

RESULTATS DE L'ENQUETE SUR L'IMPACT DES PRECARITES SUR LA SANTÉ MENTALE

La Confédération Syndicale des Familles
15 décembre 2023

Objectifs de l'enquête

- Recueillir l'impact de la précarité sur la santé mentale des familles
- Mettre en lumière les réalités des familles précaires
- Renforcer notre connaissance sur le sujet, et la connaissance des politiques publiques
- Sensibiliser sur les conséquences d'un état mental fragilisé sur des vies et des familles

Récapitulatif de l'enquête

Chiffres clés

- **97 familles ont participé à l'enquête dont :**
- **54% de familles monoparentales**
- **77% avec un ou plusieurs enfants**
- **53% occupant un emploi**

L'enquête propose des questions ouvertes et fermées.

Elle a été transmise au réseau CSF et partagée sur le site internet et les réseaux sociaux de l'association.

Les résultats qui vont suivre ne sont pas représentatifs de la population française.

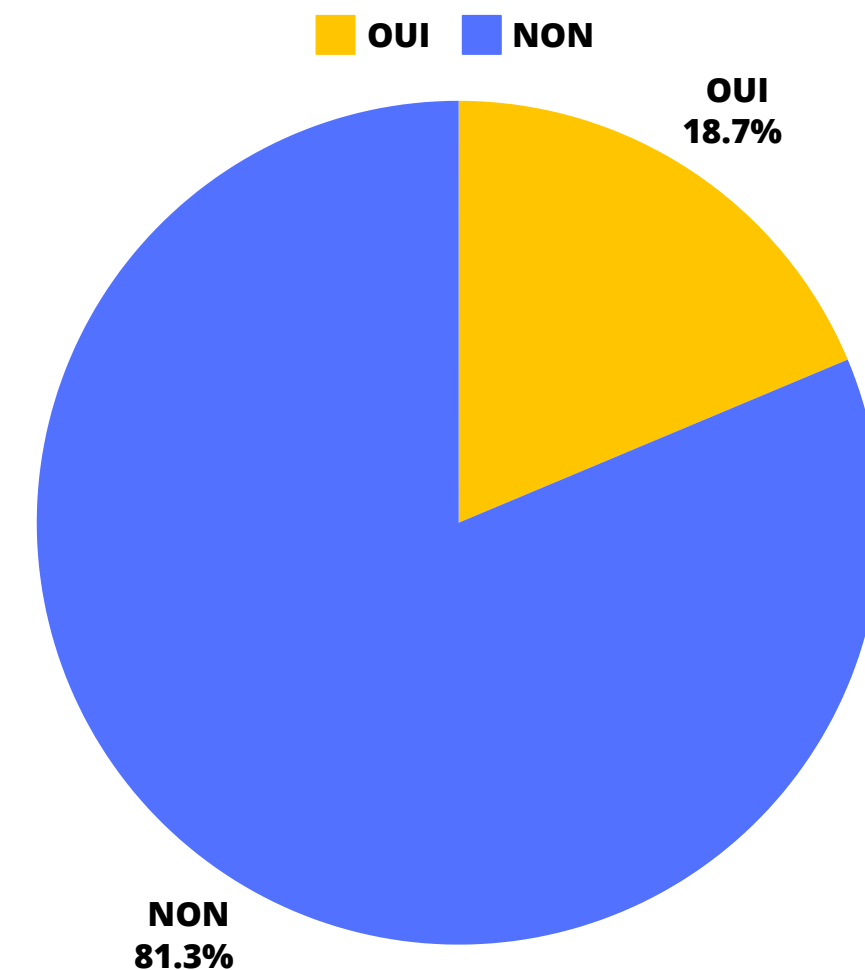


Impact de la précarité sur les familles



Est-ce que votre revenu est suffisant pour répondre à vos besoins ?

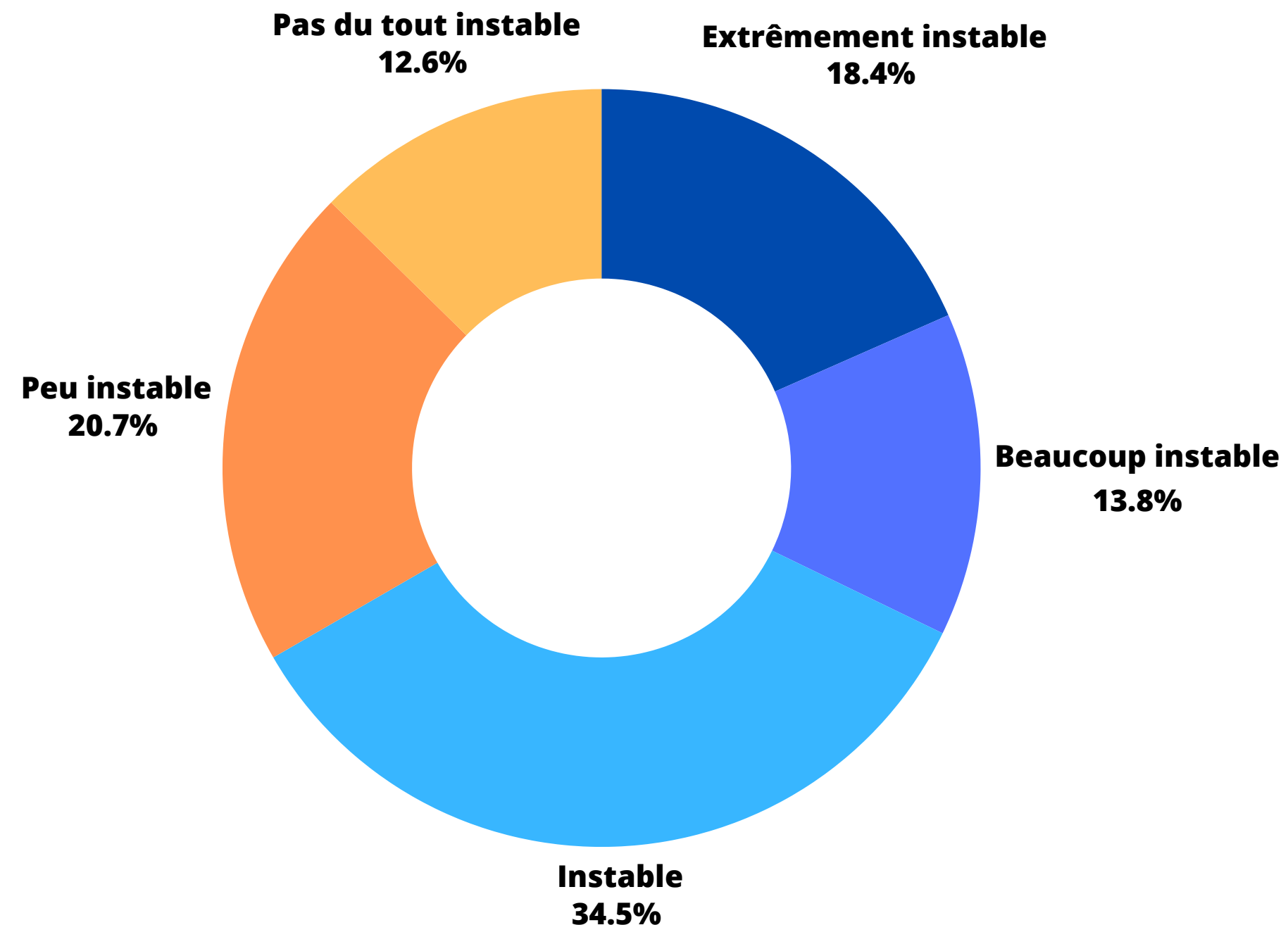
- 81,3% considèrent que leur revenu est insuffisant pour répondre à leurs besoins.
- Ils considèrent que le coût de la vie est cher par rapport au pouvoir d'achat et depuis la montée de l'inflation, les charges sont très élevées.
- Pour les familles notamment, les dépenses sont nombreuses : charges, loyer, alimentation, scolarité, santé...
- La plupart des familles répondantes déclarent dépenser pour les achats nécessaires, mais elles n'ont pas assez d'argent pour les sorties familiales, les vacances, les loisirs, le bien-être...



" Je suis à découvert avant la fin du mois. Je n'arrive pas à joindre les deux bouts. "

De quelle manière considérez-vous votre situation socio-économique?

- 66,7 % considèrent leur situation socio-économique instable, beaucoup instable ou extrêmement instable.
- 18,4% considèrent leur situation économique comme extrêmement instable.

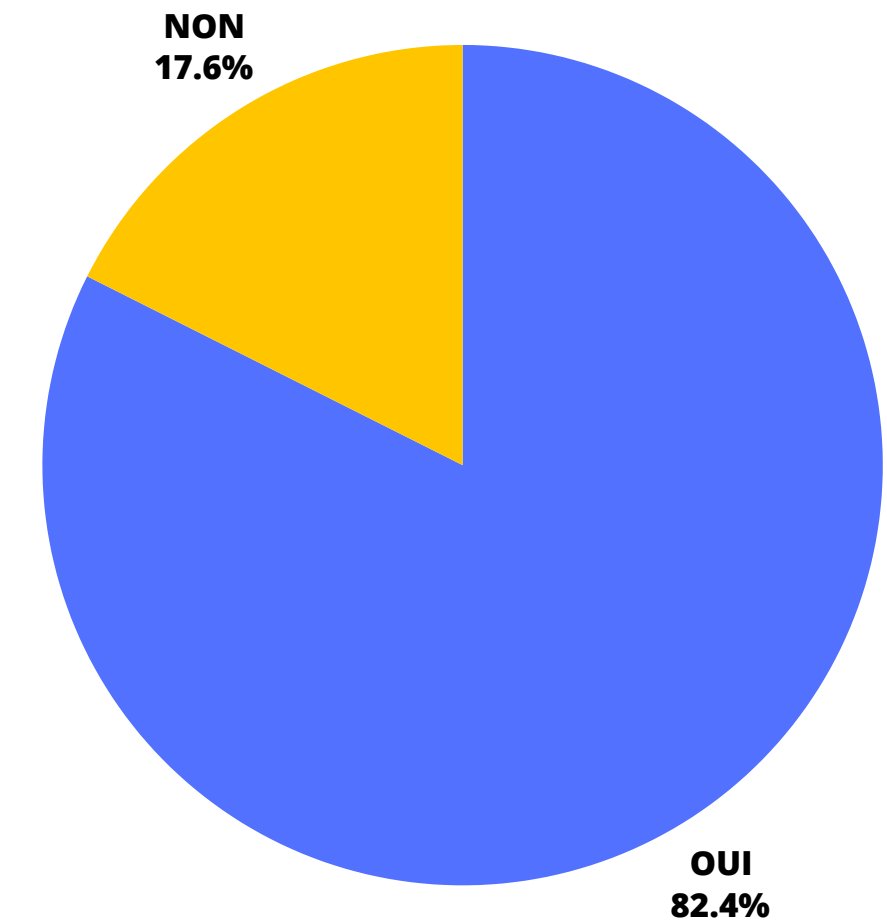


Rencontrez-vous des difficultés financières ?

- 82,4% déclarent rencontrer ou avoir rencontré des difficultés financières.

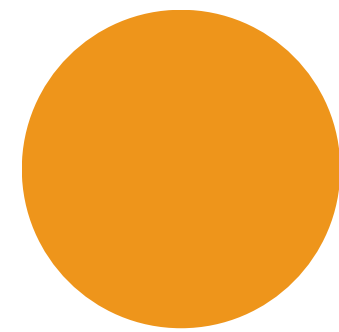
Ces difficultés financières influent sur le quotidien des familles de plusieurs manières:

- Beaucoup se sentent stressé, angoissé ou déprimé, cela impacte même leur santé physique.
- Elles manquent de vision sur le court, moyen ou long terme. Elles vivent dans l'incertitude du lendemain, et se sentent impuissantes face à la situation.
- Une grande partie des répondants estime ne pas manger à leur faim, et l'alimentation est très peu équilibrée.
- Aucune sorties, loisirs et vacances et très peu d'interaction sociale et de vie sociale.



" On mange le moins possible. "

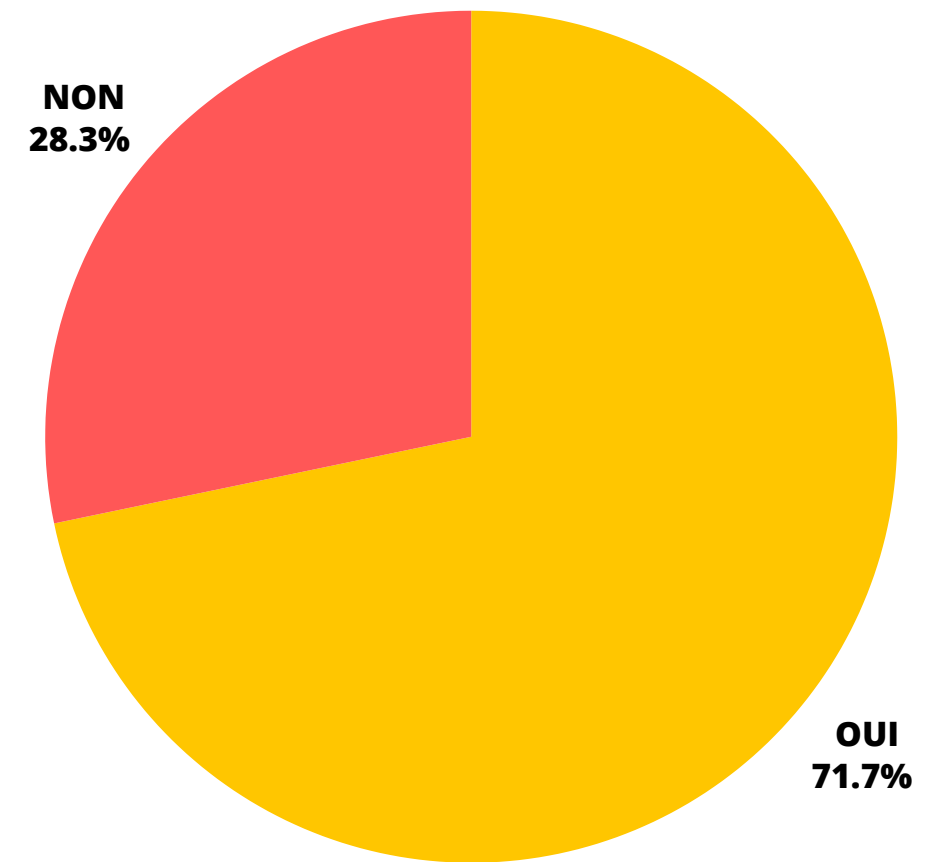
Selon un sondage de l'IFOP datant de Juin 2023, 58% des français ont réduit leurs dépenses alimentaires pour des raisons financières. (29% en 2007 à 58% en 2023)



Impact de la précarité sur l'état mental des familles

Votre situation économique, psychologique et sociale influe t-elle sur votre famille?

- 71,7% déclarent que leur situation économique, psychologique et sociale influe sur leur famille.
- Le stress, la fatigue, les changements d'humeurs impactent les relations intrafamiliales. Il peut y avoir des difficultés relationnelles et/ou des conflits familiaux.
- Le manque de sorties, de loisirs et de vacances impliquent un manque de socialisation chez les parents mais aussi chez les enfants.
- Les parents ont un sentiment de frustration de ne pas pouvoir subvenir aux besoins ou aux désirs des enfants.

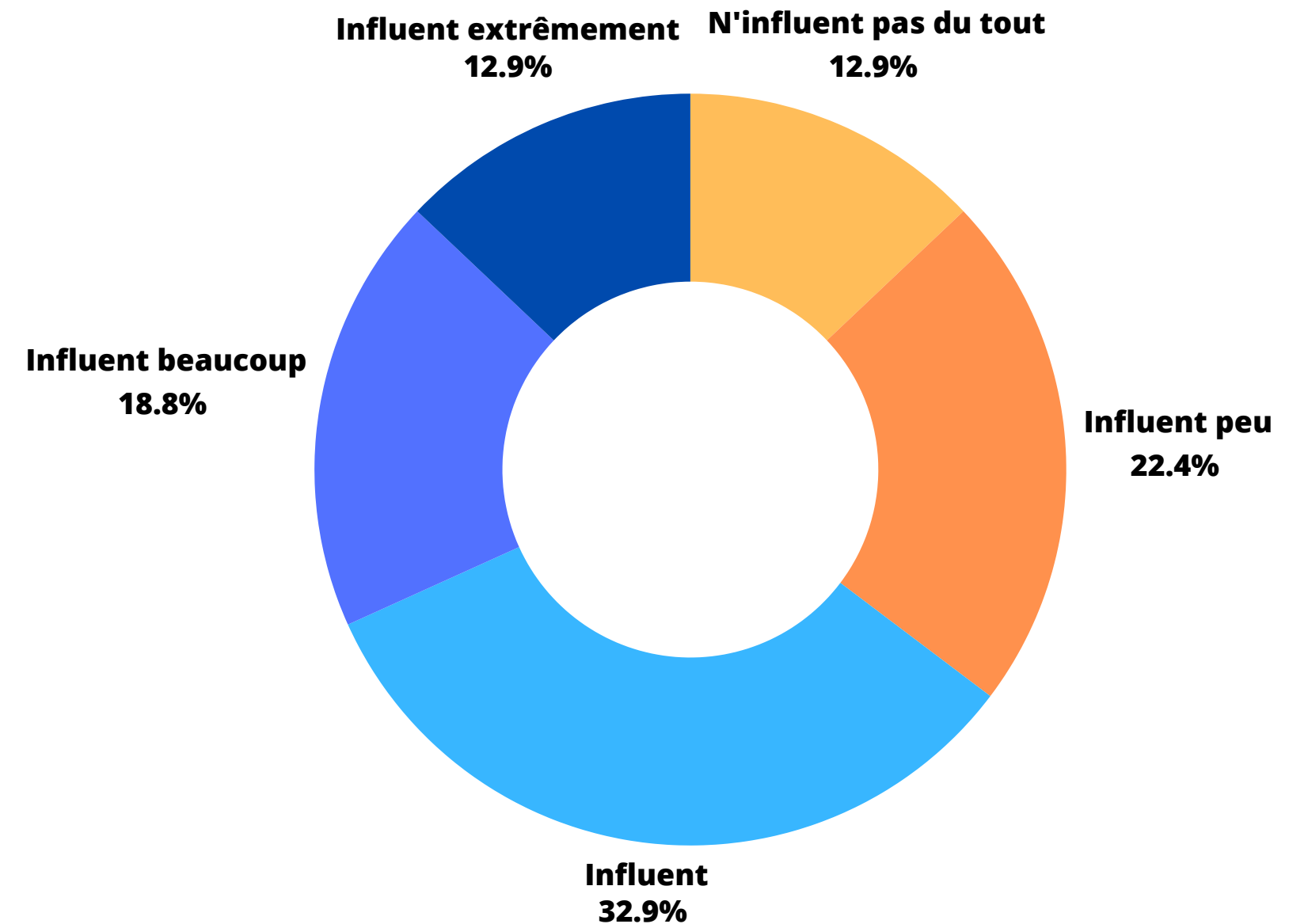


" La fatigue réduit le temps de qualité passé avec mon fils."

Veillez estimer l'impact des difficultés financières sur votre santé mentale :

- 64,6% considèrent que les difficultés financières influent, que ce soit beaucoup ou extrêmement sur leur santé mentale. Cela se manifeste par un manque d'estime de soi, par la tristesse, la peur, l'angoisse, le sentiment d'instabilité.

Certains estiment être en dépression, faire des insomnies, et cela impacte leur santé physique.



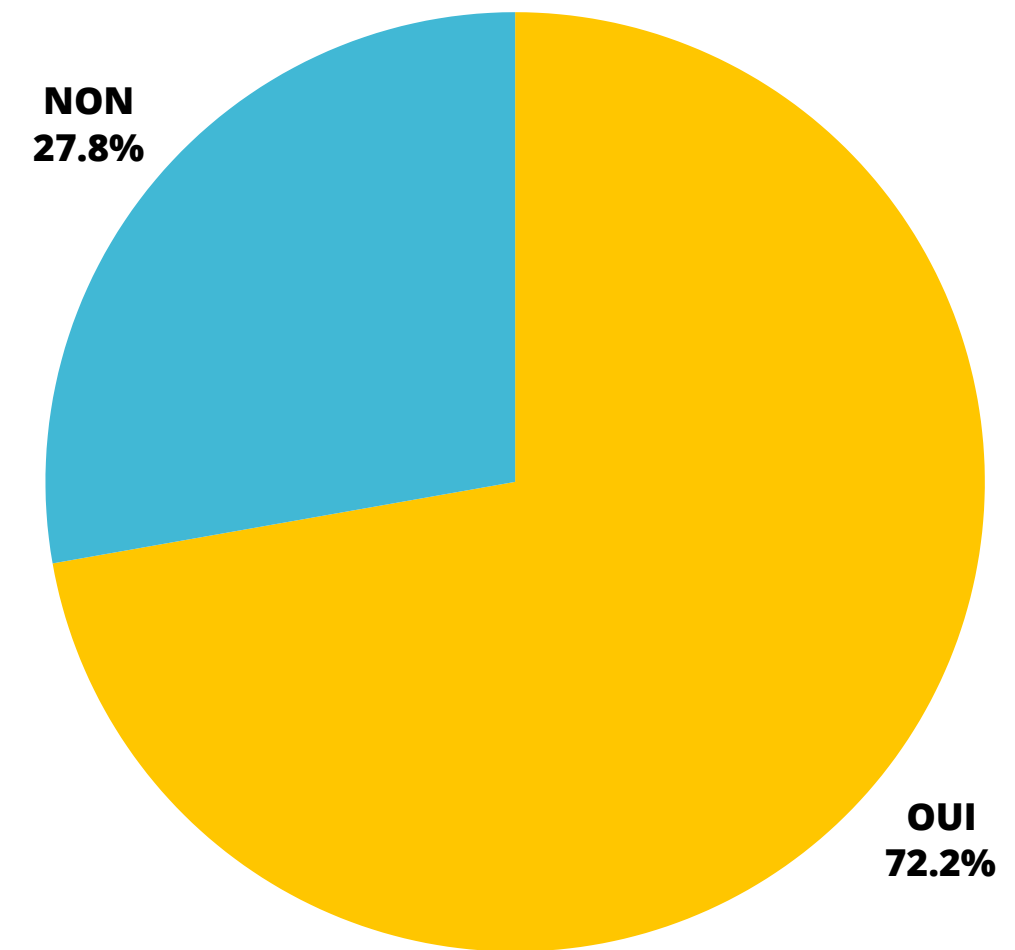
"Je ne me sens pas bien, je pleure, j'ai peur, et j'ai perdu confiance en moi. J'ai besoin d'aide."

Ces conséquences sur votre santé mentale influent-elles sur votre santé physique ?

- 72,7% considèrent que les conséquences sur leur santé mentale influent sur leur santé physique.

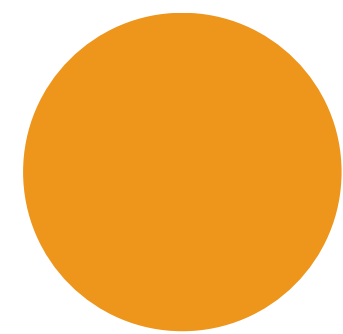
Différents symptômes sont cités comme la fatigue, les maux de tête, les maux de ventre, les maux de dos, l'eczéma, la perte de cheveux, une prise de poids, l'addiction, une hausse de la tension...

Pour les personnes ayant une maladie, ces problématiques tendent à aggraver les symptômes.



**"Fatigue incompréhensible,
et je me suis mis à boire
tous les jours. "**

Selon un sondage de l'IFOP datant de Juin 2023, 50% des français renoncent aux soins médicaux par manque d'argent (+ 6 points depuis Juin 2022).

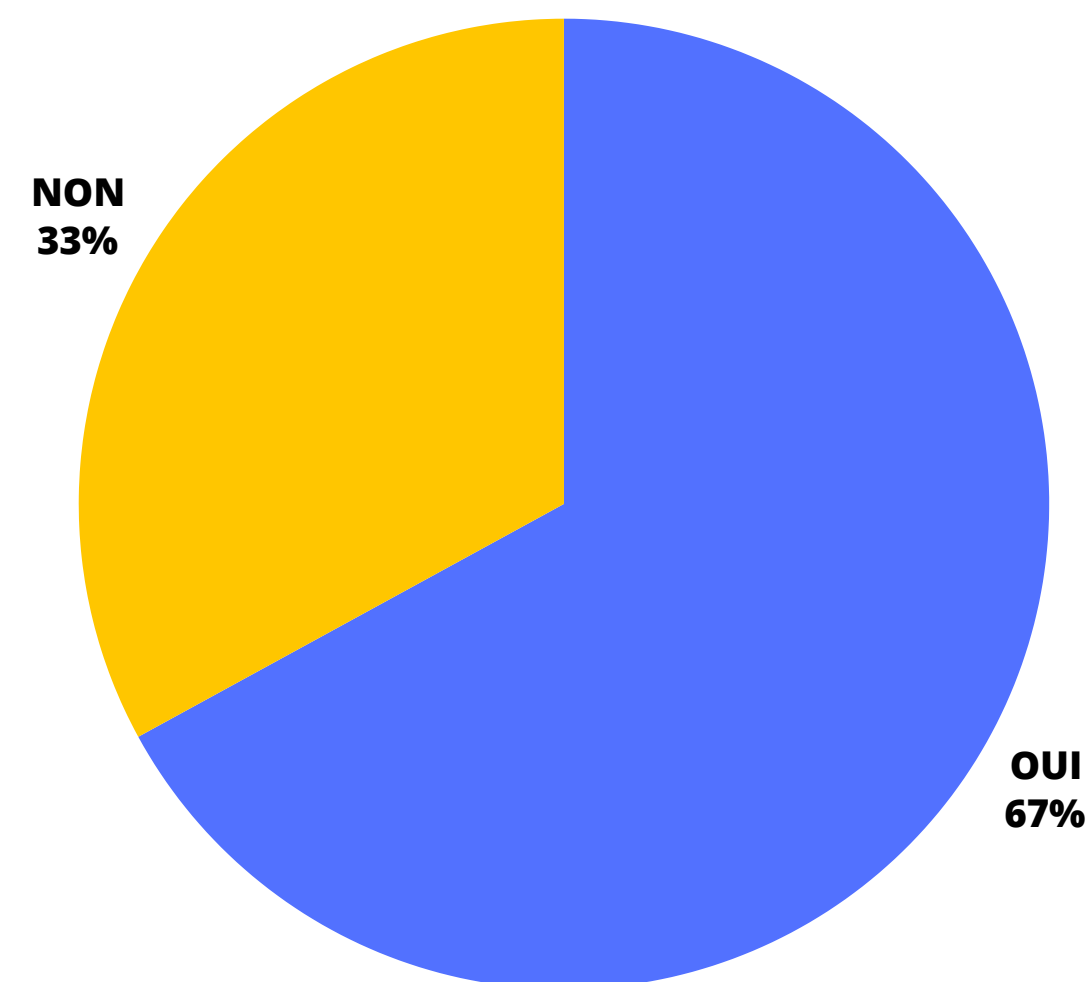


La santé mentale des familles

Selon l'OMS, la santé mentale est un «
état de bien-être qui permet à
chacun de réaliser son potentiel, de
faire face aux difficultés normales de
la vie, de travailler avec succès et de
manière productive, et d'être en
mesure d'apporter une contribution à
la communauté ».

Pouvez-vous affirmer que votre situation vous permette d'assumer vos responsabilités élémentaires ?

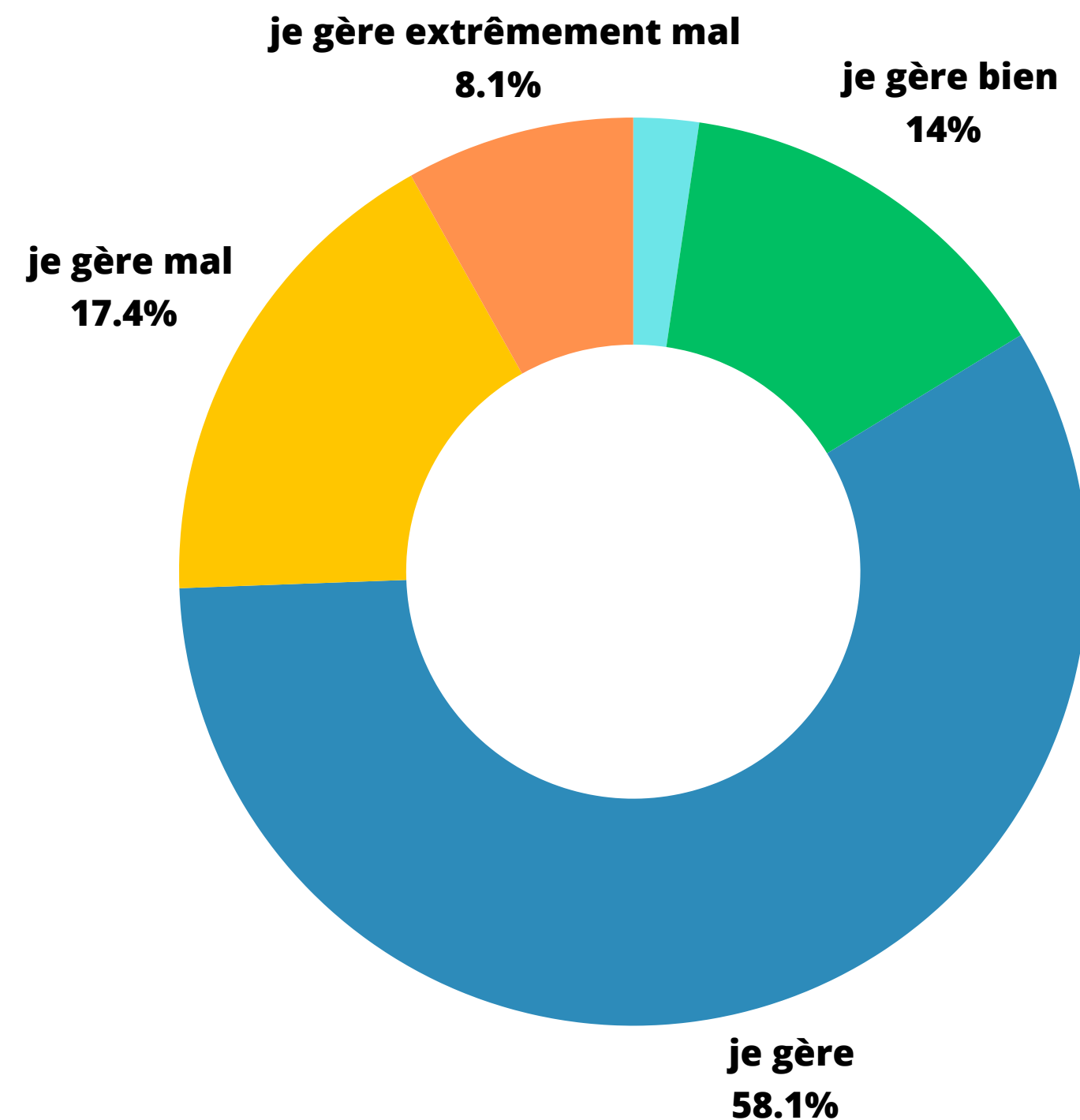
- 67% affirment que leur situation leur permette d'assumer leurs responsabilités élémentaires.
- A contrario, pour ceux ayant affirmé que leur situation ne permette pas d'assumer leurs responsabilités élémentaires, ils déclarent qu'elles se retrouvent en difficultés pour répondre aux besoins de leurs enfants.



"C'est compliqué de trouver un travail quand on a le ventre vide, quand on n'a pas de vêtements adaptés pour un entretien"

De quelle manière faites-vous face aux difficultés quotidiennes ?

- 58,1% de répondants gèrent les difficultés quotidiennes, ni mal, ni bien.
- 25,5% gèrent mal ou extrêmement mal les difficultés quotidiennes.

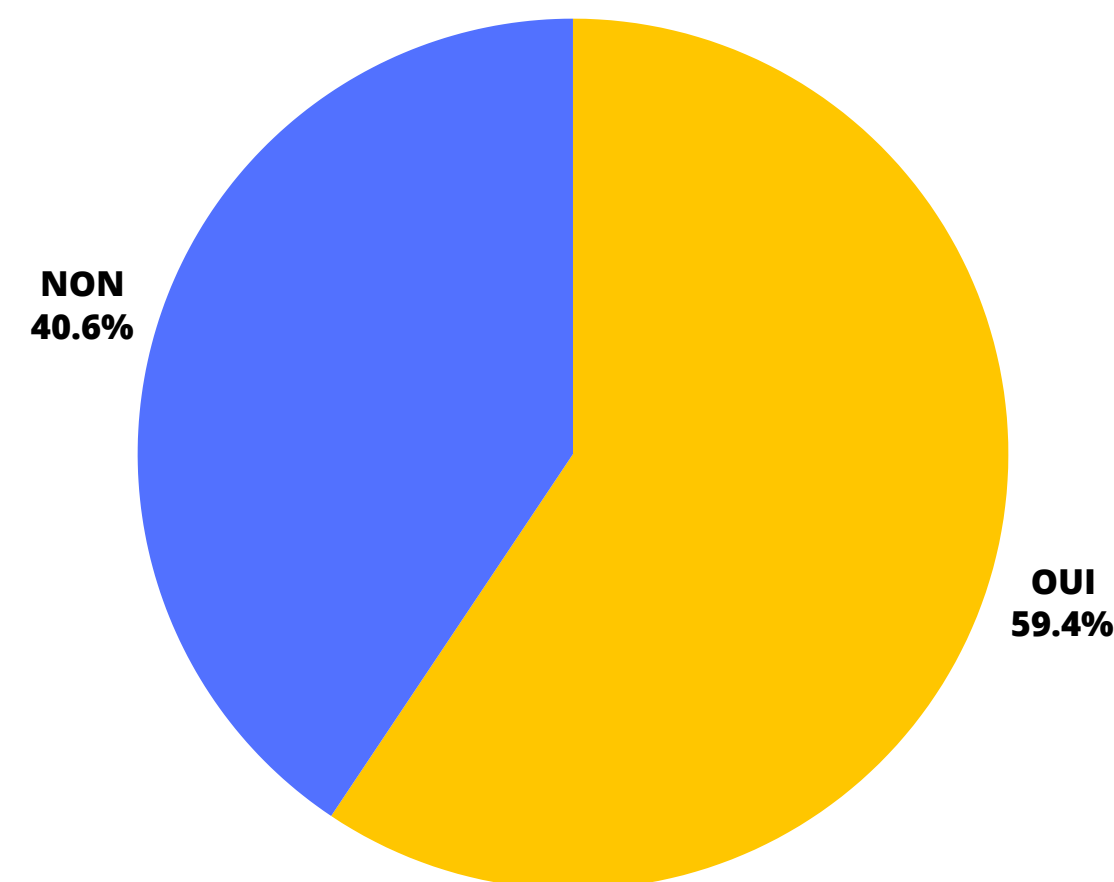


Estimez-vous être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ?

- 59,4% des répondants estiment être en mesure d'apporter une contribution à la communauté.

Ils sont en mesure d'apporter une contribution à la communauté par leur engagement associatif ou par leur travail. Par ailleurs, la précarité au quotidien, leurs permettent, d'accompagner les autres personnes en situation de précarité, car ils partagent leurs problématiques.

Pour ceux, estimant ne pas être en mesure d'apporter une contribution à la communauté, ils se sentent en incapacité, pas assez fort pour aider les autres au regard de leur situation.



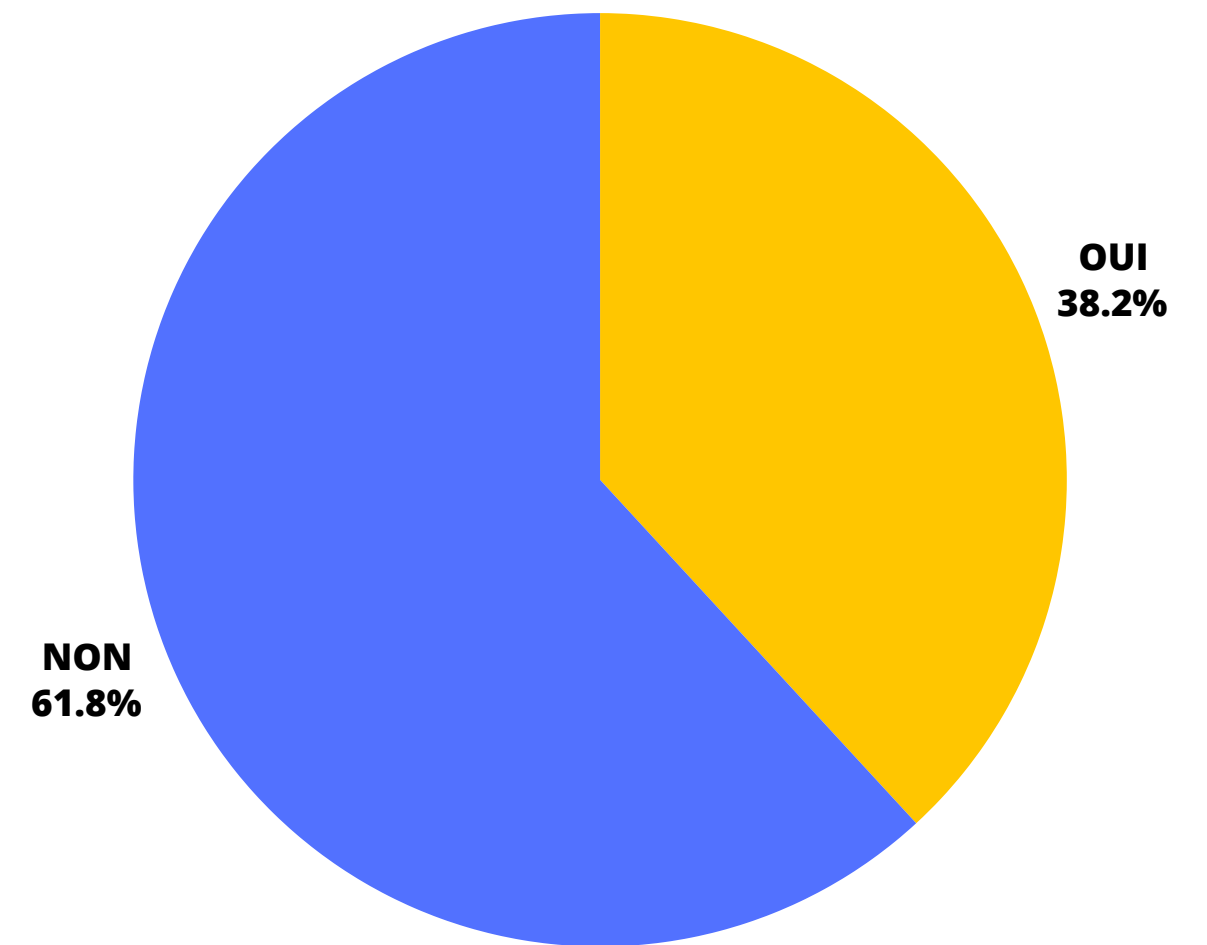
"Aider les autres : c'est ce que j'aime et c'est ce que je sais faire de mieux"

Selon vous, réalisez-vous votre potentiel ?

- 61,8 % estiment qu'ils ne réalisent pas leur "potentiel".

Certains répondants estiment réaliser leur potentiel, en organisant des actions auprès des familles, par leur travail, par leur sentiment d'utilité, par leur engagement associatif ou par leur force de se battre au quotidien pour améliorer leur situation.

D'autres, estiment que le manque d'équilibre, de volonté, et d'argent sont des freins à la réalisation de leur potentiel.



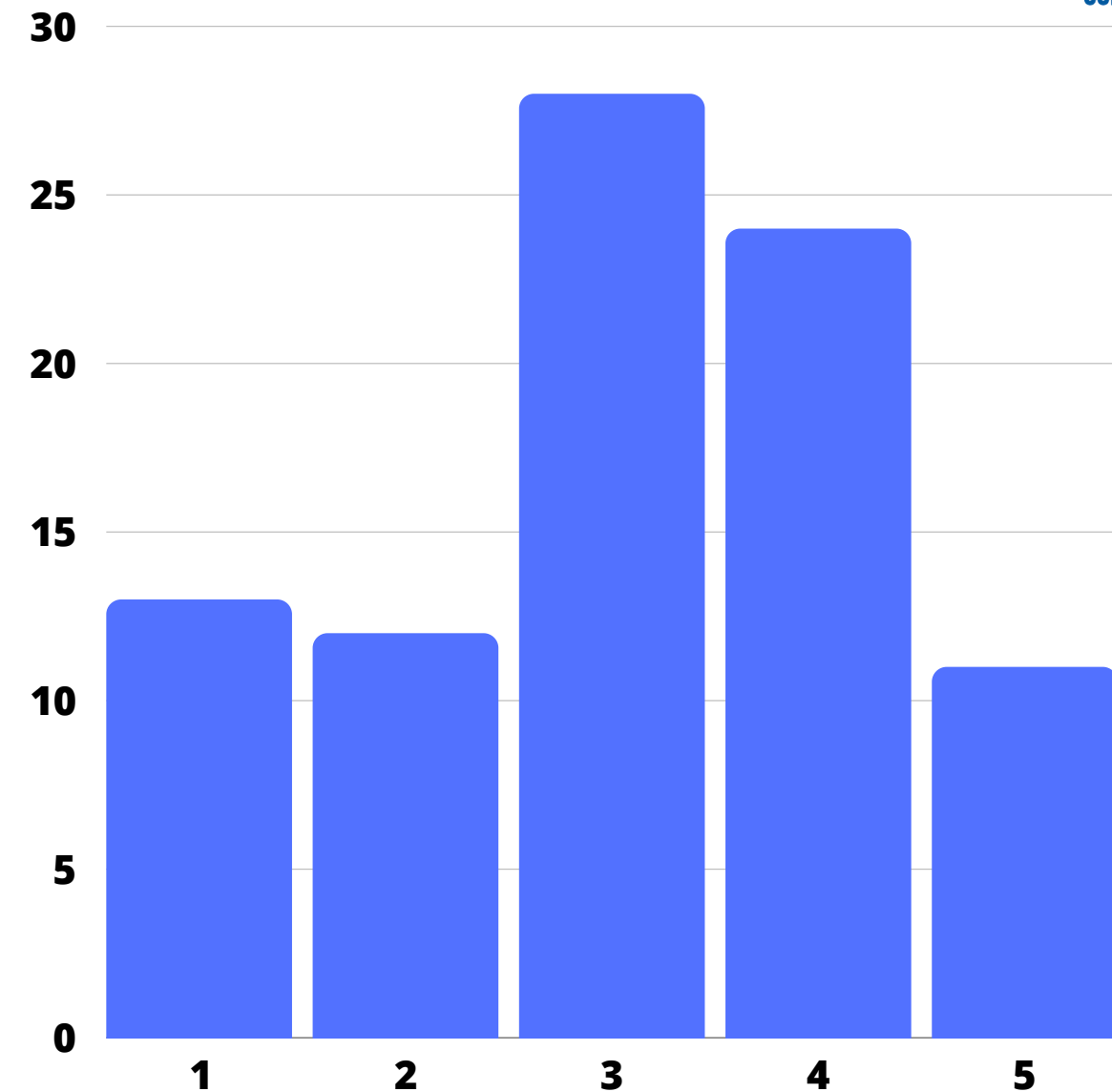
"Quand on est tombé une fois,
on ne retombe plus comme
avant."

Notez votre état de bien-être général :

Les réponses sont diverses, mais la plupart des répondants essaient de s'en sortir et de garder l'optimisme malgré des situations complexes, durs et qui se dégradent de jour en jour.

" Chaque jour est une épreuve supplémentaire, sans avoir pu trouver de solution aux difficultés déjà présentes."

" Cela pourrait être pire. "



Les constats des précarités sur la santé mentale

La Confédération
Syndicale des Familles

15 décembre 2023