

Prescription sociale et santé mentale des enfants et des jeunes

La santé mentale des enfants et des jeunes au Canada est de plus en plus menacée. Des études nationales montrent une hausse du niveau de stress, d'anxiété et de solitude chez les jeunes. En 2020, près d'une hospitalisation sur quatre chez les enfants et les jeunes de 5 à 24 ans était liée à des problèmes de santé mentale. De plus, les jeunes de 15 à 29 ans ont signalé un taux de solitude plus élevé que les groupes plus âgés.¹ La solitude est particulièrement répandue chez les jeunes des régions rurales ou recevant peu de services, où l'accès à des espaces sociaux sûrs est limité.² Les groupes en quête d'équité, notamment les jeunes autochtones, noirs, des régions rurales et de la communauté 2ELGBTQI+, rencontrent souvent des obstacles systémiques entravant leur accès à des soins adaptés à leur culture.³

L'intégration insuffisante entre les soins de santé, l'éducation et les services communautaires, ainsi que les longs temps d'attente, l'insuffisance de soins adaptés à la culture et la surcharge du système clinique font que de nombreux jeunes ne reçoivent pas le soutien en santé mentale nécessaire.⁴

Qu'est-ce que la prescription sociale?

La prescription sociale permet aux professionnels de la santé de repérer les enfants et les jeunes et de les aiguiller vers des programmes et des services communautaires non cliniques, en s'appuyant sur un agent de liaison (navigateur) qui se consacre exclusivement à cette tâche. En améliorant l'accès aux réseaux de pairs, aux ressources en santé mentale, aux activités culturellement pertinentes et à d'autres services grâce à une approche de création collaborative et centrée sur la personne, la prescription sociale peut contribuer de manière importante au bien-être mental des enfants et des jeunes.



Les initiatives de prescription sociale ont des effets positifs sur les enfants et les jeunes, notamment :

- Les participants au programme ont constaté une diminution de 71,4 % de leur sentiment de solitude, 55,5 % se sentent plus heureux, 52,4 % sont plus optimistes quant à l'avenir, 50 % ont amélioré leurs réseaux sociaux et leurs relations sociales, et 57 % ont une confiance accrue en leur capacité à prendre leurs propres décisions.⁵
- Plus de 80 % des participants ont rapporté se sentir moins isolés, tandis que plus de 60 % ont constaté une amélioration de leurs relations, une plus grande résilience et une confiance accrue en leur capacité à demander de l'aide.⁶
- Les familles qui ont été accompagnées par des agents de liaison ont exprimé se sentir plus étroitement liées à leur communauté, moins isolées et plus confiantes dans leur capacité à relever des défis et à soutenir d'autres personnes faisant face à des expériences similaires.⁷
- La prescription sociale pourrait mener à une diminution de 3 900 cas de dépression chez les adolescents ainsi qu'à une augmentation de 3 500 années d'études chez les jeunes Canadiens âgés de 15 à 17 ans qui souffrent de symptômes dépressifs.⁸

Prescription sociale et santé mentale des enfants et des jeunes

Les bienfaits de la prescription sociale pour la santé mentale des enfants et des jeunes

- ✓ **Amélioration de l'accès aux services :** La prescription sociale constitue une voie alternative vers le soutien en santé mentale, qui permet de réduire les longs délais d'attente et de répondre à une demande croissante.
- ✓ **Renforcement des liens sociaux et du sentiment d'appartenance :** La prescription sociale contribue à réduire la solitude et favorise le sentiment d'appartenance et de raison d'être en mettant les enfants et les jeunes en contact avec des activités et des groupes qui correspondent à leurs besoins et à leurs champs d'intérêt.
- ✓ **Promotion de la santé mentale et prévention :** Les services de prescription sociale centrés sur la personne présentent des avantages immédiats et à long terme pour la santé mentale et le bien-être en s'attaquant à la solitude, au stress, à la dépression légère à modérée et à l'anxiété; ils ont également démontré leur capacité à renforcer la confiance en soi, l'estime de soi et le sentiment de raison d'être et d'appartenance.
- ✓ **Amélioration de l'assiduité scolaire :** La prescription sociale peut contribuer à améliorer l'assiduité scolaire en répondant aux besoins sociaux et en renforçant le soutien en matière de santé mentale en collaboration avec les services scolaires.
- ✓ **Soutien en lien aux déterminants sociaux de la santé :** La prescription sociale favorise l'équité en matière de santé et atténue l'effet d'autres facteurs sociaux en facilitant l'accès à des ressources, comme l'aide financière et l'aide au logement.
- ✓ **Amélioration de l'efficacité personnelle et atteinte des objectifs personnels :** La prescription sociale renforce le sentiment de contrôle qu'ont les jeunes sur leur bien-être et favorise l'efficacité personnelle, l'autogestion de la santé et la résilience à long terme par une approche adaptée de création collaborative axée sur ce qui importe le plus pour chaque participant.



1. Institut canadien d'information sur la santé. Santé mentale des enfants et des jeunes. 2022. [\[URL\]](#)
2. Gouvernement du Canada. (2023). Inégalités en matière de santé mentale, de bien-être et de mieux-être au Canada : déterminants sociaux et changements au fil du temps. Agence de la santé publique du Canada. [\[URL\]](#)
3. Commission de la santé mentale du Canada. (2020). Mental health and substance use among youth in Canada: A report on findings from the 2019 Canadian Community Health Survey.
4. Henderson, J. L., Chiodo, D., Varatharasan, N., & Andari, S. (2023). Youth Wellness Hubs Ontario: Development and initial implementation of integrated youth services in Ontario, Canada. *Early Intervention in Psychiatry*, 17(1), 107-114. <https://doi.org/10.1111/eip.13315>
5. Brettell M, Fenton C, Foster E. Linking Leeds: a social prescribing service for children and young people. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022 Jan 27;19(3):1426.
6. Rice B. The missing link: social prescribing for children and young people. 2023. Bernardo's. [\[URL\]](#)
7. Gordon L, Hastry M, Bate A, Gordon K, Greaves E, Dimitriadou S, Rapley T, Basu AP. Hospital in-reach family-centred social prescribing pilot for children with neurodisability: mixed methods evaluation with social return on investment analysis. *BMC Health Services Research*. 2025 Jan 30;25(1):176.
8. Institut canadien de prescription sociale. Un Canada plus en santé : une analyse des impacts économiques et sociaux potentiels de la prescription sociale. 2024. [\[URL\]](#)