



LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES



Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants
Canadian Teachers' Federation

www.ctf-fce.ca

LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Il y a 20 ans, il est peu probable que la question de la santé mentale des jeunes aurait été considérée comme une priorité dans le cadre d'efforts visant à soutenir les familles canadiennes et leurs enfants. Mais les temps ont changé; cette question fait de plus en plus souvent les manchettes et les données présentées sont préoccupantes.

Par exemple, un sondage mené en 2011 auprès de plus de 100 000 élèves (de la 7^e à la 12^e année) dans le conseil scolaire du district de Toronto a révélé que le stress et l'anxiété étaient les problèmes émotionnels les plus répandus. Les troubles émotionnels comme la perte de confiance, le stress, la nervosité et l'anxiété étaient particulièrement graves chez les élèves de la 9^e à la 12^e année (O'Toole et Brown, 2013).

Stan Kutcher, Ph. D., et ses collaborateurs (2009) ont affirmé qu'au Canada, quelque 15 % à 20 % des enfants et des jeunes souffrent d'une forme quelconque de trouble mental — soit un élève sur cinq dans une classe typique.

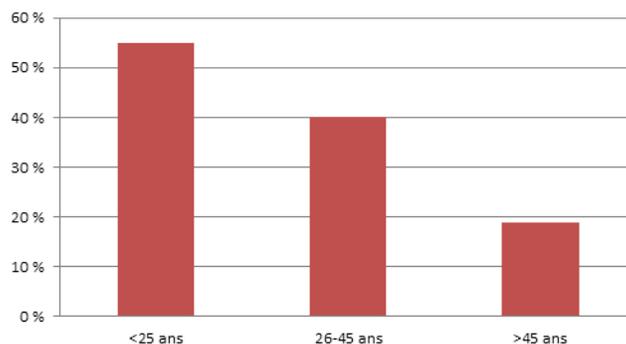
Ian Manion, Ph. D., et Kathy Short, Ph. D., chercheurs pour le School-Based Mental Health and Substance Abuse Consortium (Consortium sur la santé mentale et les dépendances en milieu scolaire), ont déclaré que 70 % des adultes souffrant d'une maladie mentale affirment que leur maladie est apparue avant qu'ils aient eu 18 ans et que 50 % d'entre eux affirment qu'elle a commencé avant qu'ils aient eu 14 ans. On ne saurait trop insister sur ce point : la plupart des problèmes de santé mentale font leur apparition pendant l'adolescence ou au début de la vie adulte, d'où l'importance capitale d'un dépistage précoce suivi d'une intervention efficace.

Manion et Short ont aussi fait remarquer que le suicide est la deuxième cause de décès chez les jeunes de 16 à 24 ans. La plupart des personnes

qui se suicident souffrent d'une maladie mentale pouvant être diagnostiquée.

L'un des plus grands obstacles qui empêchent les gens d'obtenir de l'aide est sans doute la stigmatisation.

Pourcentage des personnes traitées pour un trouble de santé mentale ayant fait l'objet de stigmatisation dans la dernière année (Pourcentage pondéré)



Ce graphique¹ se fonde sur les données d'un sondage à réponse rapide de Statistique Canada mené auprès d'un échantillon représentatif d'environ 10 000 Canadiens et Canadiennes. Le programme *Changer les mentalités* de la Commission de la santé mentale du Canada a financé le sondage. Les personnes ayant déclaré avoir été traitées pour un trouble de santé mentale au cours de l'année précédant le sondage ont été invitées à dire si elles avaient eu l'impression d'avoir été traitées négativement ou inégalement, au cours de la dernière année, en raison de leur problème de santé mentale du

1 Créé par *Changer les mentalités*, Commission de la santé mentale du Canada, Heather Stuart, conseillère principale, initiative *Changer les mentalités*; professeure et titulaire de la Chaire de recherche Bell sur la santé mentale et la lutte contre la stigmatisation, Queen's University, février 2013



moment ou d'un ancien problème de santé mentale. Le graphique montre une tendance claire. Les personnes faisant partie du groupe d'âge le plus jeune (18 à 25 ans) étaient les plus susceptibles de signaler une expérience de stigmatisation, et cela diminuait avec l'âge. Ces résultats montrent l'importance de cibler les jeunes et les jeunes adultes dans les programmes de lutte contre la stigmatisation.

Heather Stuart, Ph. D., titulaire de la Chaire de recherche Bell sur la santé mentale et la lutte contre la stigmatisation à la Queen's University, décrit la stigmatisation et la discrimination auxquelles se heurtent les personnes atteintes d'une maladie mentale comme un enjeu lié aux droits de la personne :

La stigmatisation, largement définie comme la réaction négative de la société à l'égard des personnes qui souffrent d'une maladie mentale, est souvent décrite comme étant plus nuisible que la maladie elle-même. Elle dissuade les personnes et les familles de chercher un diagnostic et un traitement précoces; elle ternit leur réputation et fragilise leur position sociale; elle entraîne de graves iniquités pour ce qui est du droit à l'éducation, du droit économique, du droit à la santé et autres droits sociaux que les personnes non handicapées tiennent pour acquis. Il s'agit d'une forme d'oppression sociale qui porte atteinte à la dignité humaine et aux droits des victimes.

D'après l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale (ACMMSM), l'autostigmatisation se produit lorsque les personnes atteintes d'une maladie mentale et leur famille intériorisent les attitudes négatives de la société à leur égard, ce qui les amène à se blâmer et à avoir une faible estime de soi.

Il ne faut cependant pas oublier le lien entre les familles à faible revenu et la maladie mentale. D'après Lipman et Boyle (2008) :

Il existe un rapport étroit entre la pauvreté et les problèmes de santé mentale chez les enfants et les adolescents. Les risques qu'un enfant ou un adolescent provenant d'une famille pauvre souffre d'un problème de santé mentale sont trois fois plus élevés que pour celui qui est issu d'une famille ne vivant pas dans la pauvreté. Ce rapport est stable et constant peu importe le pays, les critères d'évaluation de la pauvreté, les méthodes employées pour diagnostiquer les problèmes mentaux ou l'époque.

Les coûts économiques de la maladie mentale au Canada sont énormes. Un article publié récemment dans le *Financial Post* a présenté les résultats d'une étude fédérale qui révèle qu'il y a au Canada pas moins de 800 000 travailleuses et travailleurs bien formés qui souffrent de troubles mentaux, mais qui sont parfaitement capables de travailler si on leur offre les conditions adéquates pour le faire — un nombre effarant étant donné la pénurie de main-d'œuvre à laquelle doivent faire face de nombreuses industries essentielles de notre pays. Une autre étude a révélé qu'à eux seuls, l'absentéisme et le présentéisme (le fait d'être physiquement présent, mais de ne pas se sentir assez bien pour avoir la productivité attendue) attribuables à des problèmes de santé mentale coûtent aux entreprises canadiennes six milliards de dollars annuellement. La Commission de la santé mentale du Canada signale que les demandes de prestations d'invalidité qui connaissent la croissance la plus rapide dans les milieux de travail du Canada sont liées à la santé mentale et que « 21,4 % de la population active du Canada est actuellement aux prises avec un trouble mental ou une maladie mentale qui peut entraver sa productivité ». Une grande partie de ce pourcentage se compose de personnes en âge de travailler, c'est-à-dire âgées de 25 à 54 ans (Lopez-Pacheco, 2013).

Les enseignantes et enseignants eux-mêmes ont contribué à la diffusion récente d'information sur le sujet. En février 2012, en collaboration avec la Commission de la santé mentale du Canada,

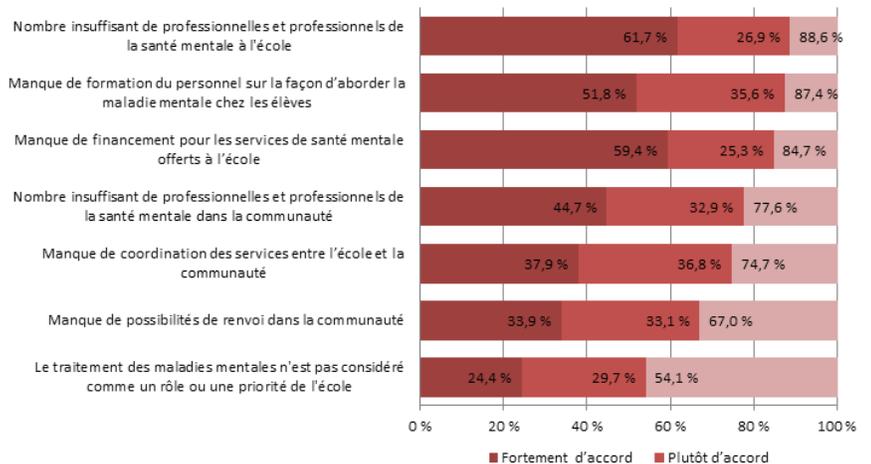
LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES

la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants a mené un sondage national auprès du personnel enseignant. Près de 4 000 enseignantes et enseignants y ont répondu et ont exprimé leurs perspectives sur la santé mentale des élèves. Voici quelques grandes constatations :

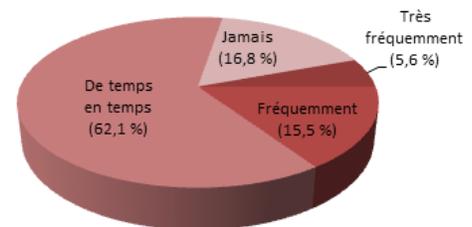
- Neuf personnes sondées sur dix sont d'accord pour dire que le trouble déficitaire de l'attention et l'hyperactivité avec déficit de l'attention, ainsi que les difficultés d'apprentissage comme le trouble du spectre autistique et la dyslexie constituent des problèmes pressants dans leur école.
- 79 % des personnes sondées sont d'accord pour dire que le stress constitue un problème pressant.
- 73 % des gens sont d'accord pour dire que les troubles anxieux constituent un problème pressant.
- Près de sept enseignantes et enseignants sur dix indiquent qu'ils n'ont participé à aucune activité de perfectionnement professionnel afin de mieux aborder la maladie mentale chez les élèves de leur école.

Les enseignantes et enseignants nous ont dit que les problèmes de santé mentale chez les enfants et les jeunes représentent un grand défi pour les écoles publiques. De plus, il existe de nombreux obstacles à la prestation de services de santé mentale aux élèves, notamment le nombre insuffisant de professionnelles et professionnels de la santé mentale à l'école, le manque de formation du personnel sur la façon d'aborder la maladie mentale chez les élèves, le manque de financement pour les services de santé mentale offerts à l'école ainsi que la stigmatisation et la discrimination.

La majorité des enseignantes et enseignants considèrent les facteurs examinés comme des obstacles potentiels à la prestation de services de santé mentale aux élèves

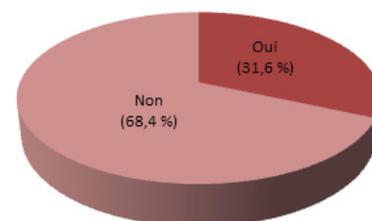


1 membre du personnel enseignant sur 5 voit souvent* des élèves souffrant d'un problème de santé mentale se faire intimider



* Y compris les réponses « fréquemment » et « très fréquemment ».

Près de 7 enseignantes et enseignants sondés sur 10 indiquent qu'ils n'ont participé à aucune activité de perfectionnement professionnel afin de mieux aborder la maladie mentale chez les élèves de leur école



Les enseignantes et enseignants appuient le besoin de continuer et d'élargir la conversation naissante sur la maladie mentale et la santé mentale chez les enfants et les jeunes afin de sensibiliser la population à ces questions et de réduire, voire d'éliminer, la stigmatisation qui est si dommageable. Bien que les membres du personnel enseignant estiment qu'ils font partie de la solution, ils ne peuvent manifestement pas agir sans soutien.

INTIMIDATION D'ÉLÈVES SOUFFRANT D'UNE MALADIE MENTALE

Malheureusement, la stigmatisation associée à la maladie mentale peut entraîner des conséquences négatives pour les élèves comme l'intimidation. Les enseignantes et enseignants ont été invités à dire s'ils ont souvent vu des élèves se faire traiter injustement, intimider ou taquiner en raison d'un problème de santé mentale.

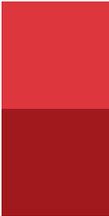
En tout, 21 % des enseignantes et enseignants sondés (1 sur 5) ont dit avoir « très fréquemment » ou « fréquemment » vu des élèves se faire traiter injustement, intimider ou taquiner en raison d'un problème de santé mentale, 6 % déclarant l'avoir vu « très » fréquemment. Seulement 17 % des enseignantes et enseignants ont pu dire qu'ils n'avaient « jamais » vu un enfant se faire traiter injustement en raison d'un problème de santé mentale.

Que pouvons-nous donc faire? Si nous regardons au sud de la frontière, nous voyons la récente réponse aux préoccupations relatives aux armes à feu et à la santé mentale à la suite de la tragédie de Newton (Connecticut). Près de 20 000 des 30 000 décès attribuables aux armes à feu aux États-Unis en 2010 étaient des suicides. Le 31 janvier 2013, le sénateur Al Franken a présenté la *Mental Health in Schools Act* (loi sur la santé mentale dans les écoles) qui permettrait de faire ceci :

- élargir l'accès aux services de santé mentale dans les écoles;

RECOMMANDATIONS

- Prendre un engagement à l'égard d'une stratégie fédérale globale de réduction de la pauvreté au Canada assortie d'un calendrier et de cibles réalistes, et élaborée en consultation avec les gouvernements provinciaux et territoriaux, les gouvernements et organismes autochtones, les organisations non gouvernementales et les personnes qui vivent dans la pauvreté.
- Collaborer avec les gouvernements provinciaux et territoriaux ainsi qu'avec des partenaires du milieu de l'éducation et d'autres partenaires (comme le Conseil des ministres de l'Éducation (Canada), l'Association canadienne des commissions/conseils scolaires, l'Association canadienne pour la santé mentale, la Commission de la santé mentale du Canada et la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants) afin d'élaborer et de financer un programme national visant à soutenir les écoles dans leurs efforts de promotion de la santé mentale des enfants et des jeunes ainsi que de prévention et d'intervention à l'égard de la maladie mentale, et qui :
 - o augmente les ressources humaines pour appuyer les écoles, les familles et les communautés;
 - o accroît les occasions de perfectionnement professionnel du personnel enseignant.
- Soutenir la répartition et la mise en œuvre des programmes en fonction des recherches scientifiques et des meilleures pratiques déterminées par des organisations comme la Commission de la santé mentale du Canada.
- Collaborer avec les organismes provinciaux de certification du personnel enseignant pour mettre en place un programme de formation initiale sur la santé mentale des enfants et des jeunes à l'intention des aspirantes et aspirants enseignants dans les programmes de baccalauréat en éducation de tout le pays.



LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES

- soutenir les écoles qui collaborent avec des organismes communautaires pour élargir l'accès des élèves aux services de santé mentale;
- fournir des subventions aux écoles afin qu'elles puissent offrir de la formation au personnel, aux bénévoles, aux familles et à d'autres membres de la communauté pour que ces personnes sachent reconnaître les signes de problèmes de santé comportementale chez les élèves et diriger ces derniers vers les services appropriés;
- autoriser 200 millions de dollars en fonds de subventions par année sur cinq ans et permettre aux écoles admissibles de faire une demande de subvention pouvant atteindre un million de dollars par année selon la taille de la population scolaire. http://www.franken.senate.gov/?p=hot_topic&id=2284

Il est temps de poser la question suivante :
Qu'entend faire le Canada pour s'attaquer à ce que certaines personnes pourraient qualifier de crise montante de la santé mentale parmi nos enfants et nos jeunes?

Références

FÉDÉRATION CANADIENNE DES ENSEIGNANTES ET DES ENSEIGNANTS. *Comprendre les perspectives du personnel enseignant sur la santé mentale des élèves — Résultats d'un sondage national*, Ottawa, [En ligne], 2012. [<http://www.ctf-fce.ca/Documents/Priorities/FR/mental%20health/LaSant%C3%A9MentaledesEleves.pdf>].

LOPEZ-PACHECO, A. « Mental illness adversely affecting Canada's economic potential », *Financial Post*, [En ligne], 5 février 2013. [http://business.financialpost.com/2013/02/05/the-economic-cost-of-mental-illness/?_lsa=b9e4-51c3].

O'TOOLE, M., et J. BROWN. « Toronto District School Board to develop a new mental-health strategy », *National Post*, [En ligne], 12 février 2013. [<http://news.nationalpost.com/2013/02/12/toronto-district-school-board-to-announce-a-new-mental-health-strategy/>].