FICHE TECHNIQUE

Sondage montréalais sur la santé, le bien-être et la perception des hommes envers le suicide

Méthodologie du sondage

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 2 913 hommes québécois adultes, parmi lesquels 1 742 résident sur l'île de Montréal et 1 171 dans les autres régions du Québec. Les données ont été pondérées à partir des distributions des hommes adultes selon la région, l'âge, la langue maternelle, le niveau de scolarité et, pour l'île de Montréal, le territoire de CIUSSS.

Principaux résultats

A - État de santé et bien-être	Ensemble du Québec[1]	Montréal
• Perception de l'état de santé physique : excellente ou très bonne	35%	36%
• Perception de l'état de santé mentale : excellente ou très bonne	48%	43%
• Satisfaction à l'égard de la vie sociale : très ou plutôt satisfaisante	82%	79%
• Indice de bien-être psychologique : faible bien-être	26%	33%
• Indice de bien-être au travail : à risque d'épuisement professionnel	53%	58%
• Indice de détresse psychologique : élevé	13%	15%

B - Masculinité et normes de genre	Ensemble du Québec	Montréal
• Adhésion forte ou active aux normes de masculinité traditionnelles	17%	25%
• Adhésion forte ou active à la masculinité positive	95%	92%

C - Suicide : idéations, comportements et acceptabilité	Ensemble du Québec	Montréal
• A déjà sérieusement pensé à se suicider ou à s'enlever la vie	23%	24%
• A sérieusement pensé à se suicider ou à s'enlever la vie au cours de la dernière année	8%	8%
• A déjà tenté de se suicider ou de s'enlever la vie	9%	8%
• Idéations suicidaires de sévérité élevée (dernier mois)	7%	9%
• Considère le suicide comme une option acceptable dans certaines situations	20%	20%
• Perception de l'importance des raisons de continuer à vivre (très ou plutôt important) : o Le sentiment d'avoir des responsabilités envers ses enfants ou d'autres personnes	86%	84%

○ Le fait de ne pas vouloir faire souffrir sa famille ou ses proches	85%	86%
○ Le fait de croire qu'il a la capacité personnelle de faire face à ses difficultés	85%	83%
○ Des valeurs personnelles, morales ou religieuses qui s'opposent au suicide	55%	57%
○ La peur de se faire du mal	54%	60%

D - Comportements d'aide et utilisation des ressources	Ensemble du Québec	Montréal
• Consultation du médecin de famille au cours de la dernière année	62%	64%
• Consultation d'un médecin sans rendez-vous ou à l'urgence au cours de la dernière année	32%	32%
• Consultation d'une ressource ou d'un intervenant psychosocial au cours de la dernière année	15%	19%
• Probabilité de consulter un intervenant psychosocial si … (très ou plutôt probable)		
○ Le médecin le recommandait	76%	72%
○ La (le) conjoint(e) le recommandait	65%	61%
○ Il pensait au suicide	58%	57%
○ Il vivait une séparation conjugale	41%	43%
• A parlé à quelqu'un d'un problème de santé mentale au cours de la dernière année	31%	35%
• La conversation a eu lieu avec : [2]		
○ Ami(e) proche	57%	61%
○ Conjoint(e) ou partenaire	55%	49%
○ Parent	31%	29%
○ Médecin de famille	30%	30%
○ Psychologue/thérapeute/intervenant	29%	30%
• Ressources en ligne déjà utilisées pour améliorer le bien-être psychologique ou faire face à un problème de santé mentale		
○ Vidéos Youtube	14%	19%
○ Sites web portant sur la santé mentale	12%	14%
○ Outils d'intelligence artificielle	9%	13%
○ Balados	7%	9%
○ Groupes sur les réseaux sociaux	6%	7%
○ Aucune	62%	52%
• Ressources utilisées par rapport aux idées suicidaires[3]		
○ Professionnels de la santé du réseau public	34%	31%
○ Professionnels de la santé du réseau privé	25%	24%
○ Ligne d'aide téléphonique	19%	16%
○ Outils d'intelligence artificielle	14%	11%
○ Urgence	12%	13%

Notes :
(1) Les résultats pour l'ensemble du Québec incluent les répondants de Montréal
(2) Les pourcentages portent uniquement sur les répondants ayant déclaré avoir parlé à quelqu'un
(3) Les pourcentages portent sur les répondants qui ont déjà songé au suicide