

# SONDAGE MONTRÉALAIS SUR LA SANTÉ, LE BIEN-ÊTRE ET LA PERCEPTION DES HOMMES ENVERS LE SUICIDE

**Comment se portent les hommes montréalais? En 2026, la firme SOM a interrogé 1 742 hommes habitant le territoire de l'île de Montréal afin de faire le point quant à leur perception de leur état de santé et de bien-être, leur attitude à l'égard de la consultation de ressources de santé et psychosociales, leur adhésion à diverses normes de genre et de masculinité et, enfin, leur perception à l'égard du suicide.**

**Dans ce fascicule : masculinité et normes de genre**

## Un homme montréalais sur quatre adhère fortement aux normes masculines traditionnelles

Selon les résultats du sondage, 25 % des hommes montréalais affichent une adhésion forte ou active aux normes masculines traditionnelles, une proportion significativement plus élevée que celle observée chez les hommes vivant ailleurs au Québec (15 %). Cette adhésion est particulièrement répandue chez les hommes nés à l'extérieur du Canada (36 %), notamment ceux qui y résident depuis 5 à 10 ans (51 %), ainsi que chez les hommes âgés de 35 à 44 ans (33 %) et ceux ayant des enfants (32 %).

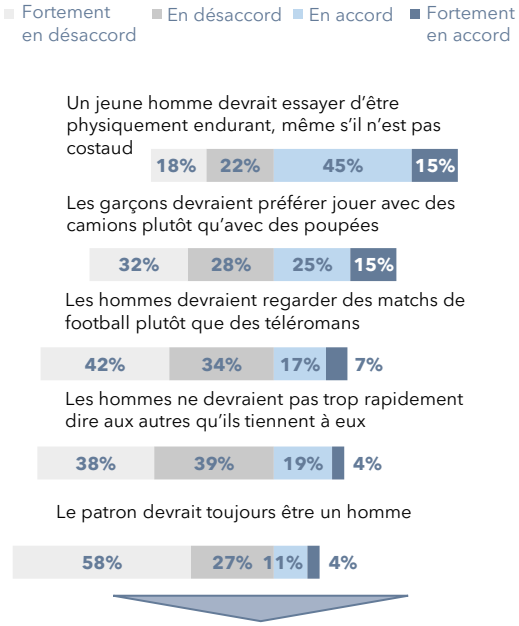
Les résultats font également ressortir des liens entre l'adhésion aux normes masculines traditionnelles et certains indicateurs de santé mentale. Ainsi, la proportion d'hommes adhérant fortement à ces normes atteint 42 % chez ceux qui présentent un indice de détresse psychologique élevé et 54 % chez ceux ayant des idéations suicidaires de sévérité élevée. Une proportion plus importante est également observée chez les hommes à risque d'épuisement professionnel (33 %).

## Une adhésion qui varie considérablement selon les normes

L'examen des cinq énoncés utilisés pour mesurer l'adhésion aux normes masculines traditionnelles révèle des différences importantes. La norme la plus largement partagée concerne l'endurance physique : 60 % des hommes estiment qu'un jeune homme devrait chercher à être physiquement endurant, même s'il n'est pas costaud. Une proportion moins élevée, mais néanmoins importante (40 %), considère que les garçons devraient préférer jouer avec des camions plutôt qu'avec des poupées.

L'adhésion diminue sensiblement pour les autres normes. Environ un homme sur quatre estime que les hommes devraient préférer regarder des matchs de football plutôt que des téléromans (24 %) ou qu'ils ne devraient pas exprimer trop rapidement leur attachement aux autres (23 %). Enfin, seulement 15 % considèrent que le patron devrait toujours être un homme.

**Adhésion aux normes de genre masculines traditionnelles**
(degré d'accord)




**25%** **Adhésion forte ou active** aux normes masculines traditionnelles

Proportion plus élevée parmi :

+ Idéations suicidaires de sévérité élevée (54 %)
+ Habite au Canada depuis 5 à 10 ans (51 %)
+ Indice de détresse élevé (42 %)
+ Né à l'extérieur du Canada (36%)
+ À risque d'épuisement professionnel (33 %)
+ 35 à 44 ans (33%)
+ Santé physique très bonne/excellente (31 %)
+ A un ou des enfants (32 %)
+ Hétérosexuel (30 %)
+ Ne trouve pas que le suicide est une option acceptable (29 %)

## Une adhésion très forte à la masculinité positive

L'échelle de masculinité positive propose une autre façon d'examiner le rapport des hommes à la masculinité, cette fois à travers des caractéristiques personnelles auxquelles sont associées des valeurs généralement positives. Contrairement à l'échelle de masculinité traditionnelle, qui mesure l'adhésion à des normes définissant ce qu'un homme devrait être, celle-ci évalue dans quelle mesure les hommes s'identifient personnellement à cinq caractéristiques : la protection d'autrui, la motivation à réussir, la stabilité émotionnelle, le courage et l'entretien de la condition physique.

Selon les résultats du sondage, 92 % des hommes montréalais affichent une adhésion forte ou active à la masculinité positive. Seulement 8 % présentent une adhésion faible ou nulle à cet indice, comparativement à 5 % des hommes vivant ailleurs au Québec.

Cette proportion est toutefois nettement plus élevée chez les hommes qui qualifient leur santé mentale de passable ou mauvaise (25 %), ceux qui présentent un indice de détresse psychologique élevé (23 %) ou un faible indice de bien-être psychologique (19 %). Elle atteint également 21 % chez les hommes insatisfaits de leur vie sociale et 23 % chez ceux ayant des idéations suicidaires de sévérité moyenne. Enfin, 17 % des hommes ayant déjà songé au suicide affichent une faible adhésion à la masculinité positive, soit plus du double de la moyenne.

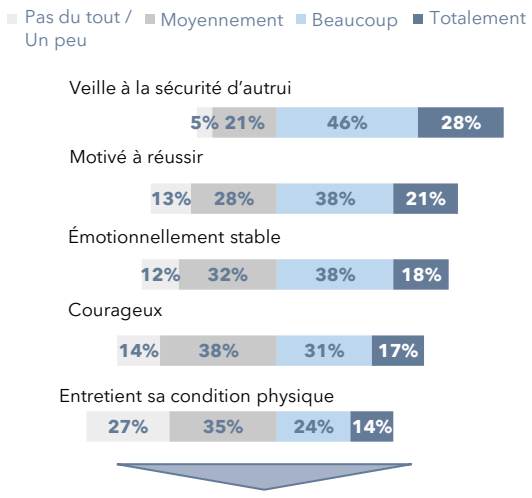
## La protection d'autrui et la motivation à réussir en tête des caractéristiques valorisées

Parmi les cinq caractéristiques mesurées, la protection d'autrui est celle à laquelle les hommes montréalais s'identifient le plus fortement : 74 % considèrent qu'ils veillent beaucoup ou totalement à la sécurité des autres. La motivation à réussir arrive au deuxième rang (59 %), suivie de la stabilité émotionnelle (56 %).

Les deux autres caractéristiques recueillent une adhésion moins élevée. Un peu moins de la moitié des hommes (48 %) se considèrent beaucoup ou totalement courageux, tandis que seulement 38 % estiment entretenir leur condition physique dans une mesure comparable. Cette dernière caractéristique est également celle pour laquelle la proportion d'hommes qui s'identifient peu ou pas du tout à l'énoncé est la plus élevée (27 %).

**Masculinité positive**

Indiquez dans quelle mesure chacun des énoncés suivants est caractéristique de votre personnalité :




**8%** **Adhésion faible ou nulle** à la masculinité positive

Proportion plus élevée parmi :

+ Santé mentale mauvaise/passable (25 %)
+ Indice de détresse élevé (23 %)
+ Idéations suicidaires de sévérité moyenne (23 %)
+ Vie sociale très/plutôt insatisfaisante (21 %)
+ Santé physique mauvaise/passable (21 %)
+ Faible indice de bien-être (19%)
+ A déjà songé au suicide (17 %)
+ Revenu familial de moins de 40 000 $ (15 %)
+ Trouve que le suicide est une option acceptable (14 %)
+ Vit seul (13 %)
+ N'a pas d'enfants (11 %)



## DISCUSSION

La visibilité croissante de certaines représentations traditionnelles de la masculinité dans l'espace public et sur les médias sociaux, notamment à travers la manosphère et certains influenceurs, soulève des questions sur leur influence possible sur les hommes. Le sondage apporte un éclairage intéressant à ce débat en révélant une réalité généralement nuancée. D'abord, bien qu'atteignant une proportion non négligeable des hommes, l'adhésion aux normes traditionnelles demeure minoritaire et varie considérablement selon les normes considérées. Le sondage révèle par ailleurs que différentes conceptions de la masculinité peuvent coexister : l'adhésion à certaines normes traditionnelles n'est pas nécessairement incompatible avec l'identification à des caractéristiques comme la protection d'autrui, la motivation à réussir ou le courage.

Cela étant, si le sondage ne permet pas d'établir de causalité entre l'adhésion aux normes de masculinité traditionnelle et les difficultés de santé mentale, il met néanmoins en évidence des associations significatives. Par exemple, une forte adhésion aux normes traditionnelles est plus fréquente chez les hommes présentant une détresse psychologique élevée ou des idéations suicidaires sévères. Parallèlement, les hommes qui perçoivent leur état de santé mentale comme passable ou mauvais sont plus nombreux à s'identifier faiblement aux caractéristiques de la masculinité positive. Ces relations soulèvent des questions sur la place qu'occupe la masculinité dans l'expérience des difficultés psychologiques. En particulier, une faible identification aux caractéristiques de la masculinité positive pourrait être autant le reflet d'une santé mentale fragilisée qu'un facteur contribuant à cette fragilité.

Enfin, l'adhésion plus élevée aux normes traditionnelles chez les hommes montréalais que chez ceux du reste du Québec pourrait être liée, en partie, aux différences dans la composition linguistique et ethnoculturelle des populations. Les écarts observés selon la langue et le lieu de naissance appuient cette hypothèse et rappellent l'importance de tenir compte de la diversité des référents culturels dans la compréhension des représentations de la masculinité.

## MÉTHODOLOGIE

À la demande du Regroupement des organismes pour hommes de l'île de Montréal (ROHIM), un sondage SOM a été mené du 22 avril au 15 mai 2026, auprès d'un échantillon représentatif de 1 742 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 maternelle, le niveau de scolarité et le territoire de CIUSSS.

Source : Regroupement des organismes pour hommes de l'île de Montréal - SOM - Sondage sur la santé, le bien-être et la perception des hommes envers le suicide – île de Montréal, septembre 2026.