

RÉSUMÉ DU RAPPORT 2023 DU SCDSEO SUR LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE

À propos du présent rapport

Réalisé tous les deux ans, depuis 1977, pour le Centre de toxicomanie et de santé mentale, le *Sondage sur la consommation de drogues et la santé des élèves* de l'Ontario (SCDSEO) est le plus ancien sondage canadien mené en milieu scolaire auprès d'adolescents et l'un des plus anciens au monde. Le présent rapport examine les indicateurs de santé physique et mentale et divers comportements à risque, dont l'intimidation, les jeux de hasard et d'argent, la fréquentation des réseaux sociaux et la pratique des jeux vidéo, ainsi que les problèmes associés chez les élèves ontariens en 2023. Il indique aussi les changements survenus depuis 1991, là où les données existent. Précisons que bien que le premier SCDSEO date de 1977, la plupart des indicateurs de santé mentale et physique ont été introduits au début des années 1990. Parmi les nouveaux indicateurs figurant dans le présent rapport, citons le recours aux services de soutien en santé mentale à l'école ou par l'intermédiaire de l'école, les obstacles à l'obtention d'un tel soutien, les problèmes liés à la fréquentation des réseaux sociaux et la perception d'une discrimination liée à l'identité.

SCDSEO 2023

Au total, 10 145 élèves de la 7^e à la 12^e année, répartis dans 848 classes, 235 écoles et 46 conseils scolaires de l'Ontario, ont participé au cycle 2023 du SCDSEO. Les données proviennent de déclarations faites via des questionnaires anonymes. Le sondage a été effectué en classe entre novembre 2022 et juin 2023.

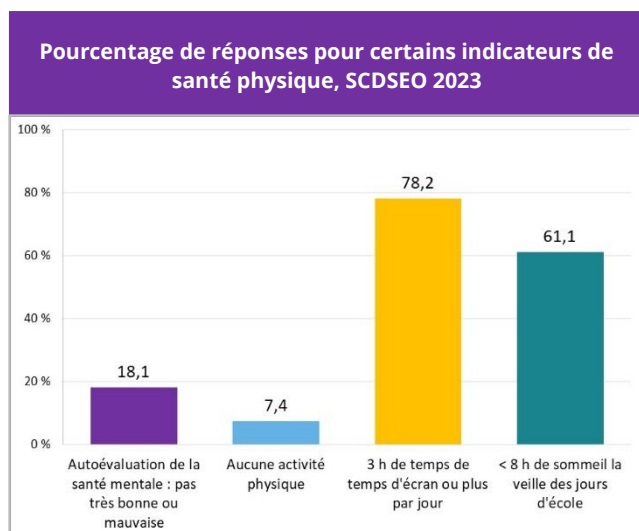
Vie familiale et vie scolaire

- Près de la moitié (46 %) des élèves ont déclaré qu'ils ne parlaient que rarement à leurs parents, voire jamais, de leurs problèmes ou de ce qu'ils ressentent.
- Près d'un tiers (30 %) des élèves ont déclaré aimer beaucoup ou assez l'école. Environ 41 % aiment l'école dans une certaine mesure, et 29 % disent ne pas aimer l'école.
- La plupart des élèves se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école (77 %), 76 % ont un sentiment d'appartenance à leur école et 87 % s'y sentent en sécurité.
- Les pourcentages d'élèves ayant déclaré : aimer beaucoup ou assez l'école; avoir un sentiment d'appartenance envers leur école; se sentir proches des personnes qu'ils côtoient à l'école et s'y sentir en sécurité ont diminué de manière significative au cours des dernières années.
- Plus d'un quart (28 %) des élèves ont déclaré avoir un faible statut social subjectif à l'école (c'est-à-dire qu'ils ont le sentiment de ne pas être respectés par les autres élèves et d'être tenus à l'écart).
- Neuf pour cent (9 %, soit un onzième) des élèves ont déclaré se sentir parfois ou souvent victimes de discrimination à l'école en raison de leur race ou de leur origine ethnique. Environ 7 % ont déclaré se sentir victimes de discrimination à l'école en raison de leur religion ou de leurs croyances religieuses, et environ 7 % ont déclaré se sentir victimes de discrimination à l'école en raison d'un handicap. Un pourcentage similaire d'élèves du secondaire se sentent victimes de discrimination à l'école en raison de leur identité de genre ou de leur orientation sexuelle.

Santé physique

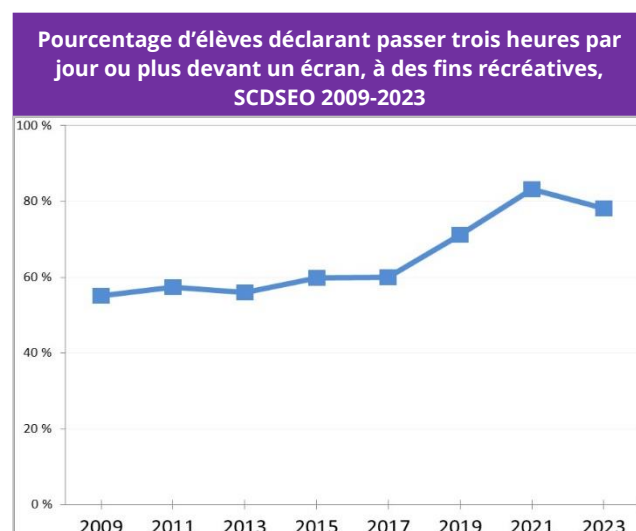
Santé physique autoévaluée et problèmes de santé

- La moitié (50 %) des élèves estiment que leur santé physique est excellente ou très bonne, mais environ 8 % (1 sur 6) ont déclaré que leur état de santé n'était pas très bon ou qu'il était franchement mauvais.
- Le nombre des déclarations indiquant un état de santé pas très bon ou mauvais s'est significativement accru ces dernières années et l'estimation pour 2023 figure parmi les plus élevées enregistrées depuis l'introduction de la question, il y a plusieurs dizaines d'années.
- Parmi les problèmes de santé le plus fréquemment évoqués dans les réponses au sondage, les principaux sont les problèmes de santé mentale, dont la dépression et l'anxiété (21 %), le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (12 %) et les troubles de la vue (9 %).



Activité physique, temps d'écran et sommeil

- Un quart (26 %) des élèves ont satisfait aux recommandations en matière d'activité physique quotidienne (définie comme un total d'au moins 60 minutes d'activité modérée à vigoureuse par jour) au cours des sept derniers jours. En revanche, environ 7 % des élèves ont été physiquement inactifs au cours de chacun des sept derniers jours.
- Plus de trois quarts (78 %) des élèves ont un comportement sédentaire associé au temps d'écran, passant trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir, ce qui est plus élevé que la durée préconisée dans les *Directives canadiennes de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes*.
- Bien que le pourcentage d'élèves déclarant passer trois heures ou plus par jour devant un écran à des fins récréatives ait significativement diminué entre 2021 (83 %) et 2023 (78 %), il n'en demeure pas moins parmi les plus élevés depuis l'introduction de la question, en 2009.
- Plus d'un tiers (39 %) des élèves ont déclaré dormir habituellement huit heures ou plus la veille des jours d'école, en moyenne. La majorité des élèves (61 %) dorment donc moins de huit heures par nuit.



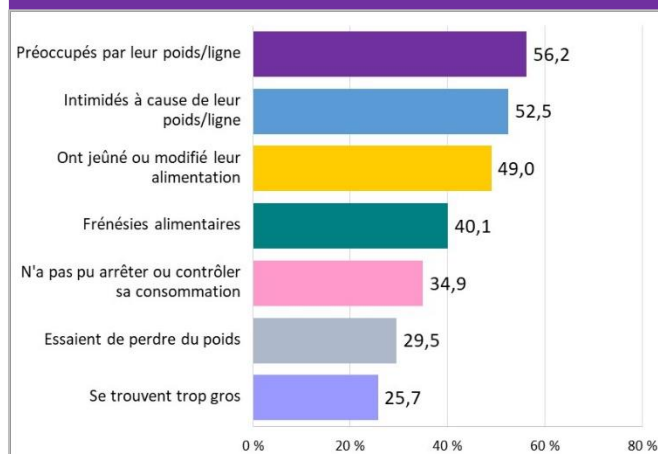
Troubles de l'alimentation et de l'image corporelle

- Plus de la moitié (56 %) des élèves sont insatisfaits de leur ligne, de leur poids ou de leur manque de musculature, une préoccupation constante ou qui revient plus ou moins souvent.
- Environ un tiers (35 %) des élèves ont déclaré avoir été incapables de s'arrêter de manger au moins une fois au cours du mois écoulé.
- Environ 40 % des élèves ont déclaré s'être gavés de nourriture au moins une fois au cours du mois écoulé.
- Environ la moitié (49 %) des élèves ont déclaré s'être abstenus de manger ou avoir mangé de manière à modifier leur poids, leur ligne ou leur musculature au moins une fois au cours du mois écoulé.
- Plus de la moitié (58 %) des élèves sont satisfaits de leur poids. Un quart d'entre eux (26 %) se trouvent trop gros et 17 % se trouvent trop maigres.
- Le nombre d'élèves qui se trouvent trop gros est resté stable au cours de la dernière décennie. Cependant, il y a eu une augmentation significative (de 19 % à 26 %) depuis 2001, année où la question a été introduite.
- Un tiers (34 %) des élèves n'essaient pas de modifier leur poids. Environ 30 % essaient de perdre du poids, 19 % veulent éviter de prendre du poids et 17 % veulent en prendre.
- Plus de la moitié (53 %) des élèves ont déclaré avoir été victimes d'intimidation en raison de leur poids ou de leur silhouette au moins une fois au cours de l'année écoulée (c'est-à-dire qu'ils ont été taquinés ou harcelés à propos de leur poids ou de leur ligne).
- Le pourcentage d'élèves déclarant avoir été victimes d'intimidation en raison de leur poids ou de leur ligne au moins une fois au cours de l'année écoulée a augmenté de manière significative entre 2021 (année d'introduction de la question) et 2023, passant de 40 % à 53 %.

Traumatismes crâniens et comportements à risque au volant

- Plus d'un tiers (40 %) des élèves ont déclaré avoir subi un traumatisme crânien au cours de leur vie. Treize pour cent (13 %, soit environ un huitième) d'entre eux ont déclaré avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves déclarant avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année écoulée a augmenté de façon significative entre 2021 et 2023, passant de 9 % à 13 % et revenant ainsi au niveau observé lorsque la question a été introduite, en 2017.
- Plus d'un tiers (39 %) des élèves de la 10^e à la 12^e année qui conduisent ont déclaré avoir texté au volant au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'adolescents qui conduisent et qui ont déclaré texter au volant a augmenté de manière significative entre 2019 et 2023, passant de 29 % à 39 %. Cependant, les chiffres actuels sont comparables aux chiffres enregistrés il y a dix ans, lorsque la question a été introduite.

Pourcentage de réponses pour certains indicateurs de troubles de l'alimentation et de l'image corporelle, SCDSEO 2023



Santé mentale

Autoévaluation de la santé mentale

- Un peu plus d'un tiers (36 %) des élèves estiment que leur santé mentale est excellente ou très bonne, tandis qu'un pourcentage comparable (38 %) des élèves estiment qu'elle n'est pas très bonne ou qu'elle est franchement mauvaise.
- Le pourcentage d'élèves qui estiment que leur santé mentale n'est pas très bonne ou mauvaise a augmenté de façon significative depuis 2007 (année d'introduction de la question), passant de 11 % à 38 %.

Faible estime de soi et solitude

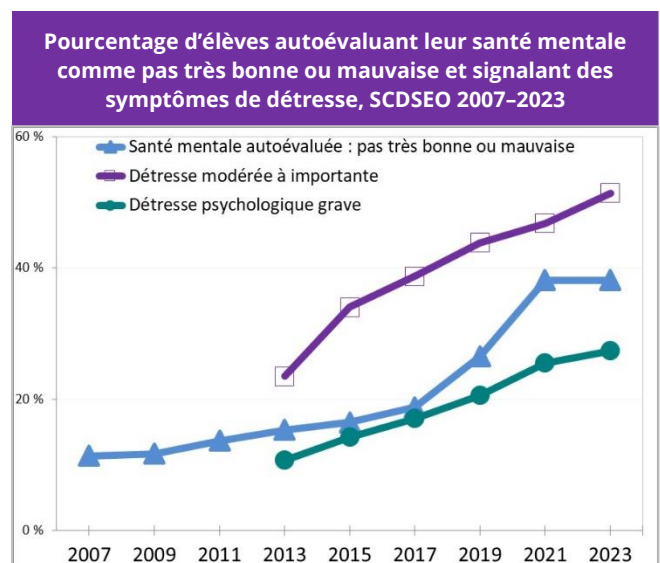
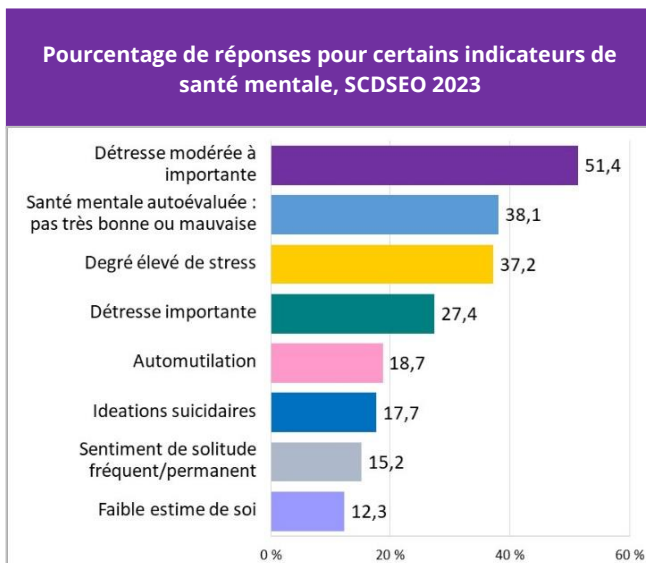
- Douze pour cent (12 %, soit environ un huitième) des élèves ont déclaré avoir une faible estime d'eux-mêmes (sentent qu'ils n'ont pas satisfait à leurs attentes envers eux-mêmes).
- Le pourcentage d'élèves ayant une faible estime d'eux-mêmes a augmenté de manière significative depuis 2015 (année d'introduction de la question), passant de 7 % à 12 %.
- Quinze pour cent (15 %, soit un septième) des élèves ont déclaré se sentir souvent ou toujours seuls.

Degré élevé de stress

- Plus d'un tiers (37 %) des élèves ont déclaré éprouver un degré élevé de stress.
- Le pourcentage d'élèves déclarant éprouver un degré élevé de stress a augmenté de manière significative depuis 2015 (année d'introduction de la question), passant de 29 % à 37 %.

Détresse psychologique

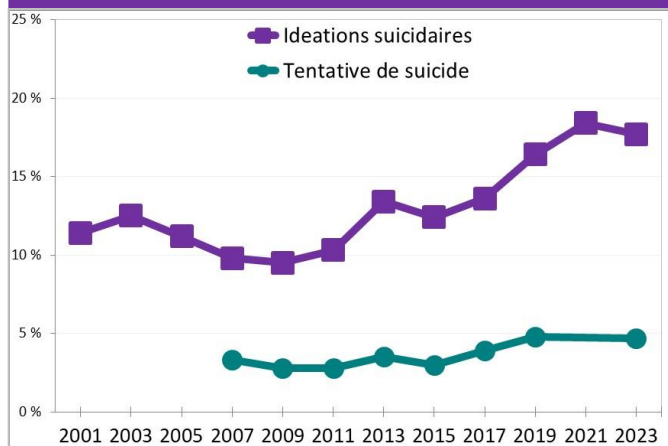
- La moitié (51 %) des élèves ont déclaré éprouver un sentiment de détresse (symptômes d'anxiété et de dépression) modéré ou important.
- Plus d'un quart (27 %) des élèves ont indiqué éprouver un grand sentiment de détresse.
- Les deux indicateurs de détresse sont restés stables entre 2021 et 2023, mais ils ont augmenté de manière significative depuis l'introduction de la question, il y a dix ans. La détresse modérée est passée de 24 % en 2013 à 51 % en 2023, et la détresse grave est passée de 11 % en 2013 à 27 % en 2023.



Automutilation et suicide

- Dix-neuf pour cent (19 %, soit près d'un cinquième) des élèves ont déclaré s'être volontairement infligé des blessures au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves déclarant s'être infligé des blessures au cours de l'année écoulée a augmenté de manière significative entre 2019 (année d'introduction de la question) et 2023, passant de 15 % à 19 %.
- Dix-huit pour cent (18 %, soit un sixième) des élèves ont eu des idées suicidaires intenses au cours de l'année écoulée, et 5 % ont déclaré avoir fait une tentative de suicide au cours de l'année.
- Le pourcentage d'élèves déclarant avoir eu des idées suicidaires au cours de l'année écoulée a augmenté de façon significative depuis 2001, année d'introduction de la question, passant de 11 % à 18 %.
- Le pourcentage d'élèves déclarant avoir fait une tentative de suicide au cours de l'année écoulée est resté relativement stable depuis 2007 (année d'introduction de la question), fluctuant entre 3 % et 5 %.

Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir eu des idées suicidaires ou tenté de se suicider au cours de l'année écoulée, SCDSEO 2001-2023



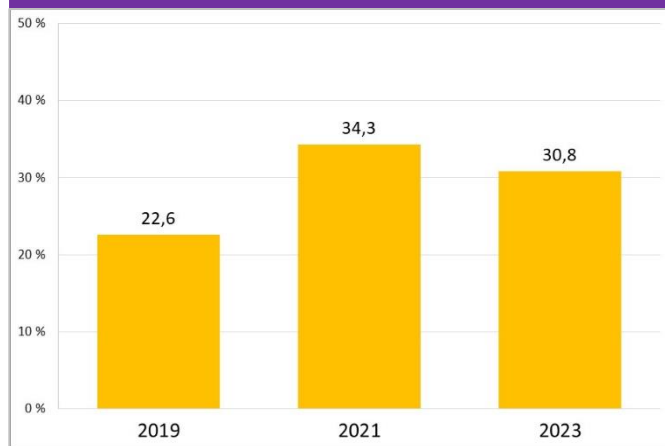
Anxiété liée aux changements climatiques

- Dix-huit pour cent (18 %, un sixième) des élèves sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques.
- Un peu moins de la moitié (45 %) des élèves ont déclaré être déprimés par les conséquences des changements climatiques sur l'avenir.

Capacité à faire face aux difficultés

- Plus d'un tiers (35 %) des élèves estiment que leur capacité à faire face à des difficultés inattendues est excellente ou très bonne. Un pourcentage comparable (31 %) d'élèves estiment que leur capacité à faire face est passable ou insuffisante.
- Le pourcentage d'élèves déclarant être incapables de faire face à des difficultés inattendues a augmenté de façon significative entre 2019 (année d'introduction de la question) et 2023, passant de 23 % à 31 %.

Pourcentage d'élèves déclarant que leur capacité à faire face à des difficultés inattendues est passable ou mauvaise, SCDSEO 2019-2023



Prescription de médicaments psychiatriques

- Environ 5 % des élèves ont pris des médicaments prescrits pour le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) (Adderall, Ritalin, Concerta, etc.) au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir pris des médicaments pour le TDAH est resté stable au cours des dernières années, mais il a augmenté de façon significative depuis l'introduction de la question en 2007, passant de 2 % à 5 %.
- Environ un dixième des élèves du secondaire (10 %) ont déclaré avoir reçu une ordonnance pour le traitement de l'anxiété, de la dépression ou des deux au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves du secondaire ayant déclaré avoir reçu une ordonnance pour le traitement de l'anxiété, de la dépression ou des deux a augmenté de façon significative depuis 2001 (année d'introduction de la question), passant de 3 % à 10 %.

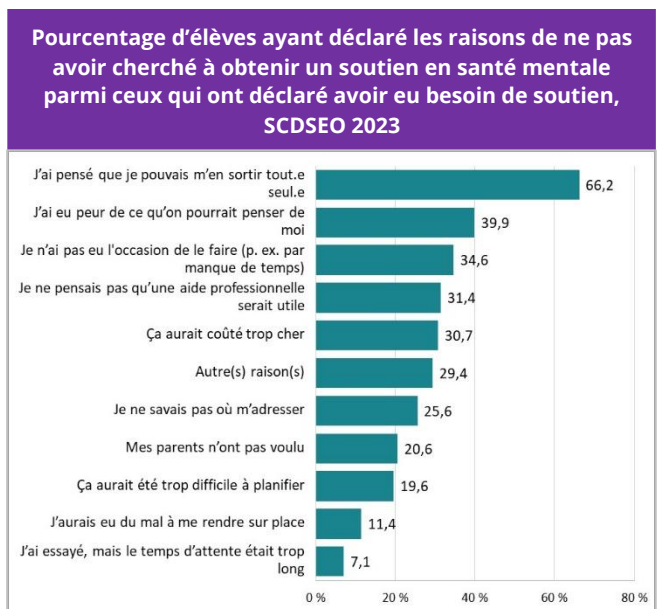
Soutien en santé mentale

- Plus de la moitié (57 %) des élèves ont déclaré savoir comment obtenir des services de santé mentale en milieu scolaire. Vingt-deux pour cent (22 %, soit environ un cinquième) des élèves ont déclaré ne pas savoir comment faire et un pourcentage comparable (21 %) des élèves ont indiqué une incertitude à ce sujet.
- Quatorze pour cent (14 %, soit environ un septième) des élèves ont déclaré avoir eu recours à des services de santé mentale à l'école au cours de l'année scolaire.
- Plus d'un tiers (36 %) des élèves ont déclaré avoir consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école) au moins une fois au cours de l'année écoulée.

- Environ 6 % des élèves ont déclaré avoir cherché des conseils soit en appelant une ligne d'assistance téléphonique, soit en faisant des recherches sur Internet (ou les deux) au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance téléphonique ou en faisant des recherches sur Internet a considérablement augmenté depuis 2011 (année d'introduction de la question), passant de 2 % à 6 %.

Obstacles à la recherche d'un soutien en santé mentale

- Un tiers (33 %) des élèves ont déclaré qu'ils auraient pu bénéficier d'un soutien professionnel en santé mentale au cours de l'année, mais qu'ils n'en avaient pas cherché.
- Parmi les élèves ayant déclaré avoir eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale mais ne pas en avoir cherché, les raisons le plus couramment invoquées étaient les suivantes : ils pensaient pouvoir se débrouiller seuls, ils avaient peur de ce qu'on penserait d'eux, ils étaient trop occupés.



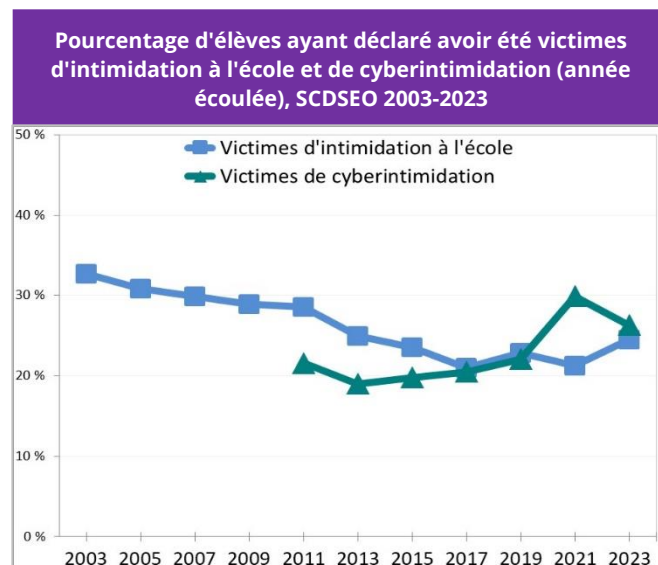
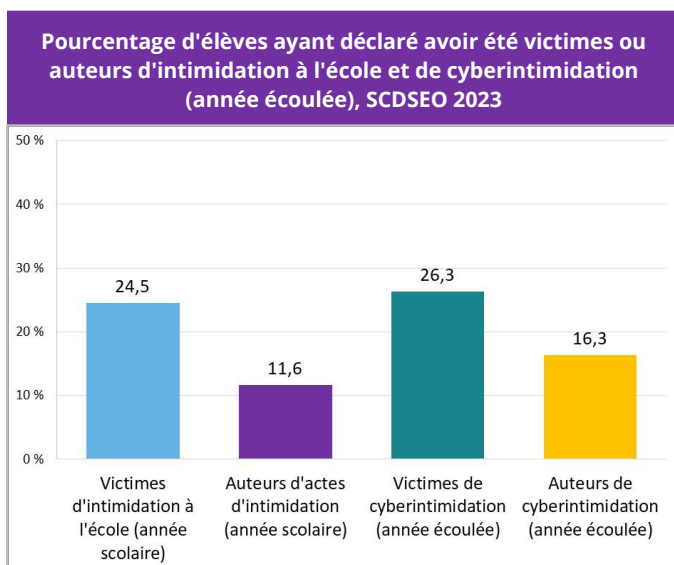
Intimidation

Intimidation à l'école

- Un quart (25 %) des élèves ont déclaré avoir été intimidés à l'école depuis le début de l'année scolaire. La forme d'intimidation la plus répandue à l'école est l'intimidation verbale (20 %); 3 % des élèves ont déclaré avoir été principalement victimes d'agression physique et 2 % ont dit avoir été victimes de vol ou de vandalisme.
- Douze pour cent (12 %, soit un huitième) des élèves ont déclaré avoir intimidé d'autres élèves à l'école depuis septembre. La forme la plus répandue d'intimidation à l'école est l'intimidation verbale (9 %), suivie de l'agression physique (2 %) et du vol ou vandalisme (moins de 1 %).
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir été victimes d'intimidation à l'école est resté stable au cours des dix dernières années (depuis 2013), mais a diminué de façon sensible depuis 2003, année d'introduction de la question, passant de 33 % à 25 %.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré en avoir intimidé d'autres a également diminué depuis 2003, passant de 30 % à 12 %.

Cyberintimidation

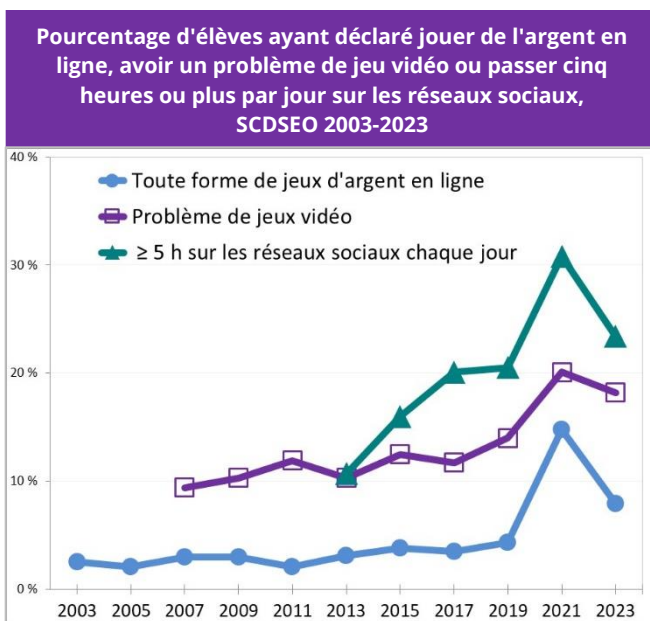
- Un quart (26 %) des élèves ont déclaré avoir été victimes d'intimidation sur Internet au cours de l'année écoulée.
- Seize pour cent (16 %, soit un sixième) des élèves ont déclaré avoir pratiqué l'intimidation sur Internet au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir été victimes d'intimidation sur Internet au cours de l'année écoulée a augmenté de manière significative depuis 2011, année d'introduction de la question, passant de 22 % à 26 %.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir pratiqué l'intimidation sur Internet a augmenté de manière significative depuis 2017, année d'introduction de la question, passant de 10 % à 16 %.



Jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo et fréquentation des réseaux sociaux

Jeux de hasard et d'argent

- Environ 8 % des élèves déclarent avoir parié de l'argent dans le cadre de jeux en ligne (casinos virtuels, paris sportifs, etc.) au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Environ un quart (24 %) des élèves ont déclaré avoir dépensé de l'argent dans des jeux vidéo au cours de l'année (pour acheter des lots aléatoires, des clés ou de la monnaie de jeu, ou jouer en bourse d'objets virtuels).
- Environ 16 % des élèves déclarent avoir joué de l'argent dans le cadre d'autres activités : jeux de cartes, dés, loteries, cartes à gratter, etc., au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir joué de l'argent en ligne au cours de l'année écoulée a considérablement diminué entre 2021 et 2023, passant de 15 % à 8 %. Toutefois, malgré cette baisse récente, l'estimation actuelle reste plus élevée que celle de 2003 (2 %), année d'introduction de la question.



Jeux vidéo

- Plus d'un quart (28 %) des élèves jouent quotidiennement ou presque à des jeux vidéo. Environ 12 % (soit un huitième) jouent à des jeux vidéo pendant cinq heures ou plus par jour.
- Dix-huit pour cent des élèves (18 %, soit un sixième) ont signalé des symptômes d'un problème lié aux jeux vidéo (tels que préoccupation, tolérance, perte de contrôle, repli sur soi, comportement d'évasion, indifférence aux conséquences, perturbation de la vie familiale ou de la vie scolaire).
- Le pourcentage d'élèves ayant signalé des symptômes d'un problème lié aux jeux vidéo a considérablement augmenté depuis 2007, date d'introduction de la question, passant de 9 % à 18 %.

Fréquentation des réseaux sociaux

- Une très large majorité (94 %) d'élèves fréquentent quotidiennement les réseaux sociaux et environ un quart (23 %) y consacrent cinq heures par jour ou plus.
- Le pourcentage d'élèves qui ont déclaré passer cinq heures par jour ou plus sur les réseaux sociaux a considérablement diminué entre 2021 (31 %) et 2023 (23 %). Cependant, l'estimation actuelle reste plus élevée qu'en 2013 (11 %), date d'introduction de la question.
- Environ 9 % des élèves (soit un onzième) ont signalé des symptômes d'usage problématique des réseaux sociaux (tels que préoccupation, tolérance, perte de contrôle, repli sur soi, comportement d'évasion, conflits avec la famille).

Variations selon le sexe*

↑ Les garçons ont été plus nombreux à déclarer :	↑ Les filles ont été plus nombreuses à déclarer :
<ul style="list-style-type: none"> ne parler que rarement de leurs problèmes à leurs parents, voire jamais aimer l'école et juger positif le climat scolaire être physiquement actifs au quotidien se percevoir comme trop maigres dormir au moins huit heures la veille des jours d'école intimider des élèves à l'école pratiquer la cyberintimidation jouer de l'argent, en ligne ou d'une autre façon passer cinq heures par jour ou plus à des jeux vidéo faire un usage problématique des jeux vidéo 	<ul style="list-style-type: none"> avoir une santé physique pas très bonne ou mauvaise passer trois heures ou plus par jour devant un écran durant leurs loisirs avoir des symptômes de troubles de l'alimentation se percevoir comme trop grosses avoir été victimes d'intimidation à cause de leur poids ou de leur ligne avoir une santé mentale pas très bonne ou mauvaise avoir une faible estime d'elles-mêmes éprouver beaucoup de stress se sentir souvent ou toujours seules ressentir une détresse modérée ou grave s'être automutilées avoir eu des idéations suicidaires et avoir tenté de se suicider être inquiètes au sujet des changements climatiques se sentir déprimées face à l'avenir en raison des changements climatiques avoir une capacité à faire face aux problèmes passable ou insuffisante prendre des médicaments d'ordonnance pour l'anxiété ou la dépression recourir aux services de santé mentale offerts par leur école avoir consulté un·e professionnel·le de la santé mentale avoir cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en faisant des recherches sur Internet avoir besoin d'un soutien en santé mentale, sans avoir fait de démarches en ce sens être victimes d'intimidation passer quotidiennement cinq heures par jour sur les réseaux sociaux ou plus faire un usage problématique des réseaux sociaux


Variations selon l'année d'études


↑ Le nombre d'élèves ayant déclaré ce qui suit augmente avec les années d'études	↓ Le nombre d'élèves ayant déclaré ce qui suit diminue avec les années d'études
<ul style="list-style-type: none"> ne parler que rarement de leurs problèmes à leurs parents, voire jamais passer trois heures ou plus par jour devant un écran texter au volant avoir une santé physique pas très bonne ou mauvaise (autoévaluée) avoir une faible estime d'eux-mêmes éprouver beaucoup de stress se sentir souvent ou toujours seuls éprouver un sentiment de détresse modéré ou important avoir des idéations suicidaires avoir besoin d'un soutien en santé mentale, sans avoir fait de démarches en ce sens être inquiets au sujet des changements climatiques recourir aux services de santé mentale offerts par leur école jouer de l'argent en ligne 	<ul style="list-style-type: none"> aimer l'école et juger positif le climat scolaire être physiquement actifs au quotidien dormir au moins huit heures la veille des jours d'école avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année avoir été intimidés à l'école avoir été victimes de cyberintimidation faire un usage problématique des réseaux sociaux

* désigne le sexe assigné à la naissance

Différences régionales

Aux fins du sondage, la province a été divisée en quatre régions : la région du grand Toronto (Toronto et régions de Durham, York, Peel et Halton), le nord de l'Ontario (districts de Parry Sound et de Nipissing, et régions situées plus au nord), l'ouest de l'Ontario (comté de Dufferin et régions situées plus à l'ouest) et est de l'Ontario (comté de Simcoe et régions situées plus à l'est). Le tableau ci-dessous indique les différences régionales statistiquement significatives.

 Au-dessus de la moyenne provinciale
Région du Grand Toronto (RGT)
▪ aiment l'école
▪ trois heures de temps d'écran par jour ou plus
Nord de l'Ontario
▪ activité physique quotidienne

 En dessous de la moyenne provinciale
Région du grand Toronto (RGT)
▪ activité physique quotidienne
▪ traumatisme crânien
Nord de l'Ontario
▪ trois heures de temps d'écran par jour ou plus
Est de l'Ontario
▪ santé autoévaluée comme pas très bonne ou mauvaise
▪ cinq heures par jour ou plus passées à jouer à des jeux vidéo

Tendances récentes

Le tableau suivant résume les changements significatifs intervenus entre 2021 et 2023 pour l'ensemble des élèves ayant participé au sondage.

	2019	2021		2023
Aiment beaucoup ou assez l'école	36 %	42 %		30 %
Trois heures de temps d'écran ou plus par jour	71 %	83 %		78 %
Ont été victimes d'intimidation à cause de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	s/o	40 %		53 %
Huit heures de sommeil ou plus la veille des jours d'école	37 %	49 %		39 %
Traumatisme crânien (année écoulée)	15 %	9 %		13 %
Usage médical d'opioïdes (année écoulée)	20 %	15 %		25 %
Jeux d'argent en ligne (année écoulée)	4 %	15 %		8 %
Passent cinq heures par jour ou plus sur les réseaux sociaux	21 %	31 %		23 %

Remarque : les estimations pour 2019 sont indiquées à titre de référence.

Survol des tendances

Tendances pour certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être (total des réponses)

Indicateurs	Années scolaires	Périodes	Changements	
Autoévaluation de la santé physique : pas très bonne ou mauvaise	7 ^e , 9 ^e , 11 ^e	1991–2023	↑	Augmentation : de 6 % à 18 %
Activité physique quotidienne (60 minutes par jour)	7 ^e -12 ^e	2009–2023	↑	Augmentation : de 21 % à 26 %
Trois heures ou plus de temps d'écran récréatif par jour	7 ^e -12 ^e	2009–2023	↑	Augmentation : de 55 % à 78 %
Se trouvent trop gros	7 ^e -12 ^e	2001–2023	↑	Augmentation : de 19 % à 26 %
Usage médical d'opioïdes (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2007–2023	↓	Diminution : de 41 % à 25 %
Autoévaluation de la santé mentale : pas très bonne ou mauvaise	7 ^e -12 ^e	2007–2023	↑	Augmentation : de 11 % to 38 %
Faible estime de soi	7 ^e -12 ^e	2015–2023	↑	Augmentation : de 7 % à 12 %
Degré élevé de stress (mois écoulé)	7 ^e -12 ^e	2015–2023	↑	Augmentation : de 29 % à 37 %
Sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	7 ^e -12 ^e	2013–2023	↑	Augmentation : de 24 % à 51 %
Détresse grave (mois écoulé)	7 ^e -12 ^e	2013–2023	↑	Augmentation : de 11 % à 27 %
Automutilation (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2019–2023	↑	Augmentation : de 15 % à 19 %
Idéations suicidaires (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2001–2023	↑	Augmentation : de 11 % à 18 %
Tentative de suicide (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2007–2023	■	Pas de changement
Capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	7 ^e -12 ^e	2019–2023	↑	Augmentation : de 23 % à 31 %
Prise de médicaments pour le TDAH (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2007–2023	↑	Augmentation : de 2 % à 5 %
Prise de médicaments pour l'anxiété, la dépression ou des deux affections (année écoulée)	9 ^e -12 ^e	2001–2023	↑	Augmentation : de 3 % à 10 %
Recherche de conseils en appelant une ligne d'assistance téléphonique ou en faisant des recherches sur Internet	7 ^e -12 ^e	2011–2023	↑	Augmentation : de 2 % à 6 %
Victimes d'intimidation à l'école (durant l'année scolaire)	7 ^e -12 ^e	2003–2023	↓	Diminution : de 33 % à 25 %
Victimes de cyberintimidation (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2011–2023	↑	Augmentation : de 22 % à 26 %
Jeux d'argent en ligne (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2003–2023	↑	Augmentation : de 3 % à 8 %
Problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	7 ^e -12 ^e	2007–2023	↑	Augmentation : de 9 % à 18 %
Cinq heures par jour ou plus passées sur les réseaux sociaux	7 ^e -12 ^e	2013–2023	↑	Augmentation : de 11 % à 23 %

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par sexe – SCDSEO 2023 (7^e à 12^e année)

Indicateur	% total	Garçons	Filles	
Climat scolaire				
aiment beaucoup ou assez l'école	30,4	32,6	28,1	*
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	77,4	82,1	72,4	*
ont un sentiment d'appartenance à leur école	76,0	78,4	73,5	*
se sentent en sécurité à l'école	87,0	89,2	84,6	*
Santé physique				
jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	18,1	13,8	22,6	*
ont une activité physique quotidienne (60 minutes par jour, semaine écoulée)	25,5	32,6	18,1	*
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	78,2	75,2	81,3	*
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur manque de musculature	56,2	42,9	70,1	*
se trouvent trop gros	25,7	18,9	33,1	*
ont été victimes de vexations à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	52,5	49,5	55,7	*
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	38,9	44,4	33,1	*
ont subi un traumatisme crânien (année écoulée)	13,3	13,8	12,8	
ont texté au volant (10 ^e -12 ^e année, élèves avec permis, année écoulée)	38,7	41,1	35,7	
Santé mentale				
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	38,1	22,4	53,9	*
ont une faible estime d'eux-mêmes	12,3	9,1	15,4	*
éprouvent un degré élevé de stress	37,2	23,0	51,5	*
se sentent souvent ou toujours seuls	15,2	10,1	20,2	*
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	51,4	35,7	67,8	*
éprouvent une détresse grave (mois écoulé)	27,4	14,8	40,5	*
se sont automutilés (année écoulée)	18,7	10,0	27,6	*
ont eu des idéations suicidaires (année écoulée)	17,7	10,7	24,6	*
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	4,7	2,9	6,5	*
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	17,5	13,2	21,7	*
sont déprimés par les conséquences des changements climatiques sur l'avenir	44,5	38,4	50,5	*
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	30,8	22,1	39,4	*
ont pris des médicaments pour le TDAH (année écoulée)	5,4	5,9	4,9	
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{††}	9,7	5,3	14,0	*
savent comment obtenir des services de santé mentale en milieu scolaire	56,8	56,1	57,5	
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	14,3	10,0	18,6	*
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école)	35,6	28,5	42,6	*
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en faisant des recherches sur Internet	5,5	3,1	8,0	*
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale mais n'en ont pas cherché	33,0	18,3	47,8	*
Intimidation				
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	24,5	23,5	25,4	
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	11,6	13,2	9,9	*
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	26,3	22,8	29,9	*
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	16,3	19,3	13,2	*
Jeux d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux				
ont joué en ligne (année écoulée)	7,9	12,4	3,0	*
ont dépensé de l'argent dans des jeux vidéo (année écoulée)	23,6	34,5	11,8	*
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (année écoulée)	15,5	19,0	11,6	*
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	18,2	24,5	11,5	*
passent cinq heures ou plus par jour ou plus sur les réseaux sociaux	23,4	15,9	31,2	*
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	8,8	5,5	12,1	*

Remarque : la taille totale de l'échantillon est de 10 145 élèves; certaines estimations sont basées sur un demi-échantillon aléatoire; la lettre « s » indique que l'estimation a été supprimée en raison du manque de fiabilité; l'astérisque * indique une différence significative entre les sexes ($p < 0,05$) indépendamment des autres facteurs; ^{††} s'applique exclusivement aux élèves de la 9^e à la 12^e année; la prise de médicaments à des fins médicales indique que les médicaments ont été prescrits aux élèves.

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par année scolaire – SCDSEO 2023 (7^e à 12^e année)

Indicateur	7 ^e	8 ^e	9 ^e	10 ^e	11 ^e	12 ^e
Climat scolaire						
aiment beaucoup ou assez l'école	35,4	32,8	28,9	25,2	31,1	30,7 *
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	84,2	81,7	77,4	77,9	74,1	72,4 *
ont un sentiment d'appartenance à leur école	80,5	81,6	74,2	75,7	72,4	74,1 *
se sentent en sécurité à l'école	87,9	88,0	86,1	85,2	86,8	88,0
Santé physique						
jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	15,4	17,9	19,0	18,1	19,7	17,8
ont une activité physique quotidienne (60 minutes par jour, semaine écoulée)	36,7	33,9	24,9	23,8	20,0	18,9 *
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	66,3	73,9	83,8	80,7	78,1	82,2 *
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur manque de musculature	56,4	55,2	54,5	56,8	57,4	56,7
se trouvent trop gros	20,2	27,4	23,5	29,1	28,7	24,3
ont été victimes de vexations à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	54,7	53,5	51,0	52,1	55,9	49,2
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	67,5	56,5	40,8	32,4	26,1	22,3 *
ont subi des traumatismes crâniens (année écoulée)	17,0	16,2	12,4	13,4	11,3	11,1 *
ont texté au volant (10 ^e -12 ^e année, avec permis, année écoulée)	--	--	--	14,7	28,1	51,0 *
Santé mentale						
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	29,5	32,7	33,1	40,2	44,2	45,1 *
ont une faible estime d'eux-mêmes	9,5	10,0	9,2	13,6	16,4	13,9 *
éprouvent un degré élevé de stress	20,6	29,0	32,4	39,9	44,9	49,7 *
se sentent souvent ou toujours seuls	10,4	10,3	14,2	15,9	19,9	18,3 *
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	40,9	41,5	50,0	52,8	58,7	59,0 *
éprouvent une détresse grave (mois écoulé)	21,3	21,9	25,6	30,3	31,8	30,5 *
se sont automutilés (année écoulée)	16,5	19,3	19,1	19,3	19,2	18,6
ont eu des idéations suicidaires (année écoulée)	13,9	11,5	17,1	17,7	21,9	21,6 *
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	s	4,5	5,1	4,9	5,7	3,7
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	14,1	12,6	16,6	20,6	20,2	19,3 *
sont déprimés par les conséquences des changements climatiques sur l'avenir	48,8	41,8	43,4	43,6	43,0	46,4
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	31,4	28,3	30,5	27,0	36,2	31,1
ont pris des médicaments pour le TDAH (année écoulée)	5,6	5,5	7,0	6,2	4,7	4,0
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{††}	--	--	7,7	9,2	11,1	10,6
savent comment obtenir des services de santé mentale en milieu scolaire	46,1	50,4	60,3	59,1	62,1	59,1 *
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	10,7	12,4	10,2	15,9	18,2	17,1 *
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école)	31,2	33,4	32,2	38,9	40,5	36,4
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en faisant des recherches sur Internet	s	5,3	5,0	6,8	7,2	5,5
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale mais n'en ont pas cherché	21,4	27,6	27,2	35,4	39,5	42,1 *
Intimidation						
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	37,3	30,7	21,7	23,8	21,9	16,7 *
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	12,3	14,4	8,7	14,6	10,9	9,5
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	32,0	30,9	25,0	29,1	24,8	19,3 *
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	18,5	20,6	15,9	18,4	15,9	10,6 *
Jeux d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux						
ont joué en ligne (année écoulée)	5,0	4,6	7,6	7,8	8,2	12,0 *
ont dépensé de l'argent dans des jeux vidéo (année écoulée)	24,1	29,8	23,0	22,4	21,5	22,8
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (année écoulée)	12,8	13,2	14,4	15,8	15,2	19,7
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	17,4	14,6	16,9	19,1	20,0	19,9
passent cinq heures ou plus par jour ou plus sur les réseaux sociaux	22,5	23,0	28,1	22,8	23,1	21,0 *
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	9,8	12,2	10,2	8,4	8,4	5,5 *

Remarques : l'astérisque * indique une différence significative entre les classes ($p < 0,05$) indépendamment des autres facteurs; la lettre « s » indique que l'estimation a été supprimée en raison du manque de fiabilité; ^{††} s'applique exclusivement aux élèves de la 9^e à la 12^e année ; la prise de médicaments à des fins médicales indique que les médicaments ont été prescrits aux élèves.

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par région – SCDSEO 2023 (7^e à 12^e année)

Indicateur	RGT	Nord	Ouest	Est
Climat scolaire				
aiment beaucoup ou assez l'école	33,5	26,0	28,8	26,5 *
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	78,6	78,8	75,4	76,9
ont un sentiment d'appartenance à leur école	76,5	75,4	74,3	77,3
se sentent en sécurité à l'école	86,4	87,4	86,4	89,0
Santé physique				
Jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	18,4	20,6	20,1	13,9 *
ont une activité physique quotidienne (60 minutes par jour, semaine écoulée)	23,5	31,7	27,5	26,2 *
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	80,3	72,5	74,9	78,8 *
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur manque de musculature	55,8	53,5	59,5	53,3
se trouvent trop gros	23,6	28,9	31,6	21,9
ont été victimes de vexations à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	52,6	54,9	55,9	47,3 *
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	37,5	41,5	37,1	44,1
ont subi des traumatismes crâniens (année écoulée)	11,7	14,0	14,2	15,6 *
ont texté au volant (10 ^e -12 ^e année, avec permis, année écoulée)	32,2	48,8	44,4	41,7
Santé mentale				
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	37,4	39,3	40,6	36,1
ont une faible estime d'eux-mêmes	11,4	17,1	13,4	11,6
éprouvent un degré élevé de stress	37,8	38,4	38,0	34,6
se sentent souvent ou toujours seuls	14,9	18,8	16,8	12,9
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	52,4	47,5	52,6	48,4
éprouvent une détresse grave (mois écoulé)	26,9	29,3	30,3	24,2
se sont automutilés (année écoulée)	18,9	17,5	20,1	16,7
ont eu des idéations suicidaires (année écoulée)	18,0	23,8	17,2	16,1
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	4,2	s	5,2	4,6
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	18,1	12,8	16,8	18,2
sont déprimés par les conséquences des changements climatiques sur l'avenir	44,2	42,2	41,5	49,3
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	32,5	31,5	29,2	28,5
ont pris des médicaments pour le TDAH (année écoulée)	4,8	s	6,4	5,8
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{**}	7,8	12,9	11,0	11,9
savent comment obtenir des services de santé mentale en milieu scolaire	57,1	59,8	60,0	51,0
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	13,8	18,0	13,9	15,2
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école)	34,7	42,5	36,0	35,7
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en faisant des recherches sur Internet	5,9	s	6,8	3,4
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale mais n'en ont pas cherché	33,0	34,4	33,8	31,7
Intimidation				
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	22,9	26,8	27,0	24,1
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	10,3	9,9	14,4	11,2
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	24,1	30,4	30,3	25,1
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	15,7	14,7	19,2	14,0
Jeux d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux				
ont joué en ligne (année écoulée)	8,9	11,2	6,6	6,6
ont dépensé de l'argent dans des jeux vidéo (année écoulée)	22,6	23,8	27,6	20,8
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (année écoulée)	14,1	14,8	18,8	14,4
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	18,9	14,5	21,1	13,8
passent cinq heures ou plus par jour ou plus sur les réseaux sociaux	24,4	23,2	25,1	18,6 *
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	10,0	8,5	7,8	7,7

Remarques : RGT = Région du Grand Toronto; l'astérisque * indique une différence significative entre régions ($p < 0,05$) indépendamment des autres facteurs; la lettre « s » indique que l'estimation a été supprimée en raison du manque de fiabilité; ** s'applique exclusivement aux élèves de la 9^e à la 12^e année; la prise de médicaments à des fins médicales indique que les médicaments ont été prescrits aux élèves.

Méthodologie

Le Sondage sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario (SCDSEO) du Centre de toxicomanie et de santé mentale est une enquête sur la santé menée à l'échelle de l'Ontario auprès des élèves du primaire des 7^e et 8^e années et des élèves du secondaire de la 9^e à la 12^e année, et ce, tous les deux ans depuis sa création en 1977.

Reposant sur un plan d'échantillonnage stratifié (par région et par niveau de scolarité), à deux degrés (par école et par classe) et en grappes, le sondage de 2023 a été mené auprès de 10 145 élèves de la 7^e à la 12^e année répartis dans 848 classes, 235 écoles et 46 conseils scolaires publics, catholiques et de langue anglaise et française. Étaient exclus de l'échantillonnage les écoles des Premières Nations, des bases militaires, des hôpitaux et autres établissements et les écoles privées, ainsi que les classes pour l'enfance en difficulté et les classes d'anglais langue seconde.

Avant la tenue du sondage, il a été demandé aux parents de remplir des formulaires de consentement éclairé. Des questionnaires électroniques anonymes ou papier-crayon ont été administrés en classe pendant les heures de cours normales par des membres du personnel de l'Institute for Social Research de l'Université York, entre novembre 2022 et juin 2023. Les données de l'échantillon de 10 145 élèves ont été pondérées pour représenter un peu moins d'un million d'élèves de la 7^e à la 12^e année inscrits dans les écoles publiques de l'Ontario.

Remarque à propos du rapport 2021 du SCDSEO

En raison de la pandémie de COVID-19, les écoles de l'Ontario ont été fermées à l'apprentissage en personne durant l'année scolaire 2020-2021 et les données du SCDSEO ont donc été recueillies en ligne et non en classe, pendant les heures de classe, comme c'est habituellement le cas. Cela a entraîné une baisse considérable du taux de réponse des élèves pour ce cycle. Bien que les réponses au sondage aient été pondérées pour minimiser tout biais potentiel dû à l'abstention d'une bonne partie des élèves, ce facteur ne doit pas être négligé. Il faut donc faire preuve de prudence au sujet de la représentativité des estimations de 2021 à l'échelle provinciale.

Rendez-vous à la page Web du SCDSEO (en anglais) pour consulter les rapports et la rubrique FAQ :

www.camh.ca/osduhs