

SURVOL DES RÉSULTATS

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 la plus ancienne étude canadienne menée en milieu scolaire auprès d'adolescents et l'une des plus anciennes au monde. Au total, 2 225 élèves de la 7^e à la 12^e année, répartis dans 31 conseils scolaires et 122 écoles, ont participé au cycle 2021 du SCDSEO, entre mars et juin 2021. Toutes les données découlent des réponses à un questionnaire anonyme que les élèves pouvaient remplir en ligne, n'importe où, n'importe quand. Le sondage a été administré par l'Institut de recherche sociale de l'Université York pour le compte de CAMH.

Le présent rapport résume les résultats du cycle 2021 du SCDSEO, et, le cas échéant, les compare à ceux du cycle 2019. On y examine, entre autres, les indicateurs de consommation de drogues et de santé mentale et physique, et divers comportements liés aux réseaux sociaux, aux technologies, aux jeux vidéo et aux jeux de hasard et d'argent, ainsi qu'à l'école et à la famille. Dans le cadre du sondage, on a posé des questions sur l'effet qu'a eu la pandémie de COVID-19 sur la vie des élèves. Il convient de remarquer que le SCDSEO de 2021 a été administré dans des circonstances sans précédent : en raison de la pandémie, pendant presque toute la période de collecte des données, les écoles de l'Ontario étaient fermées et l'apprentissage s'est fait à distance, c.-à-d. virtuellement. Les constats présentés dans ce rapport sont donc un « instantané » du bien-être des élèves au cours de la pandémie.

PANDÉMIE DE COVID-19 : EXPÉRIENCES

- Plus de la moitié des élèves (59 %) se sentent déprimés face à l'avenir à cause de la COVID-19.
- Plus du tiers (39 %) déclarent que la pandémie a eu une incidence très négative ou extrêmement négative sur leur santé mentale.
- Le quart (26 %) déclarent qu'il est très difficile ou extrêmement difficile d'apprendre en ligne à la maison (à cause de la pandémie).
- Le quart (24 %) déclarent que leur relation avec leurs parents ou gardiens s'est détériorée un peu ou beaucoup pendant la pandémie.

59 % se sentent déprimés face à l'avenir à cause de la COVID-19

39 % déclarent que la pandémie a eu une incidence négative sur leur santé mentale

26 % déclarent qu'il est « très difficile » ou « extrêmement difficile » d'apprendre en ligne à la maison

24 % déclarent que leur relation avec leurs parents s'est détériorée

ÉCOLE ET FAMILLE

- Un peu moins de la moitié des élèves (42 %) de la 7^e à la 12^e déclarent aimer beaucoup l'école. La plupart (74 %) se sentent proches des autres à l'école. La même proportion (74 %) ont le sentiment d'appartenir à leur école. La vaste majorité (91 %) se sentent en sécurité à l'école.
- Près du tiers (30 %) déclarent avoir un statut social subjectif bas à l'école (se sentent exclus et non respectés par les autres élèves). Environ un.e sur cinq (21 %) déclare avoir été victime d'intimidation (d'une forme ou d'une autre) à l'école depuis septembre.
- Un.e élève sur huit (12 %) déclare avoir été suspendu.e ou expulsé.e de son école au moins une fois.
- Plus du tiers (39 %) déclarent qu'ils parlent rarement à leurs parents de leurs problèmes ou de leurs sentiments ou qu'ils ne leur en parlent jamais.
- Environ la moitié (49 %) déclarent qu'ils prennent le repas du soir avec au moins un parent, tous les soirs.

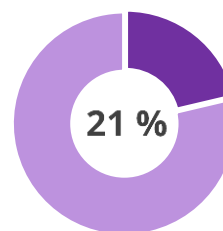
91 % se sentent en sécurité à l'école

74 % se sentent proches des autres à l'école

74 % ont le sentiment d'appartenir à leur école

42 % aiment beaucoup l'école

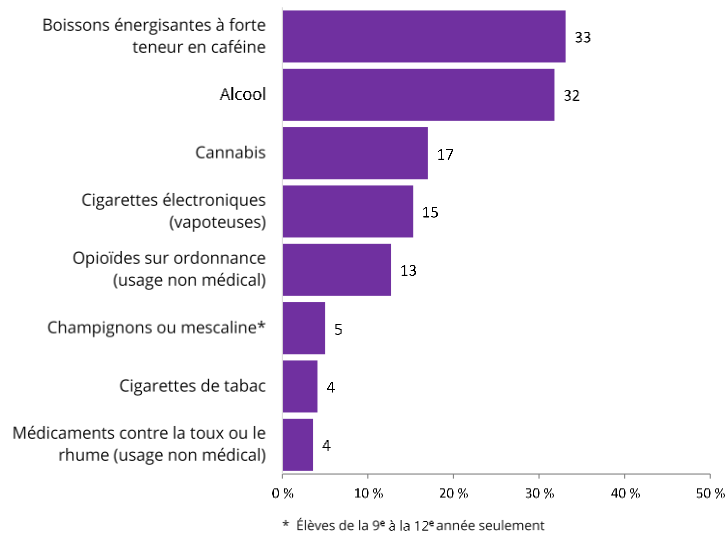
% d'élèves qui déclarent avoir été victimes d'intimidation à l'école



CONSOMMATION DE DROGUES

- Drogues les plus courantes parmi les élèves de la 7^e à la 12^e année : boissons énergisantes à forte teneur en caféine, alcool et cannabis.
- Environ 8 % des élèves déclarent avoir fait au moins un excès d'alcool (cinq verres ou plus en une seule occasion) au cours du mois écoulé.
- La majorité (84 %) des élèves qui déclarent avoir vapoté (fumé une « e-cigarette ») au cours de l'année écoulée l'ont fait avec de la nicotine.
- Parmi les élèves du secondaire, le cannabis se prend le plus couramment en vapotage (17 %), en pipe ou bong (17 %), ou en aliment, p. ex. « brownie » ou bonbon (15 %).
- Un.e élève du secondaire sur sept (14 %) déclare avoir pris du cannabis pour gérer un problème de santé mentale, au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Selon les élèves, l'alcool et les e-cigarettes (vapotage) sont les drogues les plus accessibles (c.-à.-d. les plus faciles à obtenir).

% d'élèves ayant consommé une drogue au cours de l'année écoulée



% d'élèves qui déclarent qu'il est « facile » ou « très facile » d'obtenir :

de l'alcool 61 %

des e-cigarettes (vapoteuses) 56 %

des cigarettes (tabac) 45 %

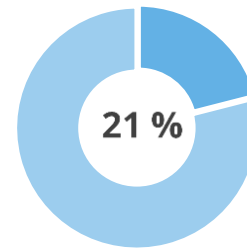
du cannabis 41 %

des opioides 9 %

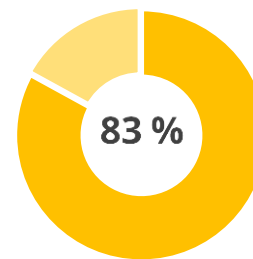
SANTÉ PHYSIQUE

- Un.e élève sur cinq (20 %) de la 7^e à la 12^e année autoévalue sa santé physique comme étant « pas très bonne » ou « mauvaise ».
- Environ un.e sur 10 (9 %) déclare avoir subi un traumatisme crânien au cours de l'année écoulée.
- Environ la moitié (49 %) déclarent dormir au moins huit heures par nuit la veille des jours d'école. Donc, 51 % des élèves dorment moins de huit heures par nuit.
- Seulement un.e sur cinq (21 %) fait au moins 60 minutes d'activité physique tous les jours.
- Bien plus des trois quarts (83 %) passent trois heures ou plus de leur temps libre par jour devant un écran électronique (« usage récréatif d'un écran »).
- Près de la moitié (46 %) se préoccupent (s'inquiètent constamment) de leurs poids ou de leur image corporelle.

% d'élèves qui déclarent avoir fait de l'activité physique tous les jours



% d'élèves qui déclarent avoir passé trois heures ou plus par jour devant un écran



SANTÉ MENTALE

- Plus du tiers des élèves (38 %) de la 7^e à la 12^e année autoévaluent leur santé mentale comme étant « pas très bonne » ou « mauvaise ».
- Le tiers (32 %) déclarent avoir déjà éprouvé un niveau de stress ou de pression élevé.
- Environ un.e sur cinq (18 %) se sent seul.e, fréquemment ou toujours.
- Environ la moitié (47 %) déclarent avoir un niveau de détresse psychologique modéré ou grave (symptômes d'anxiété et de dépression), et plus du quart (26 %) le qualifient de grave.
- Un.e sur cinq (20 %) déclare s'être automutilié.e délibérément au cours de l'année écoulée. À peu près la même proportion (18 %) déclarent avoir sérieusement contemplé le suicide au cours de la même période.
- Près de la moitié (42 %) déclarent qu'au cours de l'année écoulée, il leur est arrivé de vouloir parler d'un problème de santé mentale sans savoir à qui s'ouvrir.

47 % éprouvent une détresse psychologique modérée ou grave

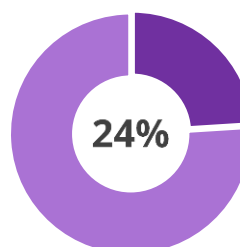
38 % ont une santé mentale « pas très bonne » ou « mauvaise » (autoévaluation)

26 % éprouvent une détresse psychologique grave

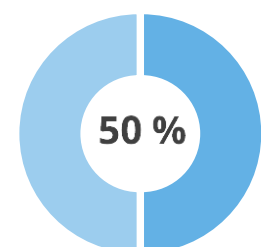
20 % s'automutilient délibérément

18 % ont de fortes pensées suicidaires

% d'élèves inquiets du changement climatique

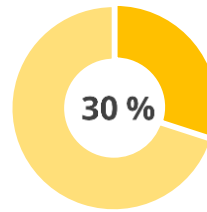


% d'élèves déprimés face à l'avenir en raison du changement climatique

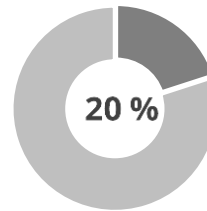


RÉSEAUX SOCIAUX, TECHNOLOGIES, JEUX VIDÉO ET JEUX DE HASARD ET D'ARGENT

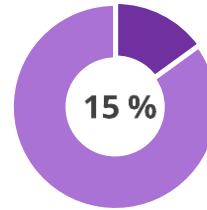
- La vaste majorité des élèves (91 %) de la 7^e à la 12^e année utilisent les réseaux sociaux tous les jours. Près du tiers (31 %) y passent cinq heures ou plus par jour.
- Près du tiers (30 %) déclarent avoir été victimes de cyberintimidation au moins une fois au cours de l'année écoulée.
- Environ un.e élève du secondaire sur six (18 %) déclare avoir des symptômes qui laissent supposer un problème modéré ou grave d'usage des technologies, et environ 5 % qualifient leurs symptômes de graves.
- Environ le quart (24 %) passent au moins cinq heures par jour à jouer à des jeux vidéo. Un.e sur cinq (20 %) répond aux critères d'un problème lié aux jeux vidéo.
- Environ le quart (26 %) déclarent s'être adonnés à un jeu de hasard et d'argent au moins une fois au cours de l'année écoulée. La forme de jeu la plus courante est le jeu en ligne (15 %).



% d'élèves qui déclarent avoir été victimes de cyberintimidation





% d'élèves qui déclarent avoir des symptômes d'un problème lié aux jeux vidéo



% d'élèves qui déclarent avoir joué à des jeux de hasard et d'argent en ligne

VARIATIONS SIGNIFICATIVES ENTRE LES SEXES

 Plus probable chez les garçons :	 Plus probable chez les filles :
<ul style="list-style-type: none"> ▪ déclarer avoir été suspendu ou expulsé de l'école; ▪ prendre des médicaments contre la toux ou le rhume (usage non médical); ▪ faire de la cyberintimidation; ▪ jouer à des jeux vidéo tous les jours; ▪ passer cinq heures ou plus par jour à jouer à des jeux vidéo; ▪ déclarer avoir un problème lié aux jeux vidéo; ▪ acheter des crédits virtuels en jouant à un jeu vidéo; ▪ jouer à des jeux de hasard et d'argent (tous types confondus); ▪ jouer à des jeux de hasard et d'argent en ligne. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ déclarer avoir un statut social subjectif bas à l'école; ▪ prendre des opioïdes sur ordonnance (usage non médical); ▪ se préoccuper de son poids ou de son image corporelle; ▪ sauter des repas pour des raisons de santé ou de poids; ▪ se trouver « trop grosse »; ▪ déclarer avoir essayé de perdre du poids; ▪ qualifier sa santé mentale de pas très bonne ou de mauvaise; ▪ déclarer un niveau de stress élevé; ▪ déclarer souffrir de détresse psychologique; ▪ déclarer avoir un besoin de soutien en santé mentale non satisfait; ▪ passer plus de temps chaque jour sur les réseaux sociaux; ▪ passer plus de son temps libre chaque jour à se servir d'appareils électroniques; ▪ déclarer un problème lié à l'usage des technologies; ▪ déclarer que la pandémie de COVID-19 a eu un effet négatif sur sa santé mentale; ▪ être déprimée face à l'avenir en raison de la COVID-19.

VARIATIONS SIGNIFICATIVES SELON LE NIVEAU SCOLAIRE

↑ Augmentation selon le niveau scolaire :	↓ Diminution selon le niveau scolaire :
<ul style="list-style-type: none"> ▪ pas de repas du soir avec les parents ▪ consommation d'alcool ▪ usage de cannabis ▪ usage de e-cigarettes (vapotage) ▪ santé physique autoévaluée : « pas très bonne » ou « mauvaise » ▪ 3 heures ou plus par jour devant un écran (usage récréatif) ▪ préoccupation avec son poids ▪ manger à l'excès ▪ santé mentale autoévaluée : « pas très bonne » ou « mauvaise » ▪ stress élevé ▪ détresse psychologique ▪ consultation d'un.e professionnel.le de la santé mentale ▪ recherche de counseling par téléphone ou sur Internet ▪ besoin de soutien en santé mentale non satisfait ▪ inquiétude quant au changement climatique ▪ 5 heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux ▪ 7 heures de son temps libre ou plus par jour à se servir d'appareils électroniques ▪ difficulté à apprendre en ligne à la maison ▪ déclaration que sa relation avec ses parents s'est détériorée pendant la pandémie de COVID-19 ▪ déclaration que la pandémie de COVID-19 a eu une incidence négative sur sa santé mentale 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sentiment d'être proche des autres à l'école ▪ sentiment d'appartenance à son école ▪ sentiment d'être en sécurité à son école ▪ au moins 8 heures de sommeil par nuit la veille des jours d'école ▪ activité physique quotidienne

BAISSES SIGNIFICATIVES ENTRE 2019 ET 2021

	2019		2021
Sentiment d'être proche des autres à son école (« d'accord »)	85 %	↓	74 %
Sentiment d'appartenance à son école (« d'accord »)	82 %	↓	74 %
Usage d'« e-cigarettes » (vapotage) (année écoulée)	23 %	↓	15 %
Consommation d'alcool (année écoulée)	42 %	↓	32 %
Excès occasionnels d'alcool (mois écoulé)	15 %	↓	8 %
Consommation d'alcool nocive ou dangereuse (mois écoulé) [†]	14 %	↓	5 %
Usage non médical de médicaments contre la toux ou le rhume (année écoulée)	8 %	↓	4 %
Traumatisme crânien (année écoulée)	15 %	↓	9 %
Avoir faim au moment d'aller au lit ou à l'école, souvent ou toujours	6 %	↓	3 %

[†] de la 9^e à la 12^e année seulement

HAUSSES SIGNIFICATIVES ENTRE 2019 ET 2021

	2019		2021
Statut social subjectif bas à l'école	23 %	↑	30 %
Opioides sur ordonnance : usage non médical (année écoulée)	11 %	↑	13 %
Santé physique autoévaluée : « pas très bonne » ou « mauvaise »	11 %	↑	20 %
8 heures ou plus de sommeil par nuit la veille des jours d'école	37 %	↑	49 %
3 heures ou plus par jour devant un écran (usage récréatif)	71 %	↑	83 %
Santé mentale autoévaluée : « pas très bonne » ou « mauvaise »	27 %	↑	38 %
Détresse psychologique grave (mois écoulé)	21 %	↑	26 %
Capacité de gérer des problèmes difficiles : pas très bonne ou mauvaise	23 %	↑	34 %
Recherche de counseling par téléphone ou sur Internet (année écoulée)	5 %	↑	9 %
Besoin de soutien non satisfait en santé mentale (année écoulée)	35 %	↑	42 %
5 heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	21 %	↑	31 %
7 heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux	7 %	↑	14 %
Victime de cyberintimidation (année écoulée)	22 %	↑	30 %
5 heures ou plus par jour sur appareils électroniques (temps libre) [†]	35 %	↑	52 %
7 heures ou plus par jour sur appareils électroniques (temps libre) [†]	12 %	↑	26 %
Pratique de jeux vidéo quotidienne	24 %	↑	42 %
5 heures ou plus par jour de jeux vidéo	11 %	↑	24 %
Problème lié aux jeux vidéo	14 %	↑	20 %
Jeux de hasard et d'argent en ligne	4 %	↑	15 %

[†] de la 9^e à la 12^e année seulement