

# Communiqué de presse

Le 9 octobre 2024

## Malgré une dégradation de leur santé mentale, les Français prêts à se former

- Selon l'étude AXA Prévention intégrant la mesure scientifique du GHQ-12<sup>1</sup>, **36%**<sup>2</sup> des Français sont en **détresse psychologique**,
- Certaines populations notamment **les jeunes** sont particulièrement fragiles : **56%** des moins de 25 ans sont en **détresse psychologique**
- AXA Prévention a interrogé les Français sur **les causes de leur détresse** : sentiment de **solitude**, peur du **déclassement** ou encore crainte du **dépassement par la technologie** autant de facteurs qui se cumulent pour expliquer la dégradation de notre santé mentale.
- La prévention, la sensibilisation et la formation sont prioritaires.

Alors que la santé mentale est érigée comme la « grande cause » de l'année 2025, AXA Prévention publie une étude exclusive<sup>3</sup> sur l'état de la santé mentale des Français en collaboration avec le Professeur Michel Lejoyeux, chef de service et professeur de psychiatrie et d'addictologie à l'Université Paris Cité. Engagée depuis 2021 dans la prévention en matière de santé mentale, AXA Prévention a utilisé pour la première fois le GHQ-12, auto-questionnaire d'évaluation des troubles psychiques ressentis, un outil de référence reconnu et validé par le corps médical à l'international.

*« Les résultats de cette première étude menée par AXA Prévention, fondée sur l'utilisation d'un questionnaire validé, le GHQ-12, confirment l'état de souffrance psychologique dans lequel se trouve une partie de la population française. En ajoutant des questions supplémentaires, nous avons également pu identifier ce que les participants identifiaient comme les principales causes de cette détresse psychologique. Ceci nous permet de constater l'écart entre la fréquence des cas de souffrance mentale et de troubles psychiatriques et leur insuffisante reconnaissance. Tout nous conforte à continuer à mettre en lumière l'importance de la reconnaissance, du dépistage et de la prise en charge de la santé mentale tout en sensibilisant au mieux la population à l'existence de ressources adéquates spécialisées »* indique Michel Lejoyeux, Chef de service et professeur de psychiatrie et d'addictologie à l'Université Paris Cité

### La perception de la souffrance psychologique et les freins à la consultation

Si 91% des Français estiment qu'ils vont bien voire très bien (65%) ou « à peu près bien » (26%), l'étude AXA Prévention révèle qu'**1 Français sur 3** fait l'objet d'une suspicion de souffrance psychologique selon le GHQ12. Tabou ou déni ? **7 Français sur 10** n'iront pas consulter pour des symptômes tels que la fatigue, les problèmes de sommeil, le manque de confiance en soi et des difficultés émotionnelles. **60% des Français estiment qu'il est préférable de ne pas révéler qu'on est atteint d'un problème de santé mentale** afin de ne pas être mis à l'écart.

<sup>1</sup> Le GHQ (General Health Questionnaire)12 est un auto-questionnaire d'évaluation des troubles psychiques ressentis composé de 12 questions, reconnu et validé par l'ensemble du corps médical.

<sup>2</sup> Selon le GHQ-12 IPSOS sur un échantillon de 2 000 Français représentatif âgés de 18 ans et plus du 3 au 8 avril 2024.

<sup>3</sup> Enquête réalisée en partenariat avec IPSOS sur un échantillon de 2 000 Français représentatif âgés de 18 ans et plus du 3 au 8 avril 2024.

## Des causes multifactorielles pour expliquer cette dégradation

Le sentiment de solitude est omniprésent avec plus d'1 Français sur 4 qui déclare vivre des épisodes de solitude et n'avoir presque personne à qui parler. Un sentiment ressenti encore plus fortement par les jeunes puisque c'est presque **1 sur 2** qui pense que personne ne le comprend vraiment ou même ne l'écoute. Dans une société où on évoque souvent l'hyperconnexion, la solitude serait paradoxalement le nouveau problème de santé publique d'un siècle hyperconnecté. Une solitude aussi largement due à la sédentarité, elle-même étant encore une des conséquences de l'hyperconnexion.

En outre, **39% des Français disent éprouver une réelle inquiétude de déclassement social** avec près d'1 personne sur 3 angoissée chaque semaine à l'idée de ne pas s'en sortir financièrement. **À cette peur s'ajoute une crainte du dépassement par la science et la technologie** ressentie par un quart des Français, et tout particulièrement pour 32% des 25-34 ans.

## Face à ce constat édifiant, la prévention doit jouer un rôle clé

Il est urgent de renforcer la prévention **afin d'aider au développement** des bons comportements pour préserver leur santé mentale. En outre, **62% des interrogés se disent intéressés pour suivre la formation « Premier Secours en Santé Mentale »** (PSSM mise en place par PSSM France). Cette dernière permet notamment de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles mentaux et d'adopter un comportement adapté (position, information, encouragement à aller voir un professionnel etc.).

Particulièrement sensible aux valeurs portées par PSSM France et à la formation Premier Secours en Santé mentale, AXA Prévention propose ce dispositif gratuitement depuis 2022 aux salariés de TPE-PME. Cette année, la formation a été également proposée aux éducateurs familiaux de la Fondation Action Enfance, qui accueille et éduque les frères et sœurs en danger séparés de leurs parents sur décision des Juges des enfants.

*« Depuis 2021, lutter contre la dégradation de la santé mentale des Français est une priorité pour l'association AXA Prévention. Contribuer à la formation de secouristes en santé mentale capables d'aider a été l'une de nos premières décisions. Nous offrons depuis 3 ans, aux TPE PME et aux associations qui nous en font la demande, la formation « Premier Secours en Santé Mentale » - PSSM. Forts des résultats de notre étude, nous avons décidé d'élargir notre soutien et d'offrir, dès aujourd'hui, 100 bourses de secouristes via le fonds solidaire de PSSM France. Nous sommes fiers de participer à cette démarche citoyenne et répondre ainsi à l'objectif gouvernemental de former 750 000 secouristes d'ici 2030. Nous faisons partie des signataires de la tribune du Collectif Santé mentale-Grande cause nationale 2025. Enfin, pour tous les Français, notre plateforme digitale « Derrière les signes » donne accès à des contenus et services pédagogiques pour déstigmatiser la santé mentale et généraliser la prévention. »* selon **Clotilde du Fretay**, Secrétaire générale d'AXA Prévention

*« PSSM France remercie chaleureusement AXA Prévention pour son engagement à rendre les formations aux Premiers secours en santé mentale accessible au plus grand nombre, que ce soit via notre Fonds solidaire ou par ses campagnes de prévention nationale. Chez PSSM France, nous sommes convaincus que la santé mentale de chacun est la responsabilité de tous. Dans une société de l'isolement, nombreux sont les Français qui se retrouvent seuls face à leurs problèmes de santé mentale. Nous avons pour ambition d'inverser les rôles, et de permettre à chaque Français, de savoir repérer, écouter, orienter, secourir ceux qui ne vont pas bien, au service d'une société plus solidaire et plus épanouie »* présente **Caroline Jeanpierre**, Directrice de PSSM France

---

### A PROPOS D'AXA PREVENTION

AXA Prévention, association loi 1901 à but non lucratif, a été créée en 1984 pour prévenir les risques sur la route. Dès 2011, son périmètre est élargi à la prévention santé, des accidents de la vie courante et des risques numériques. Elle devient

### RELATIONS PRESSE :

#### AXA France

Hélicia Chalon : [helia.chalon@axa.fr](mailto:helia.chalon@axa.fr) - 0674669836  
Catherine Alves : [catherine.alves@axa.fr](mailto:catherine.alves@axa.fr) - 0681270009



---

alors la seule association de prévention multirisques. Sa vocation : « étudier et mettre en œuvre toutes les mesures de nature à prévenir les risques auxquels sont exposés les personnes et leurs biens, spécialement en matière de circulation routière et de santé » - extrait des statuts de l'association du 01/01/11.

AXA Prévention est présidée par Éric Lemaire et Clotilde du Fretay en est la Secrétaire Générale. Elle contribue au développement de comportements responsables. Elle initie chaque année de nombreuses actions de terrain sur l'ensemble du territoire. Elle mène des enquêtes nationales et des campagnes de sensibilisation aux risques de grande ampleur. Elle publie des documents pédagogiques à destination du grand public. AXA Prévention est un des nombreux visages de l'engagement d'entreprise responsable d'AXA.

**CE COMMUNIQUÉ EST DISPONIBLE SUR L'ESPACE PRESSE**

Plus d'informations : [axaprevention.fr](http://axaprevention.fr)

---