

Les émotions – Statistiques Pertinentes

Voici quelques preuves (extrait du livre *Permission to Feel* par Marck Brackett, 2020):

- En 2017, environ 8 % des adolescents âgés de 12 à 17 ans et 25 % des jeunes adultes âgés de 18 à 25 ans étaient des consommateurs actuels de drogues illicites.
- Le nombre d'incidents d'intimidation et de harcèlement dans les écoles américaines de la maternelle à la 12e année qui sont signalés a doublé chaque année entre 2015 et 2017.
- Selon un sondage Gallup de 2014, 46 % des enseignants signalent un stress quotidien élevé pendant l'année scolaire. C'est à égalité avec les infirmières pour le taux le plus élevé parmi tous les groupes professionnels.
- Un sondage Gallup de 2018 a révélé que plus de 50 % des employés ne sont pas engagés au travail ; 13% d'entre eux sont "misérables".
- De 2016 à 2017, plus d'un étudiant sur trois sur 196 campus universitaires américains a signalé des problèmes de santé mentale diagnostiqués. Certains campus ont signalé une augmentation de 30% des problèmes de santé mentale par an.
- Selon le Rapport sur le bonheur dans le monde 2019, les sentiments négatifs, notamment l'inquiétude, la tristesse et la colère, ont augmenté dans le monde entier, en hausse de 27 % entre 2010 et 2018.
- Les troubles anxieux sont la maladie mentale la plus répandue aux États-Unis, affectant 25 % des enfants âgés de treize à dix-huit ans.
- La dépression est la principale cause d'invalidité dans le monde.
- Les problèmes de santé mentale dans le monde pourraient coûter à l'économie mondiale jusqu'à 16 000 milliards de dollars d'ici 2030. Ceux-ci comprennent les coûts directs des soins de santé et des médicaments ou d'autres thérapies et les coûts indirects tels que la perte de productivité.

Nous semblons préférer dépenser plus d'argent et d'efforts pour faire face aux résultats de nos problèmes émotionnels plutôt que d'essayer de les prévenir

Statistique Canada: La santé mentale des jeunes (2019-2020)

<https://www.statcan.gc.ca/o1/fr/plus/907-la-sante-mentale-des-jeunes-revient-sous-les-feux-de-la-rampe-alors-que-la-pandemie#>

- Un peu plus de 40 % des jeunes Canadiens et Canadiennes âgés de 15 à 24 ans ont déclaré être en excellente ou en très bonne santé mentale à la fin de mars et au début d'avril 2020, comparativement à 62 % en 2018, ce qui représente la plus forte baisse parmi tous les groupes d'âge.
- Dans une enquête menée en mars puis en juillet 2020:
 - 11,6 % des jeunes de 15 à 34 ans ont déclaré une augmentation de leur consommation de cannabis (plus que tout autre groupe d'âge)
 - 18,7 % des jeunes de 15 à 34 ans ont déclaré une augmentation de leur consommation d'alcool
- Plus de la moitié (57 %) des participants âgés de 15 à 17 ans ont déclaré avoir une santé mentale soit un peu moins bonne, soit bien moins bonne qu'avant la mise en œuvre des mesures de distanciation physique.
- Les données de 2019 indiquent que les jeunes qui signalaient déjà des problèmes de santé mentale peuvent être particulièrement vulnérables.
 - 17 % (5-17 ans) ont déclaré avoir une santé mentale mauvaise ou passable
 - 5 % (5-17 ans) ont déclaré avoir reçu un diagnostic de troubles anxieux
 - 16 % hommes et 19 % femmes (âgés 15-34 ans) ont déclaré avoir songé sérieusement à se suicider (cependant, les hommes étaient en fait plus susceptibles de mourir par suicide)

Congrès CQJDC (2023). Un accompagnement émotionnel à l'école: une solution indispensable pour aider nos élèves à s'exprimer et à s'épanouir. Présenté par Catherine Korah et Charles Lefebvre.