

# Aperçu de la santé mentale des 2SLGBTQIA+ à travers COVID-19

**Méthodes quantitatives et qualitatives**

FÉVRIER 2023

RECHERCHE EN SANTÉ MENTALE CANADA / MENTAL HEALTH RESEARCH CANADA

## Introduction

Grâce à l'initiative de sondage national de la Recherche en santé mentale Canada (RSMC), Comprendre la santé mentale des Canadiens : à travers, de nombreux groupes ont été identifiés comme étant particulièrement à risque de présenter des indicateurs de santé mentale négatifs. Ceci a été déterminé par un certain nombre d'échelles d'auto-évaluation, de dépisteurs de santé mentale (PHQ9, GAD7, Kessler 10) et d'autres indicateurs de santé mentale. **2SLGBTQIA+ obtiennent régulièrement des scores plus élevés pour ces indicateurs négatifs de santé mentale**, ce qui est une source d'inquiétude, de suivi et d'action. Après un examen plus approfondi, on a constaté que très peu de recherches qualitatives existent actuellement dans ce domaine depuis le début de la pandémie. Dans le but de mieux comprendre les expériences de santé mentale uniques des Canadiens 2SLGBTQIA+, la RSMC a identifié ce groupe comme l'une des quatre populations prioritaires pour la recherche qualitative.

Ce rapport donne un aperçu des principales conclusions des entretiens menés avec des membres des communautés 2SLGBTQ+. L'objectif de cette étude qualitative est de **fournir un contexte aux données quantitatives recueillies et de mieux comprendre les facteurs qui influencent la santé mentale négative des Canadiens identifiés 2SLGBTQIA+ tout au long de la pandémie et de la période de rétablissement actuelle.** Il examinera les informations quantitatives et qualitatives relatives à trois périodes : avant la pandémie de COVID-19, pendant la pandémie de COVID-19 et pendant la période de rétablissement de la pandémie (aujourd'hui). Les entretiens réalisés dans le cadre de cette analyse qualitative ont porté sur les indicateurs de santé mentale, les facteurs, l'accès et les obstacles au soutien, ainsi que sur les moyens de mieux soutenir les Canadiens 2SLGBTQIA+ confrontés à des problèmes de santé mentale. Au total, 40 entretiens ont été menés avec des Canadiens qui s'identifient comme membres des communautés 2SLGBTQIA+ et qui ont dit avoir eu des difficultés avec leur santé mentale pendant la pandémie de COVID-19. Le contexte et les citations fournis par l'étude qualitative de la RSMC ont été recueillis auprès de participants de tout le Canada qui avaient déjà répondu à notre sondage national.

---

## Résumé exécutif

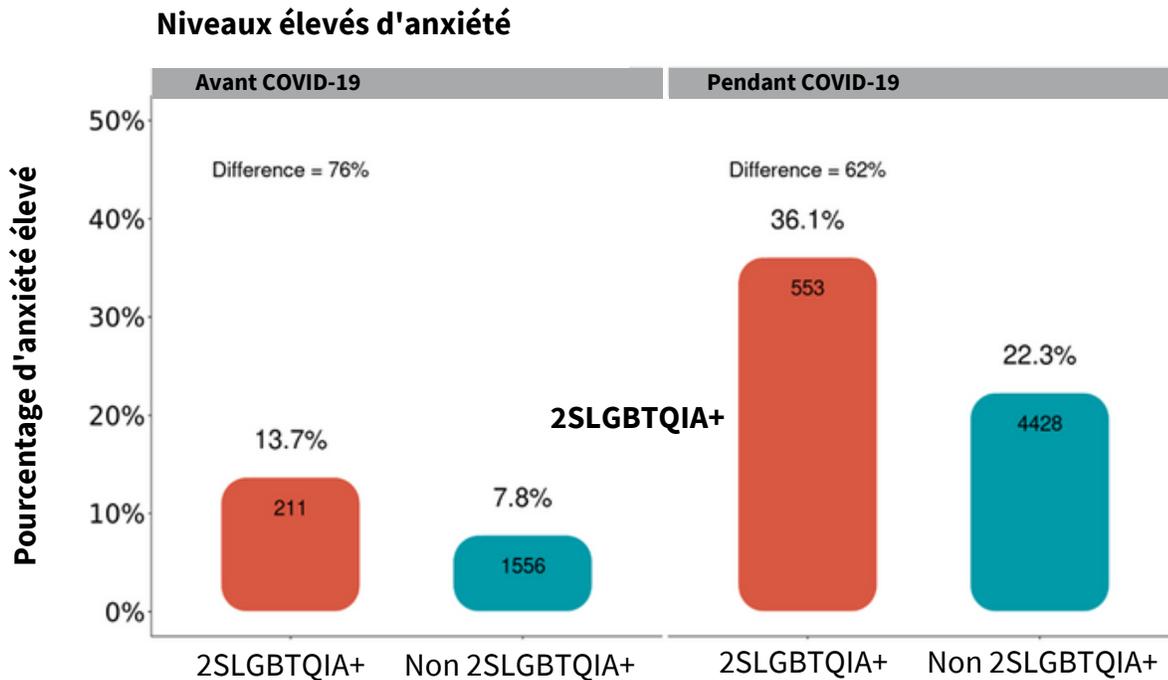
Comparativement à la moyenne canadienne, les communautés 2SLGBTQIA+ sont aux prises de façon disproportionnée avec des problèmes de santé mentale. Les niveaux élevés d'anxiété et de dépression auto-évalués sont plus fréquents chez ces répondants, tout comme les cas d'idées suicidaires, comme c'était le cas avant et pendant la pandémie de COVID-19 et, maintenant, dans la période de rétablissement de la pandémie. De plus, les répondants de ces communautés déclarent se sentir moins résilients face aux problèmes de santé mentale. Les analyses qualitatives et quantitatives ont démontré que trois facteurs principaux influençaient fortement la santé mentale négative des Canadiens 2SLGBTQIA+ : **la peur d'attraper le COVID-19 (ou qu'un membre de la famille l'attrape), l'insécurité financière et l'isolement.** Malgré les résultats quantitatifs démontrant que les répondants 2SLGBTQIA+ sont comparativement plus susceptibles d'avoir accès à un soutien en santé mentale que les autres Canadiens, ils sont également plus susceptibles de déclarer ne pas avoir accès aux soins malgré leur besoin. L'accès aux soins est un obstacle majeur pour les répondants 2SLGBTQIA+, les temps d'attente, les coûts et l'incapacité à trouver des soins appropriés étant cités comme des obstacles majeurs.

---

## Anxiété et dépression auto-évaluées

Les analyses quantitatives de la RSMC révèlent que si le COVID-19 a eu un impact sur les niveaux d'anxiété et de dépression auto-évalués par tous les Canadiens, **les Canadiens identifiés 2SLGBTQIA+ ont rapporté des niveaux considérablement plus élevés de ces deux indicateurs avant et pendant la pandémie** par rapport aux répondants non 2SLGBTQIA+. Figures 1A and 1B, shown below demonstrate these contrasts.

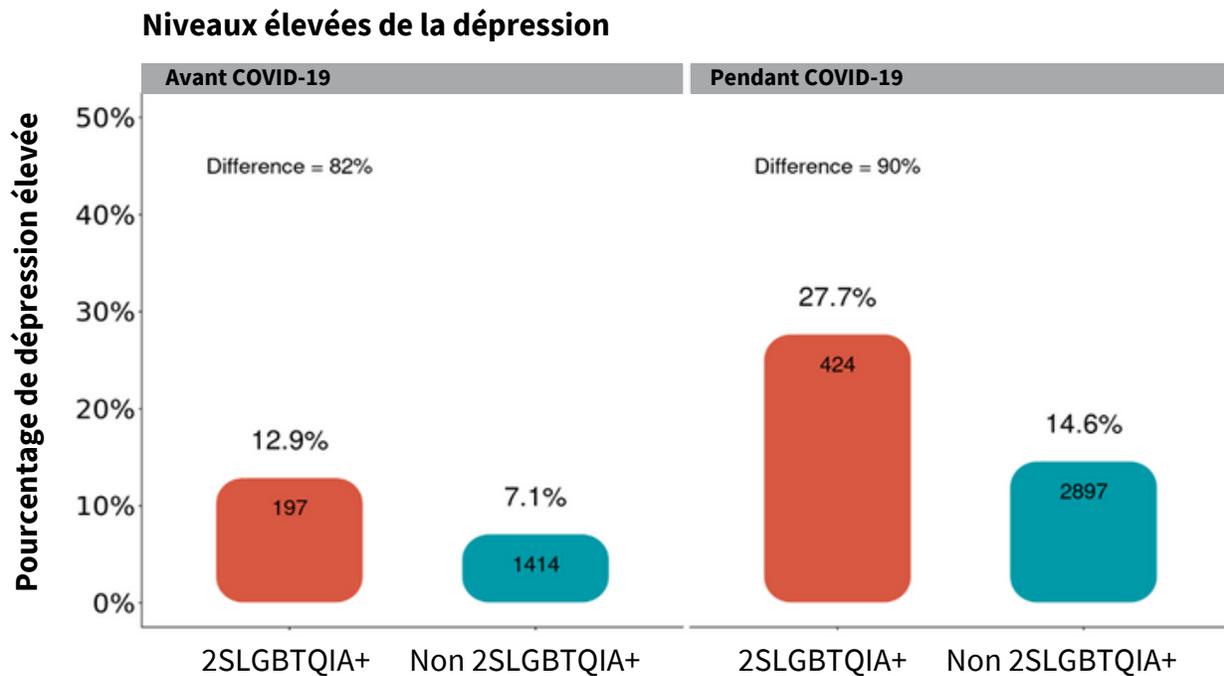
FIGURE 1A - Forte anxiété autodéclarée parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+ avant COVID-19



Les Canadiens s'identifiant à 2SLGBTQIA+ étaient comparativement **76 % plus susceptibles** de déclarer avoir des niveaux élevés (8 ou plus sur une échelle de 10 points) d'anxiété avant le début de la pandémie. Comme on l'a vu plus haut, les deux groupes ont connu des circonstances d'anxiété élevée considérablement accrues pendant la pandémie, les Canadiens 2SLGBTQIA+ étant comparativement **62 % plus susceptibles** de l'indiquer.

Les niveaux de dépression élevée chez les Canadiens 2SLGBTQIA+ sont similaires à ceux de l'anxiété avant et pendant la pandémie, **bien que ces chiffres soient deux fois plus élevés que ceux des répondants non 2SLGBTQIA+** dans une analyse comparative.

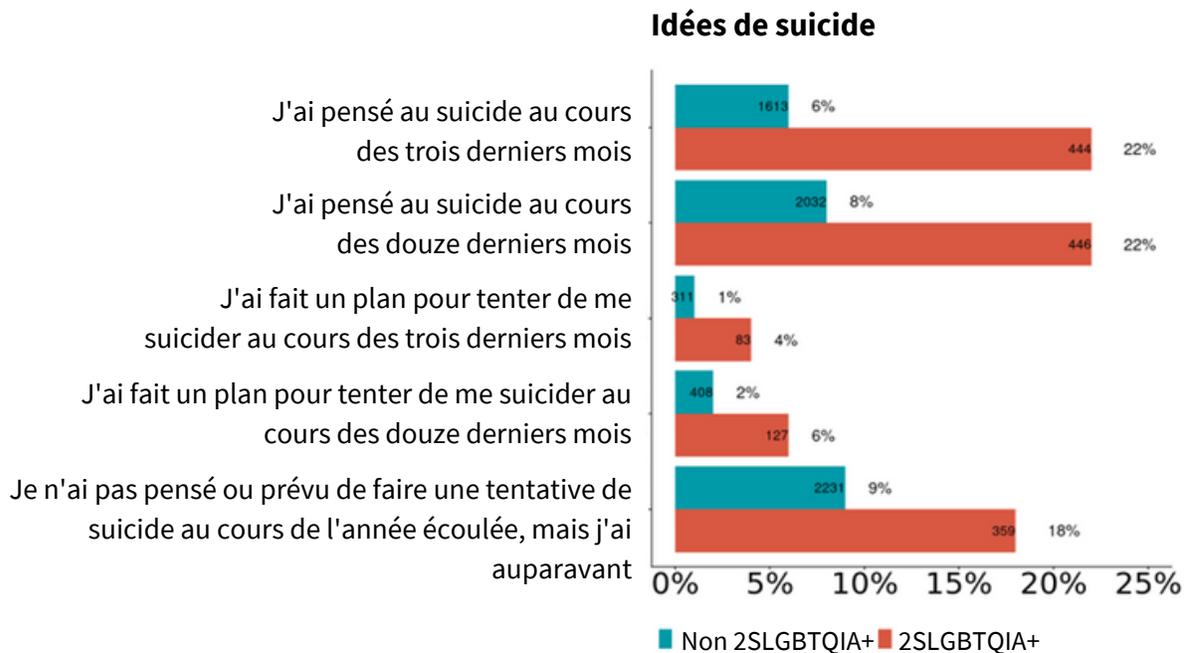
FIGURE 1B - Dépression élevée autodéclarée parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+ avant COVID-19



Au-delà de l'anxiété et de la dépression auto-évaluées, notre analyse quantitative continue de **mettre en évidence des divergences troublantes entre les idées de suicide des Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+**. Au cours des 12 mois précédant la réalisation de notre sondage national, 8 % des répondants non 2SLGBTQIA+ ont eu des idées de suicide et 2 % ont planifié une tentative; en comparaison, **22 % des personnes qui s'identifient comme 2SLGBTQIA+ ont pensé au suicide** et **6 % ont planifié une tentative** dans le même laps de temps.

**"J'ai été profondément affecté. Je n'avais jamais connu ou reconnu de problèmes de santé mentale avant la pandémie. Je ne sais pas si la pandémie les a accentués et si je les avais depuis le début, mais c'est certain."**  
 -Femme, 30 ans, bisexuelle, Alberta

FIGURE 2 - Idées de suicide parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+.



## Facteurs de santé mentale

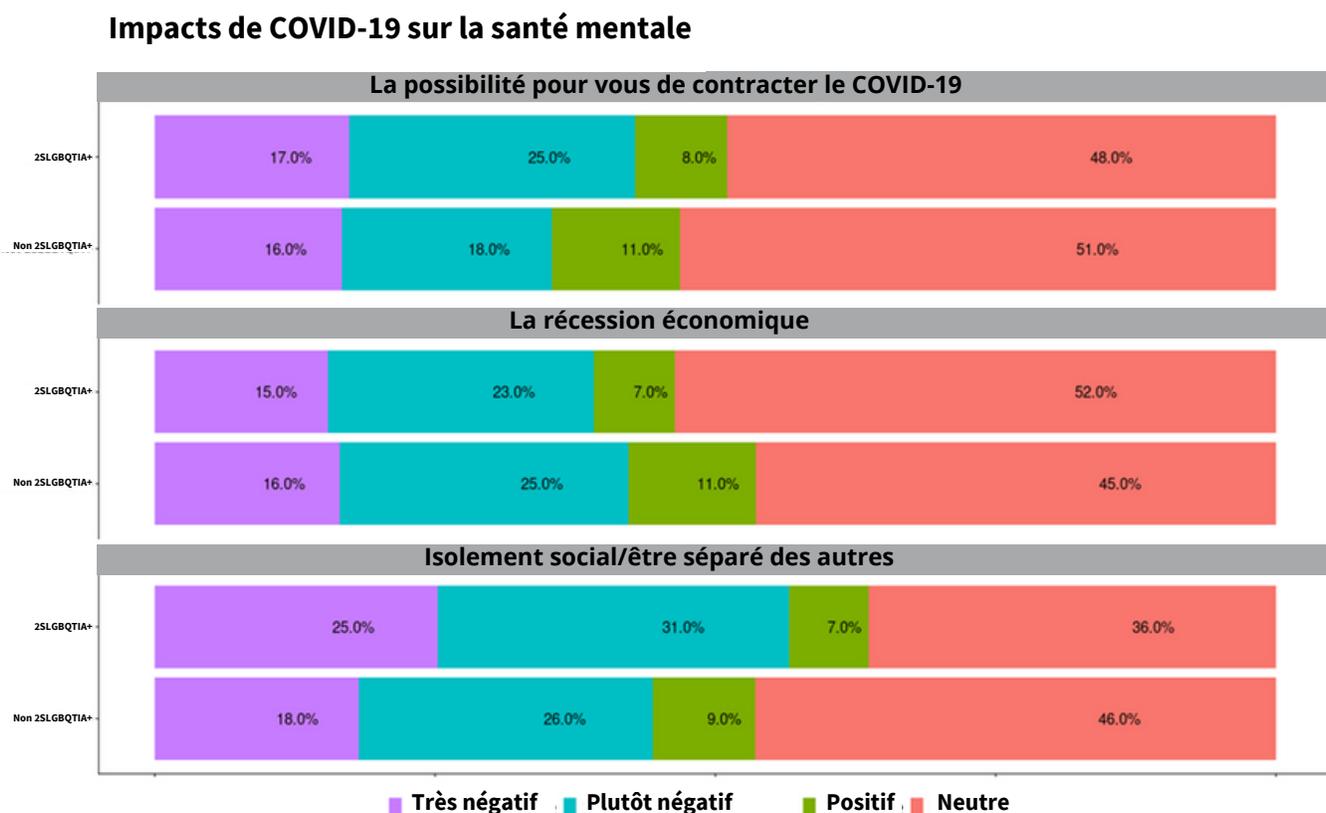
Cette section du rapport met en évidence les facteurs de santé mentale négative tels que décrits dans les analyses quantitative et qualitative de la RSMC. Les options du questionnaire fournies dans notre analyse quantitative sur ces facteurs sont directement liées à COVID-19 et aux conséquences involontaires des mandats de santé publique.

**"Mon anxiété s'est accrue pendant la pandémie. C'était le facteur inconnu et les bouclages... Je suis entré dans une période de dépression les premiers mois. Et puis il y avait la peur, beaucoup de peur, l'incertitude quant au travail, etc."**

**- Femme, 32 ans, pansexuelle, Saskatchewan**

Les préoccupations les plus fréquentes parmi l'ensemble des Canadiens sont **l'incertitude financière, la peur de contracter le COVID-19** (soit soi-même, soit un membre de sa famille) et **l'isolement des réseaux de soutien**. Ce sentiment a été validé et mis en contexte par des résultats qualitatifs. Pour de nombreux Canadiens, l'isolement social était difficile car ils ne pouvaient pas faire appel à leurs systèmes de soutien habituels. Tout au long de la pandémie, les répondants 2SLGBTQIA+ étaient comparativement **21 %** plus susceptibles de citer ce facteur comme étant un facteur de santé mentale très ou assez négatif. Il convient de noter que l'"isolement" a été supprimé en tant qu'option à la suite de la mise en place de mesures d'isolement obligatoires pour la santé publique (sondages 1 à 13 - avril 2020 à juillet 2022).

**FIGURE 3 - Facteurs de santé mentale négative parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+.**



La peur est étroitement liée à l'isolement et à la distanciation sociale. De nombreuses personnes interrogées avaient peur qu'elles-mêmes, ou un de leurs proches, puissent contracter le COVID-19, et tomber gravement malade ou pire. Vivre sous le coup de cette peur était également difficile pour beaucoup, notamment pour les personnes souffrant d'autres troubles physiques qui aggravaient leur crainte de contracter le virus. Alors qu'un pourcentage similaire de répondants non 2SLGBTQIA+ ont également cité la peur de tomber malade comme ayant un impact très négatif sur leur santé mentale, les Canadiens 2SLGBTQIA+ étaient, comparativement, 32% plus susceptibles de dire qu'elle avait un effet plutôt négatif.

**"Je suis immunodéprimé, donc je ne sors pas. Et vous voyez des choses dans les médias... vous voyez tous ces gens qui meurent..."**

**- Femme, 44 ans, pansexuelle, Terre-Neuve-et-Labrador**

**"Pour moi, c'était financier. Je n'arrivais pas à joindre les deux bouts. Je ne savais pas ce qui allait arriver à mon entreprise..."**

**- Femme, 42 ans, pansexuelle/démisexuelle, Ontario**

Bien que les préoccupations financières aient eu un impact légèrement moindre sur les Canadiens 2SLGBTQIA+ que sur les autres, elles demeurent un facteur considérable de santé mentale négative parmi ces communautés. Les problèmes financiers chez ceux qui ont perdu leur emploi ou dont les heures de travail ont été réduites ont également eu un impact négatif sur leur santé mentale. En plus de la peur de contracter le virus, ces Canadiens devaient également s'inquiéter de la façon dont ils allaient subvenir à leurs besoins et à ceux de leur famille.

Tout au long de notre série de sondages nationaux, les trois facteurs susmentionnés sont demeurés constants en tant que causes principales de la mauvaise santé mentale de la plupart des Canadiens. Des données qualitatives nouvellement recueillies permettent de mieux comprendre pourquoi ces facteurs ont un impact profond. Les entrevues virtuelles ont permis de mieux comprendre l'influence de l'isolement social sur la santé mentale tout au long de la pandémie, et d'en apprendre davantage sur la façon dont les Canadiens 2SLGBTQIA+ comptent souvent sur le soutien d'une communauté ou d'une " famille trouvée " plutôt que sur celui de parents biologiques[1].

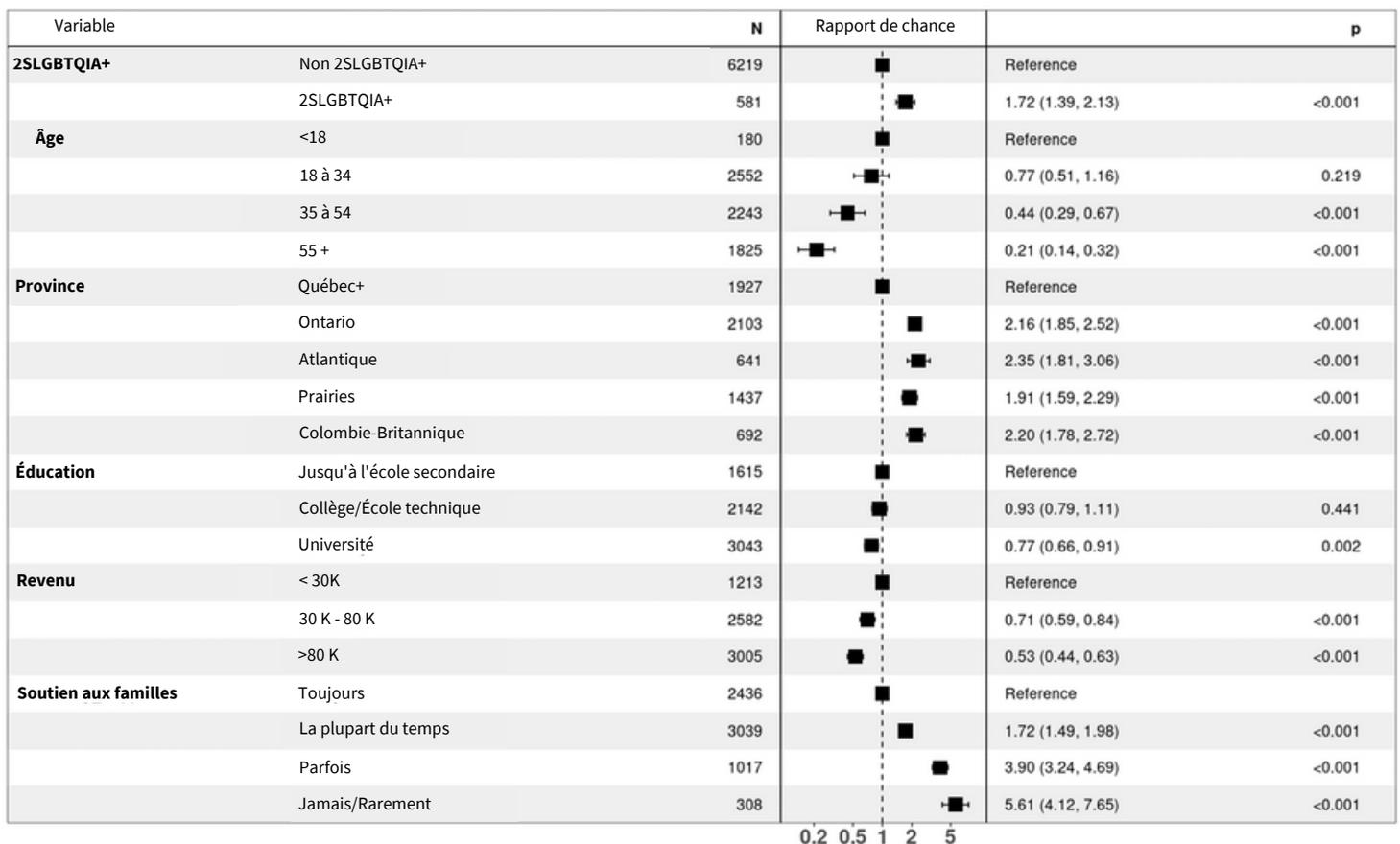
**"Les délais d'attente sont de 18 mois à deux ans. C'est trop long. Il est difficile et frustrant de trouver quelqu'un pour vous aider."**

**- Femme, 42 ans, pansexuelle/démisexuelle, Ontario**

Bien que certains de ces facteurs se soient atténués avec l'apparition de vaccins et le déclin des mesures de santé publique, les Canadiens 2SLGBTQIA+ continuent de lutter.

[1] We are family: Chosen and created families as a protective factor against racialized trauma and anti-LGBTQ oppression among African American sexual and gender minority youth. Taylor & Francis. (n.d.). R

**FIGURE 4 – Regression Analysis on Factors Contributing to Negative Mental Health of all Canadians**



Il existe un certain nombre de facteurs qui ont un impact sur la santé mentale des Canadiens. La figure 4, ci-dessus, montre les corrélations entre certains de ces facteurs et la probabilité qu'une personne obtienne un score modéré à élevé au test d'évaluation clinique de Kessler 10 (un score modéré à élevé est de 25). Par exemple, les Canadiens qui gagnent plus de 80 000 \$ par an sont environ deux fois moins susceptibles (0,53) d'obtenir un score modéré à élevé au test d'évaluation clinique de Kessler 10 que ceux qui gagnent moins de 30 000 \$ par an.

Cette analyse permet d'illustrer que le fait de s'identifier comme 2SLGBTQIA+ est un facteur de santé mentale négative qui va au-delà de la plupart des considérations, notamment l'âge, la province, l'éducation et le revenu ; les personnes 2SLGBTQIA+ sont 1,72 fois plus susceptibles d'obtenir un score modéré à élevé au test d'évaluation de Kessler 10. Cela dit, il est prouvé que le manque de soutien de la part de la famille l'emporte sur tous les autres effets d'une santé mentale négative chez les personnes qui se montrent les plus en difficulté.

## Accès au soutien en matière de santé mentale

Au Canada, il est bien connu que l'accès est le plus grand obstacle à l'obtention de soutiens en santé mentale. Nos entrevues ont mis en évidence des facteurs tels que les temps d'attente et le coût comme raisons pour lesquelles ce soutien n'est pas disponible pour tous. Certaines personnes interrogées ont mentionné un manque de soins qualifiés pour traiter des problèmes spécifiques, notamment les traumatismes. Pour d'autres, c'est la stigmatisation qui les a empêchés d'obtenir du soutien. Si certains pensent que la pandémie a exacerbé ce problème, beaucoup pensent qu'il existait avant et depuis la pandémie. De manière inattendue, les Canadiens 2SLGBTQIA+ ont été considérablement plus susceptibles d'accéder à un soutien en santé mentale au cours de l'année écoulée que les répondants non 2SLGBTQIA+. Cela dit, **ils sont également près de deux fois plus susceptibles de déclarer ne pas avoir eu accès à des soins alors qu'ils en avaient besoin.**

FIGURE 4 - Accès au soutien en santé mentale parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+.



**“Generally, its not very affordable, either whether you have work insurance or have other government medical insurance, 1st section is covered but next won't be... There needs to more support for long term.”**

**- Male, 27, gay, Ontario**

Les obstacles à l'obtention de services de santé mentale sont principalement liés à l'accès. Certains ont mentionné les longs délais d'attente, ce qui n'est pas idéal pour ceux qui font face à une crise de santé mentale immédiate. D'autres ont parlé du coût, en particulier pour ceux qui n'ont pas d'avantages sociaux. Ces deux facteurs sont les principaux obstacles à l'obtention d'un soutien en matière de santé mentale. La stigmatisation est un obstacle supplémentaire à l'obtention d'un soutien en matière de santé mentale.

Certains ont dit qu'eux-mêmes, ou d'autres personnes qu'ils connaissent, ont hésité à demander de l'aide parce qu'ils seraient jugés pour cette faiblesse. Même si certains comprenaient logiquement que ce n'était pas le cas, il leur était difficile de décrocher le téléphone et de passer l'appel.

Certains membres des communautés 2SLGBTQIA+ se sentiraient plus à l'aise en recevant des soins de la part de personnes qui s'identifient également comme 2SLGBTQIA+, mais ils ont constaté que cela n'était pas toujours possible ou qu'ils ne savaient pas où trouver ces soins. La perception d'un manque de disponibilité de ce soutien privilégié conduit à la crainte d'être jugé ou que le soutien tourne autour de ce qu'ils sont et de la façon dont ils s'identifient plutôt que des problèmes qu'ils cherchent à résoudre ; étant donné les longs délais d'attente pour les services de santé mentale, cela peut être frustrant et faire perdre du temps.

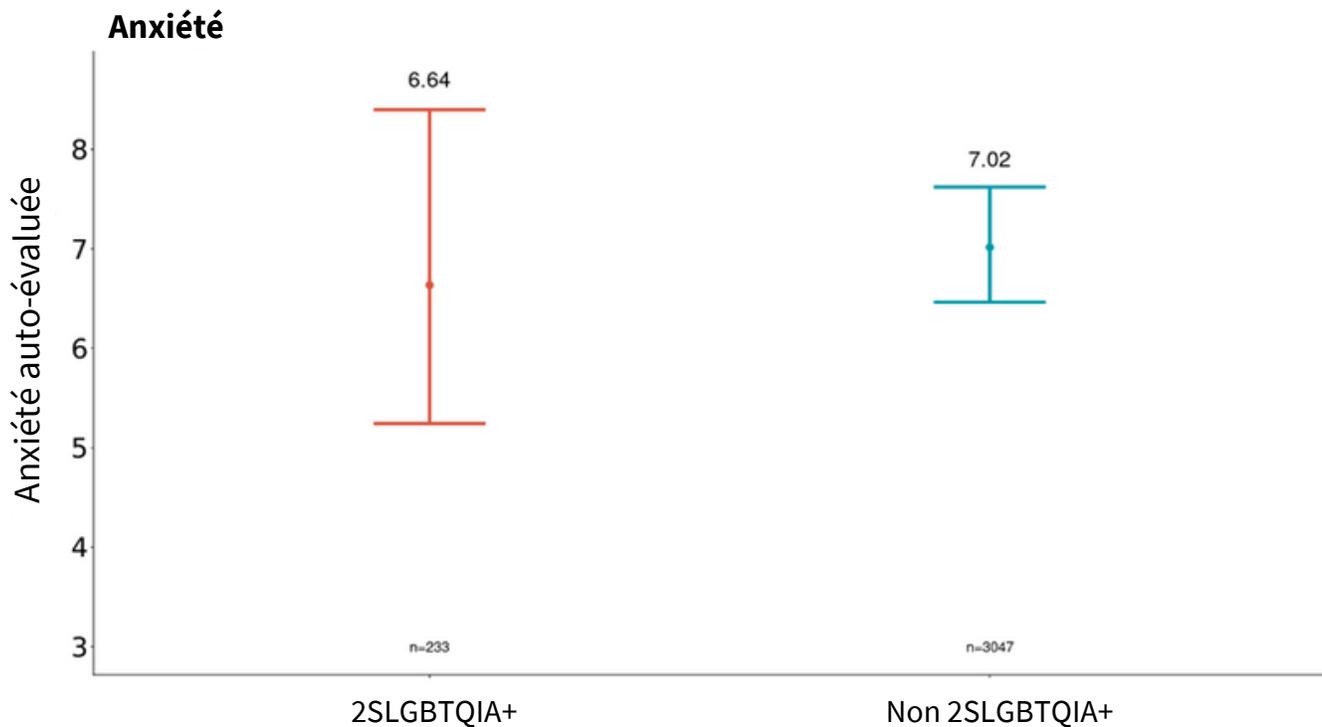
**"Personne ne comprend le soutien aux homosexuels. Les médecins ne savent pas comment s'y prendre et ils ne savent pas où vous envoyer pour obtenir de l'aide. On peut chercher sur Google, mais ça peut être difficile. Parfois, on peut tomber sur de mauvaises choses, comme des groupes haineux, quand on cherche sur Google."**

**- Femme, 22 ans, transsexuelle, Alberta**

## Au-delà de COVID-19

**Les niveaux d'anxiété et de dépression auto-évalués des Canadiens 2SLGBTQIA+ se sont considérablement améliorés** par rapport aux niveaux moyens tout au long de la pandémie, passant respectivement de **36% à 7%** et de **30% à 6%**. Ils ont remarquablement diminué pour atteindre des niveaux inférieurs à ceux observés avant la pandémie, alors que 14 % d'entre eux signalaient des niveaux élevés d'anxiété et de dépression.

**FIGURE 5A - Anxiété auto-évaluée parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+ au cours de la période de récupération de la pandémie.**

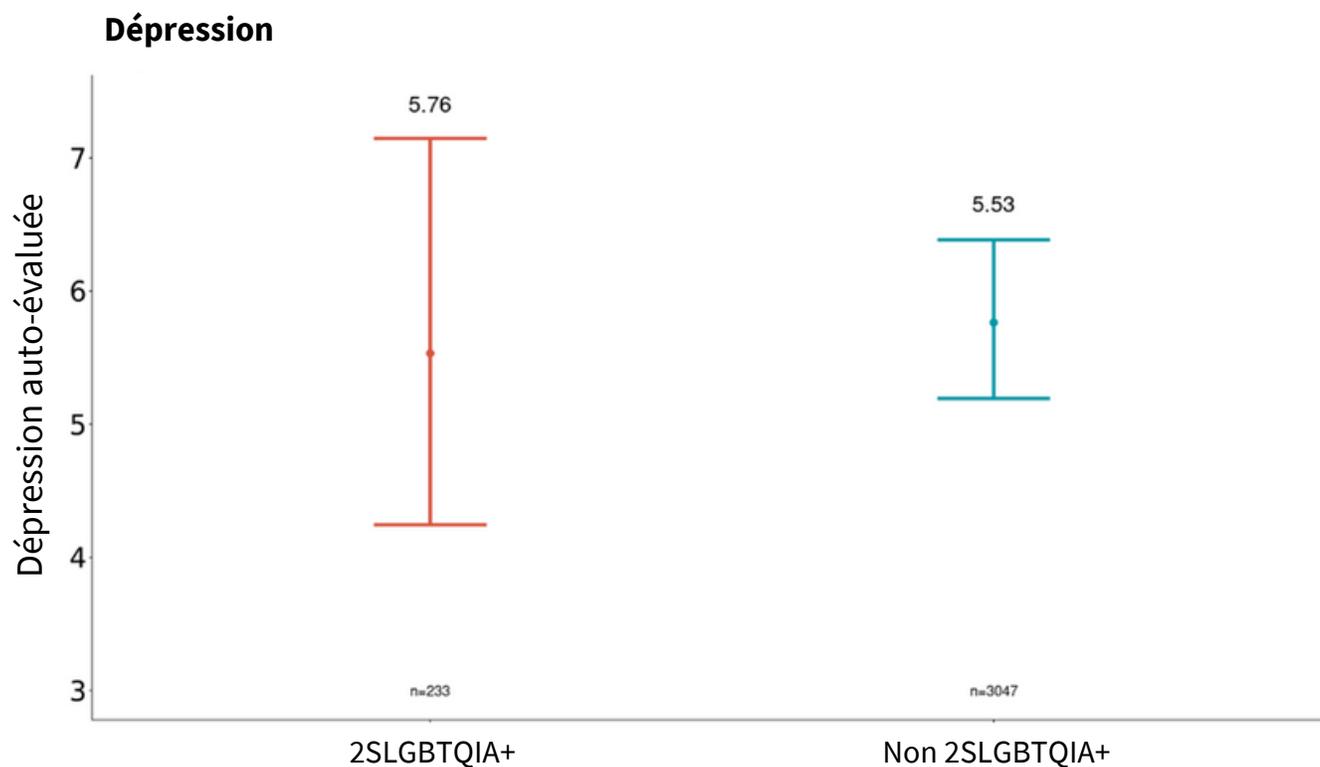


Les résultats qualitatifs montrent que certains ont été enclins à prendre du recul et à se concentrer sur l'autosoin pendant la pandémie, comme ils ne l'avaient pas fait avant COVID-19. Ces soins personnels prennent plusieurs formes différentes, notamment une meilleure alimentation et de l'exercice, mais aussi plus de temps pour eux-mêmes, leurs intérêts et leurs passions. Quelques-uns ont spécifiquement mentionné qu'ils limitaient le temps passé sur les médias sociaux ou qu'ils les supprimaient de leur routine. Certains ont également apporté des changements à leur carrière pour occuper des emplois moins stressants. Le fait de recevoir des conseils a été crédité par certains répondants pour les avoir aidés à effectuer ces changements, tandis que d'autres géraient leur santé mentale par eux-mêmes. Pour beaucoup, **les facteurs de santé mentale négative n'ont pas été atténués**, en particulier pour ceux qui ont des préoccupations financières, des problèmes d'instabilité du logement et l'impact de l'inflation sur le coût des produits de première nécessité.

**"J'ai suivi une thérapie mais j'ai aussi passé plus de temps sur moi-même pendant le COVID. J'ai commencé à faire de la pâtisserie, du crochet, à jouer de la musique."**

**- Femme, 22 ans, transsexuelle, Alberta**

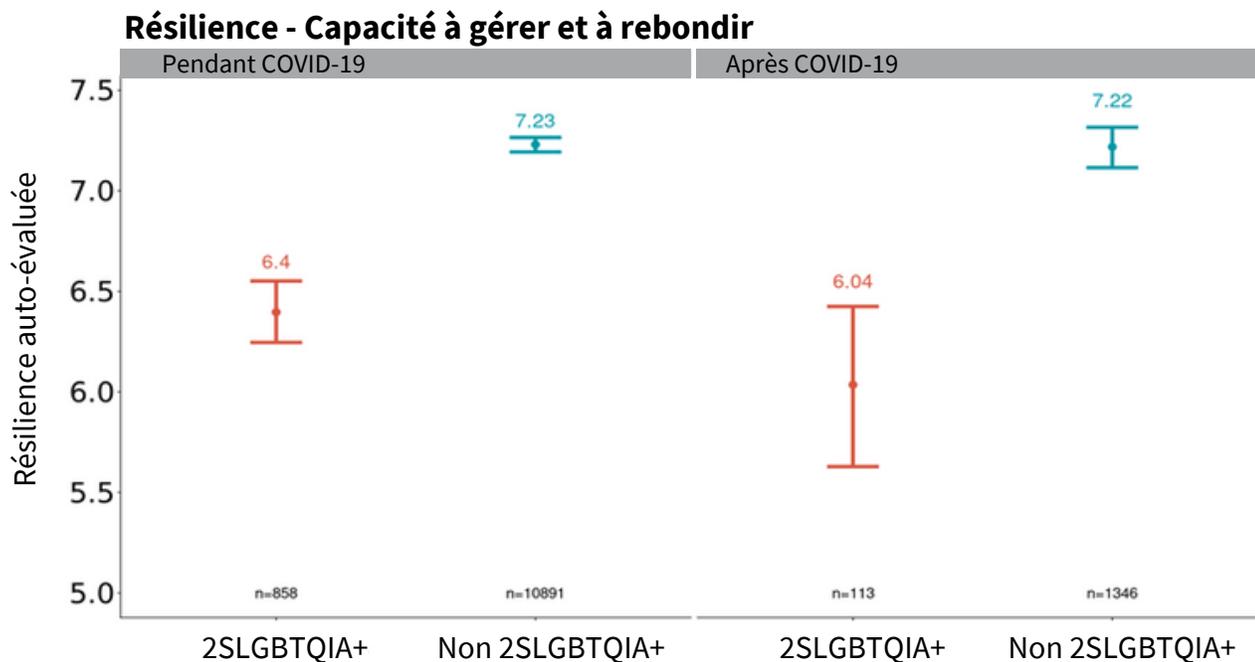
FIGURE 5B - Dépression auto-évaluée parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+ au cours de la période de récupération de la pandémie.



Plusieurs répondants qualitatifs n'ont pas vu une grande amélioration de leur santé mentale. Comme indiqué plus haut, certains sont toujours aux prises avec des problèmes financiers qui leur causent du stress et de l'anxiété. D'autres craignent que la pandémie ne soit pas encore terminée et s'inquiètent de l'absence de restrictions et de mandats, surtout à l'approche de la saison de la grippe.

La capacité à rebondir après les problèmes de santé mentale liés au COVID-19 est un facteur important pour comprendre ce à quoi il faut s'attendre en matière de tendances de santé mentale tout au long de la période de récupération de la pandémie et au-delà. Pour les répondants 2SLGBTQIA+, les niveaux de résilience sont restés constants pendant et après la pandémie. Comme le montre la figure 6, ils sont nettement **moins susceptibles que les répondants non-2SLGBTQIA+ de se sentir confiants dans leur capacité à rebondir face aux défis liés au COVID-19**. Pour beaucoup, cela pourrait être dû, comme le suggèrent nos données, à un manque d'accès à un soutien en matière de santé mentale.

FIGURE 6 - Niveaux de résilience auto-évalués parmi les Canadiens 2SLGBTQIA+ et non 2SLGBTQIA+



## Regarder vers l'avenir

Comme pour la plupart des Canadiens, les conséquences imprévues de la pandémie de COVID-19, telles que les fermetures imposées par la santé publique et les difficultés économiques, ont eu un impact négatif sur la santé mentale des Canadiens 2SLGBTQIA+ dans une mesure presque égale à la peur d'attraper le virus. L'isolement des amis, de la famille et des autres membres de la communauté a joué un rôle prépondérant dans l'intensification des problèmes de santé mentale existants ou dans la découverte de nouveaux problèmes.

**"Une éducation plus poussée est nécessaire. L'éducation devrait le normaliser (les problèmes de santé mentale), chercher de l'aide ne devrait pas être stigmatisé. Il devrait être possible d'en parler ouvertement. Lorsqu'une personne sait qu'elle n'est pas seule, que d'autres personnes sont confrontées à la même chose, elle se sent plus à l'aise pour en parler."**

- Homme, 50 ans, gay, Ontario

L'accès aux soins reste l'un des principaux obstacles au soutien en santé mentale, notamment les temps d'attente et les coûts. Pour mieux soutenir les Canadiens 2SLGBTQIA+, il est important d'ouvrir l'accès, mais aussi de se connecter à des soutiens qui connaissent bien l'expérience des 2SLGBTQIA+, y compris la gestion de problèmes spécifiques, notamment les traumatismes. Il serait encore mieux d'avoir accès au soutien d'un membre de la communauté 2SLGBTQIA+. Il est également important de savoir où et comment trouver ce type de soutien spécifique. En outre, pour voir des améliorations, il faut s'attaquer à la stigmatisation entourant la recherche d'un soutien en santé mentale.

Sur la base des niveaux élevés d'anxiété et de dépression auto-évalués, bien qu'ils démontrent une lente amélioration de la santé mentale de nombreux 2SLGBTQIA+, une diminution des facteurs de santé mentale négative liés au COVID-19 peut ne pas être suffisante pour une "période de rétablissement" réussie. Les analyses qualitatives et quantitatives démontrent également que le rétablissement ne sera pas un processus rapide ou simple, car les besoins en santé mentale des Canadiens sont aussi diversifiés que notre population.

## Informations complémentaires

"Pendant le COVID, j'ai parlé à quelqu'un virtuellement. Je n'ai pas aimé ça autant qu'en personne. La qualité de la thérapie n'était pas aussi bonne parce qu'on ne pouvait pas établir un lien personnel. " Femme, trans/bisexuelle/pansexuelle, 22 ans, Ontario

"J'ai commencé à prendre davantage soin de moi... méditation, meilleur sommeil, exercice, meilleure alimentation..." Homme, 50 ans, gay, Ontario

"Les affaires n'ont pas repris, donc incertitude quant à la suite des événements. Je vais peut-être devoir fermer l'entreprise". Femme, 42 ans, pansexuelle/démisexuelle, Ontario

"(Je suis) beaucoup mieux maintenant, mais pas parfait. J'attends avec impatience le jour où nous n'aurons plus à nous soucier du masque. Mais la saison de la grippe sera à nos portes avant que ça ne s'améliore, ce n'est pas à 100% de retour, mais c'est beaucoup mieux." Homme, 62 ans, homosexuel, Ontario

"La stigmatisation est plus grande dans le Canada rural que dans le Canada urbain. Et pour les LGBTQ, il est difficile de chercher une quelconque assistance médicale, et il est encore plus difficile de chercher un soutien en matière de santé mentale. " Homme, 24 ans, gay, Ontario

"Les délais d'attente sont de 18 mois à deux ans. C'est trop long. Il est difficile et frustrant de trouver quelqu'un pour vous aider. " Femme, 42 ans, pansexuelle/démisexuelle, Ontario

"Il faut une meilleure formation en ce qui concerne les traumatismes. J'ai eu des souvenirs refoulés d'abus sexuels qui ont donné un sens à beaucoup de choses dans ma vie. Mais les thérapeutes que je consulte depuis mes 20 ans... n'ont jamais reconnu les signes de traumatisme. " Femme, 42 ans, pansexuelle/démisexuelle, Ontario

"Les choses vont mieux dans l'ensemble... Vaccinations, famille qui se fait vacciner, diminution des cas de COVID..." Femme, 36 ans, Pan Sexual, Ontario

"J'imagine qu'une première étape (pour soutenir les communautés 2SLGBTQIA+) consisterait simplement à rendre l'accès disponible en temps opportun, et selon la méthode préférée de la personne qui le recherche, que ce soit en personne ou virtuellement, ou selon la personne qui peut le mieux la soutenir ou quelle que soit sa situation particulière " - agender, 42 ans, Nouvelle-Écosse

"Je ne pense pas qu'il y ait de barrières... Je pense que les gens ont juste peur de se montrer de cette manière. Même si vous avez du mal à vous ouvrir à quelqu'un sur votre sexualité, vous pouvez trouver un thérapeute spécifiquement pour ce genre de choses. " Femme, 30 ans, bisexuelle, Nouvelle-Écosse

"Il y a encore plus de stigmatisation pour les LGBTQ, il y a tellement de choses à surmonter... Et si vous êtes gay et asiatique, c'est encore pire ! Il n'y a pas de spécialiste pour cela. " Homme, 50 ans, gay, Ontario

"Pouvoir se reconnecter avec tout le monde... le stress et la panique ne sont plus aussi présents." Femme, 23 ans, bisexuelle, Nouvelle-Écosse

"Pour la génération plus âgée, la santé mentale est stigmatisée. Ils le transmettent à la jeune génération, et ils ont peur que s'ils vont chercher du soutien, leur famille les prenne pour cible. " Homme, 62 ans, homosexuel, Ontario

## Références

Recherche en Santé Mentale Canada. (Novembre 2022). *Comprendre la santé mentale des Canadiens à travers COVID-19 et au-delà: Sondage 14*. [www.mhrc-rsmc.ca/sondage-national-14](http://www.mhrc-rsmc.ca/sondage-national-14).

We are family: Chosen and created families as a protective factor against racialized trauma and anti-LGBTQ oppression among African American sexual and gender minority youth. Taylor & Francis. (n.d.). Retrieved January 31, 2023, from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1550428X.2020.1724133>

---

## Remerciements

Nous exprimons notre gratitude à Santé Canada pour son soutien continu et à Pollara Strategic Insights pour leur partenariat dans notre projet de sondage national, "Comprendre la santé mentale des Canadiens à travers COVID-19 et au delà".

Analyse des données : Gustavo Betini - Université de Waterloo, doctorant

Rapport : Brittany Saab - RSMC, Coordinatrice nationale de l'engagement des parties prenantes

Conseillers : Shauna Major - RSMC, Mobilisation des connaissances et soutien aux projets de recherche

Michael Cooper - RSMC, vice-président, développement et partenariats stratégiques.

Pour plus d'informations sur le projet de sondage national de la RSMC "Comprendre la santé mentale des Canadiens à travers COVID-19 et au-delà", contactez Brittany Saab à [bsaab@mhrc.ca](mailto:bsaab@mhrc.ca).

Les rapports de nos résultats sont disponibles à [www.mhrc-rsmc.ca](http://www.mhrc-rsmc.ca).