

#ONecoute

SOMMAIRE EXÉCUTIF

Ce que nous avons entendu

Santé mentale en milieu scolaire Ontario (SMS-ON) et Savoir pour agir ont lancé **#ONecoute : la voix des élèves sur la santé mentale** dans le but d'échanger avec les élèves ontariens du secondaire sur leurs priorités concernant la santé mentale. 1 028 élèves et jeunes de toutes les régions de l'Ontario ont répondu à un questionnaire en ligne et 159 jeunes ont participé à des forums régionaux ou au processus d'analyse des données.

1 187
ONT PARTICIPÉ

LES TROIS OBJECTIFS CLÉS CI-DESSOUS ONT ÉTÉ EXPLORÉS :

1 DÉTERMINER LES BESOINS DES ÉLÈVES DU SECONDAIRE EN INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE ET LEURS PRÉFÉRENCES D'ACQUISITION DE CES CONNAISSANCES;

2 RECUEILLIR LES IDÉES DES ÉLÈVES SUR LA SENSIBILISATION À LA SANTÉ MENTALE, LA RÉDUCTION DE LA STIGMATISATION ET L'AMÉLIORATION DU MIEUX-ÊTRE EN MILIEU SCOLAIRE;

3 EN APPRENDRE DAVANTAGE SUR LES FAÇONS DONT LES ÉLÈVES SOUHAITENT PARTICIPER À DES INITIATIVES EN SANTÉ MENTALE À L'ÉCHELLE DE LA PROVINCE, DE LA RÉGION, DU CONSEIL SCOLAIRE ET DE L'ÉCOLE.

97 %

ONT INDIQUÉ VOULOIR EN SAVOIR PLUS SUR LA SANTÉ MENTALE À L'ÉCOLE

Connaissances en santé mentale

La majorité des répondants (97 %) ont indiqué vouloir en savoir plus sur la santé mentale à l'école. Les répondants ont déclaré vouloir en savoir davantage sur les sujets suivants en particulier :

- les signes précurseurs de problèmes de santé mentale;
- comment composer avec leurs pensées et leurs émotions;
- comment et où demander de l'aide;
- comment aider un ami.

Les élèves ont également souligné l'importance de développer des compétences socioémotionnelles pour composer avec les transitions et le stress, préserver de saines relations, rester optimistes et positifs devant les défis, gérer leurs émotions et veiller à leur propre bien-être affectif.

Préférences d'acquisition de connaissances des élèves

La majorité des répondants (78,5 %) ont déclaré vouloir en apprendre plus sur la santé mentale dans le cadre des cours réguliers à l'école. Les autres méthodes recueillaient moins d'appui; 38,9 % ont dit trouver l'apprentissage en ligne utile et 32,3 % sont ouverts aux discussions en petits groupes à l'heure des repas ou après l'école. Les élèves souhaiteraient apprendre des professionnels de la santé, des enseignants et de leurs parents, mais ils soulignent que les enseignants et les parents ont besoin de soutien et de ressources pour s'assurer avant tout qu'ils ont des connaissances à jour et fondées sur des données probantes.

78,5 %

DANS LE CADRE DES COURS

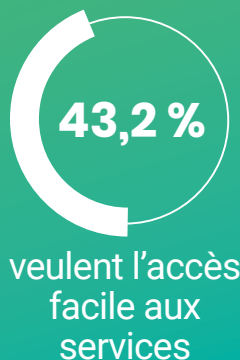
38,9 %

EN LIGNE

32,3 %

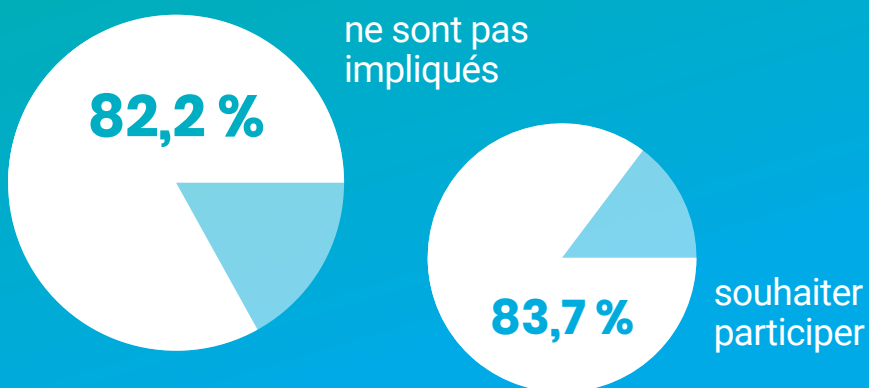
EN PETITS GROUPES

Priorités en matière de santé mentale à l'école



Les priorités appuyées par le plus grand nombre de répondants concernant la santé mentale en milieu scolaire étaient les suivantes : s'assurer que le personnel scolaire est bien formé et dispose de ressources (58,6 %); faciliter l'accès aux services et aux formes d'aide (43,2 %); offrir une plateforme favorisant l'engagement réel des jeunes (39,9 %). De plus, dans le cadre des forums régionaux en particulier, les élèves ont insisté sur l'importance de porter attention à la question de l'équité, de favoriser une meilleure compréhension du lien entre la discrimination et les problèmes de santé mentale, ainsi qu'une meilleure sensibilisation du personnel et des élèves sur l'inclusion et les approches anti-discrimination et anti-oppression.

Engagement et leadership des élèves



82,2 % des répondants au questionnaire ont dit ne pas être impliqués dans une initiative en santé mentale à leur école à ce moment. 83,7 % ont dit souhaiter participer à une initiative en santé mentale.

Idées pour l'engagement et le leadership des élèves

Les élèves ont déclaré avoir un rôle important à jouer en matière d'entraide entre les pairs et de partage d'information au sujet de la santé mentale avec d'autres élèves, mais aussi qu'ils ont besoin de formation et de soutien de la part d'adultes ayant une certaine expertise dans ce domaine. Les élèves ont également évoqué la possibilité qu'ils puissent contribuer à la promotion de pratiques d'autonomie affective à l'école et ils ont souligné l'importance de créer une ambiance qui fait du bien-être social et affectif une priorité. Ils ont dit avoir besoin de plus de soutien pour organiser des clubs de santé mentale, des activités et d'autres initiatives, pour faire en sorte que les bonnes idées se propagent.

Prochaines étapes

Cette initiative nous a permis d'entendre le point de vue de plus de 1 000 élèves et de formuler cinq recommandations clés pour contribuer au progrès des initiatives en santé mentale en milieu scolaire.

Nous sommes impatients de travailler avec les élèves pour mettre en œuvre ces recommandations dans le cadre de la stratégie ontarienne de santé mentale en milieu scolaire.

- 1 LES ÉLÈVES VEULENT EN SAVOIR PLUS SUR LA SANTÉ MENTALE DANS LES HEURES DE COURS RÉGULIÈRES.**
- 2 LES ÉLÈVES VEULENT QUE LEURS PROFESSEURS EN APPRENNENT DAVANTAGE SUR LA SANTÉ MENTALE AFIN QU'ILS SOIENT DE BONNES PERSONNES-RESSOURCES DANS CE DOMAINE.**
- 3 LES ÉLÈVES VEULENT UN ACCÈS AMÉLIORÉ ET PLUS CLAIR AUX SERVICES ET AU SOUTIEN PAR L'INTERMÉDIAIRE DE L'ÉCOLE.**
- 4 LES ÉLÈVES VEULENT QUE NOUS RENDIONS COMPTE DE LA DIVERSITÉ ET QUE NOUS FASSIONS DE L'INCLUSION ET L'APPARTENANCE DES PRIORITÉS.**
- 5 LES ÉLÈVES VEULENT ÊTRE MIEUX INFORMÉS ET PLUS IMPLIQUÉS DANS LES INITIATIVES DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE ET DE LA RÉDUCTION DE LA STIGMATISATION.**