



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



## **Projet de recherche sur la santé mentale et la consommation de substances en milieu scolaire**

On estime que les troubles mentaux et la maladie mentale touchent chaque année 1,2 million d'enfants et de jeunes au Canada.

La Commission de la santé mentale du Canada est d'avis que l'identification précoce des jeunes à risque permet d'améliorer la trajectoire de vie de ces derniers et de réduire la prévalence des troubles mentaux et des maladies mentales à l'âge adulte.

### **CONTEXTE DU PROJET**

La Commission a appuyé la réalisation d'un projet de recherche d'envergure visant à dresser un inventaire à jour des pratiques et des programmes de promotion de la santé mentale et de lutte à la consommation de substances en œuvre dans les écoles canadiennes. Cette information est transmise aux décideurs et aux commissions scolaires pour les aider à préparer la prestation des prochains services de santé mentale en milieu scolaire.

Le Consortium national pour la santé mentale et la lutte contre les toxicomanies en milieu scolaire, lequel regroupe 40 chercheurs, décideurs et praticiens de renom, a entrepris son travail en 2009. Le Consortium a examiné les publications sur la santé mentale et la consommation de substances provenant du monde entier, a procédé à une évaluation des meilleures pratiques mises en œuvre dans les écoles canadiennes et a distribué aux commissions scolaires et aux écoles un sondage pancanadien visant à dresser un inventaire des programmes de santé mentale destinés aux enfants et aux jeunes.

Les constatations du Consortium cadrent avec celles qui figurent dans le document-cadre [Evergreen](#), guide sur la santé mentale des enfants et des jeunes que la Commission a publié l'an dernier et qui met l'accent sur la promotion de la santé mentale et la prévention des problèmes de santé mentale, des interventions aux soins continus. Les constatations découlant de l'examen mené par le Consortium vont également dans le sens des recommandations en matière de promotion et de prévention en milieu scolaire à l'intention des enfants et des jeunes formulées dans la stratégie en matière de santé mentale pour le Canada [Changer les orientations, changer des vies](#) que la Commission a publiée au début de mai.

### **PRINCIPALES CONSTATATIONS**

#### Sondage

*(643 répondants provenant de 177 arrondissements scolaires ont participé à un sondage)*

- Plus de 80 % des répondants ont indiqué que les besoins des élèves en matière de santé mentale n'étaient pas satisfaits en milieu scolaire.



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



- Le sondage a mis en lumière de nombreux problèmes devant être réglés avant que des programmes systématiques, fondés sur des données probantes, ne puissent être mis en œuvre de façon efficace dans les commissions scolaires canadiennes.

Problèmes mis en lumière par les répondants :

- Lacunes en termes de coordination et de leadership, de connaissances par les enseignants de la santé mentale et de protocoles facilitant l'aiguillage des élèves vers les services de santé mentale.
- Manque de spécialistes de la santé mentale en milieu scolaire en mesure d'offrir des services de prévention de qualité et de répondre aux importants besoins particuliers des élèves.

### Évaluation

(Lors des entrevues menées auprès de 145 personnes ayant un lien avec les programmes et les modèles actuellement en œuvre dans les écoles canadiennes, tous les territoires et toutes les provinces étaient représentés.)

C'est en Ontario, en Colombie-Britannique et en Alberta que la plupart des programmes répertoriés sont offerts, les services de santé mentale étant plus actifs dans ces provinces. La plupart de ces programmes sont livrés en anglais et certains d'entre eux ciblent des sous-populations telles que des groupes culturels, des groupes aux besoins cliniques particuliers ou des groupes d'âge précis.

Observations découlant de l'évaluation des meilleures pratiques :

- De nombreux programmes fondés sur des recherches sont en œuvre dans les écoles canadiennes.
- De nombreux programmes au Canada n'ont jamais été évalués et auraient intérêt à faire l'objet d'une évaluation rigoureuse.
- Comme un certain nombre de programmes actuellement en œuvre ont été créés en réponse à un besoin local, ils divergent des données probantes et n'ont pas fait l'objet d'une évaluation systématique.
- Un nombre croissant de partenariats, de coalitions et de réseaux entre le milieu scolaire et la communauté s'emploient à promouvoir la santé mentale.

### Examen

Les constatations découlant de l'examen permettent de penser que la promotion de la santé mentale en classe est indiquée pour tous les élèves et que celle-ci doit mettre l'accent sur l'apprentissage social et affectif et l'acquisition de compétences sociales (notamment par les méthodes axées sur la



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



modélisation, le mentorat et l'apprentissage par l'observation d'autres personnes dans un contexte social).

Cette synthèse de la recherche indique clairement l'utilité des méthodes comportementales et cognitives qui sont axées sur l'acquisition de compétences et sur le repérage, en vue de leur suppression, des pensées et des croyances pouvant se traduire par des sentiments et des comportements négatifs. Ces méthodes conviennent tant à des fins de *prévention* que d'*intervention* dans le cas des élèves qui présentent des symptômes d'internalisation (y compris les problèmes liés aux troubles de l'humeur et à l'anxiété) et d'externalisation (comme des problèmes liés à l'agressivité et au comportement).

En ce qui concerne la prévention et l'intervention relatives à la consommation de substances, les conclusions des recherches sont partagées. Certains chercheurs appuient les approches interactives mettant l'accent sur l'abstinence, d'autres sur les habiletés de vie.

Les données des recherches recueillies ne suffisent pas à l'heure actuelle pour fournir des indications précises sur les méthodes à utiliser dans le cas de populations telles que les groupes culturels, les groupes ayant des besoins cliniques particuliers ou des groupes d'âge précis.

## RECOMMANDATIONS

En dépit des failles des publications consultées, notamment l'utilisation d'une terminologie non uniforme, les données probantes dégagées sont suffisantes en ce qui concerne la santé mentale en milieu scolaire pour orienter l'adoption de bonnes politiques et pratiques au Canada. À titre d'exemple, voici les domaines dans lesquels des interventions se justifient :

- ▶ Investissement dans les initiatives de promotion de la santé mentale et d'apprentissage social et affectif,
- ▶ Affectation en milieu scolaire d'un plus grand nombre de professionnels en santé mentale,
- ▶ Formation professionnelle systématique en santé mentale destinée aux enseignants,
- ▶ Conception d'une méthode en vue d'uniformiser les programmes de santé mentale disparates actuellement en œuvre au Canada et de tenir à jour un répertoire des pratiques fondées sur des données probantes,
- ▶ Inventaire et renforcement des programmes efficaces de promotion et de prévention en matière de santé mentale en milieu scolaire,
- ▶ Évaluation rigoureuse de méthodes non éprouvées, mais ayant fait l'objet de recherches, et examen soigneux des programmes qui ne cadrent pas avec les données probantes recueillies,



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



- ▶ Mise sur pied de programmes de recherche visant à établir les connaissances des éducateurs sur la santé mentale en général et la santé mentale dans les écoles dont la clientèle appartient à des populations spéciales,
- ▶ Établissement des conditions organisationnelles propices à la mise en place de bons programmes de santé mentale aux niveaux des provinces, des commissions scolaires, des écoles et de la communauté; ces conditions comprennent des protocoles décisionnels, une formation systématique, une répartition claire des attributions, la mise en œuvre efficace des programmes, la collaboration et la communication dans l'ensemble du système,
- ▶ Accroissement de la coordination et du partage des connaissances entre les provinces et les territoires; plusieurs provinces s'efforcent d'ailleurs déjà de régler certains problèmes clés liés aux orientations.

Étant donné que les écoles sont d'excellents endroits où promouvoir la santé mentale, il faut faire davantage pour tirer parti du nombre croissant de partenariats, de coalitions et de réseaux dont l'objet est de faire progresser la promotion de la santé mentale.

#### **Partenaires du Consortium national pour la santé mentale et la lutte contre la toxicomanie en milieu scolaire**

Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents (organisme chef de file)  
B.C. Mental Health and Addiction Services  
Bluewater District School Board  
Association canadienne des administrateurs scolaires  
Association canadienne des écoles en santé  
Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants  
Centre for Addictions Research of B.C.  
Conseil ontarien des directrices et des directeurs de l'éducation de langue française  
Université Dalhousie  
Directions Evidence in Policy Research Group  
Conseil scolaire de district de Hamilton-Wentworth  
Hospital for Sick Children  
Centre de soins de santé IWK  
Offord Centre for Child Studies  
Université de Calgary  
Université d'Ottawa  
Université York



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



Les vues exprimées aux présentes sont celles de la Commission de la santé mentale du Canada.  
Ce projet a aussi reçu le soutien financier de l'Alberta Health Services. La production de ce document a été rendue possible grâce à la contribution financière de Santé Canada.