

Sondage préliminaire auprès des leaders Jeunesse



(doit être formaté sur la plateforme Fluid Survey)



Salut! Il y a déjà plusieurs mois que tu as commencé à participer à l'initiative Jeunes champions en matière de la santé mentale et des dépendances. Nous aimerions tout d'abord te remercier pour le travail fantastique que tu as fait dans le cadre de cette initiative. Pour obtenir de plus amples renseignements sur ton expérience et améliorer le programme, nous avons rassemblé quelques questions auxquelles nous te demandons de répondre. En répondant à ce sondage, tu nous aideras à t'aider!

Tes réponses resteront confidentielles. Tu n'as pas à répondre aux questions qui te mettent mal à l'aise.

La santé mentale et la maladie mentale peuvent être comprises le long d'un continuum. À un bout du continuum, on trouve la santé mentale et le bien-être, et à l'autre, un diagnostic de maladie mentale.

Pour ce sondage, les termes **santé mentale** et bien-être font référence à un état dans lequel chaque jeune réalise son potentiel, peut faire face aux stress normaux de la vie, peut travailler de façon productive et est en mesure de contribuer à sa communauté. La santé mentale permet de faire des choses comme :

- ❑ avoir des relations saines.
- ❑ se fixer des buts et les réaliser.
- ❑ faire face aux éléments stressants de la vie.

Pour ce sondage, le terme **maladie mentale** fait référence à un problème de santé qui affecte la façon de penser d'un jeune, son humeur, son comportement et ses interactions avec d'autres personnes. Elle est diagnostiquée en utilisant des définitions médicales.

Voici quelques exemples de maladies mentales :

- ❑ dépression majeure
- ❑ schizophrénie
- ❑ troubles anxieux





1. Coche la case qui correspond le mieux à ton opinion :



	PAS DU TOUT D'ACCORD	PAS D'ACCORD	PLUTÔT D'ACCORD	D'ACCORD	FORTEMENT D'ACCORD	PAS SÛR(E)
A. Les maladies mentales n'affectent pas les enfants et les adolescents.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. Tout le monde est en bonne santé mentale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. Lorsque quelqu'un a un problème lié à la santé, le fait d'en parler ne fait qu'aggraver les choses.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D. Les personnes atteintes de maladies mentales pourraient s'en sortir par elles-mêmes si elle le voulaient.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E. Un diagnostic de maladie mentale rend une personne incapable de faire face à la vie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F. Il est dangereux ou nuisible de demander à une personne si elle est déprimée ou suicidaire : il est préférable de ne pas poser la question.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G. Un bon soutien de la part de la famille, des amis, des professionnels de la santé et d'autres personnes est important pour encourager la santé mentale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H. La plupart des jeunes qui ont une maladie mentale reçoivent l'aide dont ils ont besoin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





	PAS DU TOUT D'ACCORD	PAS D'ACCORD	PLUTÔT D'ACCORD	D'ACCORD	FORTEMENT D'ACCORD	PAS SÛR(E)
I. Les maladies mentales chez les jeunes ne sont pas déclarées et traitées aussi bien qu'elles pourraient l'être.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Dans quelle mesure penses-tu que ta santé mentale peut affecter sa santé physique, mentale et émotionnelle?

- Beaucoup Un peu Pas vraiment Pas sûr(e)

3. Dans quelle mesure est-ce que tes ami(e)s et tes camarades de classe font des choses pour encourager la santé mentale (p. ex., dormir suffisamment, être physiquement actifs, écouter de la musique)?

- Beaucoup Un peu Pas vraiment Pas sûr(e)

4. Dans quelle mesure est-ce que tes ami(e)s et tes camarades de classe font des choses pour encourager la santé mentale (p. ex., dormir suffisamment, être physiquement actifs, écouter de la musique)?

- Exercice et alimentation.
- Parler à ses ami(e)s et à sa famille.
- Se sentir connecté(e) ou comme faisant partie de quelque chose.
- Avoir des relations positives.
- Dormir suffisamment.
- Accepter les défis de la vie.
- Gérer le stress.
- Être optimiste et être capable de voir le côté positif des choses.
- Trouver le temps de faire les choses que l'on aime, comme méditer, lire, faire du sport





5. Y a-t-il des soutiens ou des programmes dans ton école ou ta communauté qui contribuent à encourager la santé mentale?

- Oui Non Pas sûr(e)

6. Si tu penses spécifiquement à tes ami(e)s et à tes camarades de classe, dans quelle mesure les maladies mentales sont-elles problématiques?

- Elles sont très problématiques.
 Elles sont plutôt problématiques.
 Elles ne sont pas très problématiques.
 Pas sûr(e)

7. Si tu pensais qu'un(e) ami(e) ou une personne près de toi a une maladie mentale, saurais-tu quoi faire pour l'aider?

- Oui Non Pas sûr(e)

8. Si un(e) ami(e) ou une personne près de toi avait une maladie mentale, saurais-tu avec qui prendre contact dans l'école ou dans la communauté pour l'aider?

- Oui Non Pas sûr(e)

9. Que ferais-tu pour l'aider? (Tu peux cocher plus d'une réponse.)

- Lui en parler, exprimer ses craintes ou lui demander ce que tu peux faire pour aider.
 Lui en parler, ou lui suggérer de parler à un professionnel.
 En parler à quelqu'un d'autre (un adulte auquel tu fais confiance, p. ex., enseignant, conseiller, ses parents).
 Lui en parler ET en parler à quelqu'un d'autre.
 Faire des recherches en ligne pour trouver ce que tu peux faire pour aider, et suivre ces conseils.
 Rien, je ne saurais pas comment aborder le problème.





- Ligne de soutien informatique ou téléphonique (p. ex., Jeunesse, j'écoute).
- Autre, SVP explique _____.



10. Dans quelle mesure penses-tu que l'abus de substances comme le tabac, l'alcool ou les drogues a un effet sur ta santé mentale générale?

- Beaucoup d'effet
- Un certain effet
- Très peu d'effet
- Pas sûr(e)

11. Si tu penses spécifiquement à tes ami(e)s et à tes camarades de classe, dans quelle mesure ces personnes abusent-elles du tabac, de l'alcool ou des drogues?

- Très courant
- Plutôt courant
- Pas très courant
- Pas sûr(e)

12. Pour lesquelles des raisons suivantes les jeunes consomment-ils des substances comme le tabac, l'alcool ou les drogues? (Tu peux cocher plus d'une réponse.)

- Pour s'intégrer.
- Pour faire face au stress.
- Pour faire la fête ou s'amuser.
- En raison des pressions imposées par d'autres jeunes.
- Autre, SVP explique _____.





13. Si tu pensais qu'un(e) ami(e) ou une personne près de toi abuse du tabac, de l'alcool ou des drogues, saurais-tu quoi faire pour l'aider?

- Oui Peut-être Non

14. Si un(e) ami(e) ou une personne près de toi abusait du tabac, de l'alcool ou des drogues, saurais-tu avec qui prendre contact dans l'école ou dans la communauté pour l'aider?

- Oui Peut-être Non

15. Que ferais-tu pour l'aider? (Tu peux cocher plus d'une réponse.)

- Lui en parler, exprimer ses craintes ou lui demander ce que tu peux faire pour aider.
- Lui en parler, ou lui suggérer de parler à un professionnel.
- En parler à quelqu'un d'autre (un adulte auquel tu fais confiance, p. ex., enseignant, conseiller, ses parents).
- Lui en parler ET en parler à quelqu'un d'autre.
- Faire des recherches en ligne pour trouver ce que tu peux faire pour aider, et suivre ces conseils.
- Ligne de soutien informatique ou téléphonique (p. ex., Jeunesse, j'écoute).
- Autre

16. Si tu voulais te renseigner davantage sur la santé mentale, vers laquelle des personnes suivantes ou lequel des endroits suivants te tournerais-tu? (Tu peux cocher plus d'une réponse.)

- Notre bureau de santé local
- Un centre ou un organisme communautaire
- Un(e) enseignant(e)
- Mes parents
- Des membres de ma famille
- Mes ami(e)s





- Un conseiller ou une conseillère en orientation
- En ligne
- Un fournisseur de soins de santé (infirmière, médecin)
- Un chef spirituel ou un aîné
- Pas sûr(e)
- Autre, SVP explique _____.



17. Si tu voulais te renseigner davantage sur l'abus de substances ou trouver quelqu'un à qui parler de l'abus du tabac, de l'alcool ou des drogues, vers laquelle des personnes suivantes ou lequel des endroits suivants te tournerais-tu? (Tu peux cocher plus d'une réponse.)

- Notre bureau de santé local
- Un centre ou un organisme communautaire
- Un(e) enseignant(e)
- Mes parents
- Des membres de ma famille
- Mes ami(e)s
- Un conseiller ou une conseillère en orientation
- En ligne
- Un fournisseur de soins de santé (infirmière, médecin)
- Un chef spirituel ou un aîné
- Pas sûr(e)
- Autre, SVP explique _____.

18. Te sens-tu à l'aise de travailler avec d'autres jeunes pour favoriser la santé mentale dans ta communauté?

- Très à l'aise Plutôt à l'aise Pas très à l'aise Pas sûr(e)





19. Te sens-tu à l'aise de travailler avec d'autres jeunes pour prévenir l'abus de tabac, d'alcool ou de drogues dans ta communauté?

- Très à l'aise Plutôt à l'aise Pas très à l'aise Pas sûr(e)

20. Dis-nous dans quelle mesure tu étais satisfait(e) de ton rôle de jeune champion.

	PAS DU TOUT D'ACCORD	PAS D'ACCORD	PLUTÔT D'ACCORD	D'ACCORD	FORTEMENT D'ACCORD	PAS SÛR(E)
Je suis satisfait(e) de ma contribution à l'initiative.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les personnes avec qui j'ai travaillé respectaient mes idées.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je me sentais à l'aise de partager mes préoccupations avec les personnes avec qui je travaillais.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je pense que nos efforts ont eu un effet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'avais l'impression de faire partie d'un groupe de personnes compréhensives.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis aussi enthousiaste concernant mon rôle que je l'étais au tout début.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La formation, les ressources et les renseignements m'ont préparé(e) pour mon rôle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai acquis de nouvelles compétences grâce à l'initiative.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





21. Écris trois choses que tu aimes réellement ou que tu trouves enrichissantes concernant ton rôle de jeune champion.



22. Écris trois choses que tu n'aimes pas ou que tu souhaiterais changer concernant ton rôle de jeune champion.

23. As-tu l'intention de rester jeune champion?

- Oui Non Pas sûr(e)

24. Avais-tu participé à une formation sur la santé mentale ou la prévention de l'abus de substances avant cette initiative?

- Oui Non Pas sûr(e)

25. Quel âge as-tu?

- Moins de 15 ans 15 ans 16 ans 17 ans
 18 ans ou plus





26. T'identifies-tu comme étant

- Un garçon
- Une fille
- Autre, SVP explique :



MERCI D'AVOIR RÉPONDU À CE QUESTIONNAIRE!

