



School
Mental Health
Ontario

Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario

#ONecoute

**Point de vue des élèves ontariens sur la
santé mentale en milieu scolaire**

2024

Nous travaillons en collaboration avec les conseils scolaires de l'Ontario afin de soutenir la santé mentale des élèves.

Santé mentale en milieu scolaire Ontario est une équipe de soutien à la mise en œuvre provinciale. Nous aidons les conseils scolaires à améliorer la santé mentale des élèves au moyen de stratégies et de services fondés sur des données probantes.

Visitez le site Web de Santé mentale en milieu scolaire Ontario à l'adresse **smho-smso.ca** pour obtenir davantage de ressources et d'informations sur la santé mentale à l'école.

Table des matières

Remerciements	5
Sommaire exécutif	10
Aperçu du projet	13
Données démographiques	21
Résultats	25
Résumé des principales conclusions	43
Conclusion	45



Reconnaissance territoriale

Le Centre for School Mental Health de l'Université Western Ontario est situé sur les terres traditionnelles des peuples Anichinabés, Haudenosaunee, Lunaapeew et Attawandaron, des terres visées par les traités du canton de London et de Sombra de 1796 et le Pacte de la ceinture wampum faisant référence au concept du « bol à une seule cuillère ». Nous rendons hommage aux relations durables que les Nations autochtones entretiennent avec cette terre, dont elles sont les gardiennes originelles. Nous reconnaissons les injustices historiques et actuelles que subissent les peuples autochtones (Premières Nations, Métis et Inuits) au Canada, et nous acceptons la responsabilité, en tant qu'établissement public, de contribuer à révéler et à corriger les erreurs d'éducation, ainsi qu'à renouveler des relations respectueuses avec les communautés autochtones par notre enseignement, nos recherches et notre service communautaire.

Santé mentale en milieu scolaire Ontario est située dans la ville de Hamilton, qui est située sur les territoires traditionnels des Ériés, des Neutres, des Hurons-Wendat, des Haudenosaunee et des Mississaugas. Ces terres sont couvertes par le Pacte de la ceinture wampum faisant référence au concept du « bol à une seule cuillère », un accord entre les Haudenosaunee et les Anichinabés visant la gestion commune et le soin des ressources autour des Grands Lacs, ainsi que par l'acte d'Achat entre les lacs de 1792, conclu entre la Couronne et la Première Nation des Mississaugas de Credit.

Les équipes des deux organismes se sont réunies pour lancer #ONecoute, une initiative qui a permis d'échanger avec des élèves de partout en Ontario, au Canada, dans l'ensemble des territoires traditionnels et ancestraux de nombreuses nations autochtones. Le Pacte de la ceinture wampum faisant référence au concept du « bol à une seule cuillère » souligne l'importance de l'écoute respectueuse et du dialogue entre les différentes Nations. De la même manière, adopter une approche centrée sur les élèves consiste à accorder une attention particulière à leurs différents points de vue, surtout à ceux dont la voix a été historiquement, et continue d'être réduite au silence. Alors que nous continuons à vivre et à travailler sur ces terres, nous devons approfondir notre connaissance de leur riche histoire afin de mieux comprendre nos rôles en tant qu'habitants, voisins, partenaires et gardiens de ces territoires. Nous invitons tous les lecteurs du présent document à consulter les [appels à l'action de la Commission de vérité et réconciliation](#), afin de réfléchir sur notre histoire et notre héritage coloniaux, et s'engager à prendre les mesures nécessaires dans un esprit de réconciliation véritable.

Reconnaissance de l’esclavage des Africains, du racisme envers les Noirs et de l’excellence des Noirs au Canada

Santé mentale en milieu scolaire Ontario reconnaît que le racisme envers les Noirs qui persiste aujourd’hui dans les écoles et dans la société constitue un héritage du colonialisme et de l’esclavage des peuples africains. Nous reconnaissons qu’il est de notre responsabilité collective de démanteler le racisme envers les Noirs, tant à l’échelle individuelle qu’institutionnelle, afin de soutenir la santé mentale et le bien-être des élèves, des familles et des communautés noires.

L’esclavage, le colonialisme et l’oppression systémique ont façonné, – et continuent de façonner – les expériences des personnes noires, y compris dans l’accès aux services et aux soutiens en matière de santé mentale au sein du système éducatif. Pour répondre à ces réalités, un engagement continu est nécessaire de la part des systèmes, des écoles et des personnes afin de démanteler les pratiques néfastes et d’amplifier les connaissances et l’expertise des communautés noires en matière de bien-être et de santé mentale. En co-créant et en offrant des services et des soutiens en santé mentale adaptés, valorisants et pertinents, nous pouvons contribuer à la guérison, au sentiment d’appartenance et à la prise en charge collective des élèves, des familles et des communautés noires.

Santé mentale en milieu scolaire Ontario rend hommage à la résilience, à l’excellence, à la joie et au leadership présents au sein des communautés noires, tels qu’ils s’expriment à travers les voix et les contributions des élèves noirs, notamment dans le cadre de #ONécouté 2024. Écouter ces perspectives et en tirer des apprentissages constitue un élément essentiel de notre travail.





Remerciements

#ONecoute a vu le jour grâce au soutien formidable d'élèves leaders tels que Alex, Daunte, Haïfa, Juno, Kirin, Loli, Mariana, Shayera, Vaylena et Yoovita. Nous vous remercions pour votre leadership inestimable et votre engagement envers #ONecoute.

Nous remercions le personnel de soutien en santé mentale pour sa contribution à rendre les groupes de discussion inclusifs et accueillants, notamment l'Aînée Tina Armstrong, qui a orienté et soutenu les élèves dans un environnement où ils pouvaient échanger authentiquement leurs points de vue sur la santé mentale et le bien-être.

Nous remercions également tous les parents et aidants naturels qui ont encouragé leurs enfants à participer à ce projet. Leur consentement à ce projet a été essentiel pour nous permettre de rejoindre des jeunes dans toute la province.

Enfin, nous remercions chaleureusement les élèves pour leur participation, leurs points de vue et leurs commentaires. Nous espérons utiliser ces précieuses informations pour contribuer de manière importante à la santé mentale en milieu scolaire.

Déclaration de position

Santé mentale en milieu scolaire Ontario et le Centre for School Mental Health de l'Université Western Ontario ont collaboré en tant que partenaires de recherche pour ce projet.

Santé mentale en milieu scolaire Ontario est une équipe provinciale de soutien à la mise en œuvre composée de professionnels réglementés de la santé mentale, de membres du personnel de soutien scolaire et du personnel enseignant détachés de divers conseils scolaires de l'Ontario, ainsi que de consultants indépendants. En tant qu'équipe interdisciplinaire, notre objectif est d'aider les conseils scolaires à améliorer la santé mentale des élèves grâce à des stratégies et des services éclairés par des données probantes. Forts de la diversité de nos parcours professionnels et de nos expériences personnelles, nous abordons ce travail par une approche intersectionnelle affirmant l'identité.

Le Centre for School Mental Health de l'Université Western Ontario est une équipe multidisciplinaire de chercheurs qui vise à promouvoir les services scolaires destinés aux élèves du Canada. L'objectif de ce centre est de fournir des outils de prévention et d'intervention fondés sur des données probantes et accessibles, afin de promouvoir la santé mentale de tous les élèves de la maternelle à la 12e année. Grâce à nos collaborations et à la diversité de nos parcours, nous cherchons à combler les lacunes en matière de santé mentale chez les élèves en menant des recherches approfondies, en offrant une formation de haute qualité et en nous engageant dans la mobilisation des connaissances. Ce centre vise à rejoindre tous les élèves, en mettant l'accent sur l'inclusion, la diversité et l'équité.

Approbation du comité d'éthique de la recherche

En août 2024, #ONecoute a reçu l'approbation éthique du Comité d'éthique de la recherche de l'Université Western Ontario. Le numéro de référence de ce projet de recherche est le 125187.



Sommaire exécutif

Objectif

#ONecoute 2024 est une initiative d'engagement des élèves ontariens qui examine les besoins d'apprentissage et les priorités des élèves de la 7e à la 12e année en matière de santé mentale et de bien-être. Les données recueillies, à partir du sondage en ligne et des groupes de discussion connexes, orientent le travail de Santé mentale en milieu scolaire Ontario et peuvent également être utilisées par les conseils scolaires pour soutenir leurs plans d'action en matière de santé mentale en milieu scolaire.

#ONecoute 2024 poursuivait trois objectifs principaux :

1. To gather insights and ideas from middle and secondary school students on how schools and districts can build and sustain mental health knowledge with and among their peers.
2. To explore, from student perspectives, district and school efforts to deliver mental health services and resources using identity-affirming and culturally responsive approaches.
3. To understand student perspectives on authentic engagement related to provincial, district and school-based initiatives in support of student mental health and well-being.

Approche

L'initiative #ONecoute s'appuie sur les principes de la Recherche sur l'action participative des jeunes qui met l'accent sur les expériences et l'expertise des participants. Les élèves ont joué un rôle clé dans l'élaboration des groupes de discussion et des questions du sondage, l'analyse des thèmes et la présentation des résultats. Pour une description précise du processus, consultez la partie Méthodologie.

Participants

Sondage

Au total, 365 élèves ont répondu au sondage en ligne #ONecoute 2024. La plupart des élèves interrogés étaient des filles ou des femmes cisgenres (50,4 %) ou des garçons ou des hommes cisgenres (38,0 %), étaient blancs (68,9 %), n'avaient pas de Plan d'enseignement individualisé (61,5 %) et ne déclaraient pas avoir de handicap (70,7 %).

Groupes de discussion

- Au total, 14 groupes de discussion ont été organisés, réunissant 47 élèves et comprenant à la fois des groupes d'affinité identitaire et des groupes ouverts. Les groupes se répartissaient comme suit :
- Africains, Afro-caribéens et Noirs (3 élèves)
- Autochtones (Premières Nations, Métis et Inuit) (3 élèves)
- groupes d'élèves ouverts (21 élèves)
- nouveaux arrivants et réfugiés (2 élèves)
- personnes 2SLGBTQIA+ (3 élèves)
- personnes sourdes ou malentendantes (ASL et LSQ) (11 élèves)
- profils d'apprentissage en éducation spécialisée, français et anglais (4 élèves)

Principales conclusions de #ONecoute 2024

1. Les élèves souhaitent que la santé mentale soit intégrée de façon concrète à leur éducation.
2. Les élèves souhaitent que leurs parents et leurs aidants naturels soient bien équipés pour soutenir leur santé mentale.
3. Les élèves sont conscients des occasions de promouvoir la santé mentale à l'école, mais leur intérêt à assumer des rôles de leadership semble limité.
4. Les élèves reconnaissent le lien entre l'identité et la santé mentale, et valorisent les occasions de célébrer leur propre identité tout en découvrant celle des autres, comme moyen de renforcer le sentiment d'appartenance à l'école.
5. Plusieurs élèves savent où trouver du soutien en santé mentale à l'école et peuvent se tourner vers au moins un adulte de confiance.

Discussion

L'échantillon de l'initiative #ONecoute 2024, plus restreint que lors des années précédentes, rend l'interprétation des résultats plus complexe, tant en matière de représentativité provinciale que de comparaisons longitudinales. Cependant, nous accordons une grande valeur aux points de vue exprimés par les élèves dans les sondages et les groupes de discussion, et souhaitons en rendre compte fidèlement dans le présent rapport. En outre, les groupes de discussion d'affinité identitaire ont offert aux élèves l'occasion d'approfondir le dialogue et de mettre de l'avant les dimensions identitaires dans leurs échanges, ce qui constitue un aspect distinctif de l'approche adoptée cette année. On encourage les conseils scolaires à examiner les résultats de #ONecoute 2024 à la lumière de leurs propres initiatives de mobilisation et d'expression des élèves, afin d'en tirer des données utiles pour l'élaboration de leurs plans d'action en matière de santé mentale.



Aperçu du projet

#HearNowON (HNO) is a province-wide student #ONecoute est une initiative d'engagement des élèves à l'échelle de la province qui examine les besoins d'apprentissage et les priorités des élèves de la 7e à la 12e année en matière de santé mentale et de bien-être. Les données recueillies à partir du sondage en ligne et des groupes de discussion connexes orientent le travail de Santé mentale en milieu scolaire Ontario et peuvent également être utilisées par les conseils scolaires pour soutenir leurs plans d'action en matière de santé mentale en milieu scolaire.

#ONecoute 2024 poursuivait trois objectifs principaux :

1. Recueillir les points de vue et les commentaires des élèves des écoles intermédiaires et secondaires sur la manière dont les écoles et les conseils scolaires peuvent développer et préserver les connaissances en santé mentale chez les élèves.
2. Examiner, du point de vue des élèves, les efforts des conseils scolaires et des écoles pour offrir des services et des ressources en santé mentale selon des approches affirmant l'identité et adaptées à la culture.
3. Comprendre les points de vue des élèves sur la participation authentique dans le cadre d'initiatives aux niveaux provincial, des conseils scolaires et des écoles visant à soutenir la santé mentale et le bien-être des élèves.

#ONecoute a été lancé pour la première fois en 2019. L'objectif principal de cette initiative était de comprendre les besoins et les objectifs d'apprentissage en matière de santé mentale des élèves ontariens. #ONecoute se déroule tous les deux à trois ans et vise à promouvoir des initiatives en santé mentale en milieu scolaire qui tiennent compte des besoins d'apprentissage et des préférences exprimés par les élèves ontariens.

Pour en savoir plus sur les versions précédentes de #ONecoute, consultez le [rapport 2019](#) et le [rapport 2021](#).

La recherche en action

L'important engagement des élèves ontariens par l'intermédiaire de #ONecoute illustre l'engagement à placer leurs points de vue et leurs commentaires au cœur de la santé mentale en milieu scolaire. Lorsque des efforts intentionnels et explicites sont déployés pour mettre en œuvre les recommandations des élèves, ceux-ci peuvent constater et ressentir l'incidence de leur influence. Santé mentale en milieu scolaire Ontario a pris des mesures concrètes pour répondre aux observations et aux recommandations des élèves lors de #ONecoute 2021. En voici des exemples :

Les élèves ont déclaré qu'ils souhaitaient que l'apprentissage en matière de santé mentale soit fréquent, précoce et diversifié. Santé mentale en milieu scolaire Ontario a élaboré des [plans de leçon et des ressources pour les écoles et les élèves](#) pour répondre à cette recommandation.

Les élèves ont déclaré qu'ils souhaitaient disposer de ressources et de soutiens en santé mentale davantage fondés sur l'équité et adaptés à la culture. Depuis, Santé mentale en milieu scolaire Ontario a poursuivi le développement de ressources sur l'équité, l'alliance et la santé mentale. Un [cadre d'affirmation identitaire en matière de santé mentale en milieu scolaire](#) a également été lancé en réponse à cet appel à l'action. L'approche #ONecoute 2024 a également mis en valeur l'identité en accordant davantage d'importance aux points de vue et aux expériences marginalisées grâce à des groupes de discussion d'affinité identitaire.

Les élèves ont déclaré qu'ils souhaitaient que leurs enseignants, leurs parents, leurs aidants naturels et leurs familles en apprennent davantage sur la santé mentale. Pour ce faire, Santé mentale en milieu scolaire Ontario a mis en place une communauté de pratique pour le personnel scolaire et un groupe de collaboration pour les parents et les aidants naturels afin de recueillir leurs commentaires et de mieux orienter les ressources ainsi que les occasions d'apprentissage qui leur sont destinées. L'ensemble [À vos côtés](#), comprenant un carrefour en ligne destiné aux parents/aidants naturels et une boîte à outils destinée au personnel scolaire,

a également été créé pour aider les parents et les aidants naturels de l'Ontario à favoriser la santé mentale et le bien-être de leurs enfants, tout en renforçant la littératie en santé mentale au sein des familles.

Cadre d'affirmation identitaire

« Peu importe son parcours ou ses expériences, chaque élève se sent valorisé et capable d'affirmer son identité lorsque la santé mentale en milieu scolaire est bien pratiquée.. L'affirmation identitaire en matière de santé mentale en milieu scolaire permet de lutter contre les inégalités et de créer un environnement inclusif et favorable pour tous les élèves. »

[\(Diriger pour favoriser la santé mentale à l'école\)](#)

L'approche de Santé mentale en milieu scolaire Ontario met l'accent sur les expériences et points de vue des identités qui ont été historiquement, ou qui continuent d'être marginalisées. Pour faciliter des conversations authentiques et adaptées à ces communautés, #ONecoute comprenait les groupes de discussion d'affinité identitaire suivants :

1. Autochtones (Premières Nations, Métis et Inuit);
2. Nouveaux arrivants et réfugiés;
3. Personnes 2ELGBTQIA+;
4. Personnes sourdes ou malentendantes (ASL et LSQ);
5. Profils d'apprentissage en éducation spécialisée, français et anglais.



Les élèves pouvaient également choisir de participer à un groupe de discussion plus large, ouvert à tous les élèves. Ces groupes de discussion ouverts étaient offerts en français et en anglais.

Les membres de l'équipe de Santé mentale en milieu scolaire Ontario ont animé chaque groupe de discussion en appliquant des pratiques anti-oppressives et affirmant l'identité, notamment :

- la représentation par des élèves leaders dont l'identité correspond à celle des participants;
- le soutien et les pratiques adaptés à la culture (p. ex., la présence d'un Aîné(e) dans le groupe de discussion pour les élèves autochtones);
- les mesures d'adaptation et les modifications propres aux participants (p. ex., interprètes en ASL et LSQ).

Bien que les groupes de discussion aient été conçus autour d'un seul marqueur identitaire, Santé mentale en milieu scolaire Ontario reconnaît que les personnes ne se définissent pas par un seul aspect de leur identité, mais plutôt par une combinaison de plusieurs identités sociales qui influencent la façon dont un élève évolue dans la vie. Par l'entremise des groupes d'affinité identitaire, notre objectif était d'offrir aux élèves un environnement où ils pouvaient se présenter en toute authenticité, aux côtés de pairs ayant des expériences semblables. Les élèves n'étaient pas tenus de parler au nom d'un groupe entier ni limités à discuter d'un seul aspect de leur identité. Nous souhaitons plutôt créer un environnement affirmant l'identité afin de favoriser des conversations ouvertes et sincères.



Méthodologie

La Recherche sur l'action participative des jeunes

La Recherche sur l'action participative des jeunes est une approche de recherche qui place les expériences et l'expertise des jeunes au cœur du processus de recherche. #ONecoute 2024 a intégré plusieurs éléments de cette approche afin d'accorder davantage d'importance aux points de vue et aux commentaires des élèves. Un groupe de 10 élèves leaders a collaboré pour :

- examiner les questions des groupes de discussion et du sondage;
- diriger les discussions des groupes;
- passer en revue les thèmes issus de l'analyse des données;
- participer à un projet photo pour illustrer les thèmes clés de ce rapport.

Les élèves sont demeurés au centre de cette initiative. Leur leadership et leur soutien ont contribué à rendre le processus accueillant, pertinent et représentatif de l'expérience des élèves.

Le recrutement

Cette étude a adopté un modèle de recherche mixte, combinant la collecte de données quantitatives par un sondage en ligne auprès des élèves et de données qualitatives par des groupes de discussion virtuels et en personne. Entre octobre 2024 et février 2025, une campagne de recrutement à l'échelle de la province a invité les élèves de la 7e à la 12e année, fréquentant une école publique de l'Ontario, à participer au sondage et aux groupes de discussion #ONecoute 2024. Les élèves ont été recrutés par le biais de plusieurs plateformes : les sites Web de Santé mentale en milieu scolaire Ontario et du Centre for School Mental Health, les médias sociaux (Facebook, Instagram et LinkedIn) et les communications transmises par les groupes communautaires et les conseils scolaires.

Les méthodes utilisées pour le sondage

L'outil de sondage en ligne Qualtrics a été utilisé pour effectuer le sondage ainsi que pour recueillir et stocker les réponses. Lorsqu'ils manifestaient leur intérêt à participer, les élèves étaient d'abord dirigés vers une série de questions obligatoires servant à déterminer leur admissibilité. Ces questions portaient sur le type de conseil scolaire, le nom du conseil scolaire et le niveau scolaire actuel. Si l'élève était admissible, il était redirigé vers un formulaire de consentement destiné à ses parents ou aidants naturels, puis vers le sondage. Le sondage, d'une durée d'environ 20 à 25 minutes, portait sur le profil démographique des élèves, leur familiarité avec Santé mentale en milieu scolaire Ontario et les ressources offertes, leurs connaissances sur les initiatives de santé mentale de leur conseil scolaire, ainsi que sur l'apprentissage des élèves en matière de santé mentale. Les élèves n'étaient pas tenus de divulguer des renseignements personnels sur leur santé mentale, et la majorité des questions étaient fermées afin d'éviter toute divulgation qu'il serait impossible de traiter dans le cadre d'un sondage anonyme. Toutes les questions du sondage étaient facultatives, à l'exception des questions d'admissibilité, qui visaient à garantir que les élèves répondaient aux critères de participation. Des ressources en santé mentale (p. ex., lignes d'assistance téléphonique) étaient offertes à la fin du sondage, et les élèves étaient encouragés à communiquer avec un adulte de confiance s'ils éprouvaient des problèmes de santé mentale à tout moment, pendant ou après le sondage.

Les méthodes utilisées pour les groupes de discussion

Les élèves s’inscrivaient en ligne pour participer à un groupe de discussion et devaient fournir leur nom, leur adresse courriel, le nom de leur conseil scolaire, leur niveau scolaire et le groupe de discussion de leur choix. Après leur inscription, chaque élève recevait une lettre d’information et un formulaire de consentement. Les élèves de moins de 18 ans devaient obtenir le consentement actif d’un parent ou d’un aidant naturel pour participer. Onze groupes de discussion ont été animés en ligne, et deux se sont tenus en personne.

Chaque séance durait jusqu’à 120 minutes. Les discussions portaient sur l’apprentissage en matière de santé mentale à l’école, la santé mentale en milieu scolaire axée sur l’affirmation de l’identité, ainsi que sur l’acquisition de connaissances en santé mentale par les parents et les aidants naturels. Les groupes étaient dirigés par des élèves leaders et ils étaient accompagnés par un membre de l’équipe de Santé mentale en milieu scolaire Ontario ou du Centre for School Mental Health.

Pendant chaque séance, un professionnel de la santé mentale était disponible pour offrir un soutien supplémentaire si un participant en manifestait le besoin. Ce soutien était également offert lors des deux séances en personne. Un protocole de sécurité a été mis en place pour encadrer les interventions en cas de problèmes de santé mentale survenant au cours de la discussion.

Une personne chargée de prendre des notes au sein de l’équipe de recherche de #ONecoute était également présente, et les groupes de discussion virtuels ont été enregistrés en audio. Ces enregistrements servaient à valider les notes et à extraire des citations directes des conversations. Ils ont été téléchargés immédiatement après chaque séance, transférés vers un serveur sécurisé et supprimés de la plateforme virtuelle. Ils ont ensuite été transcrits et anonymisés afin de supprimer toute information permettant d’identifier les participants.

Les limites de l’étude

Cette étude comporte plusieurs limites. Lors des itérations précédentes de #ONecoute (2019 et 2021), un consentement passif de la part d’un parent ou d’un aidant naturel suffisait pour participer au sondage. Pour cette itération, le comité d’éthique de la recherche de l’Université Western a exigé un consentement actif. Grâce à Qualtrics, l’équipe de recherche de #ONecoute 2024 a observé une diminution entre le nombre d’élèves ayant rempli le formulaire d’admissibilité au sondage et le nombre de formulaires de consentement des parents ou aidants naturels soumis. Par exemple, plus de 1 000 élèves ont rempli le formulaire d’admissibilité et plus de 600 parents ou aidants naturels ont donné leur consentement, mais moins de 400 sondages remplis ont été reçus. Moins de la moitié des élèves jugés admissibles ont mené le sondage à terme. Il est probable que le nombre d’étapes nécessaires pour y accéder et l’exigence du consentement actif des parents ou aidants naturels aient limité le nombre de participants à l’étude.

En outre, les élèves n’étaient pas tenus de répondre à toutes les questions du sondage, afin qu’ils ne se sentent pas obligés de partager des renseignements personnels. Cette mesure a toutefois entraîné des incohérences dans certaines réponses. Enfin, la plupart des questions étant fermées, il est possible que des élèves aient eu d’autres idées ou suggestions qu’ils n’ont pu exprimer dans ce format.

Les comparaisons entre les rapports #ONecoute de 2019, 2021 et 2024 doivent être interprétées avec prudence, puisque le nombre de participants en 2024 était inférieur à celui des années précédentes. Les écarts d’échantillon, de composition, de taux de réponse ou encore le contexte plus large (p. ex., la pandémie de COVID-19) peuvent également avoir influé sur les résultats.





Analyse des données

Analyse du sondage

Des analyses descriptives ont été effectuées sur les données du sondage, avec calcul des fréquences pour chaque variable. Les nombres totaux, pourcentages et moyennes, le cas échéant, sont indiqués.

Analyse des groupes de discussion

À la fin de chaque séance de groupe de discussion, la personne chargée de prendre des notes transmettait aux élèves un résumé des points saillants afin de confirmer que leurs idées principales étaient fidèlement représentées. Les transcriptions ont ensuite été comparées aux enregistrements audios pour garantir l'exactitude des données, puis anonymisées afin d'assurer la confidentialité des participants. Deux membres de l'équipe de recherche #ONecoute ont analysé les transcriptions indépendamment, puis ont

confronté leurs analyses pour établir les thèmes centraux ressortant de l'ensemble des groupes.

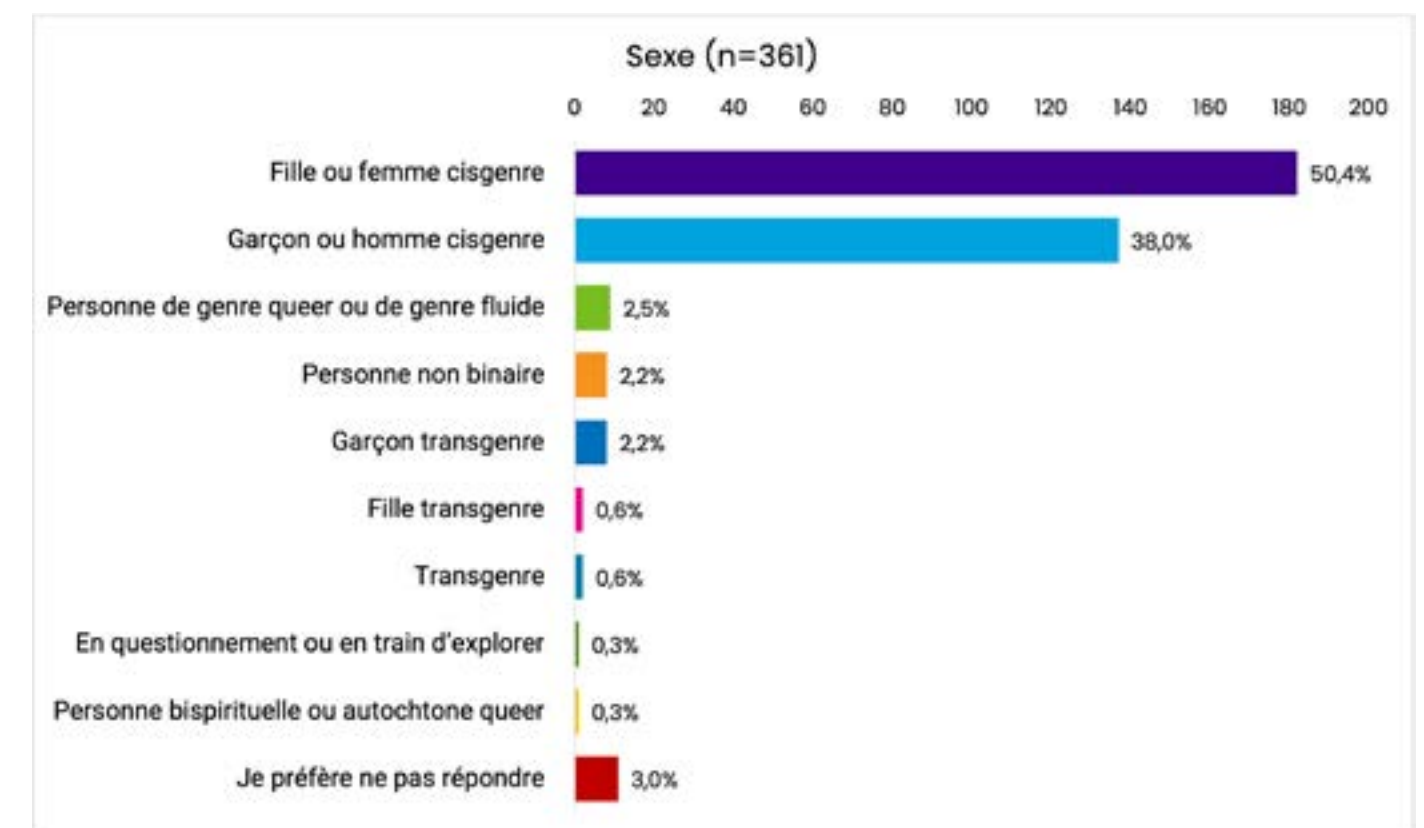
Le processus d'analyse a été légèrement adapté pour le groupe de discussion réunissant des élèves qui s'identifiaient comme Autochtones. Dans ce cas, des consultants autochtones de Santé mentale en milieu scolaire Ontario ont également analysé les transcriptions et transmis un résumé des thèmes. Les thèmes relevés par l'équipe de recherche #ONecoute et ceux des consultants autochtones ont été comparés et discutés afin de mettre en valeur les nuances culturelles.

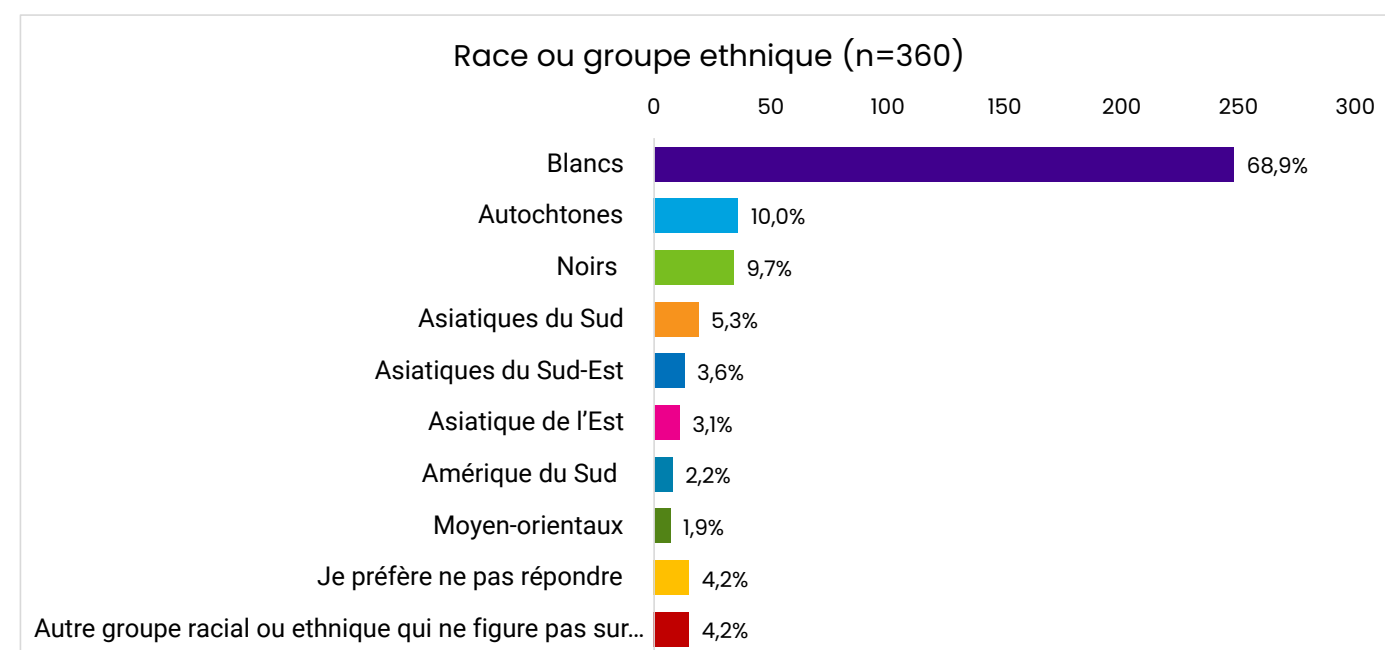
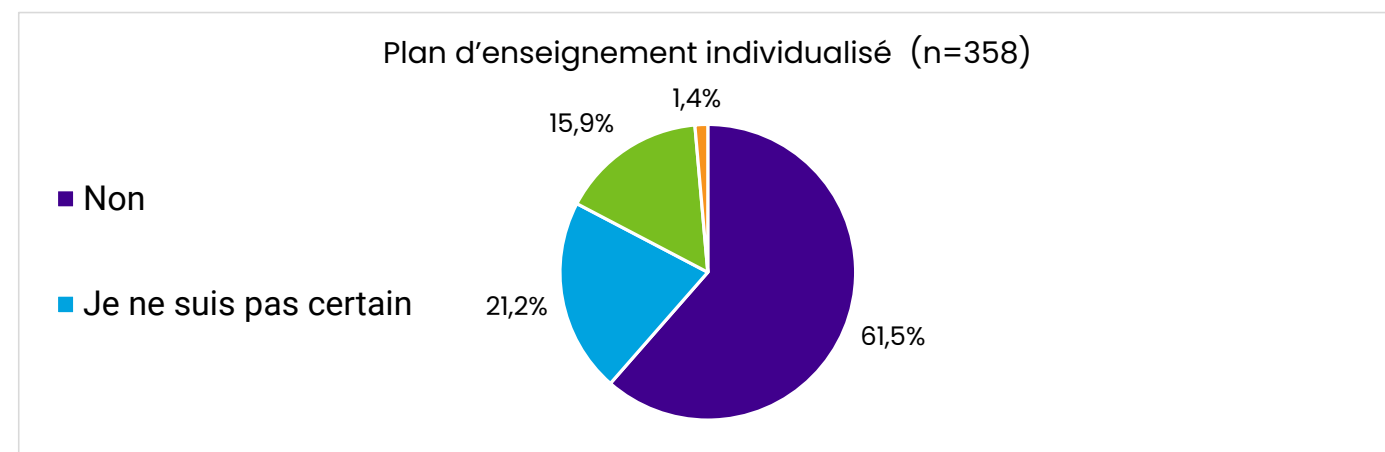
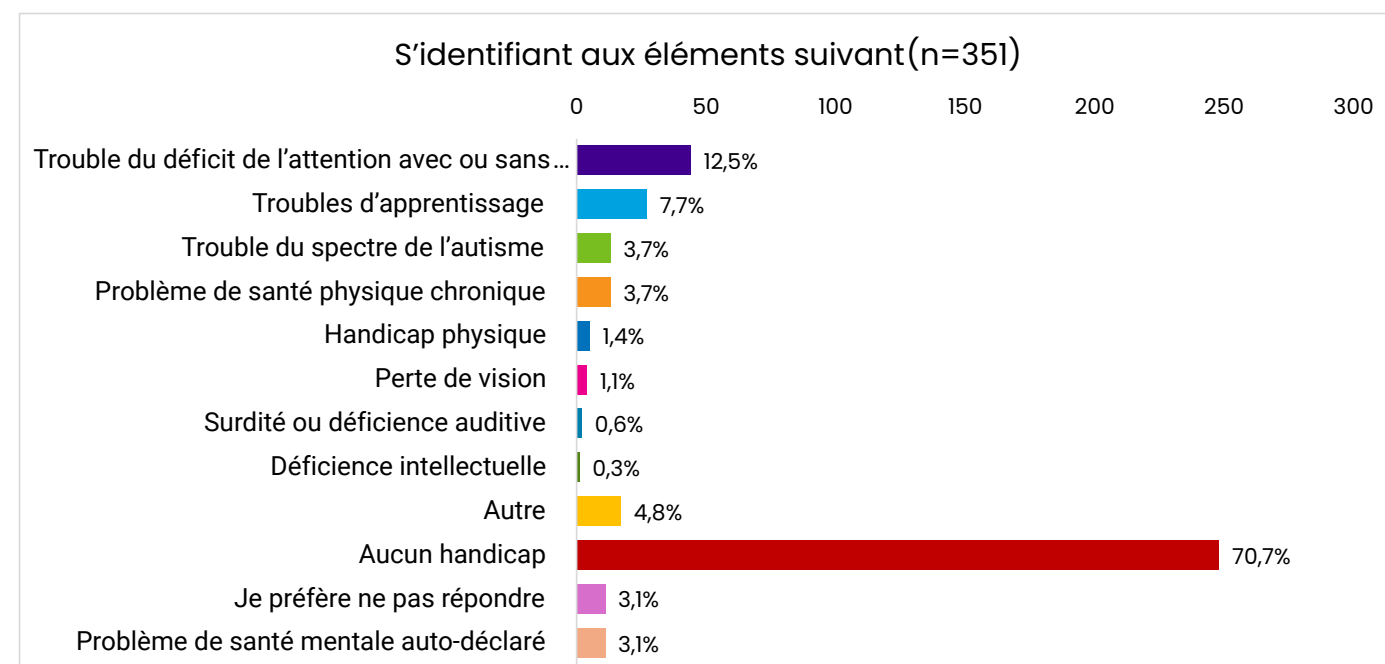
Enfin, après l'analyse de tous les groupes de discussion, le groupe de travail d'élèves #ONecoute a validé les thèmes globaux et a contribué à les définir dans un langage accessible et pertinent pour les élèves.

Données démographiques

Sondage

Au total, 365 élèves ont répondu au sondage en ligne #ONecoute 2024. La plupart des élèves interrogés étaient des filles ou des femmes cisgenres (50,4 %) ou des garçons ou des hommes cisgenres (38,0 %), étaient blancs (68,9 %) et n'avaient pas de Plan d'enseignement individualisé (61,5 %).





Groupes de discussion

Au total, 14 groupes de discussion ont été organisés, réunissant 47 élèves.

Les groupes de discussion comprenaient :

- cinq groupes généraux (n = 21 élèves; 45 % de l'échantillon des groupes de discussion),
 - dont deux groupes en français et trois en anglais
- trois groupes pour les élèves ayant des besoins en éducation spécialisée (n = 4 élèves; 9 % de l'échantillon),
 - dont un groupe en français et deux en anglais
- deux séances en personne ont eu lieu à l' cole Ernest C. Drury School for the Deaf et au Consortium Centre Jules-Léger pour les élèves sourds ou malentendants (n = 11 élèves; 23 %)

- un groupe pour les élèves s'identifiant comme 2SLGBTQIA+ (n = 3 élèves; 6 % de l'échantillon)
- un groupe pour les élèves s'identifiant comme Africains, Afro-caribéens et Noirs (n = 3 élèves; 6 % de l'échantillon)
- un groupe pour les élèves s'identifiant comme Autochtones (n = 3 élèves; 6 % de l'échantillon)
- un groupe pour les élèves s'identifiant comme nouveaux arrivants ou réfugiés (n = 2 élèves; 4 % de l'échantillon)



Résultats

Les résultats de #ONecoute 2024 comprennent des données qualitatives et quantitatives provenant des élèves et seront présentés selon cinq thèmes :

1. Littératie en matière de santé mentale pour les élèves
2. Littératie en matière de santé mentale pour les parents et aidants naturels
3. Engagement des élèves dans les initiatives de santé mentale en milieu scolaire
4. Affirmation de l'identité et santé mentale en milieu scolaire
5. Recherche d'aide et soutien en matière de santé mentale

Littératie en matière de santé mentale pour les élèves

Le terme « littératie en matière de santé mentale » a été défini comme « les connaissances et les croyances sur les troubles mentaux qui favorisent leur reconnaissance, leur prise en charge ou leur prévention » (Jorm et coll., 1997).

En enseignant les bases de la santé mentale aux élèves à l'école, il est possible de :

- promouvoir des habitudes de vie durables pour le maintien d'une bonne santé mentale;
- faciliter le dépistage précoce des problèmes de santé mentale;
- encourager la recherche d'aide;
- réduire la stigmatisation.

Le sondage #ONecoute 2024 invitait les élèves à indiquer leurs expériences en matière de littératie en santé mentale et à exprimer leurs préférences d'apprentissage.

D'après les 305 réponses au sondage, la majorité des élèves ontariens (88,5 %) ont indiqué avoir acquis des connaissances en santé mentale à l'école. Lorsqu'on a demandé aux élèves où cet apprentissage avait eu lieu (plusieurs réponses possibles), le lieu le plus fréquemment cité parmi les 270 participants qui ont répondu à cette question était « en classe », notamment :

- « en classe, avec le personnel enseignant » (79,6 %);
- « en classe, avec un professionnel de la santé mentale » (31,5 %);
- « en classe, avec un membre du personnel de soutien aux élèves » (15,2 %).

Plusieurs participants des groupes de discussion ont souligné que l'apprentissage en matière de santé mentale est optimal lorsqu'il se déroule « en classe » dans le cadre du programme scolaire.

« Je trouve formidable que l'éducation en santé mentale soit réellement intégrée à notre programme, notamment dans les cours d'études professionnelles, même lorsque ce n'est pas l'objectif principal de ces cours. »

Dans les groupes de discussion, les sujets de santé mentale abordés à l'école et jugés les plus utiles par les élèves étaient :

- 1. les stratégies d'adaptation;
- 2. les types de problèmes de santé mentale les plus courants;
- 3. l'importance de prendre soin de soi;
- 4. la disponibilité des ressources et des services.

Les participants aux groupes de discussion ont fait les commentaires suivants :

Ces sujets ont été jugés particulièrement utiles puisqu'ils aident les élèves à mieux comprendre l'ensemble des expériences en matière de santé mentale. Un élève a déclaré : « **Comment reconnaître les différentes facettes de la santé mentale; par exemple, comprendre ce que signifie avoir de l'anxiété.** »

Un autre élève a déclaré : « **Je pense qu'il a été globalement utile d'en apprendre davantage sur les différentes façons dont la santé mentale peut affecter différentes personnes.** »

le biais de présentations organisées, telles que des ateliers, des assemblées, des conférenciers invités et des présentations animées par un professionnel de la santé mentale, ainsi que des groupes de soutien dirigés par des pairs. Les ateliers et les petits groupes ont été décrits comme offrant un environnement « interactif » et « sécuritaire » favorisant la discussion.

Un élève du groupe de discussion pour les nouveaux arrivants et réfugiés a déclaré :

« J'aimerais vraiment avoir de vraies discussions à ce sujet ou un petit groupe fermé pour pouvoir en parler. Par exemple, un groupe de soutien pour les nouveaux arrivants, où les participants pourraient se réunir pour discuter des problèmes et travailler ensemble à les résoudre. »

Un élève du groupe de discussion pour les autochtones a déclaré :

“Sometimes we have beading at lunch differe« Parfois, nous faisons du perlage durant l'heure de dîner ou d'autres activités, et le simple fait de pouvoir discuter de santé mentale serait vraiment utile. »

Grâce aux discussions et aux réponses des groupes, les élèves ont exprimé leur désir de pouvoir parler de santé mentale d'une manière qui leur convient. Ces discussions peuvent avoir lieu à différents moments de la journée, en utilisant différents supports culturellement pertinents (p. ex., le perlage) pour mobiliser les élèves.



Littératie en matière de santé mentale pour les parents et les aidants naturels

En 2021, les résultats de #ONecoute suggéraient que les élèves souhaitaient que leurs parents ou aidants naturels soient mieux informés sur la santé mentale. Pour approfondir ce thème dans le cadre de #ONecoute 2024, les participants aux groupes de discussion et au sondage ont répondu à une série de questions portant sur les parents et aidants naturels ainsi que sur leur littératie en matière de santé mentale.

Environ la moitié (46,2 %) des participants qui ont répondu au sondage estimaient que leurs parents ou aidants naturels avaient reçu suffisamment d'informations de l'école pour soutenir leur apprentissage en matière de santé mentale chez eux. Les autres participants étaient soit « incertains » (36,5 %) ou estimaient que leurs parents ou aidants naturels ne recevaient pas suffisamment d'informations (17,4 %). Les participants aux groupes de discussion ont d'ailleurs souligné la nécessité d'améliorer la communication entre l'école et les parents ou les aidants naturels.

« Je pense que si un élève a des problèmes de santé mentale, les parents doivent communiquer avec l'école pour qu'il puisse bénéficier de mesures d'adaptation dans sa vie quotidienne. » Un autre élève a ajouté : « Les écoles devraient communiquer avec les parents si elles remarquent

des signes ou des problèmes de santé mentale chez les élèves... pour qu'ils puissent obtenir des ressources et qu'un environnement sécuritaire soit assuré chez eux. »

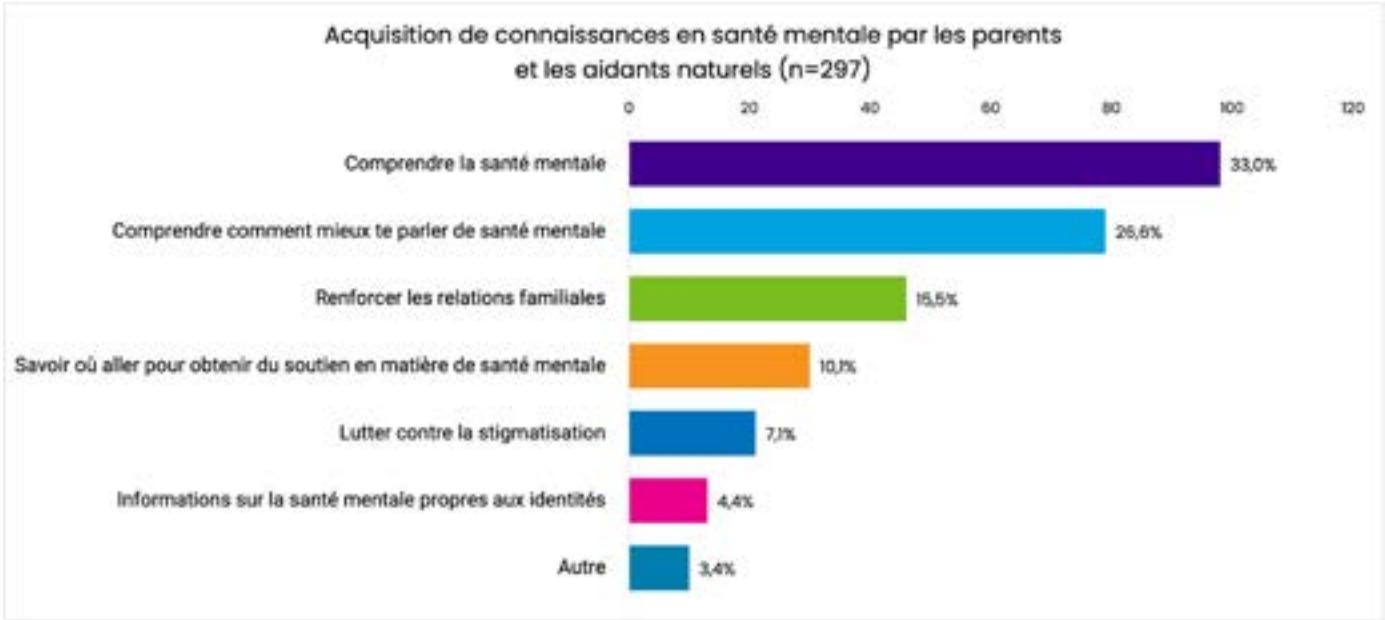
« J'ai l'impression qu'il n'y a pas vraiment de moyen pour les parents d'établir un lien avec l'école. »

Quelques participants ont souligné l'importance que les écoles comprennent la diversité culturelle de leurs élèves, estimant que cela permettrait d'établir de meilleurs liens avec les parents et les aidants naturels.

Un participant a déclaré :

« ... J'imagine que les conseils scolaires devraient comprendre les différentes influences culturelles présentes chez nous, qui peuvent affecter la perception de la santé mentale par les familles et, par conséquent, la manière dont les enfants interagissent avec ce sujet chez eux. »

Le Tableau 'Acquisition de connaissances en santé mentale par les parents et les aidants naturels' présente les sujets liés à la santé mentale que les élèves jugent les plus importants pour les parents et les aidants naturels. Les participants pouvaient choisir une seule option. Les trois principaux sujets mentionnés étaient : « comprendre la santé mentale » (33,0 %), suivi de « comprendre comment mieux te parler de santé mentale » (26,6 %) et « renforcer les relations familiales » (15,5 %).



Les participants aux groupes de discussion ont exprimé des priorités semblables concernant l'apprentissage et la littératie en matière de santé mentale des parents et des aidants naturels.

Reconnaître l'importance de la santé mentale et lutter contre la stigmatisation. Les élèves du secondaire ressentent du stress pour de nombreuses raisons, telles que la pression scolaire, les relations sociales ou le manque de temps dû à des engagements parascolaires ou à un emploi. Plusieurs participants ont également souligné la stigmatisation liée à la santé mentale dans certaines cultures. Un élève a déclaré : « Je pense que tout revient à la stigmatisation, c'est comme un sujet tabou, où l'on se dit que ça n'arrive pas. »

Renforcement de la littératie en matière de santé mentale des parents et aidants naturels. Les élèves aimeraient que leurs parents et aidants naturels comprennent que la santé mentale affecte les gens différemment, et qu'une stratégie efficace pour un membre de la famille peut ne pas fonctionner pour un autre. Un participant a expliqué : « ...J'aimerais qu'ils reconnaissent aussi que je ne suis pas exactement comme eux. Parfois, je vais les voir parce que j'ai besoin d'aide, et ils me proposent des solutions qui ont fonctionné pour eux en pensant que cela fonctionnera aussi pour moi, alors que ce n'est pas toujours le cas. Donc, j'aimerais qu'ils soient mieux informés sur différents aspects de la santé mentale et sur la façon dont elle affecte les gens de manière différente. »

Comprendre comment parler de santé mentale et reconnaître ce dont les enfants ont besoin pour se sentir soutenus. Quelques participants ont mentionné que les parents et les aidants naturels fournissent souvent une solution lorsqu'un problème est présenté. Les élèves ne veulent pas toujours une solution, mais simplement la possibilité de discuter. Un élève a expliqué : « Je pense qu'il est aussi important qu'ils comprennent que le fait que je leur parle de quelque chose ne signifie pas forcément que je veux qu'ils trouvent une solution. Je leur ai déjà expliqué, mais dès que je dis quelque chose, ils considèrent qu'il y a un problème. En réalité, je peux trouver une solution moi-même; je voulais simplement en discuter. »

The key for students was open and effective communication with parents/caregivers, allowing students' mental health needs to be shared in culturally appropriate and relevant ways.



Pour les élèves, la clé réside dans une communication ouverte et efficace avec les parents et les aidants naturels, permettant de communiquer les besoins en santé mentale des élèves de manière pertinente et adaptée à la culture.



Engagement des élèves dans les initiatives de santé mentale en milieu scolaire

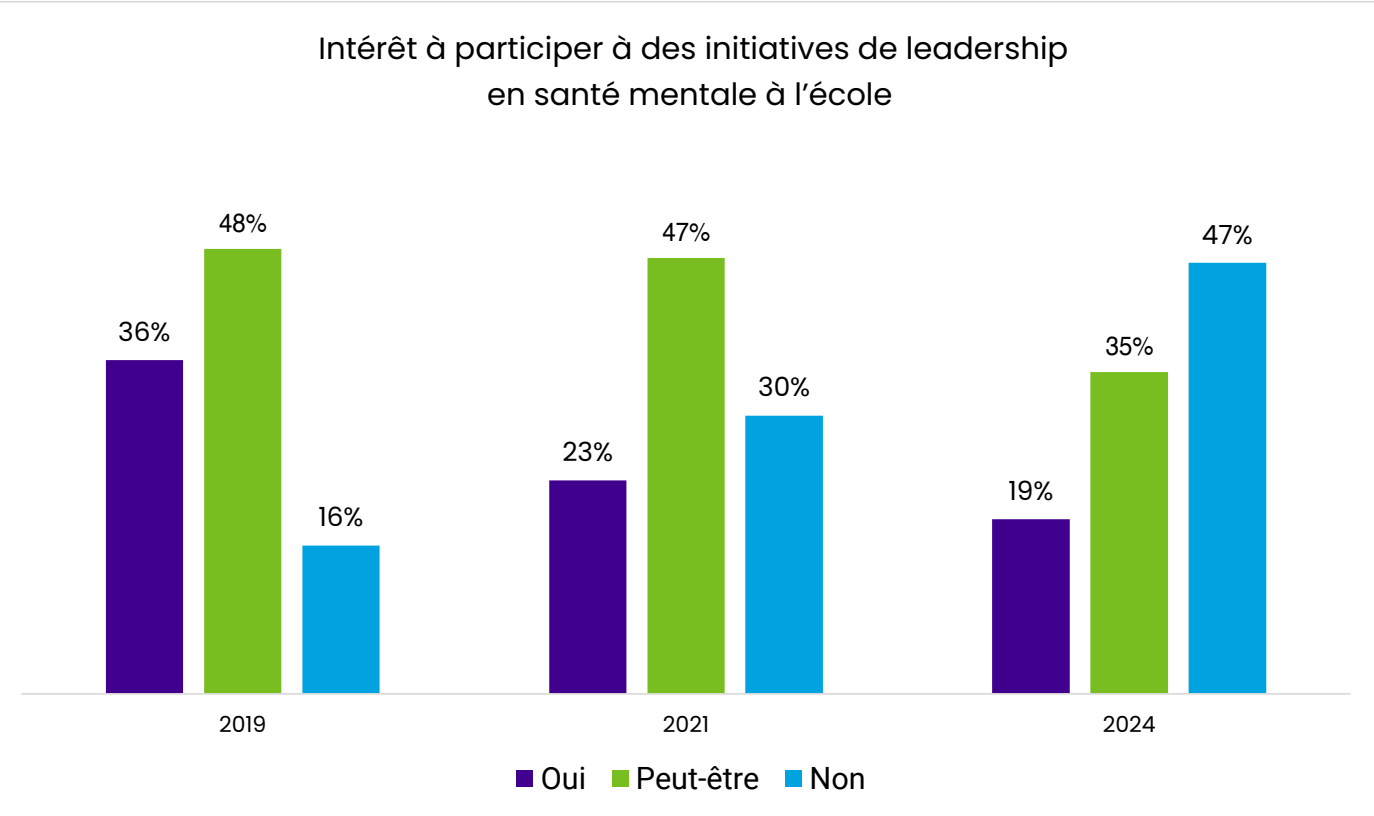
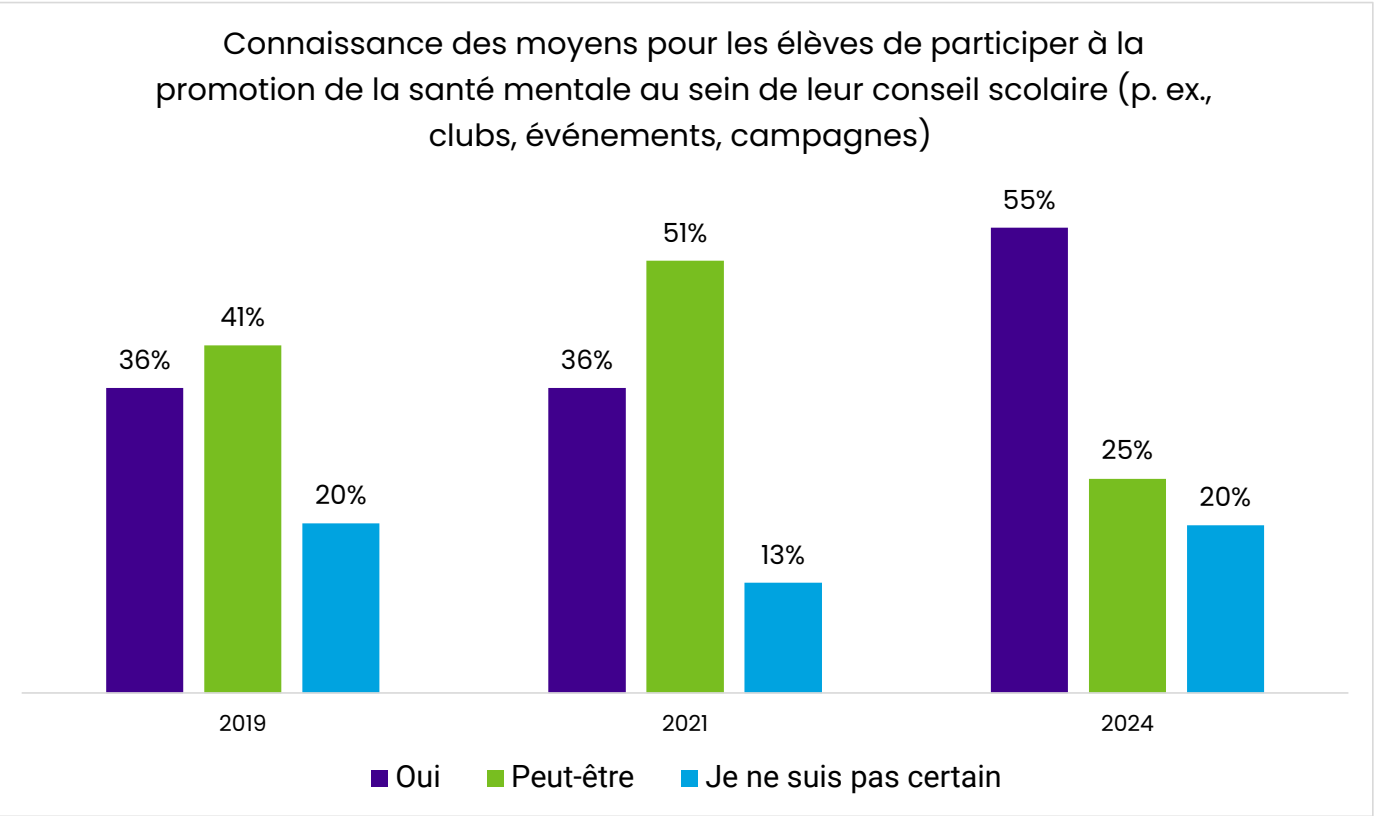
L'engagement des élèves est un facteur protecteur qui contribue au bien-être global et peut soutenir le succès des initiatives de santé mentale en milieu scolaire. Lorsqu'ils sont pleinement engagés, les élèves contribuent à orienter les décisions, les programmes et les ressources de manière à refléter leurs diverses expériences et identités. Le véritable engagement repose sur la valorisation et le fait d'accorder davantage d'importance aux points de vue et aux expériences de chaque élève. Cela comprend la création d'un environnement permettant aux élèves de participer de manière valorisante, tout en luttant contre les obstacles systémiques à l'engagement.

L'engagement des élèves est un facteur protecteur qui contribue au bien-être global et peut soutenir le succès des initiatives de santé mentale en milieu scolaire. Lorsqu'ils sont pleinement engagés, les élèves contribuent à orienter les décisions, les programmes et les ressources de manière à refléter leurs diverses expériences et identités. Le véritable engagement repose sur la valorisation et le fait d'accorder davantage d'importance aux points de vue et aux expériences de chaque élève. Cela comprend la création d'un environnement permettant aux élèves de participer de manière

valorisante, tout en luttant contre les obstacles systémiques à l'engagement.

Parmi les 288 participants au sondage, plus de la moitié (54,9 %) connaissaient les moyens pour les élèves de participer à la promotion de la santé mentale au sein de leur conseil scolaire (p. ex., clubs, événements, campagnes). Cependant, moins de participants souhaitaient participer aux initiatives de santé mentale dans leur école : 18,8 % des élèves interrogés souhaitaient y participer, 34,7 % ont indiqué qu'ils pourraient vouloir y participer et 46,5 % ne souhaitaient pas y participer.

En comparant ces résultats aux précédents sondages #ONecoute, on constate des différences en matière de sensibilisation et d'intérêt au fil du temps. En 2021, 36 % des participants ont déclaré connaître les moyens de s'impliquer au sein de leur conseil scolaire (le même pourcentage qu'en 2019). L'intérêt pour la participation a également évolué : 23 % des participants en 2021 souhaitaient s'impliquer (47 % peut-être, 30 % non), contre 36 % en 2019 (48 % peut-être, 16 % non).

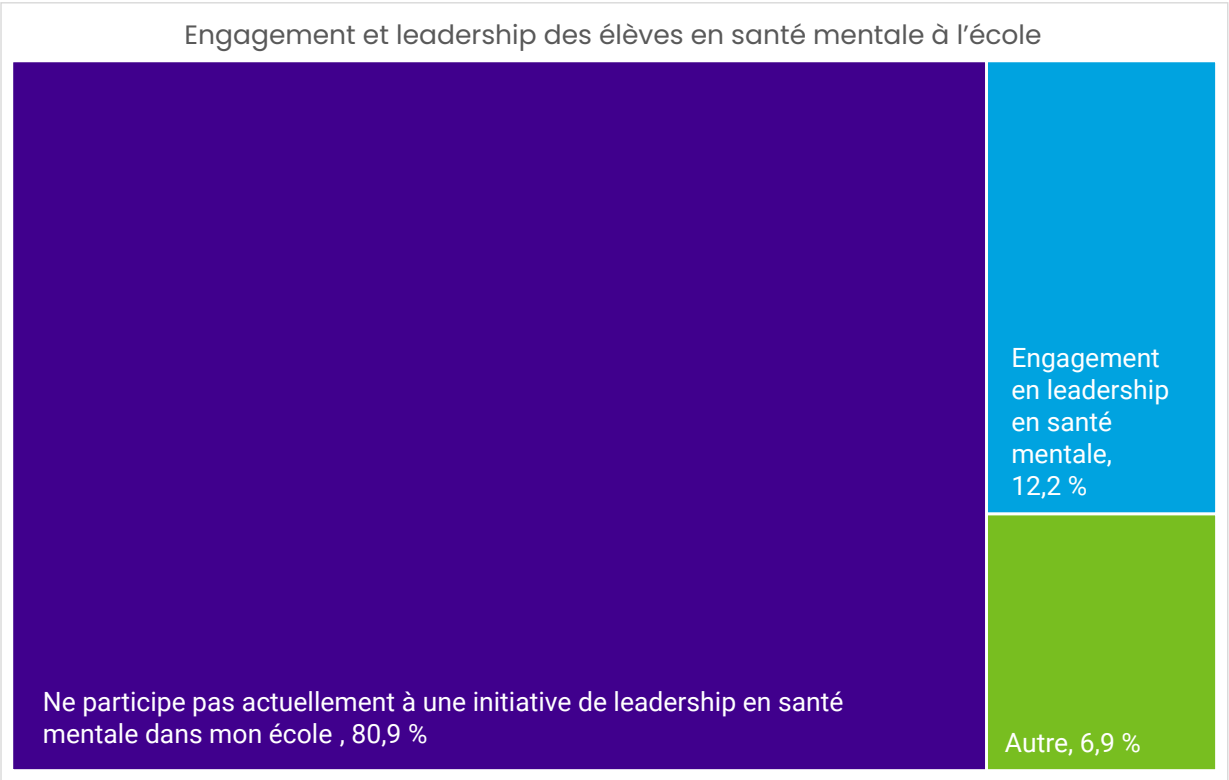


Au cours des groupes de discussion, les élèves ont discuté de leurs expériences positives vécues dans le cadre de leurs programmes et de leur environnement scolaire. Ces exemples mettaient principalement l'accent sur l'incidence des initiatives dirigées par les élèves. Un élève a déclaré : « Une chose que j'ai apprise récemment [lors d'un événement organisé par] les champions de la santé mentale [à l'école], c'est que c'était vraiment agréable d'y participer, parce qu'il y avait plusieurs élèves qui souhaitaient réellement contribuer à la santé mentale dans leur propre école. Et ils nous formaient sur ce que nous devrions transmettre aux autres élèves. »

Lorsqu'on leur a demandé s'ils participaient actuellement à une initiative de leadership en santé mentale dans leur école, la majorité des participants (80,9 %) ont indiqué ne pas y participer. Quelques participants ont toutefois déclaré faire partie d'un club de santé mentale ou de bien-être en milieu scolaire (4,2 %), d'un comité consultatif sur la santé mentale en milieu scolaire (3,8 %), d'une campagne de sensibilisation à la

santé mentale en milieu scolaire (1,4 %), d'ateliers ou d'activités sur la santé mentale (2,1 %) ou encore de groupes d'affinité (0,7 %). Quelques élèves (6,9 %) ont déclaré participer à d'autres initiatives de leadership en matière de santé mentale dans leur école.

Enfin, lorsqu'on leur a demandé s'ils prenaient part à des initiatives de leadership en santé mentale dans des organismes communautaires à l'extérieur de l'école, quelques participants au sondage (6,6 %) ont répondu par l'affirmative, tandis que la majorité des participants (93,4 %) ont indiqué ne pas prendre part à ce type d'initiatives communautaires.



Affirmation de l'identité et santé mentale en milieu scolaire

L'identité et la santé mentale sont indéniablement liées : qui nous sommes influence la façon dont nous nous sentons. Lorsque l'identité est affirmée et célébrée, les élèves ressentent un sentiment d'appartenance à la communauté scolaire. Il s'agit d'un facteur de protection qui peut avoir une incidence positive sur leurs relations sociales à l'école et leurs résultats scolaires. À l'inverse, si l'identité des élèves n'est pas reconnue ou s'il n'existe pas d'environnement en milieu scolaire où leurs identités sont célébrées, cela peut avoir des répercussions négatives. Les élèves peuvent se sentir isolés et déconnectés de leur communauté scolaire, ce qui peut avoir une incidence sur leur santé mentale et leur bien-être.

L'un des objectifs de #ONecoute 2024 était de mieux comprendre comment les communautés scolaires ont adopté une approche fondée sur l'équité en matière de soutien et de services en santé mentale, afin de déterminer comment les jeunes ayant divers besoins sont soutenus à l'école. Les discussions en groupe ont permis d'approfondir la compréhension de cette priorité selon le point de vue des élèves. Ils ont notamment souligné :

« Je pense que l'identité est un facteur important en santé mentale. Lorsqu'on s'attaque à ton identité ou qu'on s'en moque, cela peut avoir des répercussions négatives sur ta santé mentale. De la même façon, si quelqu'un te fait un compliment ou te dit quelque chose de positif sur qui tu es, cela peut avoir un effet bénéfique sur ta santé mentale. »

Les participants aux groupes de discussion ont également expliqué que la façon dont ils se perçoivent eux-mêmes et la manière dont ils sont traités par les autres peuvent avoir une incidence sur leur santé mentale. L'importance de la perception de soi a été soulignée.

« Je crois que... la manière dont nous nous percevons se reflète dans ce que nous ressentons et dans notre état de santé mentale. Donc, si on aime plusieurs aspects de soi, on se porte probablement beaucoup mieux sur le plan mental, surtout si on est fondamentalement la personne qu'on souhaite être. »

Les participants ont estimé que la façon dont les autres les traitaient avait une incidence sur leur santé mentale. Quelques-uns ont évoqué des expériences où ils ont été maltraités en raison de leur identité, ce qui a eu des répercussions sur leur santé mentale.

« Personnellement, quand j'étais plus jeune, j'avais un accent de mon pays d'origine et les gens se moquaient de moi. Donc, j'ai modifié mon accent en fonction des personnes à qui je parlais. C'est un exemple de la façon dont j'ai perdu mon identité, et le fait que les gens se moquaient de moi a eu d'importantes répercussions sur ma santé mentale. »

Il est important que nous engagions les élèves dans des discussions sur l'identité, les expériences scolaires, la culture de l'école et le sentiment d'appartenance afin de mieux comprendre les stratégies et les soutiens qui favorisent l'inclusion et la reconnaissance.

Dans tous les groupes de discussion, les élèves ont souligné l'importance de la représentation et son incidence positive sur leur santé mentale. Le fait de se reconnaître dans les services ou les soutiens reçus constituait pour eux une source de motivation et d'encouragement.

Un élève a déclaré :

« ...Je suis d'origine sud-asiatique, et il n'y avait pas beaucoup d'élèves de couleur dans mon école. Ils étaient majoritairement blancs, avec quelques autres cultures, mais il n'y avait pratiquement pas d'Indiens... Je pense qu'il devrait y avoir une représentation de toutes les origines ethniques. J'ai aussi l'impression qu'une fois qu'on voit quelqu'un réussir dans un certain poste, cela motive à suivre ses traces et rend plus à l'aise de



Au cours des groupes de discussion, les élèves ont souligné l'importance du **sentiment de connexion ou d'appartenance**, qui peut être favorisé par les éléments suivants :

- 1. groupes sociaux
- 2. groupes d'affinité
- 3. journées culturelles
- 4. ressources

Les élèves ont déclaré :

« Je fais partie d'un club pour les élèves noirs afin de promouvoir leur culture et tout ce qui s'y rattache. Depuis sa création, plusieurs élèves disent avoir trouvé un environnement où ils peuvent s'exprimer et discuter de leur réalité. »

« Selon moi, certaines associations de groupes, comme les associations d'élèves noirs, représentent l'affirmation de l'identité. »

« Dans mon école, nous avons plusieurs clubs pour différents groupes d'élèves, ce qui est très valorisant parce que ces groupes permettent de bâtir des communautés. »

Les **journées culturelles de célébration** organisées à l'école ont également été jugées utiles par les groupes de discussion. Les élèves ont souligné que, lors de ces événements, la communauté scolaire a eu l'occasion d'en apprendre davantage sur une variété de cultures, favorisant ainsi un environnement qui célèbre la diversité et soutient le bien-être de tous les élèves.

« Nous avons récemment organisé une soirée pour célébrer la Diwali, avec de la nourriture et des danses, où tous les participants ont pu en apprendre davantage sur cette fête. »

« Nous organisons des journées culturelles où les gens s'intéressent à nos origines. Je pense que cela contribue à créer une bonne école dans son ensemble, où nous sommes tous ouverts et

respectueux des valeurs, des normes et même de la nourriture des autres. Nous aimons partager la nourriture, et je pense que cela crée un lien très fort entre nous. Voilà une journée culturelle. »

Les participants ont également souligné l'importance des relations sociales qui se développent dans le cadre des groupes et des échanges culturels favorisés par les journées culturelles à l'école.

Un élève a déclaré :

« ...nos différentes activités culturelles et nos cérémonies rassemblent les gens. Je pense que plusieurs élèves deviennent amis après les premières rencontres et forment de véritables liens, ce qui est positif car ils peuvent discuter et se comprendre. Je pense que cela contribue réellement à l'aspect santé mentale lié aux interactions sociales à l'école. »

Un consensus s'est également dégagé sur l'importance de rendre disponibles, tout au long de l'année, des ressources dans les bibliothèques scolaires, notamment « des livres et du matériel représentant diverses cultures, identités et expériences ».

En outre, une mise en garde importante a été soulevée concernant les questions d'équité et de réconciliation : il faut éviter la diversité de façade. Pour les participants, la diversité de façade signifie éviter de mettre un élève sur la sellette et de s'attendre à ce qu'il représente l'ensemble d'un groupe identitaire.

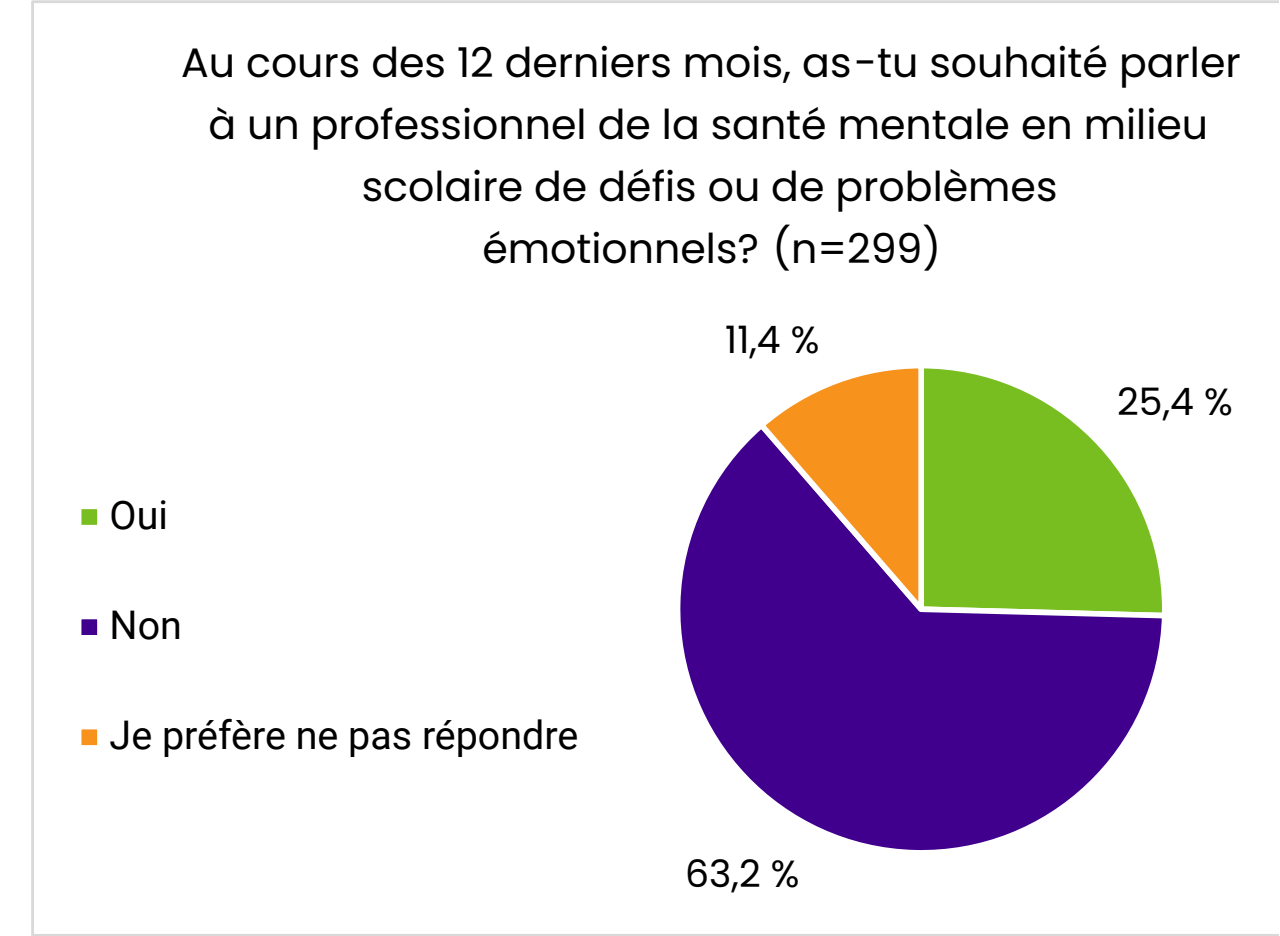
Enfin, les participants ont reconnu l'importance de disposer d'un environnement sécuritaire pour discuter ouvertement de leurs expériences, ainsi que des célébrations qui invitent l'ensemble de l'école à participer à l'apprentissage. Il est essentiel que ces occasions soient organisées sans isoler un élève, afin d'assurer sa sécurité psychologique et son confort.

Recherche d'aide et soutien en matière de santé mentale

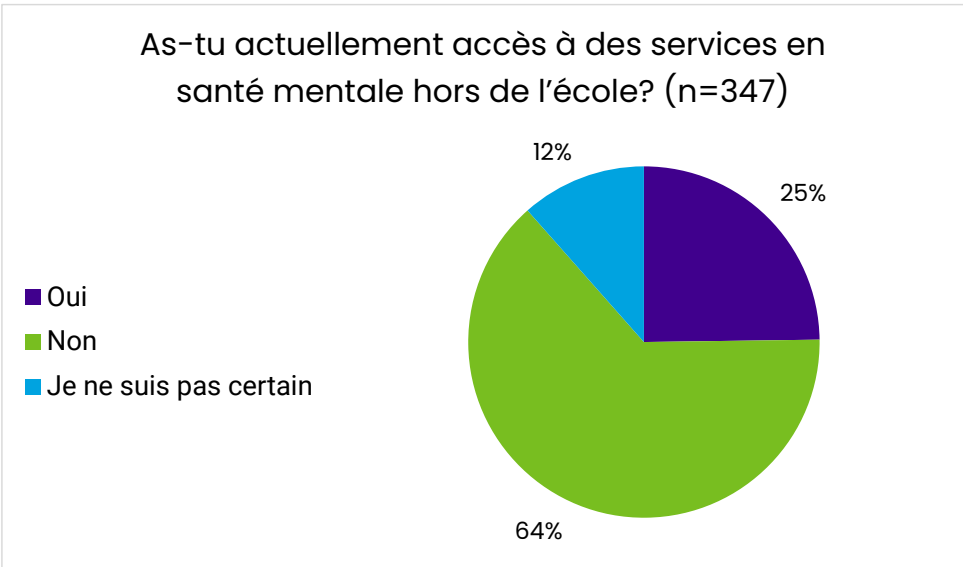
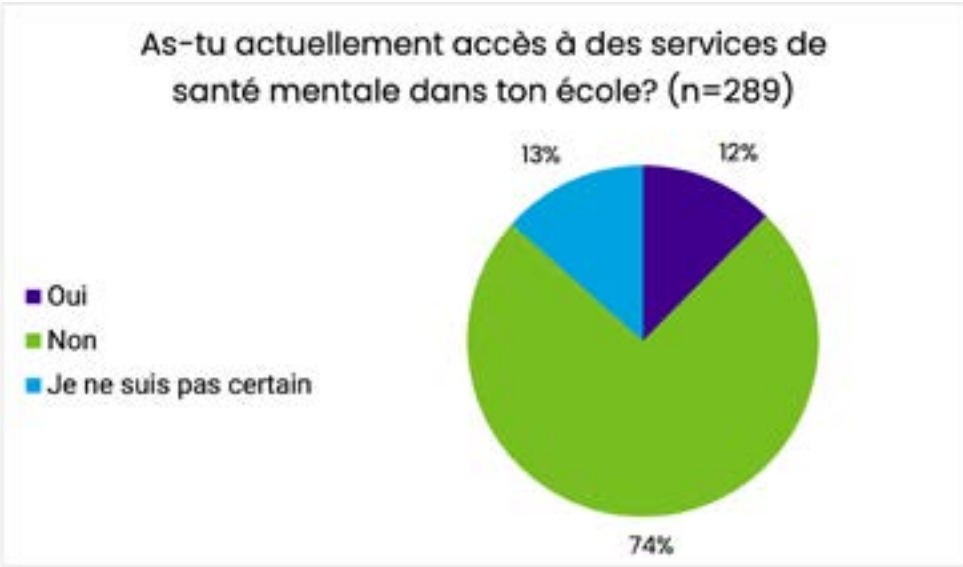
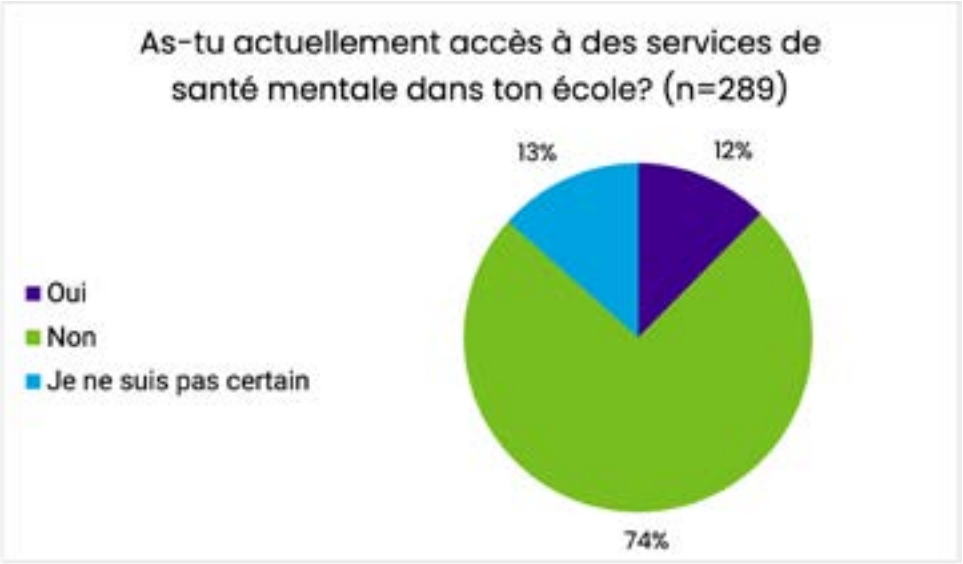
Savoir comment et quand demander de l'aide est une compétence importante. Les écoles jouent un rôle essentiel en favorisant les comportements de recherche d'aide et en veillant à ce que les élèves connaissent les soutiens disponibles et se sentent à l'aise d'y accéder. Dans le cadre de cette étude, l'équipe de recherche de #ONecoute s'est penchée sur les besoins des élèves en matière de recherche d'aide, notamment leur intérêt à consulter un professionnel de la santé mentale en milieu scolaire, la présence d'adultes de confiance et les sources d'information sur la santé mentale auxquelles ils se réfèrent.

Parmi 299 réponses, un quart (25,4 %) des participants au sondage souhaitaient discuter avec un professionnel de la santé mentale en milieu scolaire au sujet de défis ou de problèmes émotionnels au cours des 12 derniers mois.

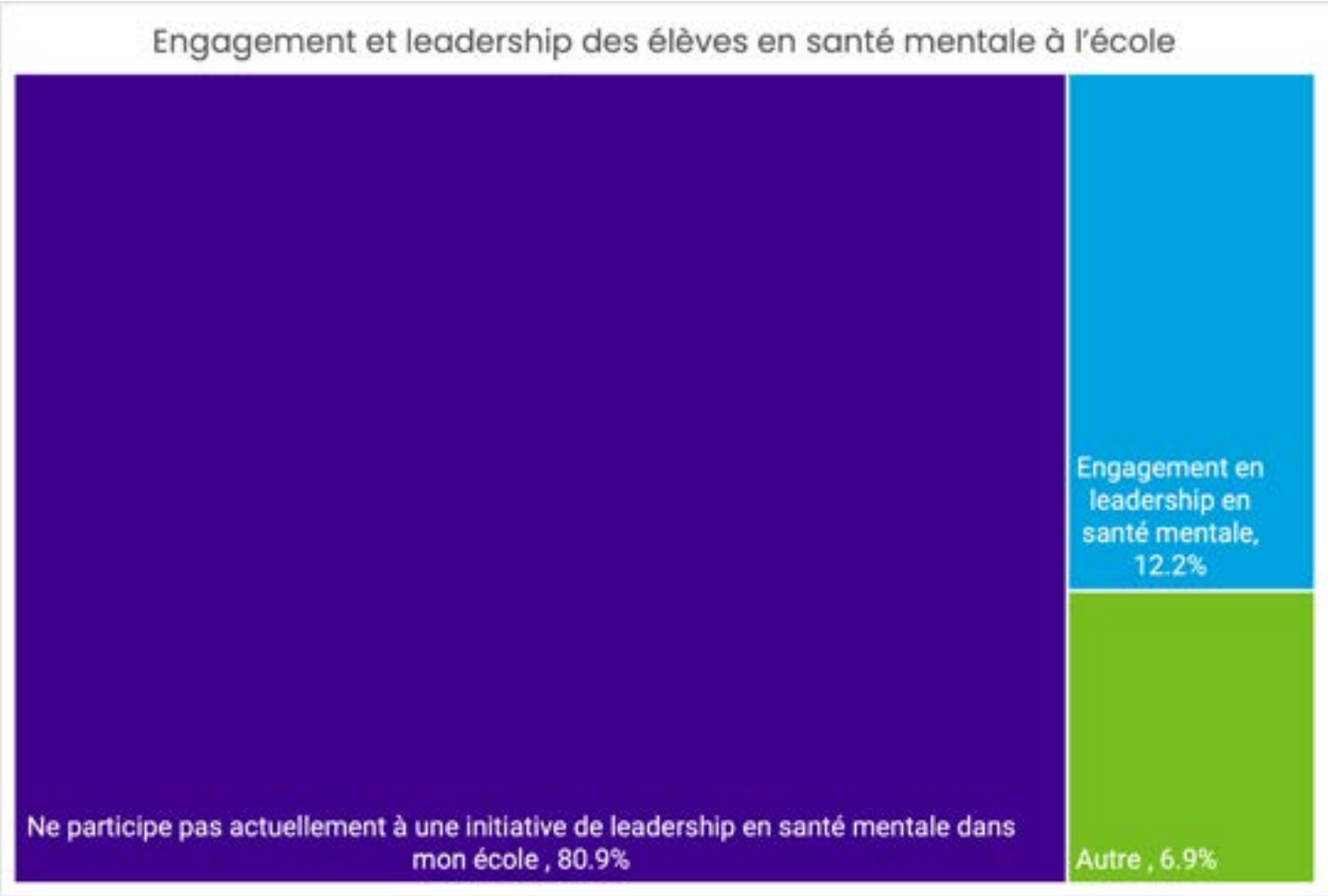
On a demandé aux participants s'ils savaient où et à qui s'adresser dans leur école s'ils avaient un problème de santé mentale. Parmi 299 réponses, la majorité des participants (77,6 %) ont indiqué savoir où et à qui s'adresser dans leur école, 10,4 % ont indiqué qu'ils n'étaient pas au courant et 12 % étaient incertains.



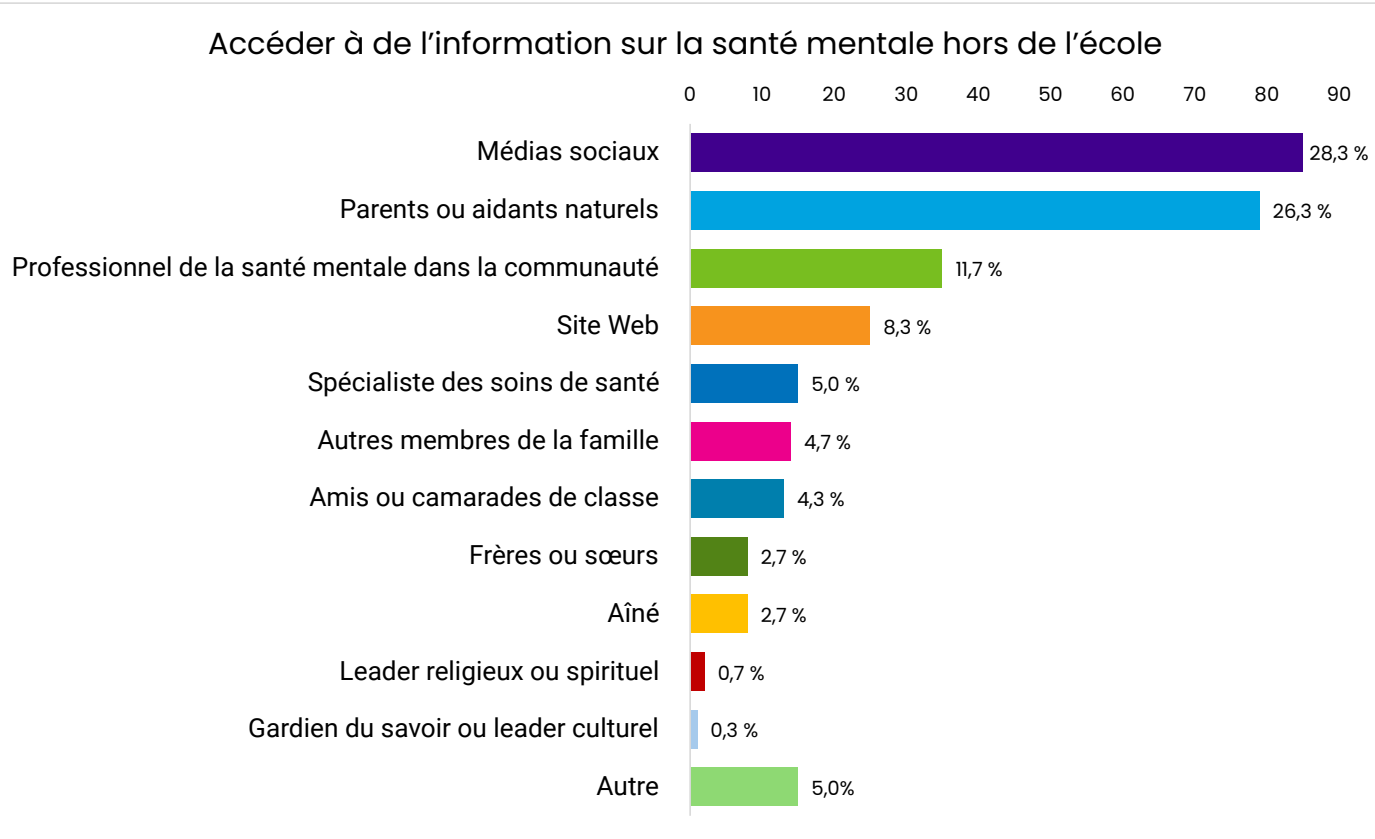
La majorité des participants au sondage ont indiqué qu'ils n'avaient pas actuellement accès à des services de santé mentale à l'école (74,2 %), tandis que 12,4 % ont indiqué y avoir accès. Environ 25 % des participants ont indiqué qu'ils avaient accès à des services de santé mentale hors de l'école.



On a demandé aux participants au sondage s'il y avait un adulte de confiance à l'école vers lequel ils pouvaient se tourner s'ils avaient une question concernant leur santé mentale. Parmi 297 réponses, 69 % ont déclaré connaître au moins une personne à qui s'adresser pour toute question relative à la santé mentale. Un plus petit nombre de participants ont indiqué ne pas en être certains (17,5 %) ou ne pas avoir accès à un adulte de confiance (13,5 %).



On a également demandé aux participants au sondage vers quelles sources ils seraient les plus enclins à se tourner pour obtenir de l'information sur la santé mentale à l'extérieur de l'école. Parmi 299 réponses, les sources les plus sélectionnées étaient les médias sociaux (28,3 %) et les parents ou aidants naturels (26,3 %). Un plus petit nombre de participants ont indiqué se tourner vers un professionnel de la santé mentale dans la collectivité (11,7 %), un site Web (8,3 %) ou un spécialiste de la santé (5,0 %), et encore moins ont mentionné leurs pairs, leur famille élargie ou des leaders culturels ou spirituels.



Lors des groupes de discussion, les élèves ont également échangé sur la manière dont ils souhaiteraient recevoir les informations sur les ressources et les services en santé mentale. Les moyens les plus fréquemment mentionnés étaient :

1. les canaux en ligne, notamment le courrier électronique et les médias sociaux;
2. Un élève a déclaré : « Je consulte toujours mes courriels », tandis qu'un autre a affirmé : « Le moyen le plus engageant pour moi serait les médias sociaux, où je peux facilement trouver, consulter et comprendre l'information. »
3. les annonces et la communication en classe par les enseignants (moyens préférés);
4. les documents imprimés simples et accessibles, comme des dépliants ou des brochures. flyers or brochures.

Les élèves ont également souligné que les efforts ponctuels ne suffisent pas. Une communication soutenue et cohérente ainsi que des occasions d'en apprendre davantage sur les soutiens et les services en matière de santé mentale sont considérées comme essentielles pour renforcer la confiance et les connaissances en matière de recherche d'aide.

Résumé des principales conclusions

1. Les élèves souhaitent que la santé mentale soit intégrée de manière importante à leur éducation.

- Ils souhaitent une éducation en matière de santé mentale qui soit naturelle et respectueuse de leur contexte culturel.
- Ils considèrent la salle de classe comme un environnement clé pour l'apprentissage continu et apprécient les activités interactives basées sur la discussion pour approfondir leur compréhension.
- La plupart des élèves reçoivent leur éducation en matière de santé mentale de la part du personnel enseignant et des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire.

2. Les élèves souhaitent que leurs parents ou aidants naturels soient outillés pour soutenir leur santé mentale.

- Ils ont souligné l'importance que les écoles adoptent une approche adaptée à la culture lorsqu'elles soutiennent l'apprentissage en matière de santé mentale des parents ou des aidants naturels.
- Des différences ont été observées entre les participants aux groupes de discussion et ceux au sondage quant à la question de savoir si les parents ou les aidants naturels reçoivent suffisamment d'informations sur la santé mentale.
- Les élèves souhaitent que l'apprentissage des parents ou des aidants naturels mette l'accent sur la réduction de la stigmatisation, l'amélioration de la communication et le renforcement de la compréhension de la santé mentale.

3. Les élèves connaissent les possibilités de promotion de la santé mentale à l'école, mais leur intérêt à assumer des rôles de leadership semble limité.

- Bien que tous les élèves ne souhaitent pas participer, plusieurs connaissent les possibilités de participer à des initiatives en matière de santé mentale à l'école.
- Les participants ont décrit les expériences au sein des initiatives scolaires menées par les élèves comme étant valorisantes et enrichissantes.

4. Les élèves reconnaissent le lien entre l'identité et la santé mentale et apprécient les occasions de célébrer leur propre identité et d'en apprendre sur celles des autres, comme moyen de renforcer le sentiment d'appartenance à l'école.

- Ils ont déterminé les clubs sociaux, les groupes d'affinité et les journées culturelles comme des moyens importants de soutenir le développement communautaire et de promouvoir un environnement affirmant l'identité tout au long de l'année.
- Les élèves ont mentionné que la diversité de façade nuit aux efforts visant à bâtir une communauté authentique.

5. De nombreux élèves savent où trouver du soutien en santé mentale à l'école et ont au moins accès à un adulte de confiance.

- plupart ont mentionné avoir au moins un adulte de confiance vers qui se tourner pour obtenir du soutien à l'école.
- Bien que certains aient exprimé avoir souhaité parler à un professionnel de la santé mentale en milieu scolaire au cours de la dernière année, peu ont déclaré avoir accès actuellement à ces services.
- À l'extérieur de l'école, les élèves se tournent le plus souvent vers les médias sociaux et leurs parents ou aidants naturels pour obtenir de l'information sur la santé mentale. Peu ont indiqué s'adresser à des sources formelles ou professionnelles.



Conclusion

L'initiative #ONecoute continue de s'appuyer sur les apprentissages issus des itérations précédentes et sur la rétroaction des participants. Le sondage en ligne et la série de groupes de discussion virtuels et en personne visaient à recueillir des renseignements sur les besoins d'apprentissage des élèves en matière de santé mentale, sur la manière dont les écoles peuvent adopter une approche de santé mentale scolaire affirmant l'identité, ainsi que sur la littératie en matière de santé mentale des parents et des aidants naturels.

Cette initiative a révélé que les élèves souhaitent en apprendre davantage sur la santé mentale à l'école et qu'ils avaient besoin d'un environnement sécuritaire et accueillant qui leur permet d'être eux-mêmes. Il était essentiel de créer des voies de communication ouvertes et claires entre les parents ou les aidants naturels, les élèves et les écoles.

Les élèves ont proposé de nombreuses idées pour faire progresser la santé mentale en milieu scolaire en Ontario, notamment des occasions d'en apprendre davantage en classe, des journées culturelles à l'école qui ne soient pas considérées comme une diversité de façade, ainsi qu'accroître l'engagement des parents et des aidants naturels envers l'apprentissage en santé mentale. Les conclusions de cette initiative éclaireront les orientations futures de Santé mentale en milieu scolaire Ontario et pourront être examinées parallèlement aux données recueillies auprès des élèves à l'échelle des conseils scolaires afin d'appuyer la planification des actions en matière de santé mentale et de dépendances dans les conseils scolaires.

Placer les points de vue des élèves au cœur de nos préoccupations est la pierre angulaire de #ONecoute. Santé mentale en milieu scolaire Ontario et le Centre for School Mental Health sont reconnaissants envers les élèves qui leur ont fait confiance en communiquant leurs points de vue afin d'orienter les stratégies et les plans d'action. Les élèves ont non seulement participé à cette initiative, mais ils ont également assumé des rôles de leadership clés. En collaborant avec les élèves, l'équipe de recherche #ONecoute 2024 a pu recueillir, analyser et présenter les points de vue des élèves sur l'apprentissage, l'engagement et le soutien en matière de santé mentale à l'école.

À l'avenir, l'équipe de Santé mentale en milieu scolaire Ontario, en collaboration avec les groupes de référence provinciaux d'élèves ThriveSMH et Pros'pairs SMS, soutiendra les mesures qui émergeront de cette initiative axée sur le point de vue des élèves. La participation continue des élèves contribuera à ce que les commentaires généreusement offerts dans le cadre du sondage et des groupes de discussion soient pleinement pris en compte et se traduisent par des mesures concrètes.

