

---

# LES PERSPECTIVES DE LA SANTÉ MENTALE DE 2021 : LES CHÔMEURS, LES MÉNAGES MONOPARENTAUX, LES ÉTUDIANTS ET LES NOUVEAUX ARRIVANTS PRÉSENTENT LES AUTO-ÉVALUATIONS NÉGATIVES LES PLUS ÉLEVÉES AU LENDEMAIN DES VACANCES

JACK JEDWAB,

PRÉSIDENT DE L'ASSOCIATION D'ÉTUDES CANADIENNES

13 JANVIER 2021

# INTRODUCTION : LES FEMMES, LES ÉTUDIANTS, LES CHÔMEURS, LES PARENTS ISOLÉS ET LES NOUVEAUX ARRIVANTS SONT LES PLUS EXPOSÉS AUX RISQUES EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

Les experts s'accordent à dire que le confinement et la quarantaine risquent d'avoir un impact significatif sur l'état de notre santé mentale. L'une des études les plus détaillées menées au point culminant de la pandémie au Royaume-Uni a révélé que "les jeunes, les femmes, les personnes issues de milieux plus défavorisés et celles souffrant de problèmes de santé mentale préexistants ont fait état des pires résultats en matière de santé mentale au cours de la phase initiale du confinement national (de ce pays)". (<https://www.bbc.com/news/health-54616688>). Une autre étude approfondie sur les étudiants universitaires en France a révélé que ceux qui ont été soumis à un confinement en raison de la COVID-19 présentaient une forte prévalence de problèmes de santé mentale. Les auteurs de l'étude ont conclu que "la protection de la santé mentale des étudiants est une question de santé publique qui semble encore plus critique dans le contexte d'une pandémie", et ont demandé qu'une attention particulière soit accordée aux étudiantes. <https://www.healio.com/news/psychiatry/20201023/university-students-at-significant-risk-for-mental-health-effects-of-covid19-lockdown>.

Les vacances et le nouvel an étant terminés, et une grande partie du pays ayant été invitée à réduire les interactions avec des degrés variables de confinement et d'isolement (et un couvre-feu dans la province de Québec), les perspectives en matière de santé mentale pour 2021 devront être suivies de très près. Deux études sont présentées à cette fin : (1) un examen des résultats les plus récents de l'enquête menée les 2 et 3 janvier 2021 par Léger-Association d'études canadiennes, en mettant l'accent sur les groupes socio-démographiques les plus vulnérables en fonction de l'évaluation qu'ils font de leur santé mentale et sur l'impact des visites récentes à la famille et aux amis sur l'évaluation de la santé mentale, et (2) les groupes identitaires (immigrants et certaines minorités ethniques et religieuses) qui présentent les taux les plus faibles de troubles mentaux, sur la base d'une série de six enquêtes étalées sur deux mois et visant à augmenter considérablement la taille de l'échantillon afin d'accroître la fiabilité des résultats de l'enquête. Cette étude a également fourni des données comparatives sur la crainte d'obtenir la COVID-19.

La première étude confirme qu'au Canada, ce sont les femmes, les étudiants, les chômeurs et les ménages monoparentaux qui ont des auto-évaluations de la santé mentale considérablement plus faibles. La deuxième étude indique que les évaluations négatives de la santé mentale sont plus nombreuses chez les nouveaux arrivants au Canada.

# MÉTHODOLOGIE

Ces résultats proviennent d'une enquête menée par Léger en partenariat avec l'Association d'études canadiennes par le biais d'un panel Web entre le 2 et le 3 janvier 2021 auprès de 1 523 Canadiens. Bien qu'aucune marge d'erreur ne puisse être associée à un échantillon non probabiliste, à des fins de comparaison, l'échantillon national aurait une marge d'erreur de  $\pm 2,5\%$ , 19 fois sur 20.

La deuxième série de conclusions sur la santé mentale et les marqueurs d'identité provient de la compilation des échantillons de six enquêtes réalisées par Léger en partenariat avec l'Association d'études canadiennes au cours de la période du 29 octobre 2020 au 3 janvier 2021. Toutes les enquêtes ont été menées par l'intermédiaire d'un panel Web et le nombre total de répondants s'élève à plus de 9000 Canadiens. Bien qu'aucune marge d'erreur ne puisse être associée à un échantillon non probabiliste, à des fins de comparaison, l'échantillon national aurait une marge d'erreur de  $\pm 2,5 \%$ , 19 fois sur 20.

# LES FEMMES DE 18 À 34 ANS ONT DES AUTO-ÉVALUATIONS NÉGATIVES DE LA SANTÉ MENTALE BEAUCOUP PLUS ÉLEVÉES QUE LES HOMMES DE LA MÊME TRANCHE D'ÂGE

2 et 3 janvier 2021	18-34		35 ans et plus		Total	
Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme	Femme
Excellente	10.7%	2.9%	17.2%	9.7%	15.5%	7.9%
Très bonne	19.4%	7.8%	25.8%	22.8%	24.1%	18.9%
Bonne	41.8%	50.7%	41.7%	45.7%	41.7%	47.0%
Mauvaise	19.9%	26.3%	11.4%	16.2%	13.7%	18.9%
Très mauvaise	6.1%	10.2%	2.6%	3.0%	3.6%	4.9%
<b>Total Mauvaise</b>	<b>26%</b>	<b>36.5%</b>	<b>14%</b>	<b>19%</b>	<b>17%</b>	<b>24%</b>
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	2.0%	2.0%	1.3%	2.6%	1.4%	2.4%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

# PLUS DE 30 % DES ÉTUDIANTS DE 18 À 34 ANS DÉCLARENT AVOIR UNE MAUVAISE SANTÉ MENTALE

Santé mentale parmi les personnes déclarant être des étudiants de 18 à 34 ans (95 répondants) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ? (A plein temps ou dont les études occupent la majeure partie de son temps)	2 et 3 janvier 2021	Du 11 au 13 décembre 2020	29-31 octobre 2020
Excellente	5.3%	7.9%	4.5%
Très bonne	11.6%	10.9%	14.4%
Bonne	49.5%	52.5%	51.4%
Mauvaise	25.3%	12.9%	22.5%
Très mauvaise	6.3%	12.9%	6.3%
<b>Total Mauvaise</b>	<b>31.6</b>	<b>25.8%</b>	<b>28.8%</b>
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	2.1%	7.9%	0.9%
Total	100.0%	100.0%	100.0%

# PLUS D'UN CHÔMEUR CANADIEN SUR TROIS DÉCLARE AVOIR UNE AUTO-ÉVALUATION NÉGATIVE DE SA SANTÉ MENTALE ET L'ÉCART ENTRE LES HOMMES ET LES FEMMES AU CHÔMAGE EST ASSEZ IMPORTANT

Santé mentale des personnes déclarant être au chômage (80 répondants) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Homme	Femme	Total
Excellente	9.4%	8.3%	8.8%
Très bonne	9.4%	6.2%	7.5%
Bonne	53.1%	37.5%	43.8%
Mauvaise	18.8%	31.2%	26.2%
Très mauvaise	9.4%	12.5%	11.2%
<b>Total Mauvaise</b>	<b>28.2%</b>	<b>43.7%</b>	<b>37.4%</b>
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	0.7%	4.2%	2.5%

# AUGMENTATION CONSIDÉRABLE DES AUTOÉVALUATIONS NÉGATIVES DE LA SANTÉ MENTALE POUR LES MÉNAGES MONOPARENTAUX ET LES FAMILLES MONOPARENTALES AU COURS DE LA PÉRIODE ALLANT D'OCTOBRE 2020 À JANVIER 2021

Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale?	Du 1er au 3 janvier 2021		29 octobre 2020		11 -13 décembre 2020	
	Les deux parents dans le ménage	Parent célibataire ou monoparentale dans le ménage	Les deux parents dans le ménage	Parent célibataire ou monoparentale dans le ménage	Les deux parents dans le ménage	Parent célibataire ou monoparentale dans le ménage
Excellente	11.6%	6.1%	8.4%	7.5%	6.3%	9.3%
Très bonne	19.9%	10.2%	24.1%	17.0%	20.8%	16.3%
Bonne	47.3%	42.9%	50.3%	37.7%	50.2%	46.5%
Mauvaise	16.4%	30.6%	14.1%	22.6%	15.2%	11.6%
Très mauvaise	3.2%	10.2%	1.9%	11.3%	4.6%	9.3%
<b>Total Mauvaise</b>	19.6%	40.8%	16%	33.9%	19.8%	20.9%
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	1.6%		1.2%	3.8%	3.0%	7.0%
<b>Total</b>	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

# LES PERSONNES QUI ONT RENDU VISITE À PLUSIEURS REPRISES À LEUR FAMILLE ET À LEURS AMIS PENDANT LES VACANCES ÉTAIENT UN PEU PLUS SUSCEPTIBLES DE FAIRE ÉTAT D'AUTO-ÉVALUATIONS NÉGATIVES DE LEUR SANTÉ MENTALE

Du 2 au 3 janvier 2021	Au cours de la période récente de vos vacances, avez-vous rendu visite à des membres de votre famille ou à des amis qui vivent en dehors de votre domicile ?		
Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Jamais	Rarement (une fois)	Plus d'une fois
Excellente	13%	9%	12%
Très bonne	22%	21%	20%
Bonne	42%	49%	43%
Mauvaise	17%	14%	20%
Très mauvaise	4%	5%	3.5%
<b>Total Mauvaise</b>	<b>21%</b>	<b>19%</b>	<b>23.5%</b>
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	2%	2%	1.5%
	100.0%	100.0%	100%



# LES FEMMES QUI ONT RENDU DE MULTIPLES VISITES À LEUR FAMILLE ET À LEURS AMIS PENDANT LES VACANCES ÉTAIENT PLUS SUSCEPTIBLES DE FAIRE ÉTAT D'ÉVALUATIONS NÉGATIVES DE LEUR SANTÉ MENTALE

Au cours de la période récente de vos vacances, avez-vous rendu visite à des membres de votre famille ou à des amis qui vivent en dehors de votre domicile ?						
Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Homme			Femme		
	Jamais	Rarement (une fois)	Plus d'une fois	Jamais	Rarement (une fois)	Plus d'une fois
Excellente	17.5%	10.6%	18%	9%	7.5%	5.5%
Très bonne	22.3%	25.4%	27%	21.5%	17.5%	13%
Bonne	40.6%	45.8%	36%	43%	51.5%	51.5%
Mauvaise	15.0%	11.9%	14%	19%	16%	25%
Très mauvaise	3.0%	4.2%	4%	5%	5.5%	3%
<b>Total Mauvaise</b>	<b>18%</b>	<b>16.1%</b>	<b>18%</b>	<b>24%</b>	<b>21.5%</b>	<b>28%</b>
Je ne sais pas, je préfère ne pas répondre	1.5%	2.1%	1%	4%	2%	2%
<b>Total</b>	<b>100.0%</b>	<b>100.0%</b>	<b>100%</b>	<b>100.0%</b>	<b>100.0%</b>	<b>100%</b>

# LES MÉNAGES MONOPARENTAUX, LES CHÔMEURS, LES JEUNES FEMMES ET LES FEMMES DE 18 À 34 ANS AFFICHENT TOUS UNE HAUSSE DES AUTO-ÉVALUATIONS NÉGATIVES DE LA SANTÉ MENTALE APRÈS LES VACANCES

Mauvaise et très mauvaise santé mentale pour certains groupes (Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?) D'octobre 2020 à janvier 2021	30-31 octobre	11 - 13 décembre	2 et 3 janvier 2021
Chômeurs	33	34	37
Parent célibataire ou monoparental	34	21	40
Étudiants à plein temps 18-34 ans	29	26	32
Femmes 18-34 ans	24	31	36

# LES NOUVEAUX ARRIVANTS, LES ASIATIQUES DU SUD ET LES JUIFS PRÉSENTENT LES AUTO-ÉVALUATIONS LES PLUS NÉGATIVES EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

Du 29 au 31 octobre 2020 aux 2 et 3 janvier 2021 (six enquêtes) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Mauvaise et très mauvaise santé mentale combinées
Moins de 5 ans (158)	25%
5 ans à 10 ans (178)	15%
11 ans à 20 ans (288)	18.5%
21 ans et plus (775)	13%
Total des personnes nées à l'étranger	14%
Total Nés au Canada	19%

Du 29 au 31 octobre 2020 aux 2 et 3 janvier 2021 (six enquêtes) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Mauvaise et très mauvaise santé mentale combinées
Juifs (126)	26.2%
Musulmans (165)	21.5%
Athées (2797)	23%
Catholiques (2835)	15%
Protestants (1511)	12.5%
Noirs (156)	20%
Asiatique du Sud (324)	26.8%
Chinois (434)	17.5%

# LES NOUVEAUX ARRIVANTS, LES CANADIENS D'ORIGINE CHINOISE, LES ASIATIQUES DU SUD ET LES JUIFS SONT CEUX QUI ONT LE PLUS PEUR DE LA COVID-19

Du 29 au 31 octobre 2020 aux 2 et 3 janvier 2021 (six enquêtes) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	La peur de contracter la COVID-19
Moins de 5 ans (158)	78%
5 ans à 10 ans (178)	76%
11 ans à 20 ans (288)	72%
21 ans et plus (775)	65.5%
<b>Total des personnes nées à l'étranger</b>	<b>70%</b>
<b>Total Nés au Canada</b>	<b>59%</b>

Du 29 au 31 octobre 2020 aux 2 et 3 janvier 2021 (six enquêtes) Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	La peur de contracter la COVID-19
Juifs (126)	76%
Musulmans (165)	70%
Athées (2797)	57%
Catholiques (2835)	60%
Protestants (1511)	62.5%
Noirs (156)	68%
Asiatique du Sud (324)	76%
Chinois (434)	80%

© 2020 Association d'études canadiennes  
Tous droits réservés.

**Auteur: Jack Jedwab.**

Créé le 13 janvier 2020



[www.acs-aec.ca](http://www.acs-aec.ca)