

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 : la situation des hommes d'expression anglaise

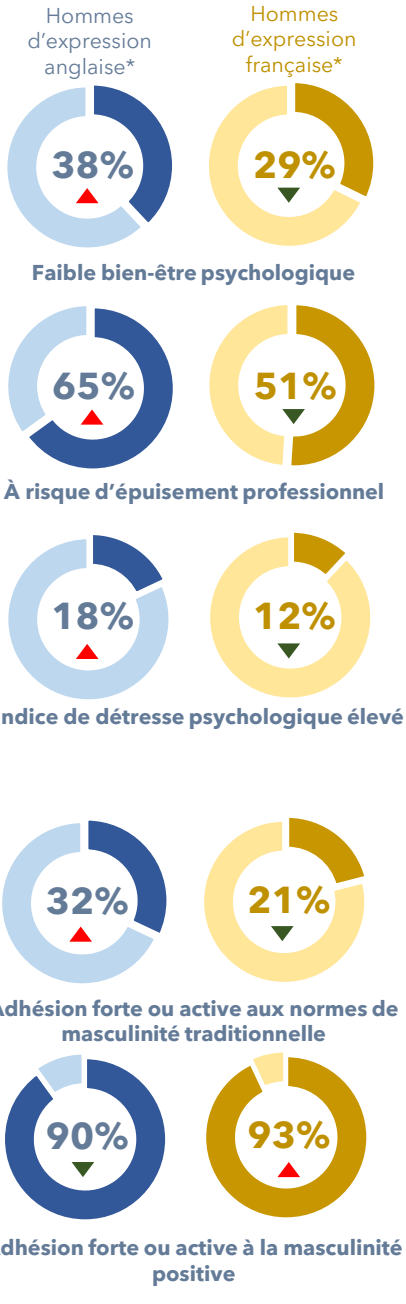
Une vulnérabilité psychologique nettement plus marquée

Les hommes montréalais d'expression anglaise présentent des indicateurs de santé psychologique généralement plus défavorables que ceux d'expression française. Plus du tiers (38 %) affichent un faible niveau de bien-être psychologique, comparativement à 29 % chez les hommes d'expression française. Ils sont également plus nombreux à présenter un indice de détresse psychologique élevé (18 % contre 12 %). Parmi les hommes qui occupent un emploi, près des deux tiers de ceux d'expression anglaise (65 %) sont à risque d'épuisement professionnel, contre 51 % chez ceux d'expression française.

Ces différences ne se retrouvent toutefois pas dans l'appréciation globale de leur état de santé. Les hommes d'expression anglaise et française présentent des résultats comparables concernant leur perception de leur santé physique et mentale, de même que leur satisfaction à l'égard de leur vie sociale. Il faut souligner, à cet égard, que les indices de santé psychologique reposent sur des questions standardisées, ce qui permet de cerner des dimensions de la santé psychologique qui ne ressortent pas nécessairement d'une appréciation globale de sa santé.

Une adhésion beaucoup plus forte aux normes de masculinité traditionnelle

Près du tiers des hommes d'expression anglaise (32 %) présentent une adhésion forte ou active aux normes de masculinité traditionnelle, une proportion significativement supérieure à celle observée chez les hommes d'expression française (21 %). À l'inverse, leur adhésion forte ou active à la masculinité positive est légèrement moins répandue (90 % contre 93 %). Ces écarts pourraient s'expliquer en partie par des facteurs culturels, mais également par une présence différente des discours faisant la promotion de conceptions plus traditionnelles de la masculinité dans les environnements médiatiques et numériques anglophones et francophones. Ces hypothèses mériteraient d'être explorées.

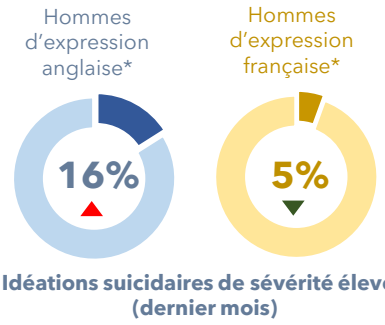


Notes:

- L'appartenance aux groupes linguistiques est établie à partir de l'indicateur de la première langue officielle parlée (Statistique Canada), qui tient compte de la langue maternelle, de la principale langue d'usage à la maison et de la capacité à converser en français, en anglais ou dans les deux langues.
- La flèche montante (▲) indique un résultat significativement supérieur pour un groupe linguistique comparativement à l'autre. La flèche descendante (▼) indique un résultat significativement inférieur.

Des idéations suicidaires de sévérité élevée plus répandues

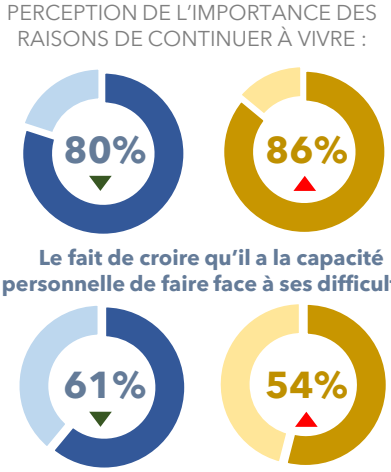
Les données sur le rapport au suicide montrent peu de différences entre les groupes linguistiques quant à la prévalence des idéations suicidaires. En effet, les proportions d'hommes ayant déjà sérieusement songé au suicide au cours de leur vie ou de la dernière année sont comparables dans les deux groupes linguistiques, tout comme la proportion de ceux qui déclarent avoir déjà fait une tentative de suicide. On observe toutefois un écart important en ce qui a trait à la sévérité des idéations suicidaires. Les hommes d'expression anglaise sont proportionnellement plus nombreux à présenter des idéations suicidaires de sévérité élevée au cours du dernier mois (16 %), comparativement aux hommes d'expression française (5 %).



Idéations suicidaires de sévérité élevée (dernier mois)

Une importance plus grande accordée aux valeurs qui s'opposent au suicide

Parmi les raisons invoquées pour continuer à vivre, les hommes d'expression anglaise sont proportionnellement plus nombreux à accorder une grande importance au fait que leurs valeurs personnelles, morales ou religieuses s'opposent au suicide (61 %, contre 54 % chez les hommes d'expression française). À l'inverse, ils sont moins nombreux à accorder une grande importance au fait de croire en leur capacité personnelle de faire face aux difficultés (80 % contre 86 %). Le sondage ne révèle toutefois pas d'écart en ce qui concerne les autres raisons invoquées, comme le fait de ne pas vouloir faire souffrir ses proches, d'avoir un sentiment de responsabilité envers ses enfants ou d'autres personnes, ou encore la peur de se faire du mal.

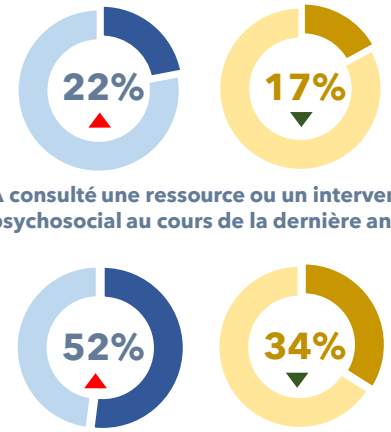


Le fait de croire qu'il a la capacité personnelle de faire face à ses difficultés

Des valeurs personnelles, morales ou religieuses qui s'opposent au suicide

Un recours plus fréquent aux ressources psychosociales et numériques

Les hommes d'expression anglaise se distinguent par un recours plus fréquent à certaines formes de soutien. Plus d'un sur cinq (22 %) a consulté une ressource ou un intervenant psychosocial au cours de la dernière année, comparativement à 17 % des hommes d'expression française. L'écart est particulièrement marqué en ce qui concerne l'utilisation des ressources en ligne pour améliorer le bien-être psychologique : plus de la moitié des hommes d'expression anglaise (52 %) y ont eu recours, contre un peu plus du tiers des hommes d'expression française (34 %). Ces différences ne s'étendent toutefois pas aux consultations médicales : les proportions d'hommes ayant consulté un médecin de famille ou un médecin sans rendez-vous ou à l'urgence au cours de la dernière année sont comparables dans les deux groupes linguistiques.



A consulté une ressource ou un intervenant psychosocial au cours de la dernière année

A utilisé des ressources en ligne pour améliorer son bien-être psychologique



DISCUSSION

Les résultats mettent en lumière des vulnérabilités particulières chez les hommes montréalais d'expression anglaise, notamment sur le plan du bien-être psychologique, de la détresse et de la sévérité des idéations suicidaires. Ces différences soulignent l'importance de tenir compte des réalités linguistiques dans le repérage des besoins et l'élaboration des stratégies de prévention et de soutien. Si l'enquête ne permet pas d'établir que la langue contribue directement aux difficultés observées, elle montre néanmoins la pertinence de porter une attention particulière à cette population.

En matière de santé mentale, la langue représente toutefois bien davantage qu'une simple condition d'accessibilité aux services. La capacité d'exprimer ses émotions, de décrire ses difficultés et de se faire comprendre dans une langue que l'on maîtrise bien peut influencer la qualité de la relation avec les intervenants et l'efficacité de l'accompagnement. La prise en compte des besoins linguistiques constitue ainsi une dimension importante de la qualité des interventions psychosociales, particulièrement lorsque celles-ci reposent sur la communication, la confiance et la compréhension mutuelle.

La plus grande utilisation des ressources psychosociales et numériques par les hommes d'expression anglaise constitue par ailleurs un point d'appui intéressant pour l'intervention. Ces comportements suggèrent une disposition à mobiliser différentes formes de soutien, sur laquelle les organisations peuvent miser pour renforcer la prévention, le repérage précoce et l'accompagnement. Le recours particulièrement fréquent aux ressources en ligne invite notamment à développer des outils numériques d'information et d'orientation adaptés aux besoins linguistiques de cette population, tout en favorisant les liens avec les organismes communautaires et les services de santé et psychosociaux. L'enjeu consiste ainsi à s'appuyer sur les démarches déjà entreprises par les hommes pour faciliter leur accès à un accompagnement adapté et assurer une continuité dans le soutien offert.

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.