

COVID-19 : SONDAGE SUR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES



Entre avril et juin 2020, nous avons demandé aux jeunes ainsi qu'aux parents et tuteurs légaux de nous faire part de leurs expériences en matière de santé mentale afin de comprendre comment la COVID-19 a influencé leur santé mentale et quels sont leurs besoins et préférences en matière de services.

1 341 jeunes ont participé au sondage

725 parents et tuteurs légaux ont participé au sondage

(de 12 à 25 ans)

(avec un enfant de 4 à 25 ans)

Près du $\frac{2}{3}$ des jeunes ont dit que leur santé mentale s'était détériorée



Plus du $\frac{1}{4}$ des parents et tuteurs légaux ont déclaré que leur santé mentale était inférieure à « bonne »

Plus du $\frac{1}{2}$ ont déclaré que la santé mentale de leur enfant s'était détériorée

Les personnes courant un risque accru de détresse en santé mentale :



sexe féminin



18 à 25 ans



ont un emploi



issues d'un ménage à faible revenu



résident dans une collectivité du Nord



avaient recours à des services de santé mentale avant la pandémie



Plusieurs personnes ont subi une pression sur le soignant variant de moyenne à élevée

La pression sur le parent ou tuteur légal était liée à la santé mentale en général – les personnes soumises à une pression accrue ont déclaré une détérioration de la santé mentale



L'état de santé mentale était lié à la détérioration de la santé mentale de leur enfant



$\frac{1}{3}$ des jeunes obtenaient déjà de l'aide pour leur santé mentale



$\frac{1}{3}$ ont dit qu'ils n'avaient pas besoin de services de santé mentale



$\frac{1}{3}$ avaient déjà cherché ou prévoyaient chercher du soutien en santé mentale



$\frac{1}{5}$ aimeraient que leur enfant discute de sa santé mentale avec un professionnel

90%+ ont dit que les services pourraient être utiles à l'avenir :

- des services de moindre intensité (information en ligne, autoassistance) pour les personnes qui ne recevaient pas d'aide auparavant, mais qui se sentaient stressées depuis la pandémie
- des séances en personne ou en ligne pour les personnes qui ont déjà accès aux services



Plus de 60 % des parents et tuteurs légaux savent où ils peuvent emmener leur enfant pour obtenir du soutien en santé mentale



$\frac{1}{4}$ ne savent pas trop comment trouver de l'aide



Pour plus d'information sur ce projet, visitez smea.ca/projetcovid19