

Allianz Partners France

Communiqué de presse

Santé mentale : Pour 9 Français sur 10, en parler ou se faire aider reste un obstacle

Alors que la santé mentale a été érigée en Grande Cause Nationale, une enquête Ifop pour Allianz Partners révèle l'ampleur des freins qui pèsent sur la parole et le recours à l'aide psychologique, ainsi que l'importance cruciale de faciliter l'accès aux lieux d'écoute et de soin.

Paris, le 9 octobre 2025 – Allianz Partners, acteur de référence dans les solutions d'assistance et d'assurance, dévoile les résultats de son enquête Ifop sur « **La santé mentale des Français** ». Elle met en lumière un constat alarmant : alors que près de 40 % des Français expriment un besoin de soutien, 90 % d'entre eux identifient au moins un obstacle lorsqu'il s'agit d'évoquer leur santé mentale ou de demander de l'aide. Des freins qui continuent de limiter la prévention, le dépistage précoce et l'orientation vers des solutions adaptées, alors que les troubles psychiques représentent 28 milliards d'euros de dépenses pour l'Assurance Maladie et le 1^{er} motif d'arrêt de travail de longue durée¹.

Un besoin accru de soutien chez les jeunes et les parents, qui invite à mieux comprendre les déterminants environnementaux de la santé mentale

Alors qu'en moyenne, 39 % des Français déclarent avoir déjà ressenti un besoin de soutien, ce chiffre s'avère bien plus élevé chez certaines catégories de la population : les jeunes (58 %), les parents (51 %) sont les plus représentés, suivis des femmes (46 %) et des CSP+ (46 %).

Ces écarts peuvent refléter plusieurs réalités : exposition accrue au stress ou à des contraintes particulières, propension à exprimer ses difficultés, meilleur accès à l'information sur les enjeux de santé mentale².

Pourtant, près d'1 personne sur 5 reste sans solution, et un tiers rencontre des difficultés d'accès quand il s'agit de se faire accompagner.

¹ Charges et Produits 2026, Cnam

² 94 % des Français savent identifier au moins un signe d'alerte concernant la santé mentale, bien qu'ils continuent de se focaliser sur les symptômes émotionnels (77 %) au détriment des symptômes somatiques/cognitifs (69 %).

Allianz Partners France

Lever un triple verrou : parler, accéder, financer

Le chemin vers l'aide psychologique s'apparente à une course d'obstacles : pression sociale, manque de coordination des services de soin, difficultés financières nourrissent l'errance en matière de santé mentale. Plus précisément, les principaux freins identifiés sont :

- **Le regard des autres** (69 % des Français).
- **L'accessibilité**, incluant le manque de ressources disponibles et la méconnaissance des solutions existantes (52 % des Français)
- **Le coût** des consultations (plus d'un tiers des répondants).

Les acteurs de proximité, une solution d'accompagnement bien avant l'IA

Malgré le bruit médiatique qu'ils génèrent, les dispositifs numériques peinent à trouver leur place dans les habitudes des Français. En effet, seuls 6 % d'entre eux échangent avec ChatGPT, et 4 % avec un chatbot. À l'inverse, les espaces et acteurs de proximité, qui font partie du quotidien, semblent offrir un cadre bien plus propice aux interactions. Ainsi, la moitié des actifs et étudiants déclare avoir accès à un dispositif de soutien psychologique : service de santé ou médecine du travail (27 %), cellule d'écoute psychologique (18 %), permanence avec un psychologue (16 %).

Toutefois, il est important de souligner que des efforts restent nécessaires pour maximiser leur potentiel et renforcer leur efficacité. En 2025, la Caisse Nationale d'Assurance Maladie appelle justement à « déstigmatiser les troubles psychiques en développant notamment une cartographie interactive de l'ensemble des lieux d'écoute et de soins (applications numériques validées scientifiquement, dispositifs d'écoute, maisons des adolescents, professionnels libéraux, établissements spécialisés...) ».

C'est pour cela qu'Allianz Partners renforce régulièrement sa présence auprès des relais de terrain, les plus à même d'atteindre les Français au quotidien – mais aussi les moins dotés pour faire face à ce fléau : les entreprises.

- **Une capacité de prévention accrue** : en plus d'intervenir lorsqu'un risque est décelé pour la santé d'un salarié, Allianz Partners agit pour permettre aux entreprises de sensibiliser leurs équipes le plus en amont possible. Les dispositifs de prévention et l'écoute psychologique peuvent être sollicités à n'importe quel moment. Ils font l'objet d'une communication grâce à la mise à disposition de matériels de prévention prêts à l'emploi dédiés aux entreprises partenaires.
- **Un parcours phygital validé par des experts** : les partenaires d'Allianz Partners disposent, via la plateforme Allyz Assist d'Allianz Partners, d'un accès à différents conseils et exercices liés aux principaux risques en santé mentale, comme le stress ou le sommeil. Ces parcours, inspirés des Thérapies Cognitives et Comportementales, sont conçus par des experts scientifiques. Ils sont complétés par des entretiens personnalisés avec l'équipe de psychologues salariés d'Allianz Partners.
- **Un réseau de professionnels** : les bénéficiaires peuvent, à leur demande ou sur la recommandation des psychologues d'Allianz Partners, être orientés vers l'un des cabinets du réseau d'Allianz Partners.

Allianz Partners France

Anne-Claire Hay, Directrice Santé et Prévoyance, Allianz Partners déclare : « *La prise en compte de la santé mentale reste encore trop souvent un accessoire là où les données nous montrent pourtant qu'elle jalonnera inévitablement le parcours de vie de la plupart des Français. Il est nécessaire d'impliquer davantage les acteurs de proximité, comme l'entreprise et les établissements scolaires, aux côtés des autorités sanitaires et des professionnels de santé. C'est notre mission en tant qu'assisteur d'encourager ce premier pas, 'd'aller vers' – parce que nous sommes accessibles 24h/24, que nous connaissons bien les réseaux d'aide et que nous savons orienter les particuliers et les entreprises vers la bonne ressource, nous jouons un rôle complémentaire dans le parcours de prévention et de soin.* »

En bref – Etude Ifop pour Allianz Partners

- 39 % des personnes interrogées expriment un besoin d'accompagnement psychologique
- 90 % des personnes interrogées identifient au moins un obstacle lorsqu'il s'agit d'évoquer leur santé mentale ou de demander de l'aide
- Les principaux signes qui alertent d'un problème de santé mentale :
 - Pensées suicidaires : 55 %
 - Anxiété excessive ou crises de panique : 42 %
 - Sentiments de tristesse, tendance à pleurer souvent : 34 %
- Les obstacles qui empêchent de parler librement de santé mentale :
 - Stigmatisation / regard des autres : 69 %
 - Obstacles liés à l'accessibilité de l'aide : 52 %
 - Obstacles liés au manque de soutien ou d'écoute : 46 %
- Les dispositifs de soutien psychologique accessibles :
 - Dispositifs humains traditionnels (médecine du travail, cellule d'écoute, psychologue, etc.) : 49 %
 - Dispositifs numériques : 15 % dont plateformes numériques pour aide psychologique par un interlocuteur spécialisé (8 %), par ChatGPT (6 %), par chatbot (4 %)
- Perception de l'accompagnement dans la prévention en matière de santé mentale :
 - Se sentent accompagnés : 47 %
 - Ne se sentent pas accompagnés : 46 %

Le sondage a été réalisé du 30 juillet 2025 au 1^{er} août 2025 auprès d'un échantillon national représentatif de la population française : 1 003 individus âgés de 18 ans et plus. Les échantillons ont été constitués selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, âge, profession du chef de famille, profession de l'interviewé, région, taille d'agglomération.



Allianz Partners France

Contact presse :

Omnicom PR Group pour Allianz Partners France : fr.allianzpartners@omnicomprgroup.com

Lili Gosnet : +33 (0)6 77 79 18 89

Victor Morelle : +33 (0)6 18 83 59 55

A propos d'Allianz Partners :

24h/24 et 365 jours par an, les équipes d'Allianz Partners interviennent partout dans le monde pour apporter à leurs clients entreprises et particuliers, des solutions d'assistance dans les domaines de l'automobile, du voyage, des loisirs, de la mobilité, de l'habitat, de l'emploi, de la santé et des services aux personnes. Allianz Partners est l'un des leaders mondiaux B2B2C, dans les domaines de l'assistance, de l'assurance voyage, de la santé à l'international et de l'assurance automobile. Présents dans 75 pays, nos 22 520 collaborateurs parlent 70 langues, traitent plus de 95,4 millions de dossiers chaque année et s'engagent à aller plus loin pour offrir la tranquillité d'esprit à nos clients du monde entier.

Pour plus d'information : www.allianz-partners.fr

Réseaux sociaux :

Suivez-nous sur X [@AllianzPTR_FR](https://twitter.com/AllianzPTR_FR)

Suivez-nous sur LinkedIn [Allianz Partners France](https://www.linkedin.com/company/allianz-partners-france/)