se confier à un homme intervenant, le sondage indique plutôt le contraire. Dans l'ensemble, deux hommes sur trois (64 %) indiquent ne pas avoir de préférence quant au sexe de l'intervenant, tandis que les autres se répartissent à parts presque égales entre ceux qui préfèrent un homme intervenant (17 %) et une femme intervenante (19 %). Les hommes qui s'identifient comme homosexuels ont toutefois une préférence plus marquée pour un intervenant de sexe masculin (43 %). Pour leur part, les hommes âgés entre 25 et 34 ans sont plus nombreux, toutes proportions gardées, à préférer une femme intervenante (31 %).

#### Préférence quant au choix de l'intervenant : le sexe



## Les professionnels avant les pairs

Quant au parcours de la personne qui intervient auprès d'eux, les hommes se sentent nettement plus à l'aise à discuter de leur problème avec un intervenant psychosocial professionnel (64 %) plutôt qu'avec quelqu'un qui a vécu la même chose qu'eux (24 %) ou qu'avec un proche (12 %). Ceux qui évaluent leur santé mentale comme étant passable ou mauvaise sont toutefois proportionnellement plus nombreux à préférer discuter avec quelqu'un qui a vécu la même chose qu'eux (39 %). Idem pour les hommes âgés entre 25 et 34 ans (38 %).

## Une intervention qui leur donne une rétroaction, des conseils, des outils

Tout comme ils indiquent préférer une intervention qui les aidera à trouver des solutions à leur problème plutôt que d'en comprendre les causes, les hommes privilégient une intervention qui leur donnera une rétroaction, des outils et des conseils (30 %) plutôt qu'une intervention qui les aidera à comprendre ce qu'ils vivent (11 %) ou encore une écoute sans jugement qui les laissera faire leur réflexion par eux-mêmes (8 %). Il est toutefois important de noter que près de la moitié (48 %) des hommes préféreraient que toutes ces approches soient utilisées.

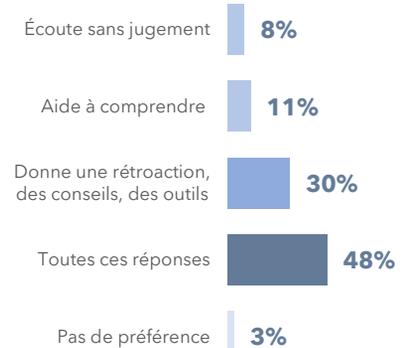
## Une intervention qui lui donne l'impression que la ressource pourra réellement l'aider à régler son problème

Au moment de consulter une ressource ou un intervenant, l'élément le plus important, selon 40 % des hommes interrogés, est de sentir que l'intervenant pourra réellement l'aider à régler son problème. Parmi les autres facteurs susceptibles d'avoir un impact, on note la gratuité ou le faible coût du service (17 %) et la proximité de la ressource avec son lieu de domicile (17 %). Le fait que l'intervenant soit référé par une personne en qui il a confiance obtient la faveur de 12 % des hommes. Enfin, le faible risque de croiser quelqu'un qu'ils connaissent dans la salle d'attente (7 %) sont les éléments jugés les moins importants.

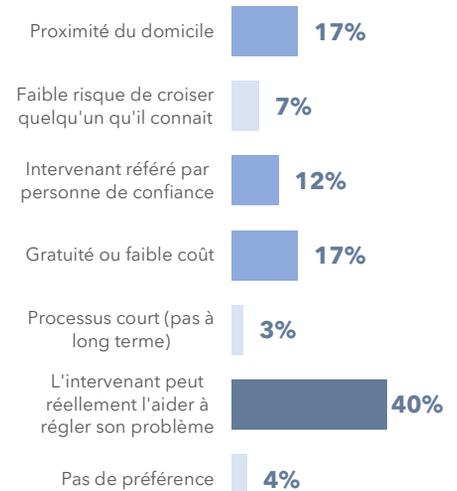
### Préférence quant au choix de l'intervenant : le parcours



### Préférence quant au choix de l'intervenant : l'intervention



### Préférence quant au choix de l'intervenant : les critères les plus importants



Pour les hommes, le facteur le plus important pour les amener à consulter est de sentir que l'intervenant pourra réellement les aider à régler leur problème. Qu'au-delà de l'écoute, ils recevront des outils concrets, des conseils donnés par des intervenants crédibles. Les hommes qui consultent ont en général l'impression d'avoir tout tenté pour s'en sortir par eux-mêmes et s'ils font la démarche, c'est parce qu'ils espèrent pouvoir trouver des solutions pour aller mieux. Ce n'est donc pas surprenant de constater qu'ils privilégient nettement une intervention orientée vers l'identification des solutions plutôt que la compréhension des causes de son problème. Dans les efforts à mettre en place pour démystifier la demande d'aide, il est important d'insister sur comment elle fonctionne, sur sa pertinence, sur son efficacité.

La possibilité d'avoir une relation continuité avec l'intervenant est un élément essentiel du lien de confiance que l'homme doit établir avec la ressource. Même s'ils attendent souvent que leur situation atteigne un degré de gravité important avant de consulter, la majorité des hommes préféreront patienter pour qu'un intervenant capable d'assurer une relation continue avec eux soit disponible plutôt que d'obtenir une consultation rapidement et de poursuivre ensuite avec d'autres intervenants.

Quant au choix de l'intervenant lui-même, les hommes disent se sentir nettement plus à l'aise de discuter avec un intervenant psychosocial professionnel, qu'il soit de sexe masculin ou féminin, plutôt qu'avec des personnes ayant vécu la même chose qu'eux ou, encore moins, avec des proches. Cette « distance clinique » semble essentielle à la relation thérapeutique et si des stratégies impliquant des interventions avec des pairs aidants sont mises de l'avant, il doit s'agir de stratégies complémentaires dans le cadre d'une intervention plus globale et non pas de la stratégie principale.

## MÉTHODOLOGIE

À la demande du Comité régional en santé et bien-être des hommes de l'île de Montréal, un sondage SOM a été mené du 4 octobre au 10 décembre 2018, auprès d'un échantillon représentatif de 1542 hommes adultes vivant sur l'île de Montréal. Les données ont été pondérées à partir des distributions des hommes adultes selon l'âge, la langue, le niveau de scolarité et la proportion de personnes vivant seules pour le territoire de Montréal.

Source : Comité régional en santé et bien-être des hommes de l'île de Montréal - SOM - Sondage auprès des hommes habitant l'île de Montréal, mars 2019.