

RÉSUMÉ DU RAPPORT 2025 DU SCDSEO SUR LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE

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 2025. 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.

SCDSEO 2025

Au total, 11 108 élèves de la 7^e à la 12^e année, répartis dans 1147 classes, 246 écoles et 42 conseils scolaires de l'Ontario, ont participé au cycle 2025 du SCDSEO. Les données proviennent de déclarations faites à l'aide de questionnaires en ligne anonymes. Le sondage a été effectué en classe entre décembre 2024 et juin 2025.

Vie familiale et vie scolaire

- Moins de la moitié (42 %) des élèves ont déclaré qu'ils ne parlaient que rarement à leurs parents, voire jamais, de leurs problèmes ou de ce qu'ils ressentent.
 - Environ un tiers (31 %) des élèves ont déclaré aimer beaucoup ou assez l'école. Environ 44 % aiment l'école dans une certaine mesure, et 25 % disent ne pas aimer l'école.
 - La plupart des élèves (82 %) se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école, 81 % ont un sentiment d'appartenance à leur école, et 90 % s'y sentent généralement en sécurité. Environ 17 % des élèves ont peur d'être intimidés ou de subir des blessures à l'école.
- Les pourcentages d'élèves ayant déclaré 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 augmenté de manière significative depuis 2023 (le cycle du dernier sondage). Le pourcentage d'élèves qui ont peur d'être intimidés ou de subir des blessures à l'école est significativement plus élevé aujourd'hui qu'il ne l'était il y a quelques années.
- Environ 11 % (soit un neuvième) 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 6 % ont déclaré se sentir victimes de discrimination à l'école en raison d'un handicap. Des pourcentages similaires (environ 5 % des élèves) se sentent victimes de discrimination à l'école en raison de leur identité de genre ou de leur orientation sexuelle.

Santé physique

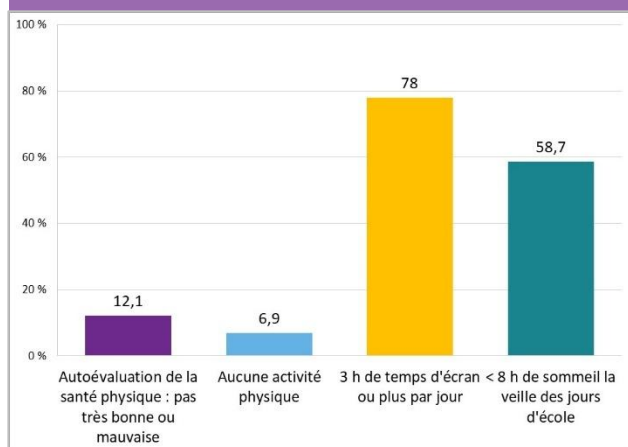
Santé physique autoévaluée et problèmes de santé

- Bien qu'une majorité (58 %) des élèves estiment que leur santé physique est excellente ou très bonne, environ 12 % (un huitième) 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 a significativement diminué entre 2023 et 2025, revenant à un niveau semblable à celui de 2019. Les estimations de 2025 demeurent toutefois plus élevées que celles de 1999 et du début des années 2000.
- 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 (16 %), le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (12 %) et les troubles de la vue (10 %).

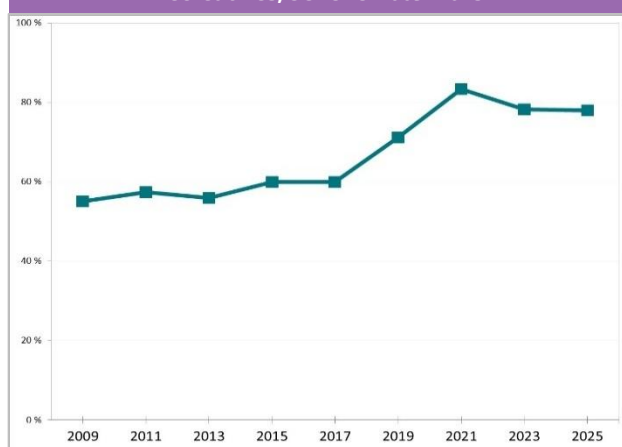
Activité physique, temps d'écran et sommeil

- Un quart (25 %) 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 en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes.
- Le pourcentage d'élèves déclarant passer trois heures ou plus par jour devant un écran durant leurs moments de loisir demeure parmi les plus élevés depuis l'introduction de la question, en 2009.
- Environ 41 % des élèves ont déclaré dormir habituellement huit heures ou plus la veille des jours d'école, en moyenne. La majorité des élèves (59 %) dorment donc moins de huit heures par nuit.

Pourcentage de réponses pour certains indicateurs de santé physique, SCDSEO 2025



Pourcentage d'élèves déclarant passer trois heures par jour ou plus devant un écran, à des fins récréatives, SCDSEO 2009-2025



Troubles de l'alimentation et de l'image corporelle

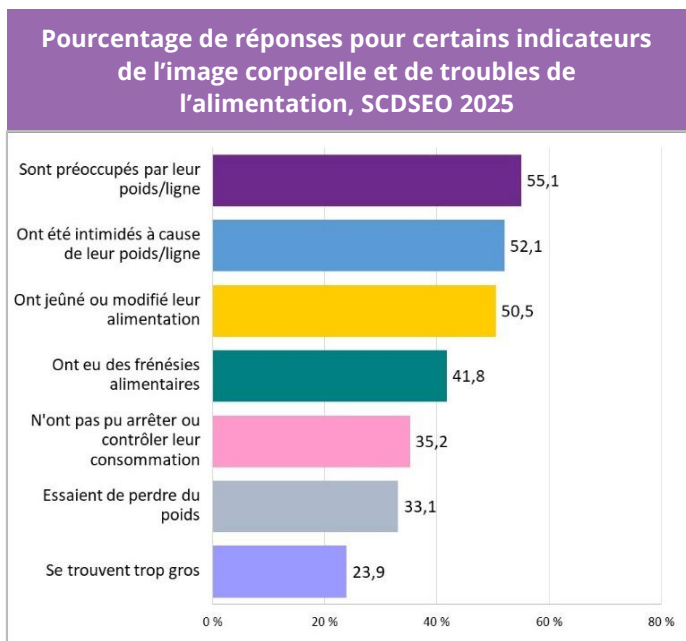
- Plus de la moitié (55 %) des élèves sont insatisfaits de leur ligne, de leur poids ou de leur manque de musculature, une préoccupation constante ou qui revient plus ou moins souvent.
 - Un tiers (35 %) des élèves ont déclaré avoir été incapables de s'arrêter de manger au moins une fois au cours du mois écoulé.
 - Environ 42 % des élèves ont déclaré s'être gavés de nourriture au moins une fois au cours du mois écoulé.
 - La moitié (51 %) 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.
 - Environ deux tiers (61 %) des élèves sont satisfaits de leur poids. Environ un quart d'entre eux (24 %) se trouvent trop gros, et 15 % 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 progressive (de 19 % à 24 %) depuis 2001, année où la question a été introduite.
- Environ un tiers (31 %) des élèves n'essaient pas de modifier leur poids. Un tiers (33 %) essaie de perdre du poids, 17 % veulent éviter de prendre du poids, et 19 % veulent en prendre.
 - Un peu plus de la moitié (52 %) 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 2025, passant de 40 % à 52 %.

Traumatisme crânien

- Plus d'un tiers (40 %) des élèves ont déclaré avoir subi un traumatisme crânien au cours de leur vie. Treize pour cent (soit environ un huitième) d'entre eux ont déclaré avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année écoulée.
- À l'exception d'une diminution enregistrée en 2021, le pourcentage d'élèves déclarant avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année écoulée est resté relativement stable depuis 2007, année où la question a été introduite.

Prendre le petit-déjeuner, aller à l'école l'estomac vide

- Plus du tiers (39 %) des élèves ont déclaré prendre le petit-déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré prendre le petit-déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école a significativement diminué entre 2009 (année d'introduction de la question) et 2025, passant de 51 % à 39 %.
 - Environ 4 % des élèves ont déclaré qu'ils vont souvent ou toujours à l'école ou au lit l'estomac vide parce qu'il n'y a pas assez de nourriture à la maison.



Santé mentale

Auto-évaluation de la santé mentale

- Environ 42 % des élèves estiment que leur santé mentale est excellente ou très bonne, tandis que près d'un tiers (30 %) 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 diminué de façon significative depuis le dernier sondage en 2023, mais demeure beaucoup plus élevé qu'en 2007 (année d'introduction de la question), où il était estimé à 11 %.

Faible estime de soi et solitude

- Dix pour cent 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 10 %.
- Environ 13 % (soit un huitième) des élèves ont déclaré se sentir souvent ou toujours seuls.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré se sentir seuls est resté stable depuis 2021, année d'introduction de la question.

Degré élevé de stress

- Un tiers (34 %) 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 34 %.

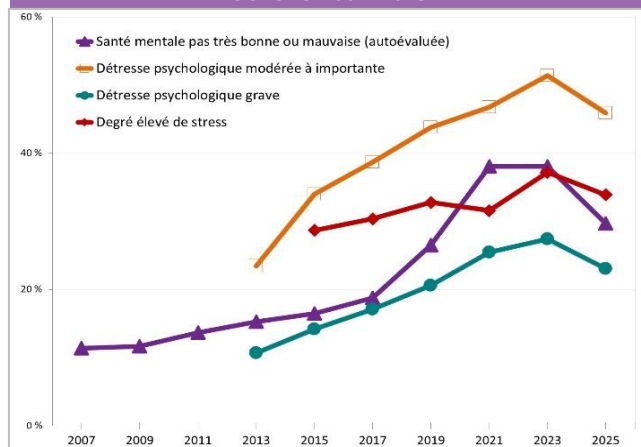
Détresse psychologique

- Un peu moins de la moitié (46 %) des élèves ont déclaré éprouver un sentiment de détresse modéré ou important.
- Environ un quart (23 %) des élèves ont indiqué éprouver un grand sentiment de détresse.
- Les deux indicateurs de détresse ont diminué de manière significative depuis le dernier sondage en 2023. Toutefois, les deux indicateurs sont demeurés élevés depuis l'introduction de la question, il y a plus de dix ans. La détresse modérée est passée de 24 % en 2013 à 46 % en 2025, et la détresse grave est passée de 11 % en 2013 à 23 % en 2025.

Pourcentage de réponses pour certains indicateurs de santé mentale, SCDSEO 2025



Pourcentage d'élèves déclarant leur santé mentale comme pas très bonne ou mauvaise ou signalant une détresse psychologique et un degré élevé de stress, SCDSEO 2007-2025

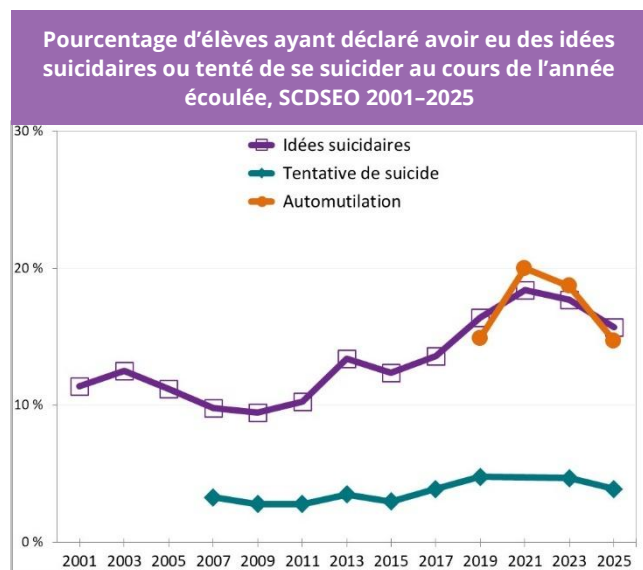


Symptômes de dépression et d'anxiété

- Environ 22 % (soit un cinquième) des élèves ont déclaré avoir présenté des symptômes de dépression au cours des deux semaines précédant le sondage.
- Environ un tiers (31 %) des élèves ont déclaré avoir présenté des symptômes d'anxiété au cours des deux semaines précédant le sondage.

Automutilation et suicide

- Environ 15 % (soit près d'un septième) 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 diminué de manière significative entre 2023 et 2025 (passant de 19 % à 15 %), revenant ainsi au niveau observé en 2019 (année d'introduction de la question).
- Environ 16 % (soit un sixième) des élèves ont eu des idées suicidaires intenses au cours de l'année écoulée, et 4 % ont déclaré avoir fait une tentative de suicide au cours de l'année.
- Le pourcentage d'élèves déclarant avoir eu des idées suicidaires est demeuré stable au cours des dernières années, mais a augmenté de façon significative depuis 2001, année d'introduction de la question, passant de 11 % à 16 %.
- 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 %.

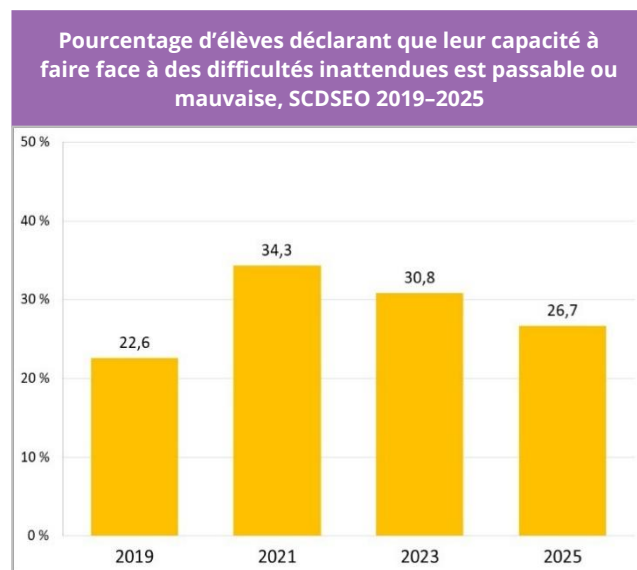


Anxiété liée aux changements climatiques

- Dix pour cent des élèves sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques.
- L'anxiété liée aux changements climatiques a diminué considérablement depuis le dernier sondage en 2023 (18 %) et est plus faible aujourd'hui qu'elle avait été estimée en 2021 (24 %), année d'introduction de la question.

Capacité à faire face aux difficultés

- Plus d'un tiers (38 %) des élèves estiment que leur capacité à faire face à des difficultés inattendues est excellente ou très bonne. Environ un quart (27 %) des 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 est demeuré élevé et est significativement plus élevé aujourd'hui qu'en 2019 (année d'introduction de la question) où il était estimé à 23 %.



Prescription de médicaments psychiatriques

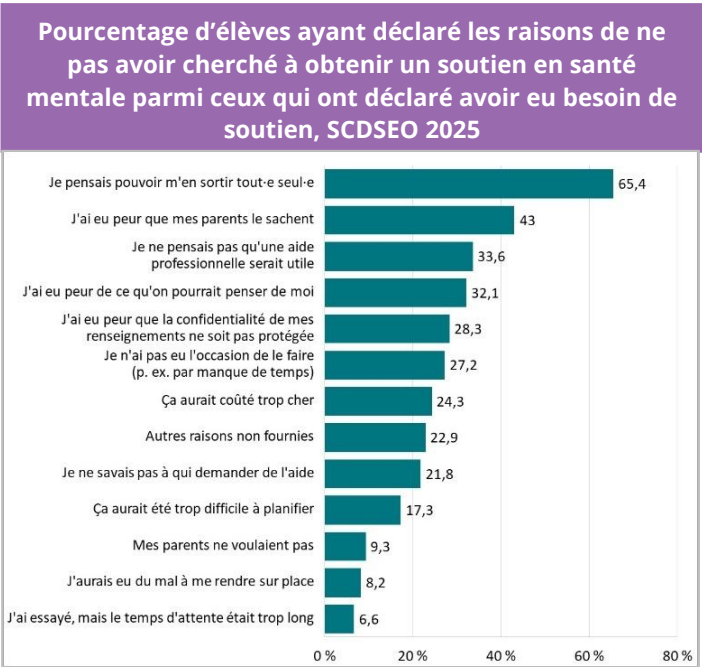
- Environ 8 % (soit un douzième) des élèves du secondaire ont déclaré avoir reçu une ordonnance pour le traitement de l'anxiété, de la dépression ou des deux au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves du secondaire ayant déclaré avoir reçu une ordonnance pour le traitement de l'anxiété, de la dépression ou des deux est stable depuis les dernières années, mais a augmenté de façon significative depuis 2001 (année d'introduction de la question), passant de 3 % à 8 %.

Soutien en santé mentale

- Environ deux tiers (63 %) des élèves ont déclaré savoir comment obtenir des services de santé mentale en milieu scolaire. Environ 16 % (soit un sixième) des élèves ont déclaré ne pas savoir comment faire, et 21 % des élèves ont indiqué une incertitude à ce sujet.
- Quatorze pour cent (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.
- Le pourcentage des élèves ayant déclaré savoir comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école a considérablement augmenté depuis 2023 (passant de 57 % à 63 %). Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir recours à ces services est resté stable à 14 %.
- Plus d'un tiers (37 %) 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 5 % des élèves ont déclaré avoir cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance téléphonique, en consultant un site Web 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, en consultant un site Web ou les deux est demeuré stable au cours des dernières années. Cependant, il y a eu une petite, mais significative, augmentation depuis 2011 (année d'introduction de la question), passant de 2 % à 5 %.

Obstacles à la recherche d'un soutien en santé mentale

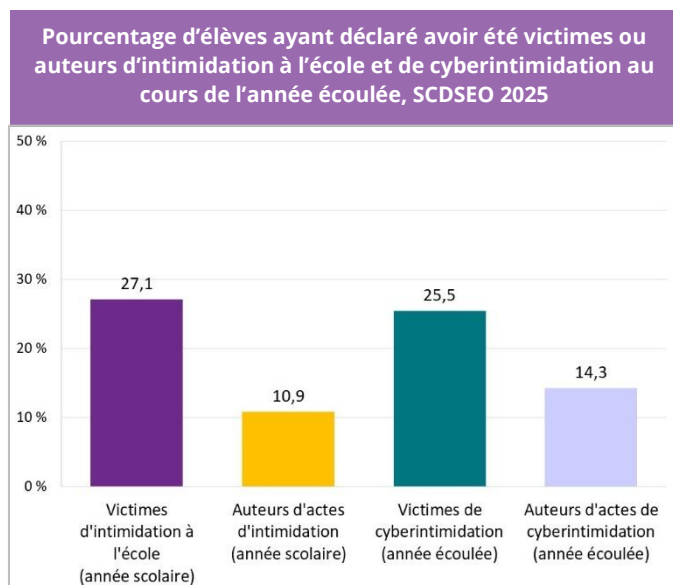
- Environ un quart (29 %) des élèves ont déclaré qu'ils auraient pu bénéficier d'un soutien professionnel en santé mentale au cours de l'année, mais qu'ils n'en avaient pas cherché.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale, mais ne pas en avoir cherché a diminué de manière significative depuis le dernier sondage en 2023 (passant de 33 % à 29 %).
- 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 croyaient pouvoir se débrouiller seuls, ils avaient peur que leurs parents le sachent, ils ne pensaient pas que le soutien professionnel serait utile.



Intimidation

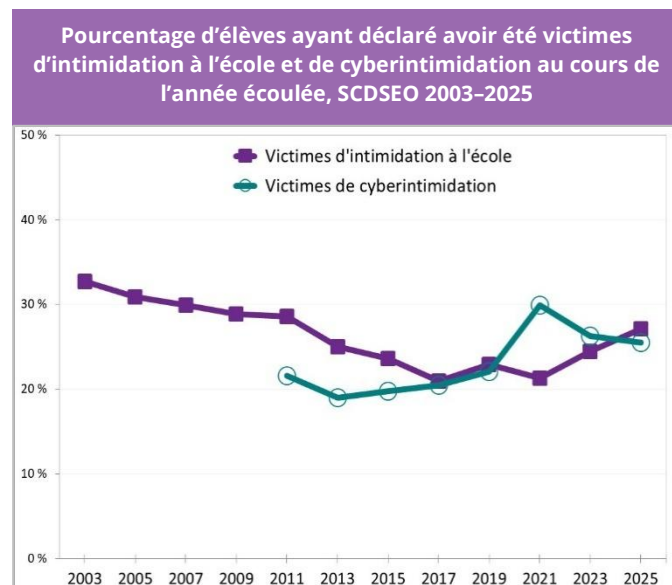
Intimidation à l'école

- Un peu plus du quart (27 %) 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 (23 %). Deux pour cent des élèves ont déclaré avoir été principalement victimes d'agression physique, et 2 % ont dit avoir été victimes de vol ou de vandalisme.
- Onze pour cent (soit un neuvième) des élèves ont déclaré avoir intimidé d'autres élèves à l'école depuis septembre.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir été victimes d'intimidation à l'école a augmenté graduellement depuis 2017 (année où il a été de seulement 21 %). Le pourcentage estimé est toutefois significativement moins élevé aujourd'hui qu'il ne l'était quand la question a été introduite en 2003, année où il était estimé à 33 %.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir intimidé d'autres élèves à l'école est demeuré stable au cours des dernières années, mais a diminué depuis 2003, passant de 30 % à 11 %.



Cyberintimidation

- Un quart (26 %) des élèves ont déclaré avoir été victimes d'intimidation en ligne au cours de l'année écoulée.
- Quatorze pour cent (soit un septième) des élèves ont déclaré avoir pratiqué l'intimidation en ligne au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir été victimes d'intimidation en ligne au cours de l'année écoulée est demeuré stable depuis 2021, mais l'estimation actuelle (26 %) demeure plus élevée que toutes les estimations observées entre 2011, année d'introduction de la question, et 2019 (environ 19 % à 22 %).
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir pratiqué l'intimidation en ligne a augmenté de manière significative depuis 2017, année d'introduction de la question, passant de 10 % à 14 %.



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

Fréquentation des réseaux sociaux

- Une très large majorité (94 %) d'élèves fréquentent quotidiennement les réseaux sociaux. Un quart (25 %) 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 est demeuré stable depuis l'enquête précédente, menée en 2023, mais a augmenté depuis 2019 (alors que l'estimation était de 21 %), et a plus que doublé depuis 2013, année d'introduction de la question (alors que l'estimation était de 11 %), pour atteindre 25 % en 2025.
- Dix pour cent des élèves 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.
- Le pourcentage d'élèves ayant signalé des symptômes d'usage problématique des réseaux sociaux est resté stable entre 2023, année d'introduction de la question, et 2025.

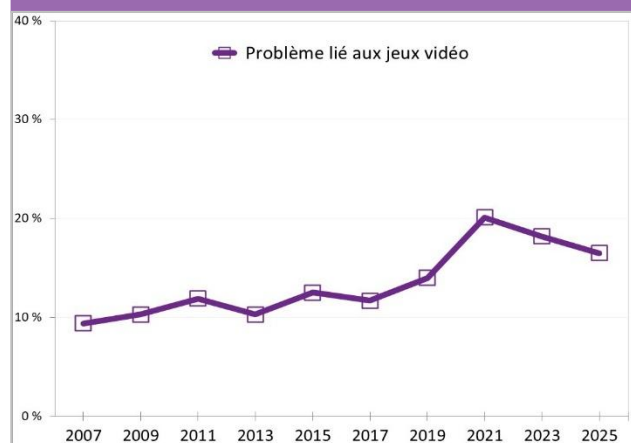
Jeux vidéo

- Environ un quart (27 %) des élèves jouent quotidiennement ou presque à des jeux vidéo. Environ 10 % (soit un dixième) jouent à des jeux vidéo pendant cinq heures ou plus par jour.
- Dix-sept pour cent des élèves (17 %, soit un sixième) ont signalé des symptômes d'un problème lié aux jeux vidéo (tels que préoccupation, tolérance, perte de contrôle, 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 est demeuré stable au cours des dernières années, mais a considérablement augmenté depuis 2007, date d'introduction de la question, passant de 9 % à 17 %.
- Près de la moitié (48 %) des élèves ayant déclaré avoir joué à des jeux vidéo au cours de l'année écoulée ont déclaré avoir effectué des « microtransactions » (p. ex. l'achat de marchandises virtuelles pour le jeu comme des boîtes de butin) au moins une fois pendant qu'ils jouaient.
- Un tiers (33 %) des élèves qui ont joué à des jeux vidéo au cours de l'année écoulée ont déclaré avoir dépensé de l'argent au moins une fois pour obtenir des points pouvant être échangés.

Pourcentage d'élèves ayant déclaré passer cinq heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux, SCDSEO 2013-2025



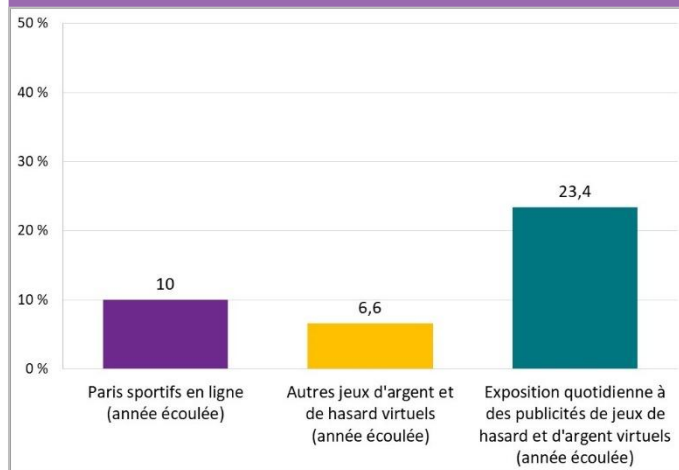
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir un problème de jeu vidéo, SCDSEO 2007-2025



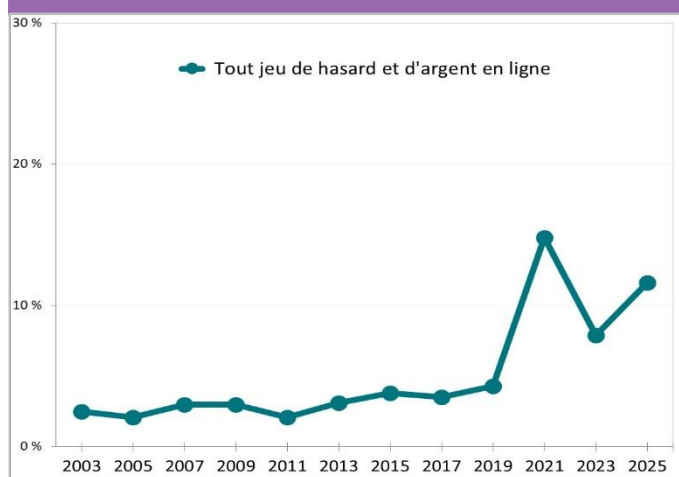
Jeux de hasard et d'argent

- Dix pour cent des élèves ont déclaré avoir joué de l'argent dans des paris sportifs au moins une fois au cours de l'année écoulée. Environ 7 % des élèves ont déclaré avoir parié de l'argent dans le cadre d'activités en ligne autres que des paris sportifs (p. ex. parties de poker en ligne, casinos virtuels).
- Environ 12 % (soit un huitième) des élèves ont déclaré avoir joué de l'argent dans des jeux de hasard et d'argent virtuels (paris sportifs en ligne, parties de poker en ligne, jeux de casinos virtuels) au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Environ 15 % 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.
- Vingt pour cent (soit un cinquième) des élèves ont déclaré avoir joué de l'argent d'une façon ou d'une autre au cours de l'année écoulée.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir joué de l'argent dans des paris sportifs en ligne au cours de l'année écoulée a considérablement augmenté depuis 2017 (année d'introduction de la question), passant de 1 % à 10 % en 2025.
- Le pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir joué de l'argent en ligne d'une façon ou d'une autre au cours de l'année écoulée a significativement augmenté entre 2023 et 2025, passant de 8 % à 12 %. En examinant les tendances à long terme, le pourcentage a augmenté de manière significative depuis 2003, année d'introduction de la question, passant de 3 % à 12 %.
- Environ un quart (23 %) des élèves ont déclaré avoir vu ou entendu tous les jours des publicités de jeux de hasard et d'argent virtuels.

Pourcentage d'élèves ayant déclaré faire des paris sportifs en ligne, jouer de l'argent en ligne et avoir été exposés tous les jours à des publicités de jeux de hasard et d'argent virtuels, SCDSEO 2025



Pourcentage d'élèves ayant déclaré jouer de l'argent en ligne, SCDSEO 2003-2025



Variations selon le sexe*

 Les garçons ont été plus nombreux à déclarer :	 Les filles ont été plus nombreuses à déclarer :
- ne parler que rarement de leurs problèmes à leurs parents, voire jamais - avoir un sentiment d'appartenance à leur école et s'y sentir en sécurité - être physiquement actifs au quotidien - se percevoir comme trop maigres - dormir au moins huit heures la veille des jours d'école - déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école - intimider des élèves à l'école - pratiquer la cyberintimidation - jouer de l'argent, en ligne ou d'une autre façon - avoir été exposés tous les jours à des publicités de jeux de hasard et d'argent virtuels - passer cinq heures par jour ou plus à jouer à des jeux vidéo - dépenser de l'argent pendant qu'ils jouent à des jeux vidéo - faire un usage problématique des jeux vidéo	- avoir peur de subir des blessures ou d'être intimidées à l'école - avoir une santé physique pas très bonne ou mauvaise - avoir des symptômes de troubles de l'alimentation - se percevoir comme trop grosses - avoir une santé mentale pas très bonne ou mauvaise - éprouver beaucoup de stress - se sentir souvent ou toujours seules - ressentir une détresse modérée ou grave - avoir des symptômes de dépression - avoir des symptômes d'anxiété - s'être automutilées - avoir eu des idéations suicidaires et avoir tenté de se suicider - être inquiètes au sujet 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, en consultant un site Web ou les deux - avoir besoin d'un soutien en santé mentale, sans avoir fait de démarches en ce sens - être victimes de cyberintimidation - passer tous les jours cinq heures ou plus sur les réseaux sociaux - faire un usage problématique des réseaux sociaux

* désigne le sexe assigné à la naissance

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
passer trois heures ou plus par jour devant un écran durant les moments de loisir	avoir un sentiment d'appartenance à leur école
avoir une santé mentale pas très bonne ou mauvaise (autoévaluée)	être physiquement actifs au quotidien
éprouver beaucoup de stress	dormir au moins huit heures la veille des jours d'école
se sentir souvent ou toujours seuls	avoir subi un traumatisme crânien
éprouver un sentiment de détresse modéré ou important	déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école
avoir des symptômes de dépression	être victimes d'intimidation à l'école
avoir des symptômes d'anxiété	être victimes de cyberintimidation
savoir comment accéder aux services de santé mentale offerts par leur école	
recourir aux services de santé mentale offerts par leur école	
avoir besoin d'un soutien en santé mentale, sans avoir fait de démarches en ce sens	
faire des paris sportifs en ligne et participer à d'autres jeux d'argent et de hasard virtuels	
participer à d'autres jeux d'argent et de hasard	
être exposés tous les jours à des publicités de jeux d'argent et de hasard virtuels	
passer tous les jours cinq heures ou plus sur les réseaux sociaux	

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 l'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)
■ avoir un degré de stress élevé ■ ressentir une détresse psychologique modérée à grave
Nord de l'Ontario
■ être victime d'intimidation à l'école
Ouest de l'Ontario
■ se sentir en sécurité à l'école

↓ En dessous de la moyenne provinciale
Région du Grand Toronto (RGT)
■ faire de l'activité physique tous les jours ■ savoir comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école ■ être victime d'intimidation à l'école
Ouest de l'Ontario
■ être victime d'intimidation à l'école
Est de l'Ontario
■ savoir comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école

Changements récents

Le tableau suivant résume les changements significatifs intervenus entre 2023 et 2025 pour l'ensemble des élèves ayant participé au sondage.

	2023		2025
Se sentir proches des personnes côtoyées à l'école	77 %	↑	82 %
Avoir un sentiment d'appartenance envers l'école	76 %	↑	81 %
Se sentir en sécurité à l'école	87 %	↑	90 %
Ne pas aimer beaucoup/du tout l'école	29 %	↓	25 %
Déclarer une santé physique pas très bonne ou mauvaise	18 %	↓	12 %
Déclarer une santé mentale pas très bonne ou mauvaise	38 %	↓	30 %
Éprouver une détresse modérée ou importante (mois écoulé)	51 %	↓	46 %
Éprouver une détresse importante (mois écoulé)	27 %	↓	23 %
S'infliger des blessures (année écoulée)	19 %	↓	15 %
Être très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	18 %	↓	10 %
Savoir comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école	57 %	↑	63 %
Avoir besoin d'un soutien en santé mentale, sans faire de démarches en ce sens (année écoulée)	33 %	↓	29 %
Jouer de l'argent en ligne (année écoulée)	8 %	↑	12 %

Survol des tendances à long terme

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

Indicateur	Années scolaires	Périodes	Changements	
Avoir peur de subir des blessures ou d'être intimidé-e à l'école	7 ^e à 12 ^e	1999–2025	↑	Augmentation de 14 % à 17 %
Évaluer sa santé physique comme pas très bonne ou mauvaise	7 ^e , 9 ^e , 11 ^e	1991–2025	↑	Augmentation de 6 % à 12 %
Faire 60 minutes d'activité physique tous les jours	7 ^e à 12 ^e	2009–2025	↑	Augmentation de 21 % à 25 %
Passer trois heures ou plus par jour sur un écran durant les moments de loisir	7 ^e à 12 ^e	2009–2025	↑	Augmentation de 55 % à 78 %
Se percevoir comme trop gros ou trop grosse	7 ^e à 12 ^e	2001–2025	↑	Augmentation de 19 % à 24 %
Déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école	7 ^e à 12 ^e	2009–2025	↓	Diminution de 51 % à 39 %
Évaluer sa santé mentale comme pas très bonne ou mauvaise	7 ^e à 12 ^e	2007–2025	↑	Augmentation de 11 % à 30 %
Avoir une faible estime de soi	7 ^e à 12 ^e	2015–2025	↑	Augmentation de 7 % à 10 %
Avoir un degré élevé de stress (mois écoulé)	7 ^e à 12 ^e	2015–2025	↑	Augmentation de 29 % à 34 %
Éprouver une détresse modérés ou importante (mois écoulé)	7 ^e à 12 ^e	2013–2025	↑	Augmentation de 24 % à 46 %
Éprouver une détresse importante (mois écoulé)	7 ^e à 12 ^e	2013–2025	↑	Augmentation de 11 % à 23 %
S'infliger des blessures (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2019–2025	■	Stable
Avoir des idées suicidaires (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2001–2025	↑	Augmentation de 11 % à 16 %
Faire une tentative de suicide (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2007–2025	■	Stable
Avoir une mauvaise ou insuffisante capacité à faire face à des situations inattendues	7 ^e à 12 ^e	2019–2025	↑	Augmentation de 23 % à 27 %
Prendre des médicaments d'ordonnance contre l'anxiété, la dépression ou les deux (année écoulée)	9 ^e à 12 ^e	2001–2025	↑	Augmentation de 3 % à 8 %
Chercher des conseils en appelant une ligne d'assistance téléphonique ou en consultant un site Web ou les deux	7 ^e à 12 ^e	2011–2023	↑	Augmentation de 2 % à 5 %
Être victime d'intimidation à l'école (durant l'année scolaire écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2003–2025	↓	Diminution de 33 % à 27 %
Être victime de cyberintimidation (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2011–2025	↑	Augmentation de 22 % à 26 %
Jouer de l'argent en ligne (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2003–2025	↑	Augmentation de 3 % à 12 %
Avoir des problèmes liés aux jeux vidéo (année écoulée)	7 ^e à 12 ^e	2007–2025	↑	Augmentation de 9 % à 17 %
Passer 5 heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	7 ^e à 12 ^e	2013–2025	↑	Augmentation de 11 % à 25 %

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par sexe – SCDSEO 2025 (7^e à 12^e année)

	% total	Garçons	Filles	
Sentiment d'appartenance envers l'école				
aiment beaucoup ou assez l'école	30,9	30,5	31,3	
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	82,4	85,9	78,6	*
ont un sentiment d'appartenance à leur école	80,6	83,2	77,7	*
se sentent en sécurité à l'école	89,9	91,5	88,2	*
ont eu peur de subir des blessures ou de se faire intimider à l'école	16,9	14,9	19,1	*
Santé physique				
jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	12,1	10,2	14,0	*
font 60 minutes d'activité physique par jour (semaine écoulée)	25,3	30,6	19,8	*
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	78,0	77,2	78,8	
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur musculature	55,1	41,4	69,6	*
se trouvent trop gros ou grosses	23,9	17,9	30,5	*
ont été victimes d'insultes à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	52,1	52,6	51,5	
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	41,3	48,3	33,9	*
ont subi des traumatismes crâniens (année écoulée)	13,2	13,2	13,2	
déjeunent tous les jours avant d'aller à l'école	38,6	45,4	31,5	*
Santé mentale				
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	29,7	19,7	39,9	*
ont une faible estime d'eux-mêmes	10,0	8,8	11,2	
éprouvent un degré élevé de stress (mois écoulé)	33,9	22,8	45,1	*
se sentent souvent ou toujours seuls	12,9	9,6	16,1	*
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	45,9	33,1	59,3	*
éprouvent une détresse importante (mois écoulé)	23,1	13,7	32,9	*
ont des symptômes de dépression (deux semaines écoulées)	22,1	14,7	29,7	*
ont des symptômes d'anxiété (deux semaines écoulées)	30,6	17,8	43,6	*
se sont automutilés (année écoulée)	14,7	7,9	21,6	*
ont eu des idées suicidaires (année écoulée)	15,7	10,6	21,0	*
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	3,9	1,9	5,8	*
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	10,1	6,8	13,5	*
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	26,7	19,7	33,7	*
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{††}	7,5	4,6	10,2	*
savent comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école	62,6	61,2	63,8	
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	13,7	11,5	15,9	*
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école) (année écoulée)	37,2	32,1	42,1	*
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en consultant un site Web (année écoulée)	5,2	3,2	7,1	*
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale, mais n'en ont pas cherché (année écoulée)	28,5	19,1	37,7	*
Intimidation				
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	27,1	25,1	29,1	
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	10,9	12,6	9,2	*
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	25,5	23,6	27,4	*
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	14,3	16,0	12,7	*
Jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux				
ont joué de l'argent dans des paris sportifs (année écoulée)	10,0	14,9	4,7	*
ont joué de l'argent en ligne (année écoulée)	11,6	16,6	6,0	*
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (cartes, dés, loteries; année écoulée)	14,6	17,3	11,5	*
ont joué de l'argent d'une façon ou d'une autre (année écoulée)	19,9	24,9	14,4	*
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	16,5	22,7	10,1	*
passent cinq heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	24,6	19,0	30,4	*
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	9,7	7,4	12,0	*

Remarques : la taille totale de l'échantillon est de 11 108 élèves; certaines estimations reposent sur un demi-échantillon aléatoire; 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

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par année scolaire – SCDSEO 2025 (7^e à 12^e année)

	7 ^e	8 ^e	9 ^e	10 ^e	11 ^e	12 ^e	
Sentiment d'appartenance envers l'école							
aiment beaucoup ou assez l'école	32,2	32,2	28,1	28,4	28,3	35,4	*
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	87,9	84,4	86,5	80,9	80,8	76,1	*
ont un sentiment d'appartenance à leur école	85,7	83,8	83,1	79,8	76,7	76,4	*
se sentent en sécurité à l'école	90,5	91,1	89,0	88,7	88,7	91,5	
ont eu peur de subir des blessures ou de se faire intimider à l'école	21,6	19,0	18,0	16,2	14,4	14,1	*
Santé physique							
jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	9,2	13,9	9,7	13,8	14,5	11,1	*
font 60 minutes d'activité physique par jour (semaine écoulée)	32,6	30,3	27,6	23,9	23,6	17,0	*
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	63,6	74,3	77,5	81,2	83,0	84,8	*
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur musculature	49,4	54,5	54,4	58,7	56,2	56,7	
se trouvent trop gros ou grosses	20,6	24,7	24,6	25,9	24,7	22,8	
ont été victimes d'insultes à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	52,4	58,1	48,6	51,1	52,4	51,0	*
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	61,4	55,6	44,4	39,2	30,3	24,4	*
ont subi des traumatismes crâniens (année écoulée)	15,5	17,5	11,3	13,0	12,7	10,7	*
déjeunent tous les jours avant d'aller à l'école	48,1	42,4	39,4	39,1	34,6	31,1	*
Santé mentale							
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	24,6	26,0	25,3	34,7	32,8	33,3	*
ont une faible estime d'eux-mêmes	7,7	9,6	8,8	11,1	11,4	11,0	
éprouvent un degré élevé de stress (mois écoulé)	19,5	22,6	26,8	34,3	46,3	49,0	*
se sentent souvent ou toujours seuls	9,4	9,4	10,3	13,0	14,2	19,1	*
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	38,7	40,1	42,5	46,6	52,1	52,2	*
éprouvent une détresse importante (mois écoulé)	17,5	20,5	18,9	25,0	28,6	26,3	*
ont des symptômes de dépression (deux semaines écoulées)	16,1	20,0	19,6	23,1	26,3	25,8	*
ont des symptômes d'anxiété (deux semaines écoulées)	23,7	26,7	25,3	32,4	35,4	37,3	*
se sont automutilés (année écoulée)	15,5	14,3	11,9	16,9	14,7	14,7	
ont eu des idées suicidaires (année écoulée)	15,7	13,1	13,7	18,9	16,2	16,3	
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	5,2	3,8	2,3	2,7	4,4	4,8	
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	7,2	10,3	10,2	11,3	10,0	11,4	
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	25,8	29,1	25,6	24,4	29,2	26,2	
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{††}	--	--	4,7	7,5	7,5	9,8	
savent comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école	47,0	49,8	64,0	69,5	69,0	71,4	*
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	12,5	12,3	10,1	12,8	16,5	17,2	*
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école) (année écoulée)	39,9	36,2	38,9	32,9	35,6	39,3	
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en consultant un site Web (année écoulée)	5,0	4,1	5,0	4,5	6,4	5,9	
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale, mais n'en ont pas cherché (année écoulée)	23,1	24,6	22,7	30,3	32,6	35,6	*
Intimidation							
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	40,3	34,7	20,8	24,8	21,8	23,3	*
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	13,1	15,7	8,8	8,1	8,3	11,8	*
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	34,2	30,8	23,3	22,5	18,4	25,2	*
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	18,1	19,4	12,1	12,0	14,8	11,3	*
Jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux							
ont joué de l'argent dans des paris sportifs (année écoulée)	6,7	7,6	9,7	9,8	12,1	13,0	*
ont joué de l'argent en ligne (année écoulée)	8,8	10,1	10,9	10,7	13,1	14,6	
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (cartes, dés, loteries; année écoulée)	11,6	12,4	11,0	15,1	16,5	19,2	*
ont joué de l'argent d'une façon ou d'une autre (année écoulée)	16,2	16,8	17,7	20,0	21,7	25,0	*
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	13,8	17,9	19,4	16,2	18,0	14,3	
passent cinq heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	18,3	23,1	24,7	25,0	25,9	29,0	*
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	8,4	8,2	9,2	9,4	9,6	12,9	

Remarques : l'astérisque * indique une différence significative entre les classes ($p < 0,05$) indépendamment des autres facteurs; †† s'applique exclusivement aux élèves de la 9^e à la 12^e année

Pourcentages relatifs à certains indicateurs liés à la santé mentale et au bien-être des élèves de l'Ontario, ventilés par région – SCDSEO 2025 (7^e à 12^e année)

	RGT	Nord	Ouest	Est
Sentiment d'appartenance envers l'école				
aiment beaucoup ou assez l'école	31,3	32,6	32,2	27,8
se sentent proches des personnes qu'ils côtoient à l'école	82,4	80,9	83,1	81,6
ont un sentiment d'appartenance à leur école	79,8	81,9	82,4	79,2
se sentent en sécurité à l'école	88,7	89,8	92,5	88,7
ont eu peur de subir des blessures ou de se faire intimider à l'école	16,9	16,6	15,8	18,7
Santé physique				
jugent leur santé physique pas très bonne ou mauvaise	13,0	14,9	10,3	11,9
font 60 minutes d'activité physique par jour (semaine écoulée)	22,8	24,9	27,5	27,4
passent trois heures par jour devant un écran électronique ou plus durant leurs moments de loisir	79,3	76,5	77,4	76,6
sont préoccupés par leur poids, leur ligne, leur musculature	55,9	52,5	55,2	54,3
se trouvent trop gros ou grosses	23,4	23,0	24,8	23,9
ont été victimes d'insultes à propos de leur poids ou de leur ligne (année écoulée)	52,1	49,5	52,3	52,7
dorment huit heures ou plus la veille des jours d'école	39,5	41,9	43,2	42,3
ont subi des traumatismes crâniens (année écoulée)	13,0	14,1	12,5	14,4
déjeunent tous les jours avant d'aller à l'école	39,7	38,8	39,4	35,5
Santé mentale				
jugent leur santé mentale pas très bonne ou mauvaise	29,8	31,4	28,7	30,3
ont une faible estime d'eux-mêmes	10,4	11,2	9,5	9,8
éprouvent un degré élevé de stress (mois écoulé)	37,7	34,4	28,8	33,3
se sentent souvent ou toujours seuls	12,6	12,2	12,5	14,1
éprouvent un sentiment de détresse modéré ou important (mois écoulé)	48,8	43,7	42,2	45,7
éprouvent une détresse importante (mois écoulé)	24,1	21,8	21,8	23,3
ont des symptômes de dépression (deux semaines écoulées)	22,9	21,4	19,8	23,9
ont des symptômes d'anxiété (deux semaines écoulées)	31,7	29,7	28,9	30,9
se sont automutilés (année écoulée)	14,3	13,4	14,3	16,2
ont eu des idées suicidaires (année écoulée)	15,8	18,4	14,4	16,6
ont fait une tentative de suicide (année écoulée)	4,1	s	3,5	4,0
sont très inquiets ou extrêmement inquiets au sujet des changements climatiques	10,1	10,1	9,6	10,9
ont une capacité à faire face à des difficultés inattendues passable ou insuffisante	27,3	25,5	25,3	27,7
ont pris des médicaments pour l'anxiété, la dépression ou les deux ^{††}	6,4	13,4	6,5	9,5
savent comment accéder aux services de santé mentale offerts par l'école	59,7	70,9	67,2	59,6
ont eu recours à des services de santé mentale à l'école (année scolaire)	13,6	20,5	14,5	11,2
ont consulté un-e professionnel-le en santé mentale (y compris à l'école) (année écoulée)	37,3	40,0	36,9	36,6
ont cherché des conseils en appelant une ligne d'assistance ou en consultant un site Web (année écoulée)	5,4	6,1	3,8	6,3
ont eu besoin d'un soutien professionnel en santé mentale, mais n'en ont pas cherché (année écoulée)	28,2	30,3	27,4	30,0
Intimidation				
ont été victimes d'intimidation à l'école au cours de l'année scolaire	25,4	35,6	24,3	31,9
ont intimidé d'autres élèves à l'école au cours de l'année scolaire	9,6	s	12,7	9,7
ont été victimes de cyberintimidation (année écoulée)	26,3	23,9	24,7	25,4
ont pratiqué la cyberintimidation (année écoulée)	15,9	16,5	12,5	13,4
Jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo, fréquentation des réseaux sociaux				
ont joué de l'argent dans des paris sportifs (année écoulée)	11,0	9,9	8,4	10,5
ont joué de l'argent en ligne (année écoulée)	12,6	11,4	9,9	12,1
ont joué de l'argent dans le cadre d'autres activités (cartes, dés, loteries; année écoulée)	14,5	15,6	14,7	14,4
ont joué de l'argent d'une façon ou d'une autre (année écoulée)	20,4	19,6	19,5	19,5
ont un problème lié aux jeux vidéo (année écoulée)	18,5	15,7	15,8	14,0
passent cinq heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	26,7	23,3	22,2	24,2
ont un problème lié à la fréquentation des réseaux sociaux (année écoulée)	10,8	9,3	9,3	8,5

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

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 2025 a été mené auprès de 11 108 élèves de la 7^e à la 12^e année répartis dans 1147 classes, 246 écoles et 42 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 décembre 2024 et juin 2025.

Pour obtenir des estimations représentatives, les données des 11 108 élèves ont été pondérées pour représenter presque un million d'élèves de la 7^e à la 12^e année inscrits dans les écoles publiques de l'Ontario.

De nouveaux sujets ont été ajoutés à ce rapport, dont déjeuner tous les jours avant d'aller à l'école, présenter des symptômes de dépression, présenter des symptômes d'anxiété, dépenser de l'argent dans un jeu vidéo, faire des paris sportifs en ligne et être exposé à des publicités de jeux d'argent et de hasard virtuels.

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

www.camh.ca/osduhs