

Sondage sur la santé mentale des propriétaires de PME et le soutien offert

6^e vague de sondage

Rapport de recherche

Table des matières



1. Faits saillants
2. Méthodologie
3. Résultats détaillés
4. Profil des personnes qui ont répondu



1

Faits saillants



Veillez noter que dans cette section du rapport, tous les scores présentés pour les propriétaires d'entreprise satisfaites et satisfaits ou insatisfaites et insatisfaits de leur santé mentale sont statistiquement significatifs.

Le niveau de satisfaction des propriétaires de PME à l'égard de leur santé mentale est élevé



Trois quarts des propriétaires de PME se disent satisfaites et satisfaits de leur santé mentale en général. Toutefois, une analyse plus approfondie met en lumière des différences significatives parmi certains groupes.



Les groupes suivants sont plus susceptibles d'être **insatisfaits** de leur santé mentale :



¹Les entreprises en activité depuis moins de trois ans.

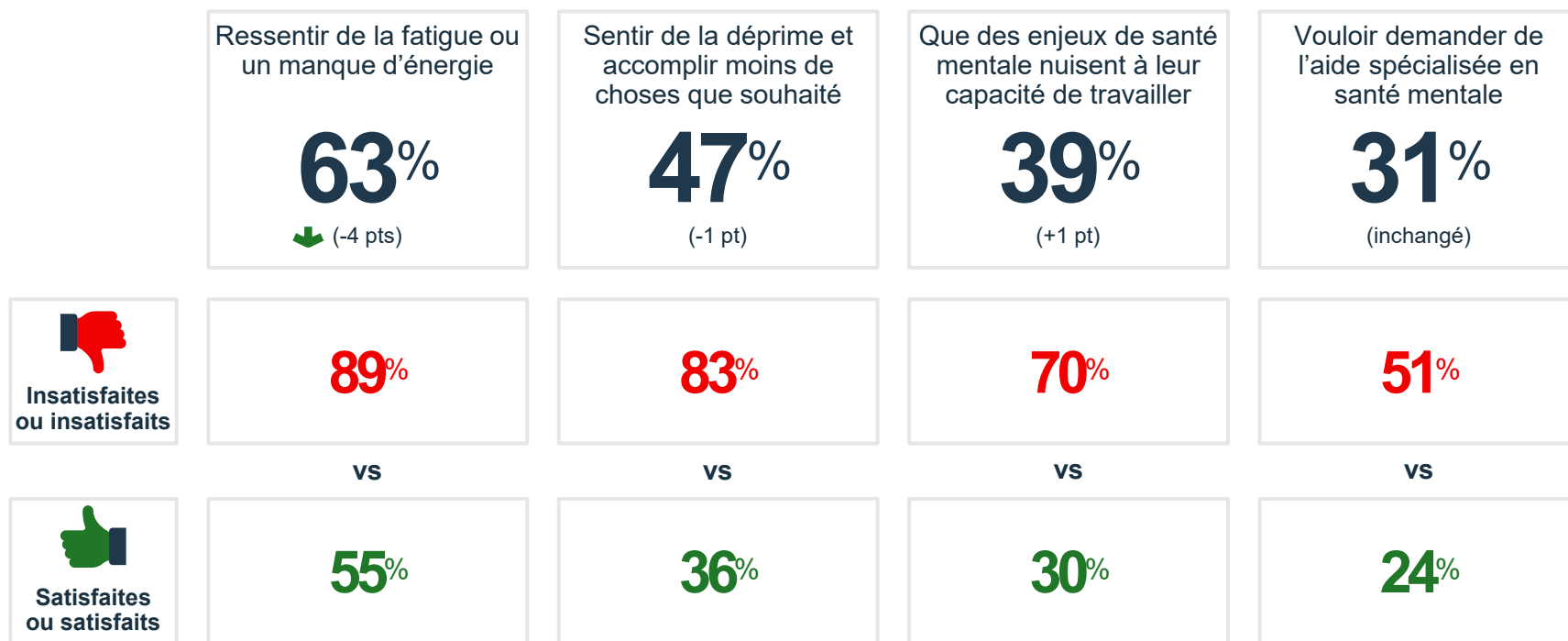
²Les propriétaires d'entreprises qui ont moins de 45 ans.

Les défis en matière de santé mentale sont toujours présents



Bien que la plupart des propriétaires de PME se disent satisfaites ou satisfaits de leur santé mentale en général, des enjeux de santé mentale tels que la fatigue et la dépression demeurent. Ceux-ci sont nettement plus fréquents chez les personnes insatisfaites de leur santé mentale.

Au moins une fois par semaine, les propriétaires de PME disent...



Les propriétaires de PME qui ont des défis de santé mentale sont plus susceptibles de demander de l'aide

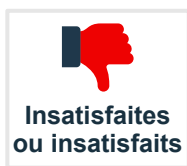


Bien que les propriétaires de PME vivent des difficultés, il y a une nouvelle encourageante : les personnes insatisfaites de leur santé mentale sont plus susceptibles de chercher de l'aide professionnelle. Bien qu'il reste encore beaucoup à faire, il s'agit d'un pas dans la bonne direction.

Ont cherché du soutien professionnel pour un enjeu de santé mentale au cours de l'année

38%
(+3 pts)

Les groupes suivants sont à la fois plus susceptibles de faire état de défis de santé mentale et de chercher de l'aide professionnelle:



56%



32%

vs



Propriétaires de jeunes entreprises¹



Jeunes propriétaires d'entreprises²



Propriétaires de plus grandes entreprises



Propriétaires du Québec



Femmes



Membres d'un groupe de diversité

¹Les entreprises en activité depuis moins de trois ans.

²Les propriétaires d'entreprises qui ont moins de 45 ans.

³Plus l'entreprise est grande (en termes de ventes annuelles et de la taille de l'équipe), plus la personne propriétaire est susceptible d'avoir des enjeux de santé mentale et de chercher de l'aide professionnelle.

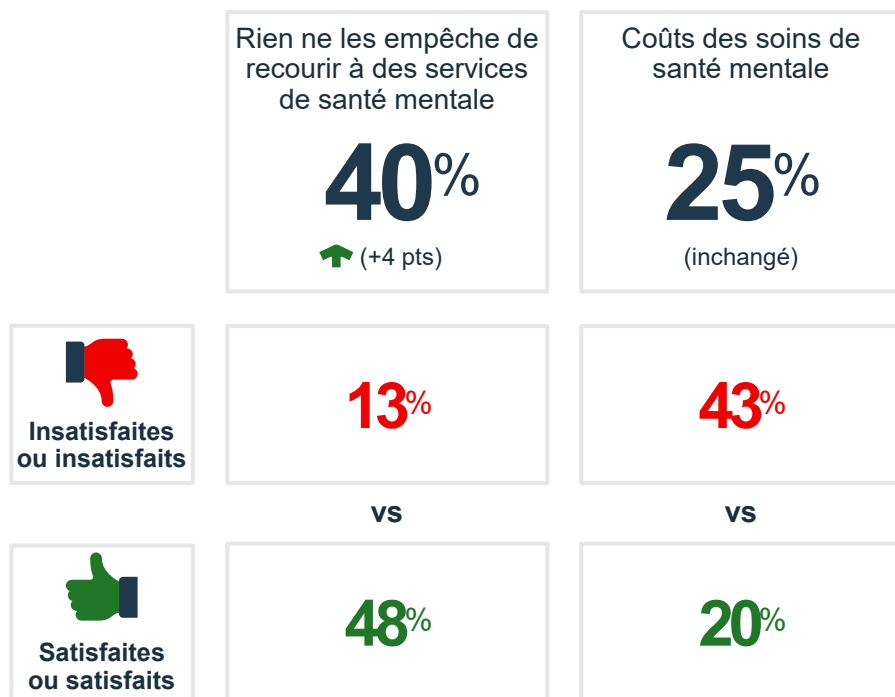
Note : Les chiffres entre parenthèses et les flèches indiquent les différences par rapport à février 2023. Chiffres = différences en points de pourcentage / Flèches = différences statistiquement significatives.

Les coûts des soins de santé mentale sont un obstacle important à la recherche de soutien professionnel



Si beaucoup des personnes interrogées disent que rien ne les empêche de rechercher des services ou des soins de santé mentale, le quart d'entre elles indiquent que les coûts des soins de santé mentale constituent un obstacle. En outre, les personnes insatisfaites rencontrent davantage d'obstacles.

Obstacles aux services de santé mentale



Propriétaires de PME ayant fait appel à de l'aide professionnelle

Ces personnes ont principalement utilisé les types de services suivants :



Consultation avec une ou un médecin
(+3 pts)



Thérapie ou conseil en personne
(+1 pt)



Thérapie ou conseil virtuel
(inchangé)

Leurs principales motivations pour demander de l'aide étaient :

49%

Elles savaient qu'elles étaient en difficulté

38%

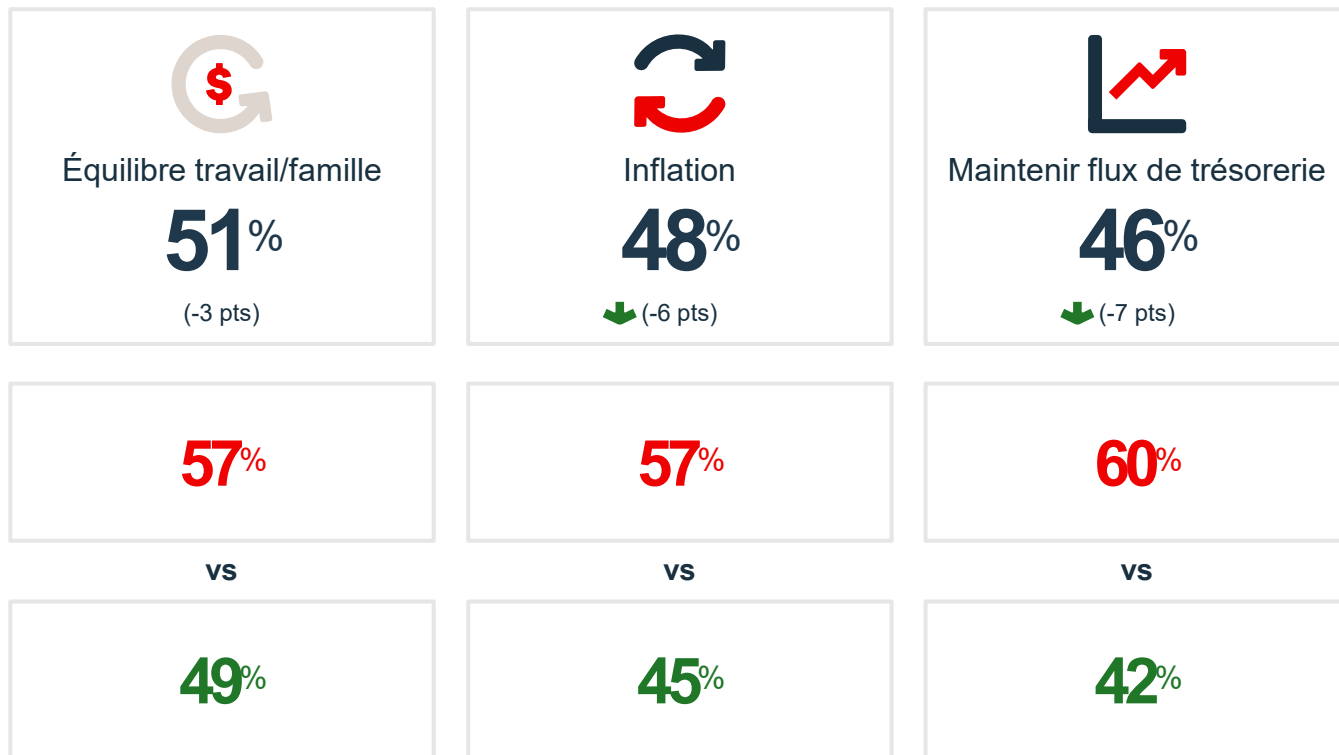
Une personne dans leur famille ou entourage les ont encouragées

Bien que les principales sources de stress restent inchangées, leur importance relative a diminué



L'impact de la situation économique sur le stress des propriétaires de PME semble avoir diminué. Les trois principales sources de stress sont toujours les mêmes, mais leur importance s'amenuise. Les personnes insatisfaites de leur santé mentale sont plus susceptibles de faire état de sources de stress.

Principales sources de stress



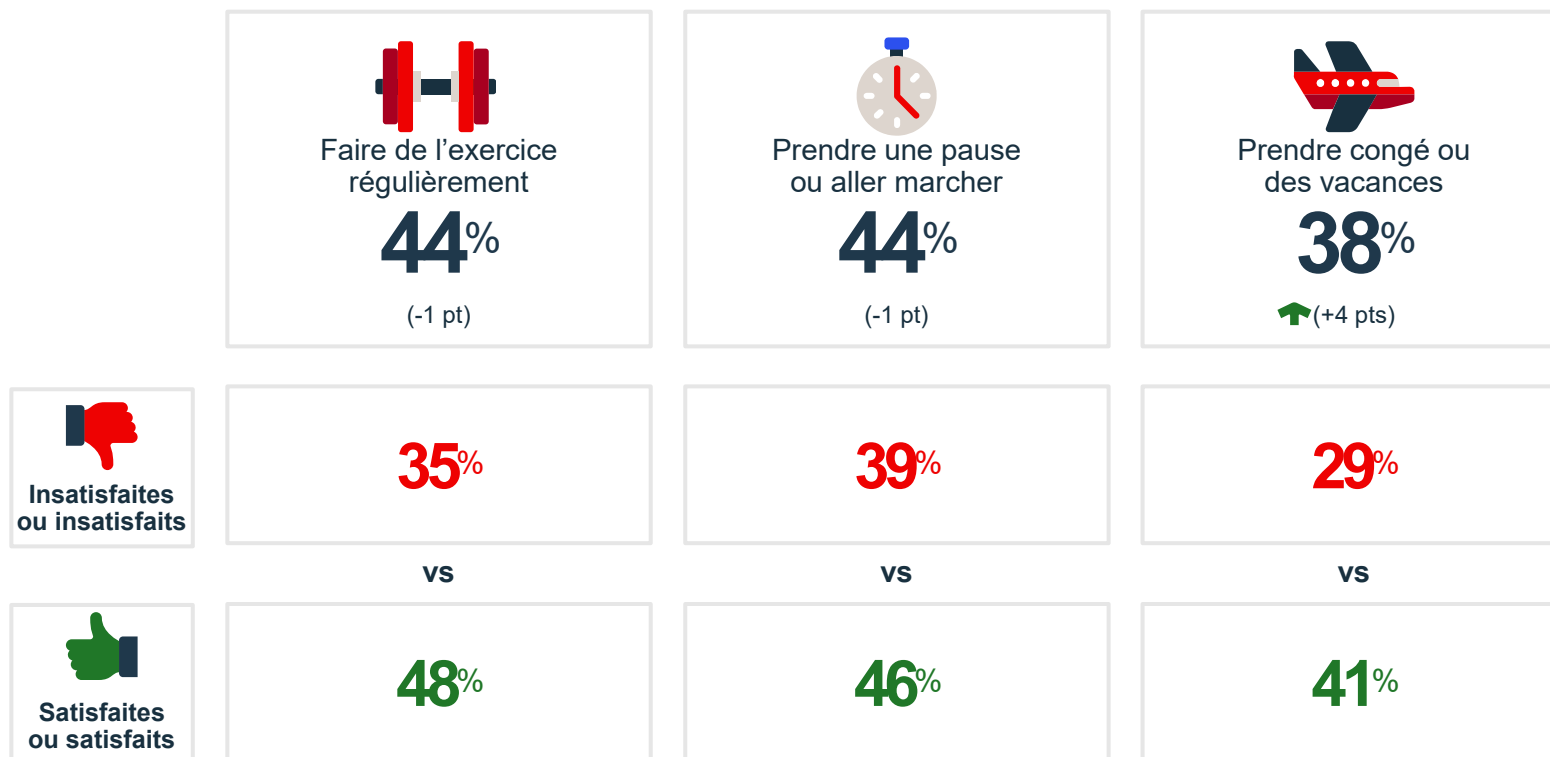
Note : Les chiffres entre parenthèses et les flèches indiquent les différences par rapport à février 2023. Chiffres = différences en points de pourcentage / Flèches = différences statistiquement significatives.

Les propriétaires de PME continuent à gérer leur stress en faisant de l'exercice et en prenant du temps pour soi



Ces dernières années, les propriétaires de PME ont travaillé dur pour faire face aux défis que la pandémie a engendrés. Il semble que ces personnes réalisent l'importance de prendre des congés ou des vacances, cette stratégie d'adaptation étant en hausse.

Principales stratégies d'adaptation



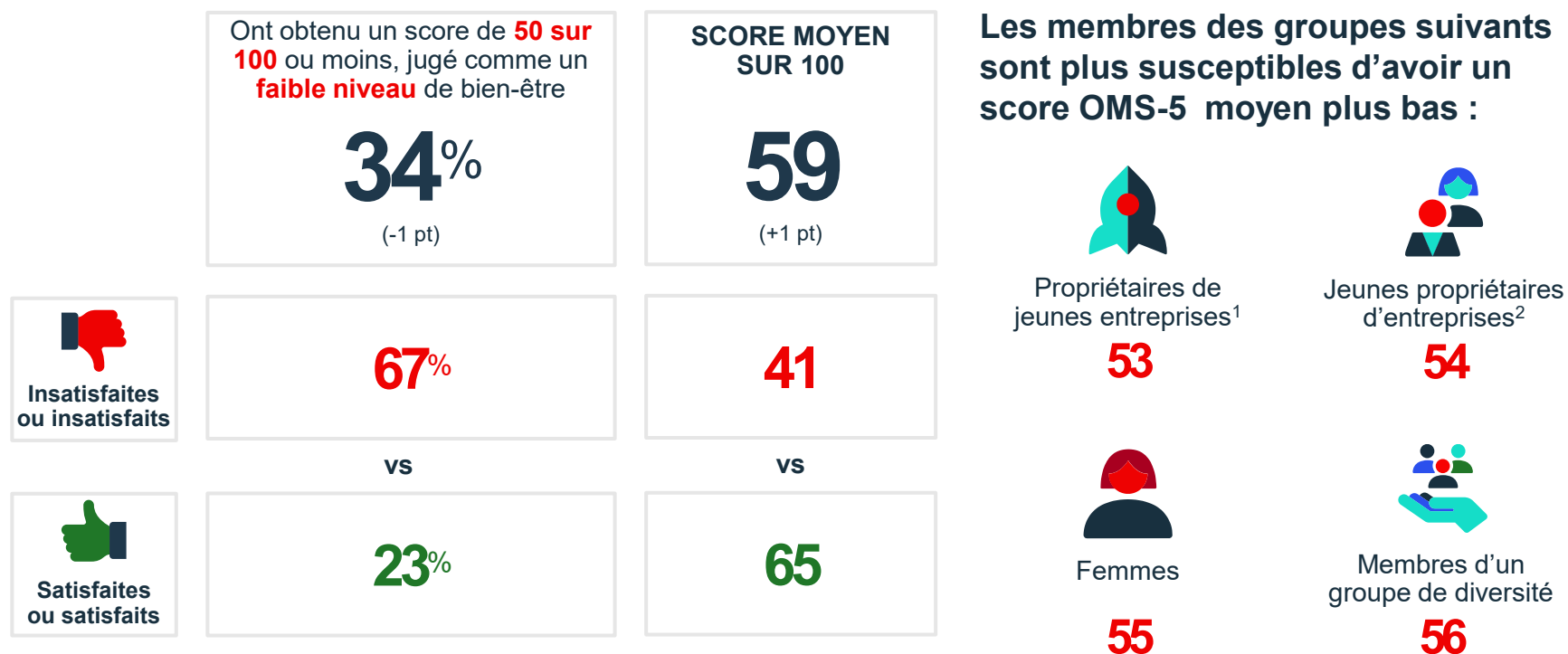
Note : Les chiffres entre parenthèses et les flèches indiquent les différences par rapport à février 2023. Chiffres = différences en points de pourcentage / Flèches = différences statistiquement significatives.

L'indice de bien-être OMS-5



Encore cette année, BDC a utilisé l'indice de bien-être OMS-5* pour évaluer la santé mentale des propriétaires de PME au Canada. Cette méthode de recherche est reconnue mondialement mais a peu été utilisée auprès de ce groupe.

Les propriétaires de PME insatisfaites ou insatisfaits de leur santé mentale ont tendance à moins bien se sentir et à obtenir une note moyenne plus basse.



¹Les entreprises en activité depuis moins de trois ans.

²Les propriétaires d'entreprises qui ont moins de 45 ans.

Note : Les chiffres entre parenthèses et les flèches indiquent les différences par rapport à février 2023. Chiffres = différences en points de pourcentage / Flèches = différences statistiquement significatives.

*Vous trouverez plus de détails sur la méthodologie OMS-5 sur [ce site](#) (en anglais). Pour plus de détails sur comment nous avons calculé ces scores, consultez la page 19.



2

Méthodologie



Méthodologie

Profil des personnes ayant répondu

Propriétaires d'entreprises et personnes responsables de la prise de décision en PME, membres du panel de la firme de recherche Sago.

Dates du sondage

Cette étude a été réalisée pour la sixième fois cette année, du 19 février au 5 mars 2024.

Les autres vagues de sondage ont été réalisées en février 2023, février 2022, mars 2021, novembre 2020 et août 2020.

Nous ne présentons dans ce rapport que les trois vagues les plus récentes.

Marge d'erreur

Pour un échantillon probabiliste de 1 502 personnes, la marge d'erreur maximale est de $\pm 2,5$ points de pourcentage, 19 fois sur 20. Toutefois, ce sondage étant basé sur un échantillon non probabiliste, cette information n'est fournie qu'à titre indicatif.

Méthode de sondage

Sondage de suivi en ligne.

Traitement de données et analyse

Ont été réalisés par l'équipe Recherche et intelligence de marché de BDC.

Facteurs de pondération

Afin d'être représentatifs de la population des PME canadiennes, les résultats ont été pondérés en fonction de la région, du nombre de personnes salariées dans l'entreprise et du nombre d'années en activité de l'entreprise.

Comparaison des résultats

Les résultats de cette vague de sondage sont comparés à ceux de la vague précédente (février 2023). Les différences statistiquement significatives sont indiquées par des flèches. S'il n'y a pas de flèches, les résultats se situent dans la marge d'erreur et les différences doivent par conséquent être interprétées avec prudence.



3

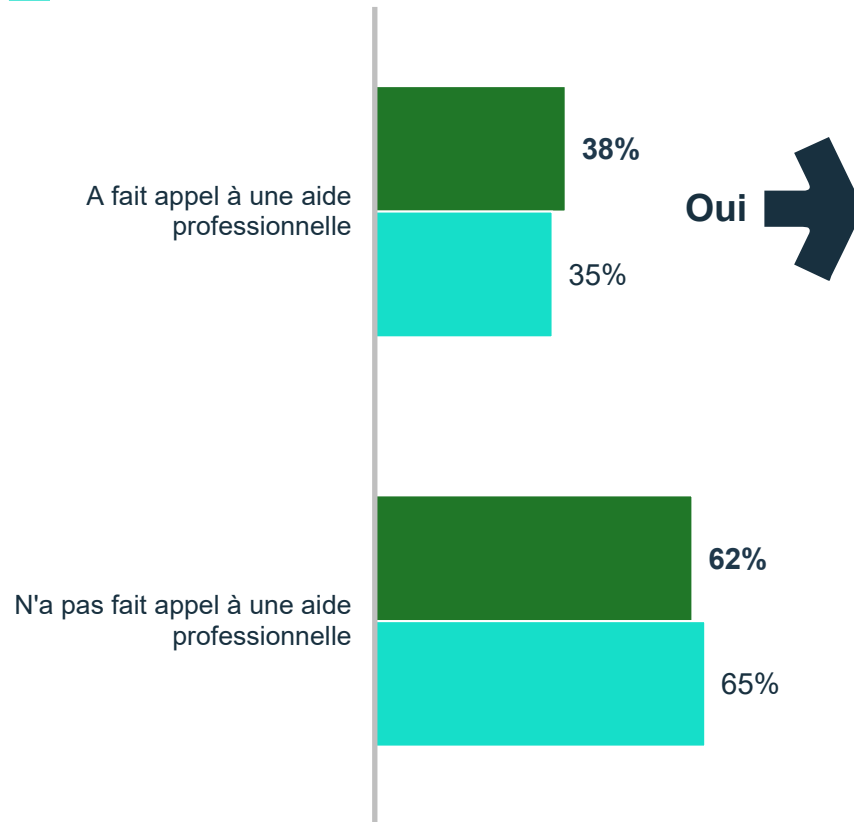
Résultats détaillés

Aide professionnelle (dernière année)

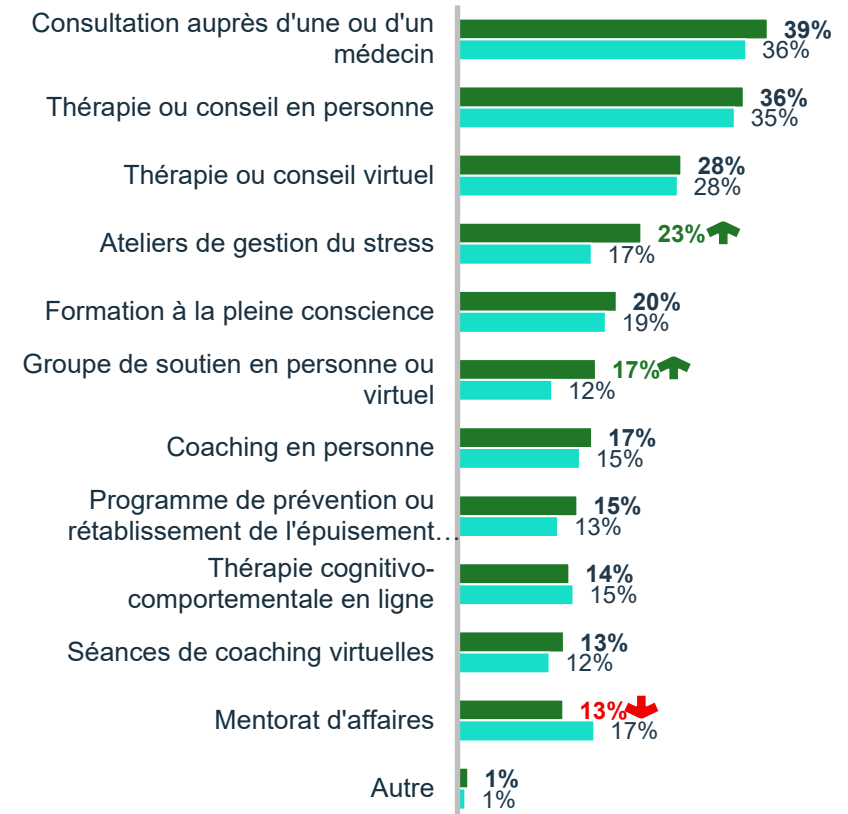


S2Q1. Avez-vous **fait appel à une aide professionnelle** pour résoudre un problème de santé mentale au cours des **12 derniers mois**?

■ Fév. 2024
■ Fév. 2023



S2Q1b. À **quel(s) type(s) d'aide professionnelle** avez-vous eu recours pour résoudre un problème de santé mentale au cours des **12 derniers mois**?

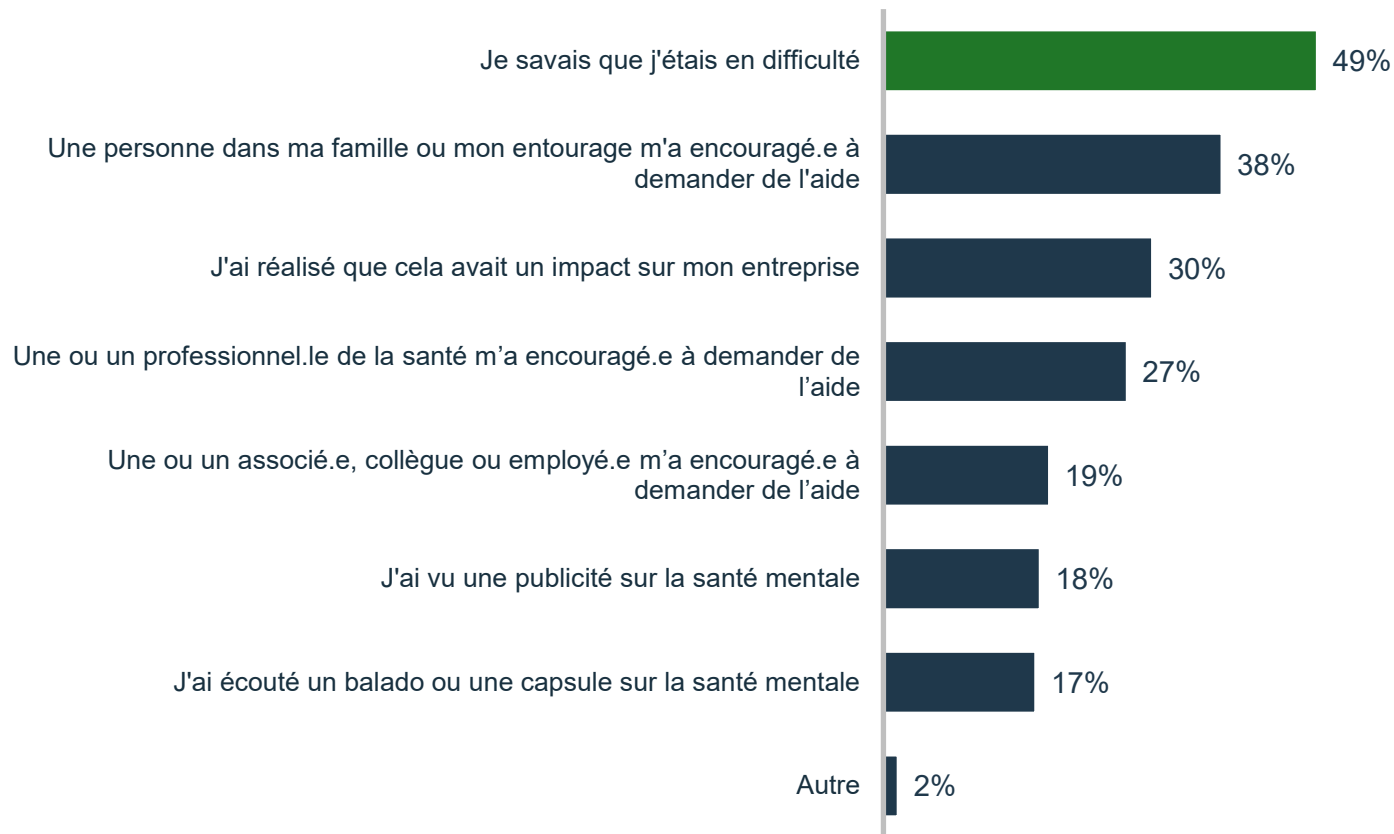


Base : S2Q1 = Toutes les personnes interrogées (n=1 491), S2Q1b = Celles qui ont cherché une aide professionnelle au cours des 12 derniers mois (n=776). Les personnes qui ont préféré ne pas répondre ont été exclues de la base de calcul. Les mentions multiples étaient autorisées à la S2Q1b, c'est pourquoi le total peut ne pas être égal à 100 %. Ces questions ont été posées pour la première fois en février 2023. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023.

Motivations à chercher de l'aide professionnelle



S2Q1c. Quelle a été votre **motivation première** à chercher de l'aide professionnelle?



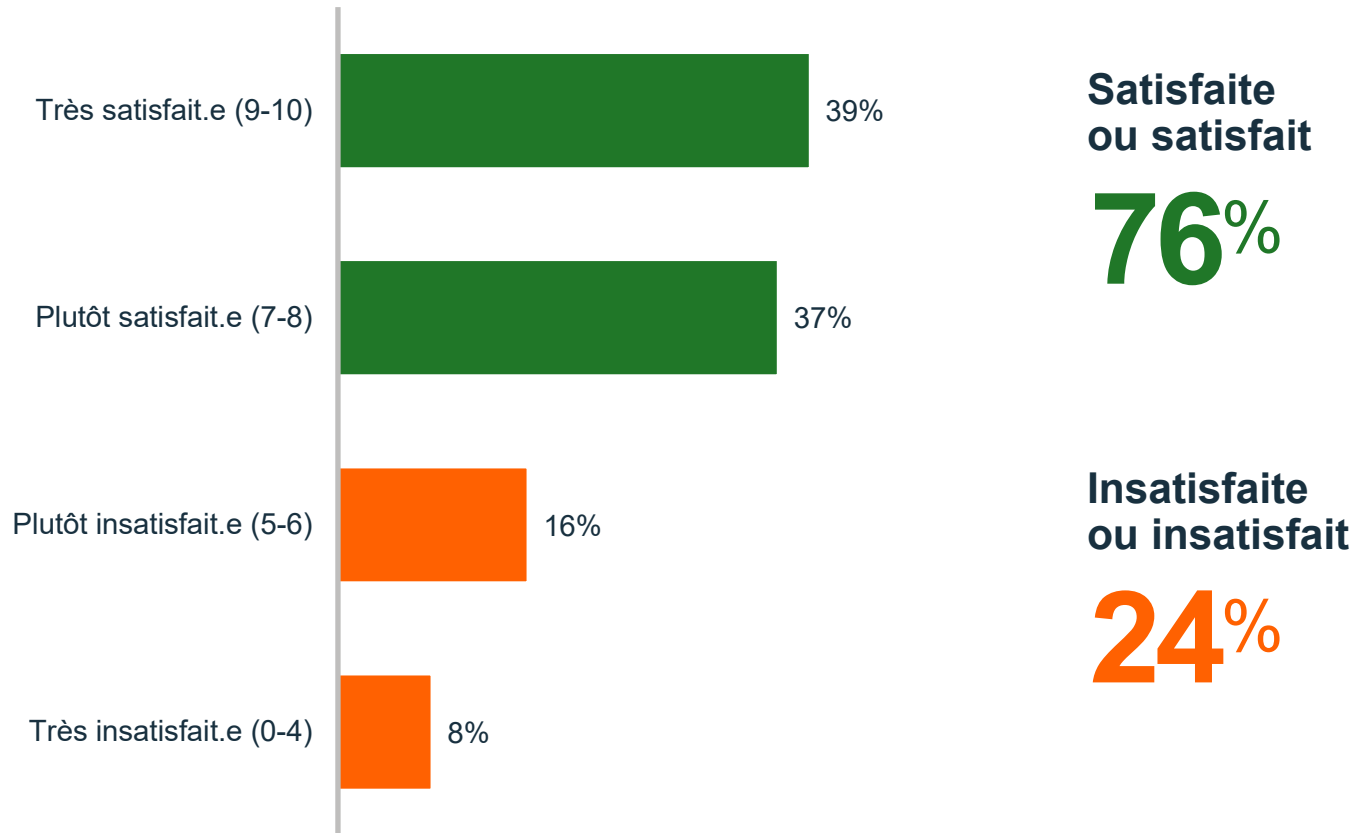
Base: Les personnes qui ont cherché de l'aide professionnelle au cours des 12 derniers mois (n=776). Celles qui préféraient ne pas répondre ont été exclues de la base de calcul. Les mentions multiples étaient autorisées, c'est pourquoi le total peut ne pas être égal à 100 %. Cette question a été posée pour la première fois en février 2024.

Satisfaction globale à l'égard de la santé mentale



S2Q2a. Dans l'ensemble, quel est votre niveau de **satisfaction** à l'égard de votre santé mentale?

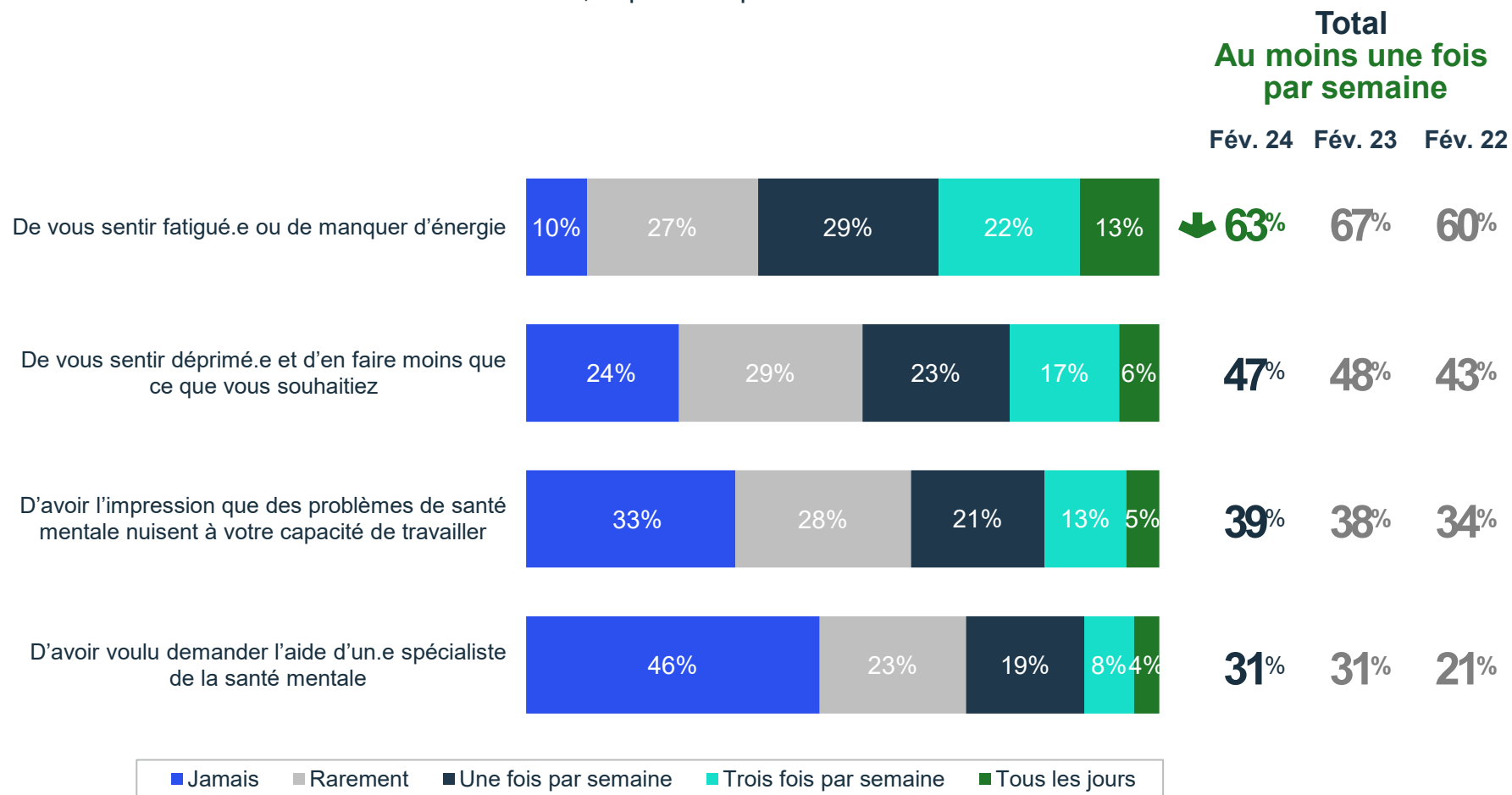
Veillez utiliser une échelle de 0 à 10 où 0 signifie que vous êtes très insatisfaite ou insatisfait et 10, que vous êtes très satisfaite ou satisfait de votre santé mentale, dans l'ensemble.



Défis en matière de santé mentale



S2Q2. Au cours des **deux dernières semaines**, à quelle fréquence vous est-il arrivé...?*

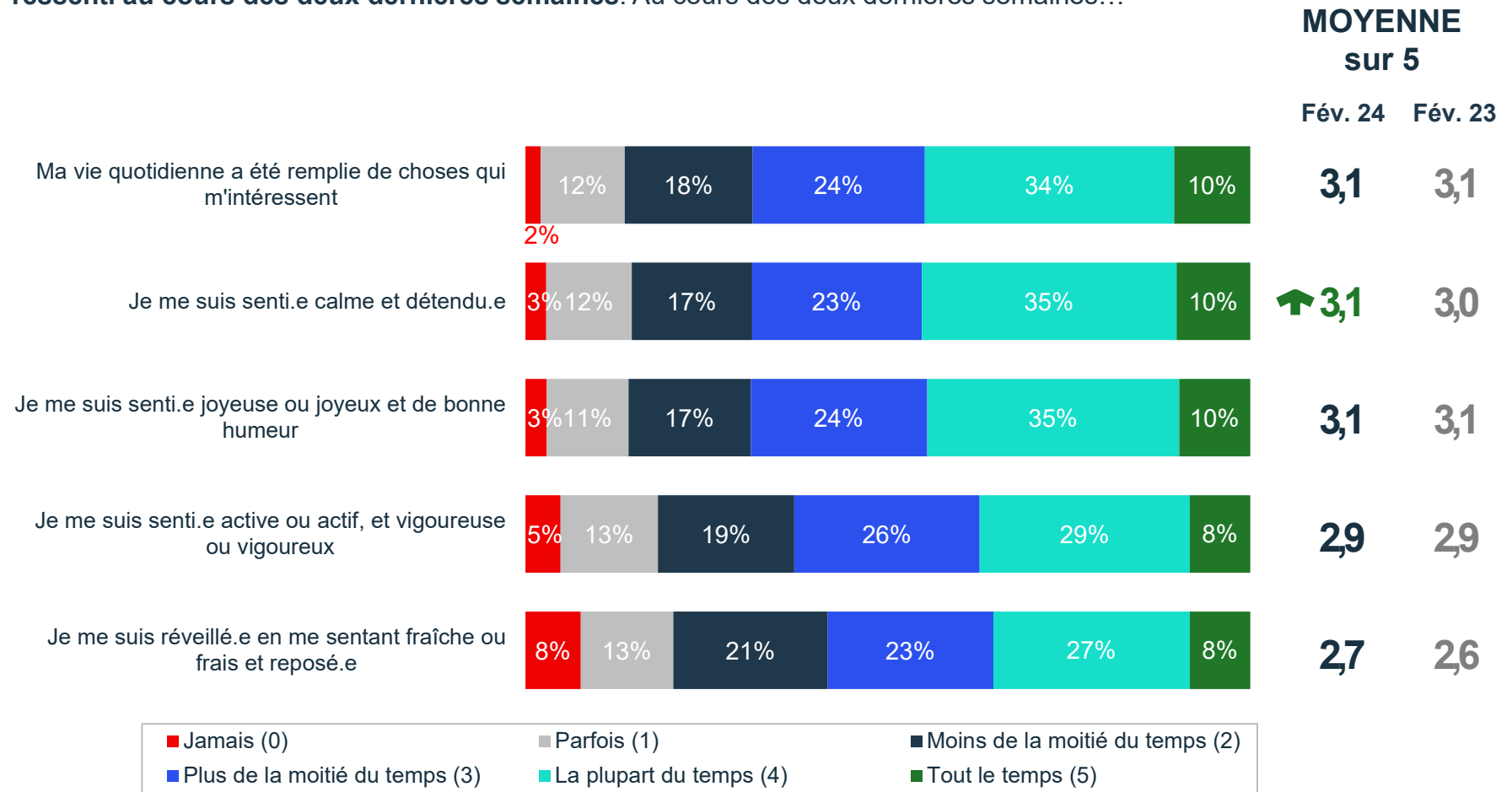


Base : Toutes les personnes interrogées (n=1 502). Au moins une fois par semaine inclut une fois par semaine, trois fois par semaine et tous les jours. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023. ***Avertissement** : La question a légèrement changé en février 2023, demandant désormais aux personnes interrogées d'évaluer leurs défis de santé mentale au cours des **deux** dernières semaines et non au cours des trois dernières semaines.

Scores de l'indice de bien-être OMS-5



S2Q3. Veuillez indiquer pour chacune des cinq affirmations celle **qui se rapproche le plus** de ce que vous avez **ressenti au cours des deux dernières semaines**. Au cours des deux dernières semaines...



Base : Toutes les personnes interrogées (n=1 502). Cette question a été posée pour la première fois en février 2023. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023.

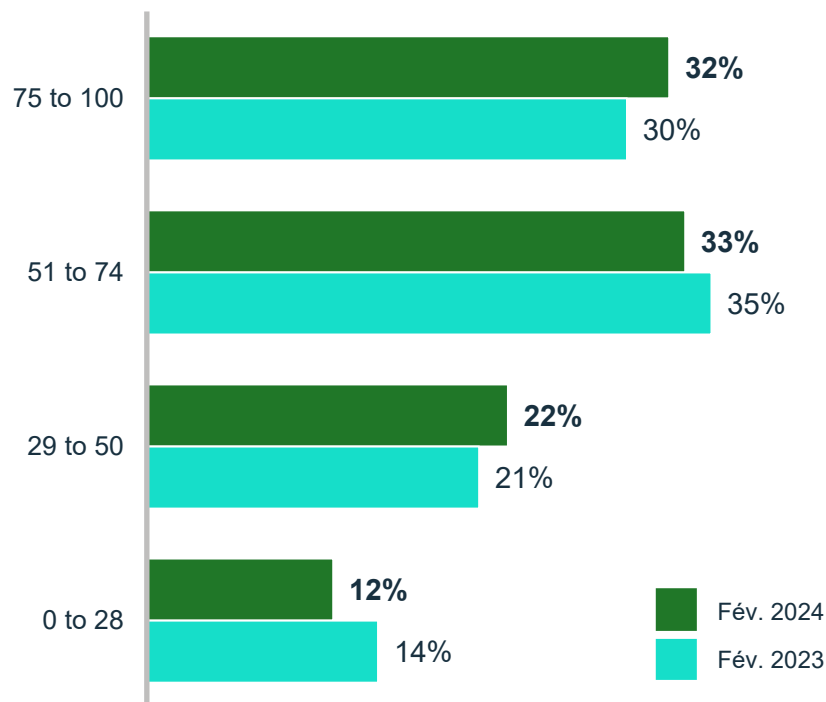
Scores des questions de l'indice de bien-être OMS-5



S2Q3. Veuillez indiquer pour chacune des cinq affirmations celle **qui se rapproche le plus** de ce que vous avez **ressenti au cours des deux dernières semaines**. Au cours des deux dernières semaines...

L'évaluation OMS-5 : interprétation et méthodologie*

Après avoir répondu aux questions de l'OMS-5, chaque personne interrogée a obtenu un score brut compris entre 0 et 25. Le score brut a ensuite été multiplié par 4 pour obtenir un score final où 0 représente le pire niveau de bien-être possible et 100 représente le meilleur niveau de bien-être possible.



Score moyen

59 sur 100

vs 58 en février 2023

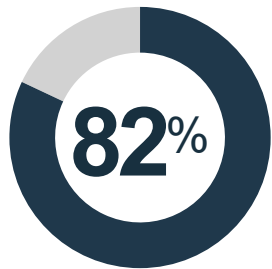
Interprétation des scores

Un score de ≤ 50 peut indiquer un faible bien-être et suggère un examen plus approfondi d'éventuels symptômes de dépression.

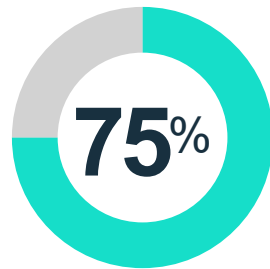
Sources de stress catégorisées



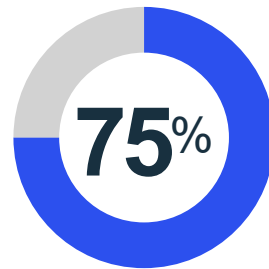
S2Q4. Lesquels de ces éléments représentent des **sources de stress** pour vous, en tant qu'entrepreneure ou entrepreneur?



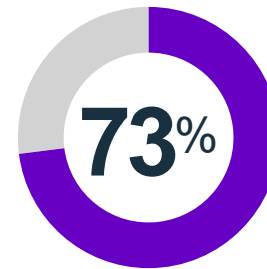
**Facteurs
externes**



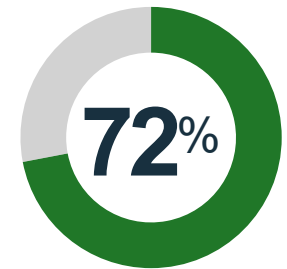
**Facteurs
financiers**



**Facteurs
individuels**



**Facteurs
familiaux**

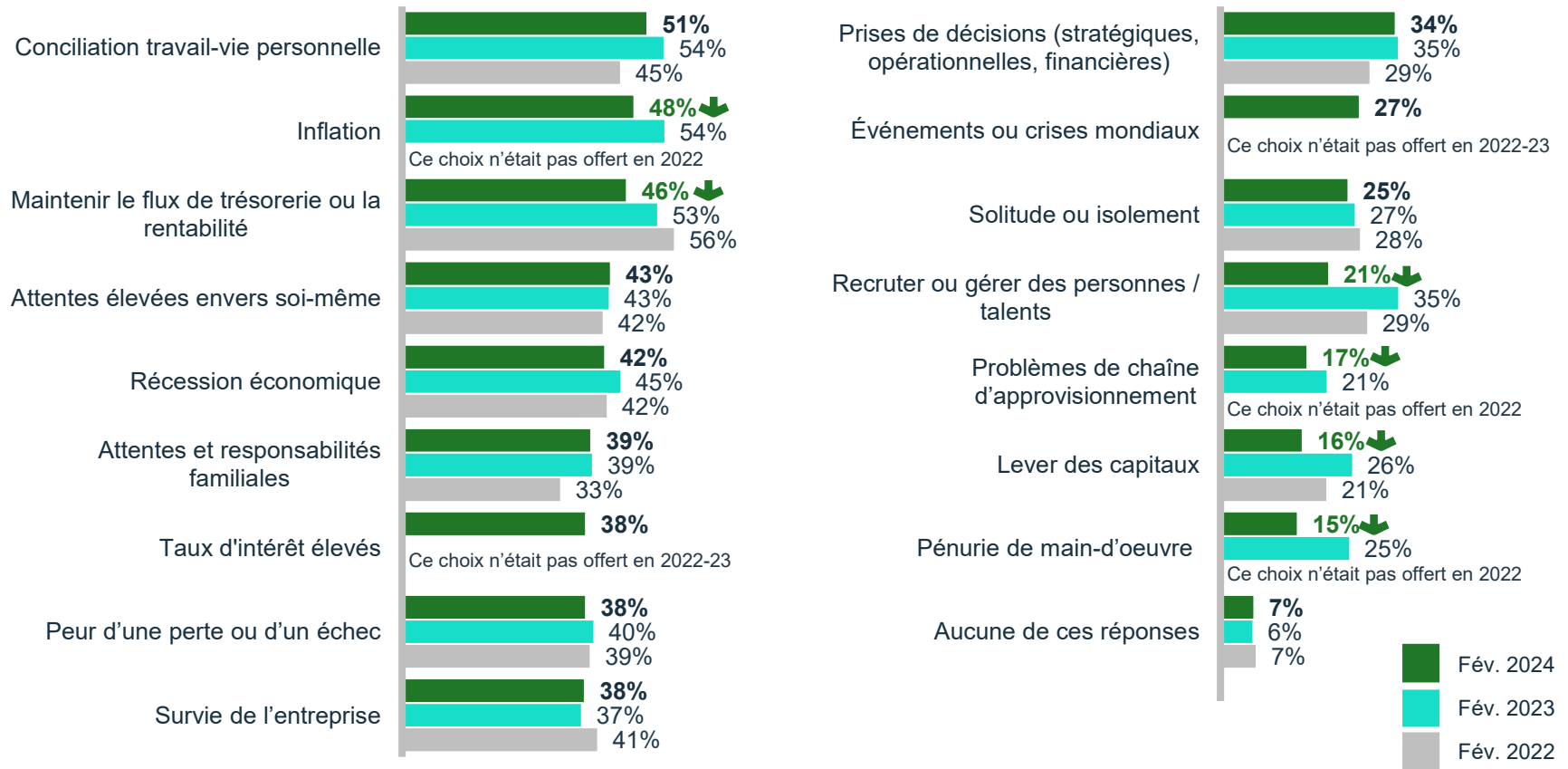


**Facteurs
opérationnels**

Sources de stress



S2Q4. Lesquels de ces éléments représentent des **sources de stress** pour vous, en tant qu'entrepreneure ou entrepreneur?

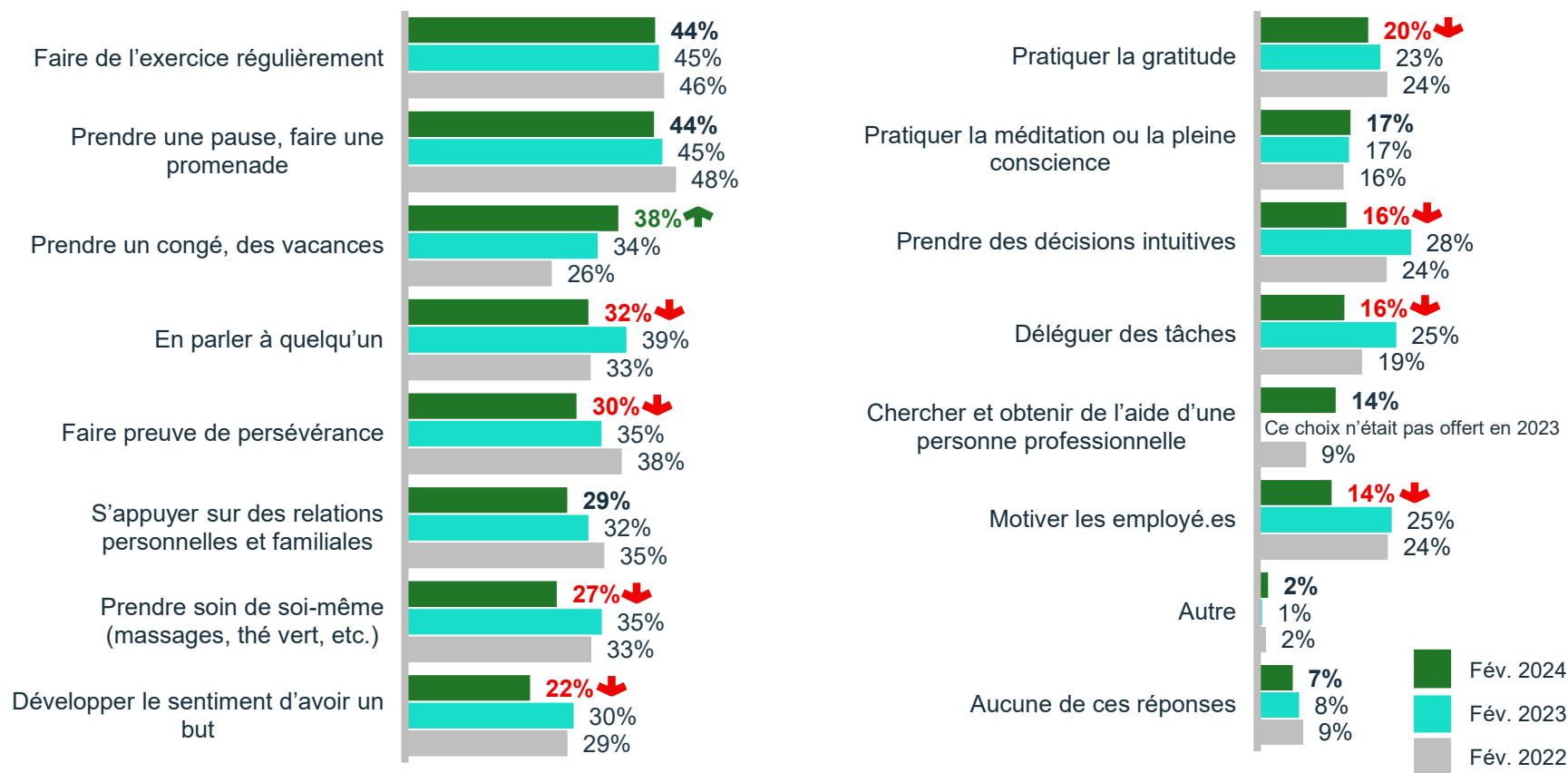


Base : Toutes les personnes interrogées (n=1 502). Les réponses multiples étant autorisées, le total peut ne pas être égal à 100 %. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023. Note : Certains choix ont été modifiés au cours des deux dernières années, nous recommandons de comparer les résultats avec prudence.

Stratégies d'adaptation aux enjeux



S2Q5. Quelles **stratégies d'adaptation** - le cas échéant - avez-vous utilisées pour **faire face à vos problèmes de santé mentale**?

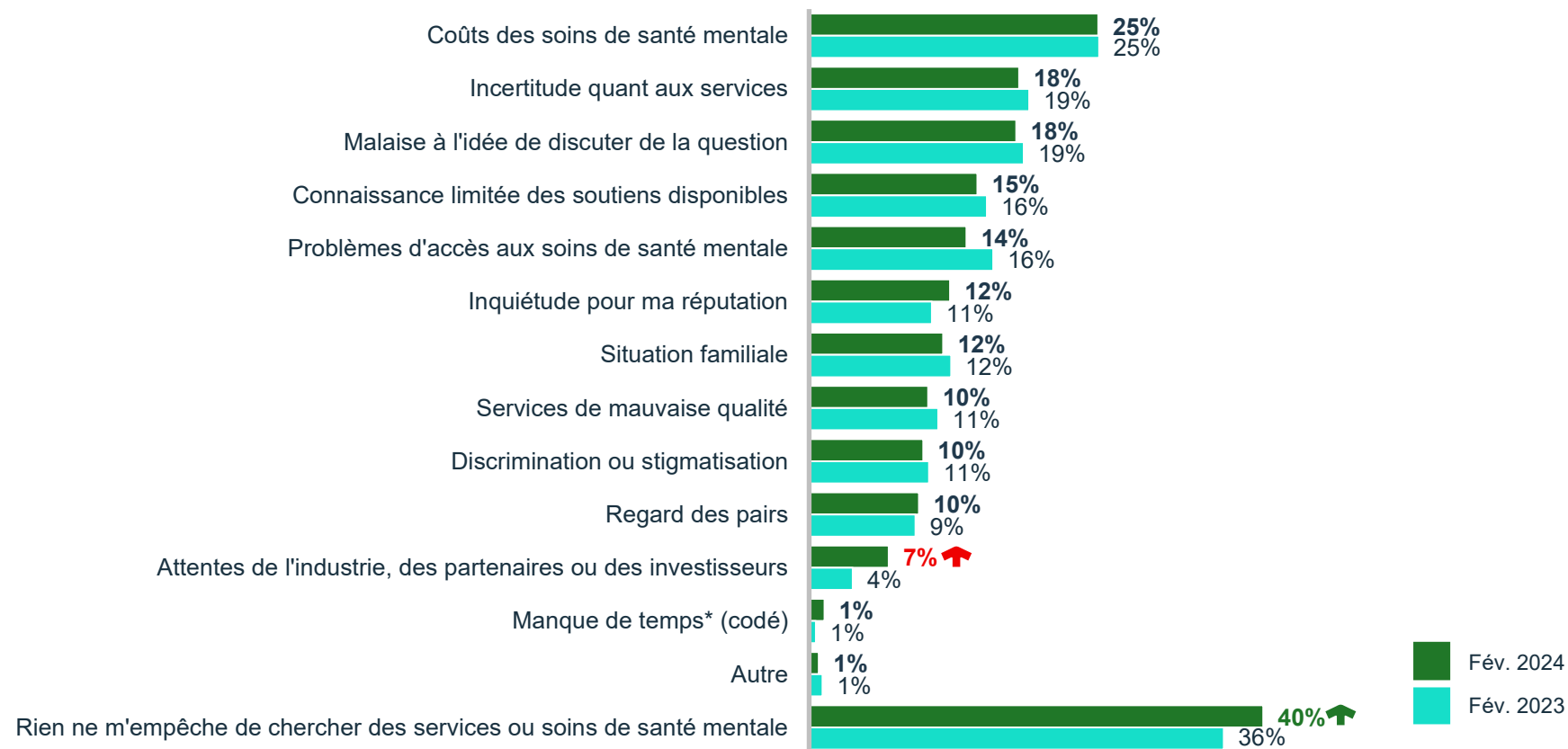


Base : Toutes les personnes interrogées (n=1 502). Les réponses multiples étant autorisées, le total peut ne pas être égal à 100 %. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023. Note : Comme la question et certains choix ont été modifiés au cours des deux dernières années, nous recommandons de comparer les résultats avec prudence.

Obstacles aux services de santé mentale



S2Q8. L'une des préoccupations suivantes **vous empêche-t-elle** de rechercher des services ou des soins de santé mentale?



Base : Toutes les personnes interrogées (n=1 502). Les réponses multiples étant autorisées, le total peut ne pas être égal à 100 %. Les flèches indiquent les différences statistiquement significatives entre février 2024 et février 2023. *Ce choix a été recodé à partir des mentions « Autre ».



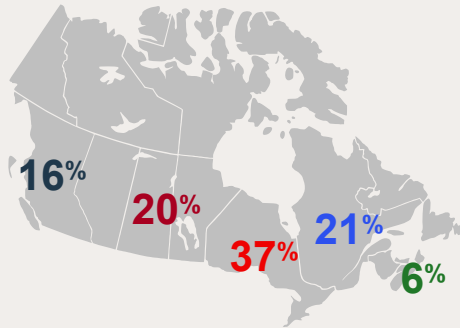
4

Profil des personnes ayant répondu

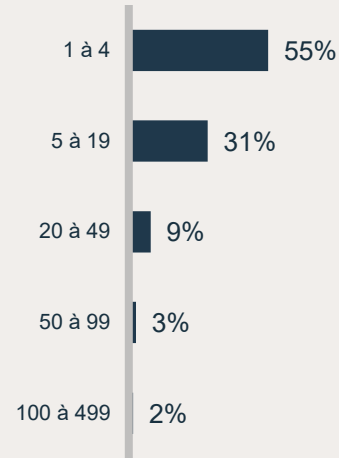
Profil des personnes ayant répondu



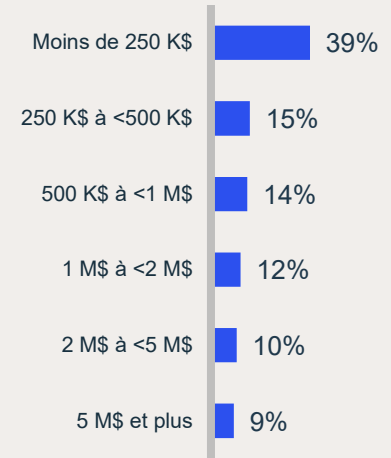
Région



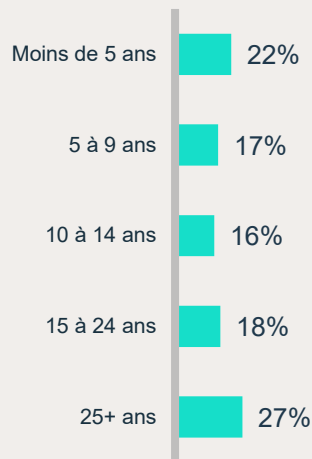
Nombre de personnes salariées



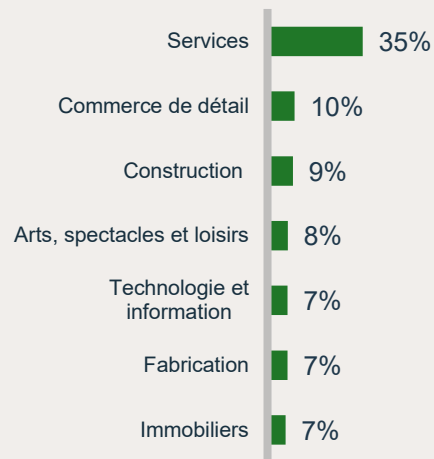
Ventes annuelles



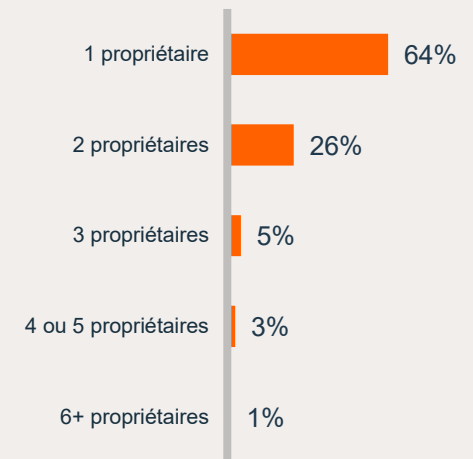
Nombre d'années en activité



Principal secteur d'activité



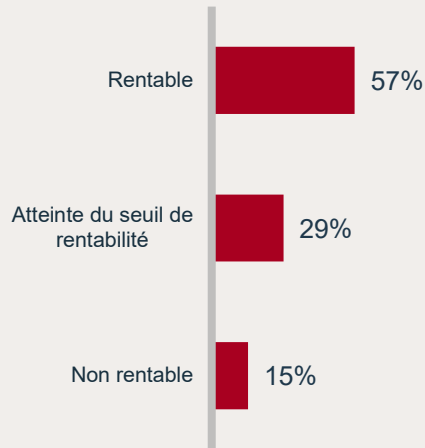
Nombre de propriétaires



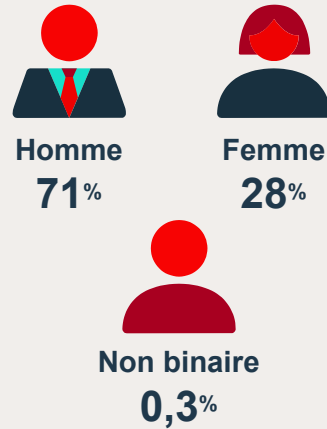
Profil des personnes ayant répondu



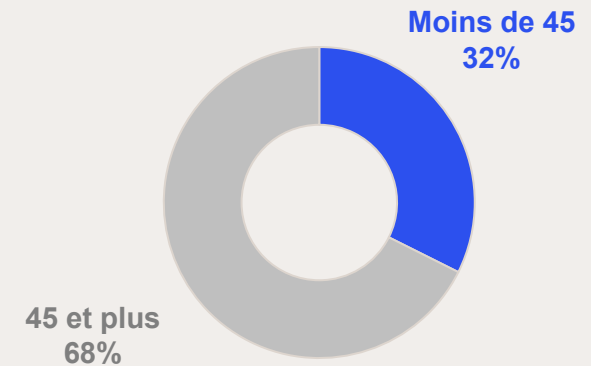
Rentabilité



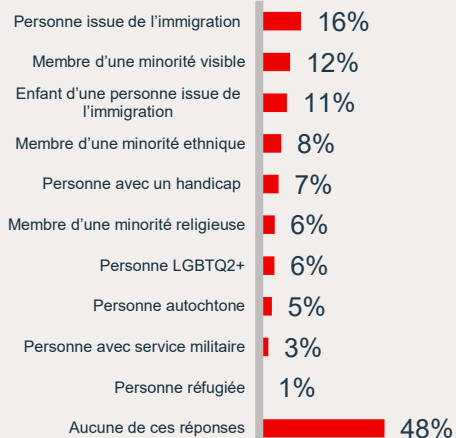
Genre



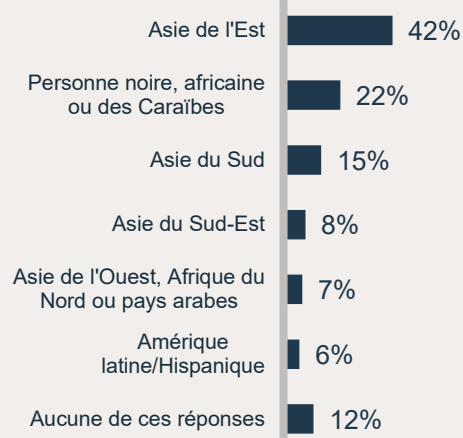
Âge des propriétaires



Diversité*



Minorités visibles*



Merci.



BDC



BDC_ca



BDC



BDC_ca

