



# Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - La santé mentale florissante

Septembre 2019

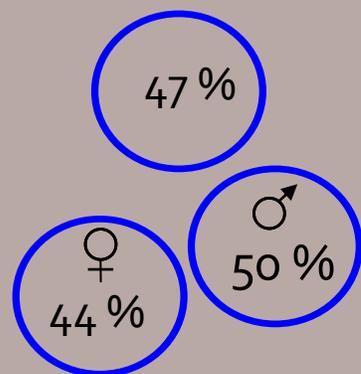
Service de surveillance, recherche et évaluation  
Direction de santé publique

Ces dernières années, la santé mentale constitue un enjeu important et de plus en plus préoccupant. Celle-ci s'avère une composante essentielle d'un bon état de santé (OMS, 2014). Chez les adolescents, une bonne santé mentale serait associée, entre autres, à de meilleurs résultats scolaires, à des interactions sociales plus satisfaisantes et à une confiance en soi accrue. L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) permet de réaliser un portrait de leur santé mentale<sup>1</sup>. Souvent analysée en rapportant les problèmes, la santé mentale peut être vue sous un angle plus positif. Ce document s'intéresse donc au concept de santé mentale florissante.

## Qu'est-ce qu'une santé mentale florissante?

L'échelle de bien-être émotionnel (trois questions) et celle du bien-être fonctionnel (neuf questions) sont utilisées pour définir la santé mentale positive (Julien, 2018). Le bien-être émotionnel fait référence aux émotions positives ainsi qu'à la satisfaction et à l'intérêt à l'égard de la vie. Le bien-être fonctionnel comprend le bien-être social (soit les expériences en société telles que la contribution, la réalisation et l'intégration sociale) et le bien-être psychologique (soit l'épanouissement personnel, l'acceptation de soi, l'autonomie et les relations positives avec les autres). Pour être considérée comme ayant une santé mentale florissante, la personne sondée doit avoir répondu « Presque tous les jours » ou « Tous les jours » à au moins une des trois questions sur le bien-être émotionnel et à au moins cinq des neuf questions sur le bien-être fonctionnel.

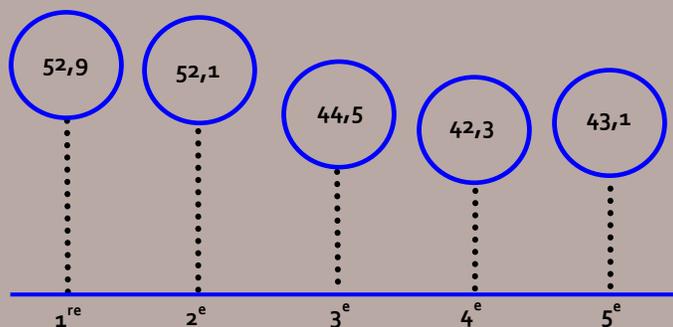
## Élèves ayant une santé mentale florissante, Lanaudière



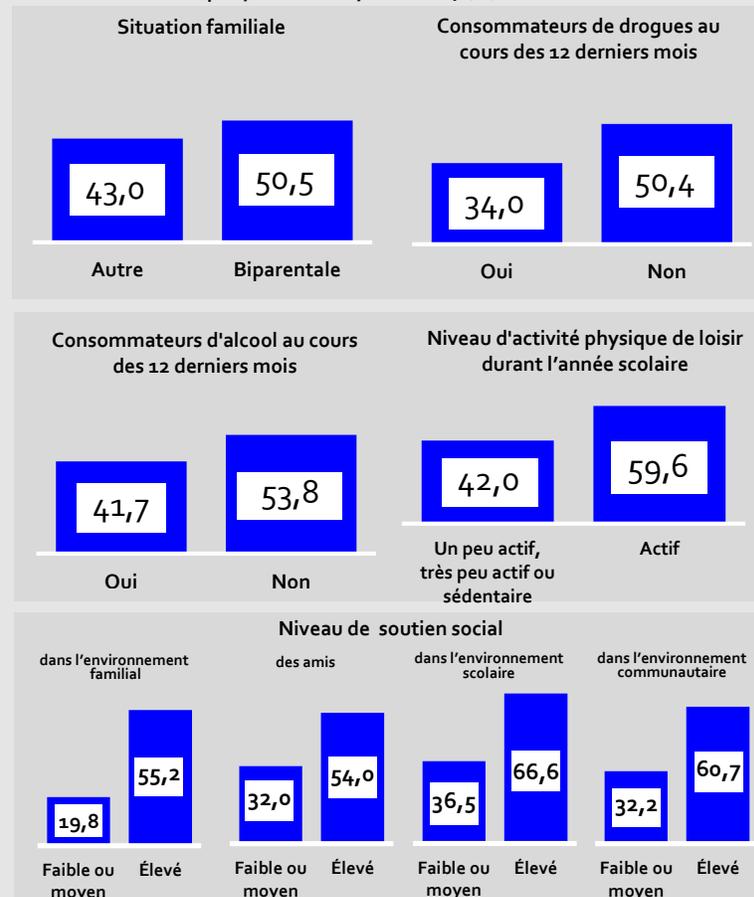
Près d'un élève sur deux a une santé mentale florissante. Ce sont près de 11 000 élèves qui ont ce niveau de santé mentale. La proportion est plus élevée chez les garçons que chez les filles.

Les données lanaudoises ne diffèrent pas de celles observées dans le reste du Québec.

## Élèves ayant une santé mentale florissante selon le niveau scolaire, Lanaudière (%)



## Élèves des écoles secondaires ayant une santé mentale florissante selon certaines caractéristiques, Lanaudière, 2016-2017 (%)



Note : Les pourcentages relatifs à une même variable inscrits dans une cellule blanche sont significativement différents, au seuil de 5%.

Source : ISQ, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Rapport de l'Infocentre de santé publique du Québec. Mise à jour le 4 avril 2019.

Les élèves ayant de meilleures habitudes de vie sont plus nombreux, en proportion, à avoir une santé mentale florissante. C'est le cas de ceux ne consommant pas de drogues ou d'alcool ainsi que les adolescents actifs physiquement. Par ailleurs, les élèves bénéficiant d'un soutien social élevé, peu importe d'où celui-ci provient, sont aussi davantage à présenter une santé mentale florissante.

<sup>1</sup> Pour en savoir davantage sur les résultats de cette enquête, le lecteur est invité à consulter les documents *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - Tableau de bord des principaux indicateurs. Région de Lanaudière* sur le site web du CISSS de Lanaudière dans la section Documentation/Santé publique.

### Références bibliographiques

BELLEHUMEUR, Patrick. Différences filles-garçons chez les cégépiens : santé et habitudes de vie, *On surveille pour vous. Bulletin d'information lanaudois*, Joliette, Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation, no 19, 2013, 2 p.

BELLEHUMEUR, Patrick. *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - L'anxiété*, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation, 2019, 2 p.

JULIEN, Dominic. Santé mentale, dans *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, Tome 2*, Québec, Institut de la statistique du Québec, 2018, p. 135-163.

MARQUIS, Geneviève et Patrick BELLEHUMEUR. *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - Tableau de bord des principaux indicateurs. Région de Lanaudière. Volet 1 : L'adaptation sociale et la santé mentale*, Joliette, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation, 2019, 50 p.

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ. *Dix faits sur la santé mentale*, 2014.

Élèves des écoles secondaires ayant une santé mentale florissante selon certaines caractéristiques, Lanaudière-Nord, Lanaudière-Sud, Lanaudière et le Québec, 2016-2017 (%)

	Lanaudière-Nord	Lanaudière-Sud	Lanaudière	Le Québec
<b>Sexe</b>				
Filles	40,3	47,3	44,4	43,6
Garçons	48,8	51,1	50,3	50,8
Sexes réunis	44,2	49,2	47,3	47,3
<b>Niveau scolaire</b>				
1 <sup>e</sup> secondaire	53,1	52,8	52,9	53,2
2 <sup>e</sup> secondaire	46,5	55,5	52,1	49,2
3 <sup>e</sup> secondaire	36,3 *	49,6	44,5	44,7
4 <sup>e</sup> secondaire	41,2	43,0	42,3	44,6
5 <sup>e</sup> secondaire	42,7	43,3	43,1	44,0
<b>Situation familiale</b>				
Biparentale	49,8	50,8	50,5	50,3
Autre	37,7	47,0	43,0	42,2
<b>Plus haut niveau de scolarité des parents</b>				
Pas de diplôme d'études secondaires	27,7 *	35,2 **	30,5 *	31,9
Diplôme d'études secondaires	34,4	36,5 *	35,4	38,2
Diplôme d'études postsecondaires	50,1	52,8	51,9	50,1
<b>Statut d'emploi des parents</b>				
Aucun parent en emploi	17,7 **	20,9 **	19,2 *	39,3
Un parent en emploi	39,1	50,9	45,4	43,2
Deux parents en emploi	48,1	50,1	49,4	49,0
<b>Consommateurs d'alcool au cours des 12 derniers mois</b>				
Oui	39,7	43,3	41,7	43,8
Non	51,0	55,2	53,8	51,2
<b>Consommateurs de drogues au cours des 12 derniers mois</b>				
Oui	30,0	37,5	34,0	37,0
Non	48,2	51,7	50,4	49,8
<b>Niveau d'activité physique de loisir durant l'année scolaire</b>				
Un peu actif, très peu actif ou sédentaire	39,5	43,8	42,0	41,2
Actif	56,4	61,9	59,6	59,7
<b>Soutien social dans l'environnement familial</b>				
Faible ou moyen	18,3	20,9	19,8	23,0
Élevé	53,1	56,5	55,2	54,2
<b>Soutien social des amis</b>				
Faible ou moyen	27,8	34,8	32,0	32,7
Élevé	51,8	55,5	54,0	55,0
<b>Soutien social dans l'environnement scolaire</b>				
Faible ou moyen	33,4	38,4	36,5	38,1
Élevé	63,3	68,6	66,6	63,8
<b>Soutien social dans l'environnement communautaire</b>				
Faible ou moyen	27,5	35,0	32,2	34,1
Élevé	58,7	62,1	60,7	59,4

\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

\*\* Coefficient de variation supérieur à 25 %. La valeur n'est présentée qu'à titre indicatif.

Notes : ■ Les pourcentages relatifs à une même variable inscrits dans une cellule bleue sont significativement différents à l'intérieur d'un même territoire, au seuil de 5 % pour Lanaudière et de 1 % pour le Québec.

□ Les pourcentages relatifs à une même variable inscrits dans une cellule encadrée sont significativement différents entre Lanaudière-Nord et Lanaudière-Sud, au seuil de 5 %.

(+) (-) Les pourcentages marqués par un " + " ou un " - " sont significativement différents de ceux du reste du Québec, au seuil de 5 %.

(†) (†) Les flèches indiquent que les pourcentages ont diminué ↓ ou augmenté ↑ par rapport à l'édition 2010-2011, au seuil de 5 % pour les territoires lanaudois et 1 % pour le Québec.

Source : ISQ, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire*, 2010-2011 et 2016-2017. Rapport de l'Infocentre de santé publique du Québec. Mise à jour le 4 avril 2019.

Les données mettent en évidence une problématique de plus en plus observée ces dernières années, soit les problèmes de santé mentale qui affectent les jeunes et particulièrement les filles. Outre la santé mentale positive, les problèmes d'anxiété et de détresse psychologique chez les élèves du secondaire ont déjà fait l'objet d'analyse par le passé (Marquis et Bellehumeur, 2019; Bellehumeur, 2019). De plus, des éléments préoccupants avaient aussi été observés chez les filles fréquentant le Cégep régional de Lanaudière (Bellehumeur, 2013). D'autre part, la présence d'un soutien social élevé est réitérée comme facteur de protection permettant de bénéficier d'une bonne santé mentale. Le fait d'avoir un réseau autour de soi semble aussi important que d'avoir de bonnes habitudes de vie. Les résultats témoignent ainsi de l'importance de promouvoir et de mettre en œuvre des actions et des initiatives reconnues efficaces qui visent à la fois le développement de ressources personnelles des jeunes et la création, le maintien et la consolidation d'environnements favorables.