

Université de l'Alberta

Revue de la littérature : Les effets de la COVID-19 sur les enfants au Canada.

Par

Jessica Klaassen

Activité de synthèse soumise à la *Faculty of Graduate Studies and Research* en vue de  
l'obtention du diplôme de Maîtrise en Sciences de l'Éducation

Campus Saint-Jean

Edmonton, Alberta

Automne, 2021

## **Abstract**

In 2020, the COVID-19 pandemic spread rapidly and deeply worldwide, impacting millions of Canadians. Although individuals of all ages have been impacted by this virus, the vulnerability of young children and adolescents makes them more susceptible to the effects of COVID. The context of the pandemic has therefore seriously impacted, and continues to impact, young Canadians. This literature review aims to document the different effects of COVID on children, in order to better understand and better intervene. A total of 49 articles were selected that identified various impacts of COVID on youth in Canada, including mental health, social life, and education to name a few. The identification of these impacts have the ultimate goal to help delegate roles among the community of our youth, in hope to alleviate the long-term consequences of COVID.

**Keywords: Pandemic, COVID, young, children, effects, impacts, Canada**

## **Résumé**

En 2020, la pandémie de la COVID-19 s'est propagée rapidement à l'échelle mondiale, impactant des millions de Canadiens. Bien que des individus de tout âge aient été affectés par ce virus ; les effets de la COVID-19 ont eu davantage de répercussions sur les mineurs. Le contexte de la pandémie a sérieusement affecté négativement, et continue de faire de tel, les jeunes Canadiens. Cette recension systématique des écrits vise à documenter les effets de la COVID sur les enfants afin de mieux les comprendre et ultimement à mieux intervenir auprès de ces derniers. Au total, 49 articles ont été retenus et ont permis de dégager divers effets de la COVID sur les jeunes canadiens en matière de santé mentale, de vie sociale, et d'éducation pour en nommer quelques-uns. L'identification de ses impacts ayant comme but ultime de déléguer des rôles dans les systèmes de soutien des jeunes, dans l'espoir d'apaiser les conséquences de la COVID à long terme.

**Mots-clés: Pandémie, COVID, jeunes, enfants, effets, impacts, Canada**

## Remerciements

Pour débiter, j'aimerais remercier les multiples enseignants qui m'ont guidé afin de devenir l'enseignante que je suis aujourd'hui. J'apprécie plus que jamais la préparation, le temps, l'énergie et l'amour qu'ils ont tous mis dans leurs leçons et leurs relations ; ce qui m'inspire maintenant dans mon propre enseignement.

Premièrement, j'aimerais plus précisément remercier mon ancien professeur et superviseur de projet, Monsieur René Langevin, pour son appui avec la précision de mon thème de recherche ainsi que ses conseils tout au long de la rédaction de cet écrit. Deuxièmement, je tiens à remercier Monsieur Denis Lacroix, bibliothécaire à l'Université de l'Alberta, pour tous ses conseils, son temps et sa patience durant la recherche documentaire de ce projet. Leurs recommandations, discussions, et disponibilités ont eu un impact positif pour cette revue littéraire.

Finalement, j'aimerais remercier mon père, Sylvain Leblanc, et mon mari, Jeff Klaassen. Leurs encouragements et leur fierté est ce qui m'a inspiré à continuer et à réussir tout au long de mon cheminement en tant qu'étudiante et enseignante.

Merci!

## TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION .....	6
1. MÉTHODOLOGIE .....	7
2. RÉSULTATS	
2.1 Les effets sur la santé mentale des enfants .....	9
2.2 Les effets sur le taux d'abus .....	12
2.3 Les effets liés à l'usage de la technologie .....	14
2.4 Les effets sur la vie sociale et émotionnelle .....	15
2.5 Les effets dû à l'isolation, au confinement et à la séparation d'avec les parents.....	17
2.6 Les effets sur la nutrition et la santé physique .....	22
2.7 Les effets sur l'éducation; les résultats scolaires et l'écart académique.....	24
2.8 Les effets sur l'éducation de la petite enfance (M-2) .....	27
2.9 Les effets positifs de COVID-19 .....	28
3. LA DISCUSSION	
3.1 Mieux comprendre, pour mieux intervenir .....	30
3.2 Rôle des parents .....	30
3.3 Rôle des écoles, enseignants, conseillers .....	31
3.4 Rôle sur la population en générale : Comment résoudre la stigmatisation dû au confinement .....	33
3.5 Stratégies et ressources pour les jeunes .....	34
4. CONCLUSION .....	35
RÉFÉRENCES .....	37

## **Introduction**

Le 11 mars 2020, l'Organisation Mondiale pour la Santé (OMS) déclare que l'écllosion de la COVID-19 est désormais une pandémie (Statistiques Canada, 2020). Marquant la première pandémie globale depuis le H1N1 en 2009 (Browne et al., 2021). Cette pandémie débute officiellement au Canada en février 2020. En date du 10 novembre 2021, le nombre de cas totaux de la COVID-19 au Canada était de 1 740 005, avec un taux de décès liés à la COVID-19 de 29 249 (Gouvernement du Canada, 2021). En date du 5 novembre 2021, 359 931 de ces cas étaient des personnes âgées de moins de 19 ans, ce nombre représentant 20.9% des cas totaux de notre pays (Gouvernement du Canada, 2021). Bien que ce nombre ait directement affecté les jeunes canadiens, il est important de prendre en compte ceux qui ont également été affectés de manière indirecte. En effet, la pandémie de COVID-19 a eu des répercussions sociales, mentales, économiques et émotionnelles et plus encore, à l'échelle mondiale. Les jeunes sont particulièrement vulnérables aux perturbations causées par la pandémie, et ils sont nombreux à être laissés pour compte dans les domaines de l'éducation, de l'économie, de la santé et du bien-être pendant une étape cruciale de leur développement (Commission de la santé mentale du Canada, 2020). Les impacts de la COVID-19 pour les jeunes ont été à la fois rapides et profonds, les laissant avec des effets qui leur sont, pour la plupart, inconnus.

Les mots "sans précédent", "historique" et "crise" sont des mots sur-utilisés qui ont épuisé leur utilité tant qu'à décrire la situation de COVID-19. Cependant, ces mots reflètent la vérité pour une grande majorité des jeunes enfants qui ont eu une partie de

leur enfance volée par cette pandémie ; et par une nation qui, tout comme eux, apprennent à vivre avec ses répercussions et tentent de trouver des stratégies pour s'en sortir.

Le nouveau contexte de la pandémie de la COVID-19 vient donc renforcer la pertinence de cette recension des écrits, dont l'objectif est d'identifier les effets de la COVID-19 sur les enfants et les adolescents au Canada. Ceci d'une part afin de mieux comprendre pour mieux intervenir, spécifiquement auprès des enfants et des adolescents, un âge particulièrement vulnérable aux impacts d'une pandémie, et d'une autre part afin de renforcer les rôles de chaque type d'intervenants dans la vie de ces derniers.

## **1. Méthodologie**

La recherche documentaire a été réalisée à l'aide d'une variété de banque de données trouvées en ligne sur la bibliothèque de l'Université de l'Alberta. Les principales banques de données qui se sont montrées pertinentes pour cette recension sont entre autres ERIC (via EBSCOhost), Education Multi-Database Search (ProQuest), Erudit, Repère, Scopus et PsycInfo. Plusieurs mots-clés ont ensuite été utilisés. En français, les mots-clés qui ont été utilisés sont les suivants : "pandémie\* OU COVID\* ET effet\* OU impact\* ou répercussion\* ET enfant\* OU élève\* OU jeune\* ET école\* OU éducation\* OU élémentaire\* OU secondaire\* OU maternelle\* ET Canad\*". En anglais, les mots-clés qui ont été utilisés sont les suivants : "pandemi\* OR covid\* AND impact\* or effect\*

AND kid\* OR student\* AND primary OR elementa\* OR kindergarten OR second\* OR education\* AND Canad\*”). Pour ce qui est de la base de données PsycInfo, le terme “mental health” a été ajouté.

La pertinence des articles a été déterminée à l’aide de critères préalablement établis, cependant flexible, que voici: 1) traiter spécifiquement des effets (positifs et/ou négatif) de la COVID-19 sur les enfants (mineurs) au Canada, 2) avoir été publié entre le début de la pandémie et maintenant; c'est-à-dire février, 2020 et novembre, 2021, 3) être écrit en français ou en anglais.

Trouver des articles avec les mots-clés présentés ci-haut a donc été la première étape pour la recherche documentaire. La lecture du titre se montrant parfois suffisante à savoir si l’article répondait aux critères de sélection ou non, et parfois la lecture du résumé était nécessaire. Dû au fait que la COVID-19 est une pandémie très récente dans le monde de la recherche, le nombre d’articles répondant à tous les critères s’est avéré être plutôt limité. Les termes limitant le nombre d’articles étaient en particuliers “les enfants” (ou élèves ou jeunes) ainsi que “Canad\*”). Il semble y avoir un plus large répertoire d’articles ciblés pour les jeunes adultes, de même que pour les pays de l’Europe et de la Chine. Ceux-ci n’étant pas pertinents pour cette recension des écrits. Ces articles ont donc été préalablement éliminés.

À la base, il y a eu un total de 25 articles retenus qui semblaient pouvoir répondre à tous les critères de sélection.



La deuxième étape a été de lire plus en détails chacun de ces articles et d'en ressortir les informations pertinentes au sujet des effets de la COVID, notamment chez les enfants.

Au terme de cette analyse, après avoir étudié les 25 articles et consulté les références de ces derniers, il y a eu la possibilité d'ajouter plusieurs textes qui représentent des statistiques intéressantes sur la COVID, ainsi que des textes factuels sur les pandémies en général, ou en références avec d'autres pandémies. Le critère de sélection pour 2020-2021 a donc été mis de côté pour les études liées aux pandémies antérieures.

En définitive, 49 articles ont été retenus pour la revue littéraire ci-présente.

## **2. Résultats**

### *2.1 Les effets sur la santé mentale des enfants*

Comme cela a été démontré auparavant avec d'autres pandémies, l'exposition de la COVID-19, étant connue comme potentiellement mortelle pour une partie de la population, et ce, dès son éclosion, peut créer de grandes inquiétudes, du stress et des préoccupations. Ces préoccupations sont en lien avec le fait de pouvoir contracter la maladie et de la transmettre à des proches plus vulnérables (Bai et al., 2004). La présence de ces inquiétudes est d'autant plus vraie chez les jeunes dont les capacités à comprendre et à interpréter cognitivement la situation diffèrent de celles des adolescents et des adultes (Dalton et al., 2020 ; Gieed, 2012). En effet, très vulnérables dans les contextes de crise,

les enfants ne présentent pas les mêmes capacités cognitives et la même maturité que les adultes pour interpréter ce genre d'évènement et se protéger de l'adversité, d'autant plus lorsqu'ils présentent des difficultés d'adaptation préexistantes (Bobo et al., 2020 ; Baudry et al., 2021). En plus de cela, l'exposition aux médias télévisés et de nombreuses autres sources d'informations sur internet transmettent également, plusieurs fois par jour, des communiqués de presse et documentent la situation de pandémie ; véhiculant souvent des images et de l'informations remplies d'émotions négatives (Radio-Canada, 2020). Certaines familles, parents, suivent la situation de très proche, exposant non seulement eux-mêmes mais surtout leurs enfants à des informations et des images émotionnellement chargées, et aux contenus en lien avec la maladie. (Wang et al., 2020). Cette exposition pourrait créer des difficultés d'adaptation et de santé mentale, pouvant mener à un syndrome de stress post-traumatique, et cela, même chez les enfants (Dalton et al., 2020 ; Centers for Disease Control, 2020).

Les jeunes n'ont donc pas besoin d'être directement affectés par la COVID-19 pour en ressentir les effets sur leur santé mentale. La très grande majorité des parents (99.6%) rapportent avoir discuté avec leurs enfants de cette situation, 50.4% d'entre eux ayant accès à des informations quelconques quotidiennement (Baudry et al., 2021). Que ce soit sous forme directe ou indirecte (les enfants qui regardent les médias sociaux VS en écoutant leurs parents parler), l'accès à l'information portant sur la pandémie a affecté la santé mentale de la majorité des enfants. Une recherche faite au Québec montre que la grande majorité des enfants a démontré un ou plusieurs des effets suivants à la pandémie: a) de l'anxiété, b) du retrait, c) de la dépression, c) de la somatisation, d) des

comportements intériorisés, e) des problèmes sociaux, f) des problèmes de la pensée, g) des problèmes d'attention et du non respect des règles ou h) des comportements extériorisés (Baundry et al., 2021).

Les résultats d'une recherche complétée au printemps de 2020 et encore à l'automne de 2020 auprès de plus de 2000 enfants canadiens âgés entre 9 et 16 ans a démontré que 34% des jeunes s'ennuyaient davantage, 27% étaient plus inquiets et 15% était plus tristes, comparativement à la pré-pandémie (Maximum City, 2021). Également, plus de 75% des jeunes se sentaient inquiets à propos de la pandémie, et étaient préoccupés par l'idée de manquer des événements importants dans leur vie.

Au-delà de l'exposition aux médias-sociaux, les mesures prises afin d'aider la diffusion de la COVID telles que la fermeture des écoles, des sports et des activités extra-culturelles, le port du masque, le confinement et l'isolement ont également été des facteurs menant au stress, à l'anxiété et aux sentiments d'impuissance chez les enfants (Singh et al., 2020). Des décennies de recherche ont confirmé l'importance de la fréquentation physique de l'école sur la santé mentale des adolescents (Schwartz et al., 2021). La fermeture des écoles et par conséquent le confinement à domicile des enfants et des adolescents est associé à de l'incertitude et de l'anxiété ; ce qui est attribuable à des perturbations dans leur éducation, leurs activités physiques et leurs opportunités de socialisation (Jio et al., 2020). L'importance de fréquenter l'école en personne est également soulignée par le fait que de nombreux enfants et adolescents reçoivent

également des services de santé mentale pendant qu'ils sont physiquement présents à l'école (Duong et al., 2021).

Suite à un questionnaire rempli par des parents, les résultats révèlent que les enfants se sentent insécures, craintifs, et isolés à l'époque actuelle de la pandémie. De plus, il a également été démontré qu'un grand nombre d'enfants expriment avoir un sommeil perturbé, des cauchemars, une perte d'appétit, de l'agitation, un manque d'attention et une anxiété de séparation (Jiao et al., 2020 ; Singh et al., 2020). En résumé, notre revue de littérature démontre clairement que la pandémie a eu des effets délétères sur la santé mentale des jeunes canadiens.

## *2.2 Les effets sur le taux d'abus*

Nous savons que le confinement est vécu difficilement par la population en général. Ceci dit, beaucoup de foyers sont sources de détresse pour des enfants, c'est-à-dire qu'ils y vivent de l'insécurité. Dans ces conditions, le confinement peut contribuer à augmenter les abus de toutes sortes dans certaines familles (Marques de Miranda et al., 2020). Ces phénomènes sont particulièrement présents chez les enfants provenant de familles pauvres et défavorisées. Avec les restrictions en place ; le confinement, l'isolement et les pertes d'emplois, les enfants défavorisés sont encore plus à risque d'être exploités et de devenir victimes d'abus de violence (Cooper, 2020).

D'une part, de nombreux auteurs étaient préoccupés par le fait que les enfants issus de familles pauvres allaient subir ou être témoins de violences domestiques ou d'abus sexuels. Ils craignaient que les plaintes n'allaient pas se montrer aussi fréquentes qu'anticipées dû au manque d'échappatoire pour les victimes. De plus, la fermeture des écoles aggravait cette inquiétude puisque les écoles sont un espace sécuritaire où les enfants peuvent signaler des problèmes familiaux et où des signes d'abus peuvent être détectés (Marques de Miranda et al., 2020 ; Singh et al., 2020). Cela dit, malgré les inquiétudes initiales de certains auteurs, les recherches démontrent qu'il y a eu une augmentation des plaintes d'abus physiques et psychologiques chez les enfants depuis le début de la pandémie. À cet égard, l'Assault Women's Helpline (AWHL) a répondu à plus de 71 000 appels, comparativement à une moyenne de 40 000 par année. En Colombie-Britannique, les Battered Women's Support Services (BWSS) ont enregistré un total de 32 000 appels, de visites en personne, de rendez-vous virtuel et de rendez-vous de représentation juridique, soit environ le double de l'année précédente (Zoledziowski, 2021).

Au Québec, en avril 2020, une femme sur 10 (9,9 %) et un homme sur 20 (6 %) ont déclaré ressentir beaucoup ou énormément d'inquiétude quant à la possibilité de vivre de la violence familiale pendant la crise. Entre la mi-mars et le début juillet 2020, plusieurs services d'aide aux victimes ont déclaré une hausse du nombre de victimes de violence familiale. Entre mars et juin 2020, une hausse de 12 % des demandes

d'interventions policières associées à des situations de conflits ou à des querelles dans les domiciles privés a été observée (Institut national de santé public Québec, 2020).

Un sondage mené auprès des parents canadiens révèle que près de la moitié des parents étaient préoccupés par le fait d'avoir moins de patience, d'élever la voix plus fréquemment, de réprimander leurs enfants ou de crier après eux (La Presse Canadienne, Montréal, 2020). Ici aussi, nous constatons que notre recension des écrits plaide en faveur des abus chez les enfants en temps de pandémie.

### *2.3 Les effets liés à l'usage de la technologie*

Confinement, isolement et école virtuelle sont des éléments qui ont fait que les jeunes passent davantage de temps devant leur ordinateur pendant la pandémie. Ajoutons à cela un manque de supervision des parents dû à leur propre horaire de travail. L'utilisation accrue de l'internet et des médias sociaux par les enfants les prédispose à utiliser l'internet de façon compulsive, à accéder à des contenus inappropriés pour leur âge et à être plus vulnérables à l'intimidation ou aux abus de toutes sortes (Cooper, 2020 ; UNICEF, 2020). Un autre étude souligne que bien que le temps d'écran puisse être relaxant en période de quarantaine, le manque de surveillance et l'accès à l'internet accroît les actes délinquants en ligne ; comme par exemple, les tentatives de fraude et l'accès à du contenu sexuellement inapproprié (Europol, 2020).

Des mois de confinement à la maison peuvent se démontrer éprouvant pour la santé morale de tous et chacun, mais difficile également pour la vision des enfants. En effet, ces derniers ont passé plus de temps devant des écrans qu'à s'amuser dehors ; une combinaison pernicieuse, selon les experts (Cadieux, 2021). Au Québec, plus de 35% des parents rapportent que leurs enfants jouent moins souvent dehors qu'avant le début de la crise, selon un sondage effectué en mai 2021 par CooperVision Canada et Maru/Blue. De même 44% des parents interrogés rapportent que leurs enfants consacrent davantage de temps à des activités exigeant une vision rapprochée telles que : l'écriture, la lecture, le travail ou le jeu à l'écran (Cadieux, 2021). En pré-pandémie, le chiffre d'enfants souffrant de la myopie, une vision floue des objets lointains, était de 6% pour les 6 à 8 ans, et 30% pour les 11 à 13 ans. Un chiffre qui a augmenté radicalement dû au mode de vie des enfants (Cadieux, 2021).

Enfin, Hamilton et al., (2020) parle également du fait que l'exposition aux fausses nouvelles en ligne et la désinformation à propos de la COVID-19, pour certains jeunes qui n'ont pas la capacité d'évaluer l'exactitude de l'information, peut perturber leur sommeil et accroître leur anxiété (Marques de Miranda et al., 2020). Il semble donc selon nos recherches que l'usage accru de certaines formes de technologie ont une influence négative chez les enfants en temps de pandémie.

## 2.4 Les effets sur la vie sociale et émotionnelle

Du point de vue d'une organisation mondiale, l'UNICEF :

“Les 18 mois qui viennent de s'écouler ont été très longs pour nous tous, mais surtout pour les enfants. En raison des confinements nationaux et des restrictions de déplacements liées à la pandémie, les enfants ont perdu un temps précieux, en passant des années loin de leur famille, de leurs amis et des salles de classes, sans pouvoir se consacrer à des activités extrascolaires.” a déclaré la Directrice générale de l'UNICEF, Henrietta Fore (UNICEF, 2021, p.4).

Du point de vue des jeunes :

Une recherche faite auprès de 2,425 élèves âgés entre 12 et 17 ans et habitant dans 4 régions métropolitaines de l'Alberta a demandé la question suivante : *'au cours du dernier mois, à quelle fréquence avez-vous socialisé en personne avec quelqu'un de l'extérieur de votre foyer immédiat ou de votre bulle sociale?'*. Sur une échelle de 1 à 5 ou 1 est *pas du tout* et 5 est *énormément*, 63.9% d'entre eux ont répondu 1, 2 ou 3 (1=7.1%, 2=27.1%, 3=29.7%) (Schwartz et al., 2021).

Du point de vue des parents :

Plus de 66% des 32, 000 parents qui ont répondu à un sondage sont préoccupés par le manque d'engagements sociaux de leurs enfants pendant la pandémie et le confinement. 71% des parents étaient très ou extrêmement inquiets pour leurs enfants en ce qui concerne les occasions de socialiser avec des amis. Par ailleurs, plus de la moitié



des parents (54%) étaient préoccupés par la solitude ou l'isolement social de leurs jeunes (La presse Canadienne, 2020).

Depuis le début de la pandémie, même pour ceux qui suivent des cours d'apprentissage à l'école et non virtuellement, ont des mesures de distance social à suivre dans les classes, pendant les récréations et les pauses, ce qui a réduit sensiblement le temps pendant lequel les élèves peuvent interagir avec leurs pairs (et leurs enseignants). (Vaillancourt et al., 2021). En somme, la pandémie a un impact négatif sur la vie sociale et émotionnelle des petits canadiens.

### *2.5 Les effets dû à l'isolement, au confinement et à la séparation d'avec les parents*

Selon Brooks et al. (2020) *le confinement* se définit comme étant la séparation et la restriction des déplacements des personnes qui ont potentiellement été exposées à une maladie contagieuse. Ces restrictions sont mises en place en attendant de déterminer si ces personnes sont infectées ou non. Le confinement réduisant ainsi les contacts, et conséquemment le risque d'infecter d'autres individus. Cette définition diffère de celle de *l'isolement*. Cette dernière se définit comme étant la séparation des personnes qui ont reçu un diagnostic positif de maladie contagieuse, de celles qui ne sont pas malades. Cela dit, les deux termes sont souvent utilisés de façon interchangeable, surtout dans la communication avec le public.

L'étude de Brooks et al. (2020) parle également du stress relié au confinement. Il semblerait que le confinement apporte des effets néfastes non seulement durant la période de confinement, mais également après que celle-ci ait terminé.

Toujours selon les auteurs nommés ci-haut, les aspects affectant les effets durant la période de confinement seraient surtout reliés avec la durée du confinement, la peur d'être infecté, la frustration et l'ennui prolongé, ainsi que les informations et les approvisionnements inadéquats. Il est important de noter que ces effets sont ceux visés par la population en général et non seulement par les enfants uniquement. Évidemment, les jeunes étant néanmoins impliqués, rendant tout de même cette étude pertinente. Il est important de noter que cette étude a été retenue par manque d'informations récentes sur le sujet impliquant uniquement les jeunes enfants. Voici donc des détails de chacun de ces effets :

#### La durée du confinement

Trois études ont montré que des périodes de quarantaine plus longues étaient associées à une mauvaise santé mentale, en particulier des symptômes de stress post-traumatique (Hawryluck et al., 2004 ; Reynolds et al., 2008), des comportements d'évitement et de la colère. Bien que la durée du confinement n'ait pas toujours été claire, l'étude de Hawryluck et al. (2004) a montré que les personnes mises en confinement pendant plus de 10 jours présentaient des symptômes de stress post-traumatique beaucoup plus élevés que celles mises en quarantaine pendant moins de 10 jours.

### La peur d'être infecté

Les participants de huit études (Brooks et al., 2020) ayant eu du temps en confinement ont déclaré craindre pour leur propre santé ou de craindre d'infecter des membres de leur famille ; et ce, comparativement à d'autres personnes qui n'avaient pas eu de temps en confinement (Bai et al., 2004). Ces individus devenaient particulièrement inquiets s'ils développaient des symptômes potentiellement liés à l'infection en question, même si ceux-ci apparaissent plusieurs mois après le confinement (Desclaux et al., 2017). Ceci démontrant une certaine séquelle psychologique en lien avec le confinement (Jeong et al., 2016).

### Frustration et ennui prolongé

L'isolement, la perte de la routine habituelle et la réduction des contacts sociaux et physiques avec les autres causaient souvent de l'ennui, de la frustration et un sentiment d'isolement par rapport au reste du monde. Ceci étant très pénible pour les participants (Brooks et al., 2020).

### Informations et approvisionnements inadéquats

Le fait d'être incapable d'obtenir des soins médicaux réguliers et des ordonnances semblait être un problème pour certains participants (Blendon et al., 2004). De nombreux participants ont également mentionné que la mauvaise information des autorités de la santé publique était un facteur de stress. Ceci signalant le manque de lignes directrices claires sur les mesures à prendre et la confusion quant à l'objectif du confinement

(Brooks et al., 2020). La difficulté à respecter les protocoles de confinement était un prédicteur important des symptômes de stress post-traumatique dans une étude (Reynolds et al., 2008).

En ce qui concerne les effets sur la population en général après que le confinement soit terminé, ceux-ci semblent être majoritairement liés avec une stigmatisation négative envers les personnes ayant été infectées.

Le phénomène de la stigmatisation se décrit comme étant quelqu'un ou quelque chose qui est mal perçu par les autres. Ces dénigrement persistent souvent pendant un certain temps après que le confinement soit terminé. Le fait d'avoir été infecté peut être considéré par certains comme négatif, dégradant, et conséquemment entraîner la mise à l'écart de cette personne.

Les participants en confinement étaient donc beaucoup plus susceptibles de signaler des cas de stigmatisation et de rejet. Les participants à plusieurs études ont indiqué que d'autres individus les traitaient différemment : les évitaient, les retiraient des invitations sociales, les traitaient avec crainte et suspicion et formulaient des commentaires critiques envers eux (Brooks et al., 2020).

#### Les effets dû à la séparation d'avec les parents

Selon l'étude de Singh et al. (2020), l'infection par la COVID-19 est exprimée différemment chez les enfants et les adolescents. Dans bien des cas de confinement ou

d'isolement, un parent seul ou les deux parents infectés doivent être confinés. Dans les deux cas, les enfants sont séparés de leurs parents. La même situation se produit pour les enfants dont les parents travaillent dans le secteur médical. De nombreux pays ont établi des politiques de quarantaine strictes pour lutter contre la pandémie de COVID-19, le Canada a fait de même. Bien que les mesures de confinement et d'isolement profitent à l'ensemble de la collectivité, leurs effets psychologiques ne peuvent pas être ignorés (Liu et al., 2020). Les enfants qui sont isolés de leurs parents nécessitent une attention particulière, car ils risquent de développer des problèmes de santé mentale en raison du deuil causé par la séparation d'avec leurs parents. Comme pendant les années de formation à la vie, le rôle des parents est très crucial, toute perturbation sous forme d'isolement des parents peut avoir des effets à long terme sur la qualité d'attachement que ceux-ci ont avec leurs enfants. On a constaté que la séparation des mineurs avec leurs principaux fournisseurs de soins peut rendre un enfant plus vulnérable et constituer une menace pour la santé mentale de celui-ci (Cooper, 2020 ; Jiao et al., 2020 ; Liu et al., 2020). Les enfants peuvent développer des sentiments de tristesse, d'anxiété, de peur de la mort, de peur de la mort des parents et de peur d'être isolés à l'hôpital, ce qui peut avoir un effet très néfaste sur leur développement psychologique (Singh et al., 2020). Les enfants ont des sentiments de détresse émotionnellement refoulés qui peuvent se transformer en peur émotionnelle ou en comportements déplorables (Liu et al., 2020). Ils peuvent se sentir séparés ou seuls, car ils ont des connaissances et un niveau de maturité limité pour comprendre les répercussions de la situation pandémique actuelle dans leur monde d'enfant. Finalement, cette revue de littérature met en lumière les effets négatifs

dont les enfants peuvent être confrontés lorsque mis en confinement, en isolation et à la séparation de leurs parents.

## *2.6 Les effets sur la nutrition et la santé physique*

L'étude de Marques de Miranda et al. (2020) sur les impacts de la COVID-19 sur les enfants et adolescents suggère que certains groupes peuvent être plus vulnérables que d'autres aux effets des pandémies sur leur santé en général. Parce qu'ils sont dans une période critique de développement, les enfants et les adolescents méritent des soins spéciaux pour préserver et promouvoir leur santé, notamment leur alimentation et leur santé physique. L'histoire de cette pandémie a connu des changements sans précédent dans l'histoire récente du monde. Parmi eux, la modification drastique des routines des enfants. Les décideurs dans les milieux scolaires ont supprimé les classes à l'apprentissage et déplacé toutes les activités des enfants à la maison. Les cours ont été régulièrement offerts par des méthodes d'enseignement à distance ou même par des stations de télévision (Wang et al., 2020). Cette situation a réduit considérablement les moments d'exercice physique pour les enfants. Causant l'exercice physique d'être réduit ou souvent supprimé.

De plus, toujours selon l'étude de Marques de Miranda et al., (2020), la fermeture des écoles influence le comportement des enfants et des adolescents de diverses façons. Plusieurs articles ont soulevé des préoccupations au sujet de la nutrition et de

l'alimentation ainsi que de l'activité physique chez les enfants et les adolescents. Plusieurs de ces articles soutiennent que les écoles sont l'une des sources principales pour une bonne alimentation et discutent de la négligence des besoins nutritionnels des enfants lorsque ces derniers ne fréquentent pas l'école. Par ailleurs, de nombreux articles mettent en valeur l'importance de l'activité physique et du maintien de la santé physique pendant le confinement. Il est admis aujourd'hui que l'exercice physique pratiqué de façon régulière diminue les risques de dépression et d'anxiété (Chen et al., 2020). À propos, les parents considèrent qu'il s'agit de la deuxième mesure la plus efficace pour atténuer le fardeau psychologique négatif des enfants (3 à 18 ans) pendant le confinement et l'isolement. Pourtant, l'exercice physique était la technique la moins utilisée chez les enfants pour atténuer les problèmes de dépression et d'anxiété pendant le confinement (Jiao, 2020). Notamment, une réduction de l'exercice physique chez les jeunes a été signalée (Marques de Miranda et al., 2020). Sarmishta (2021) discute également de la corrélation entre la fermeture des écoles et la fin des sports, des clubs parascolaires, et du temps pour simplement bouger et jouer pendant les récréations. En résumé, toutes ces recherches montrent à quel point une mauvaise nutrition et un manque d'exercice physique peut être néfaste, et ce, surtout durant une pandémie.

## *2.7 Les effets sur l'éducation ; les résultats scolaires et l'écart académique*

La pandémie a causé des perturbations éducatives et sociales sans précédent. 5,7 millions étant le nombre d'enfants provenant d'écoles primaires et secondaires qui ont été impactés par la fermeture de celles-ci, au Canada seulement (Statistics Canada, 2021).

Bien que les fermetures d'écoles aient causé des perturbations majeures, même lorsque les écoles sont restées ouvertes, l'expérience de l'école en tant que pandémie a été fondamentalement perturbée. Pour contenir la propagation de la COVID-19, des changements ont été apportés dans la façon dont les programmes d'études sont offerts au Canada. Ces changements ont été en grande majorité basés sur les recommandations des différents conseils scolaires. Dans certaines provinces et certains territoires, on a offert aux parents d'élèves du primaire de choisir entre le présentiel ou le virtuel, alors que les élèves de l'école secondaire ont pu choisir un modèle d'apprentissage mixte qui comprend les cohortes de classe fréquentant l'école une partie du temps en personne et l'autre partie virtuellement. L'apprentissage en ligne à temps plein est également offert aux étudiants plus âgés dans certaines régions du pays. Dans d'autres cas, la présence en personne est prévue, à quelques exceptions près (p. ex., risque élevé ou cohabitation avec des personnes à risque élevé) (Vaillancourt, 2021). Certains conseils scolaires ont dû fermer leurs portes pour une durée pouvant aller jusqu'à 31 semaines. De nombreux experts, y compris des enfants, croient que l'apprentissage en ligne seul n'est pas aussi efficace ou engageant qu'en personne (Sarmishta, 2021). Également, certains parents se sont dits préoccupés par le fait que la qualité de l'enseignement avait diminué en raison



de la transition vers l'enseignement et l'apprentissage à distance. Cette diminution de la qualité s'est manifestée notamment par le manque de possibilités d'enseignement différencié. Les parents ont également exprimé des préoccupations quant à leurs propres capacités à soutenir les apprentissages de leurs enfants, étant donné qu'ils n'ont pas la formation professionnelle nécessaire (Timmons et al., 2021).

Une étude a documenté les expériences vécues par les enseignant(e)s du Québec pendant les 16 premiers mois de la pandémie (Tardif et al., 2021). Cette étude révèle que 58% des enseignants estiment qu'il est difficile de faire participer les élèves en ligne. Toujours selon cette étude, 53% des participants estiment qu'il était difficile pour les élèves de s'approprier des outils numériques ; rendant difficile non seulement l'enseignement, mais l'apprentissage proprement dit. Une autre étude (Timmons et al., 2021), fait ressortir des préoccupations en matière d'équité liées à l'accès à la technologie. Plus précisément, dans certaines familles où la technologie doit être partagée entre plusieurs enfants n'est pas toujours en mesure de le faire. Toujours selon l'étude de Tardif et al. (2021), 81% des enseignants estiment que les élèves connaissent des retards dans leurs apprentissages ; et 63% de ces enseignants estiment que les parents ne s'impliquent pas davantage dans les apprentissages de leurs enfants malgré la situation inusitée que représente la pandémie.

#### Les écarts académiques

Les premières recherches indiquent que le littérisme et la numératie sont deux domaines clés où certains jeunes enfants éprouvent des difficultés en raison de la

pandémie. La recherche indique également que l'intervention précoce auprès des lecteurs en difficulté peut aider les élèves à rattraper leur niveau scolaire. Sans intervention précoce, ces élèves pourraient continuer à avoir du mal à lire tout au long de leur vie scolaire (ASCS, 2021).

Ceci explique pourquoi le gouvernement de l'Alberta a fourni jusqu'à 45 millions de dollars en nouveau financement pour lancer des mesures de soutien ciblées pour les élèves qui ont besoin d'aide supplémentaire en littérisme et en numératie, après deux années scolaires d'apprentissage touchées par la pandémie (ASCS, 2021). La même initiative gouvernementale a été déployée en Ontario qui a quant à elle récemment annoncé un financement de 20 millions de dollars pour le rétablissement de l'apprentissage. Ce qui fait partie d'un ensemble de 2 milliards de dollars de financement lié à la pandémie qu'ils ont promis pour la prochaine année scolaire (Sarmishta, 2021).

Une autre étude (CTF, 2021) avance que la majorité des enseignants croient que la préparation des élèves s'est détériorée pendant la pandémie de COVID-19:

- 83 % des répondants ont signalé une détérioration de *la préparation globale des élèves à apprendre* pendant la pandémie de COVID-19, dont 38 % ont indiqué qu'elle s'était « considérablement détériorée ».
- 80 % des répondants ont signalé une détérioration de *la capacité des élèves à se concentrer sur les tâches éducatives* pendant la pandémie de COVID-19, dont 38 % ont indiqué qu'elle s'était « considérablement détériorée ».

- 76 % des répondants ont déclaré qu'il y avait eu *une détérioration du nombre d'étudiants qui se présentaient en ligne chaque jour* pendant la pandémie de COVID-19, dont 41 % qui ont indiqué qu'elle s'était « considérablement aggravée ».
- 49 % des répondants ont signalé *une détérioration de l'environnement en ligne des étudiants fatigués* pendant la pandémie de COVID-19, y compris 19 % qui ont indiqué « une détérioration importante ».

Bref, tous ces résultats de recherche mettent en lumière les impacts négatifs et significatifs sur les résultats scolaires des enfants, ainsi que les écarts d'apprentissage ; d'une part d'une école à une autre, et d'autre part d'un élève à un autre dans une même école.

### *2.8 Les effets sur l'éducation de la petite enfance (M-2)*

En raison de la nature complexe et multidimensionnelle de l'enseignement de la petite enfance, le passage à l'enseignement et à l'apprentissage à distance s'est révélé très difficile pour les enseignants, les parents et les élèves de cette tranche d'âge (Timmons et al., 2020 ; Yamamura et Tsustsui, 2021). La pédagogie pour la petite enfance de l'Ontario définit quatre conditions nécessaires à l'apprentissage des très jeunes enfants : (1) l'appartenance, qui consiste à établir des liens avec les autres et à établir des relations, (2) le bien-être, qui met l'accent sur la santé physique et mentale des élèves, (3)

l'engagement, qui consiste à créer des occasions pour les élèves d'explorer avec leur curiosité naturelle, et (4) l'expression, qui vise à offrir aux élèves des occasions de communiquer sous diverses formes. Au cours de la dernière décennie, les enseignants ont veillé à ce que leurs pratiques tiennent compte de ces quatre conditions d'apprentissage énoncés ci-haut. Le passage à l'enseignement et à l'apprentissage à distance a entraîné une refonte complète de la prestation des programmes de la petite enfance, où les enseignants devaient examiner comment ils répondraient aux quatre conditions d'apprentissage dans un contexte virtuel (Timmons et al., 2021).

Pour ces raisons, les effets négatifs de la COVID-19 sur l'éducation de la petite enfance se sont montrés être autant, sinon plus difficiles que les effets que les autres divisions scolaires continuent de surmonter pendant cette période pandémique.

### *2.9 Les effets positifs de COVID-19*

Il serait faux de penser que la COVID-19 n'a eu que des effets négatifs chez les enfants et les milieux scolaires. En effet, quelques études rapportent que, bien que modeste, il y a eu également des effets positifs à cette pandémie. Les résultats de deux études transversales (Vaillancourt et al., 2021) menées au printemps 2020 et à l'automne 2020 sur plus de 2000 enfants et jeunes canadiens âgés de 9 à 16 ans ont révélé que plus du quart des jeunes sondés (26 %) estiment que la pandémie a eu des effets positifs sur leur vie, y compris plus de temps à passer avec leur famille et plus de temps à poursuivre

leurs intérêts. Dans une autre étude canadienne sur les enfants et les jeunes (âgés de 6 à 18 ans pour les déclarations des parents et de 10 à 18 ans pour les déclarations des répondants), Cost et al. (2021) ont constaté que, bien que 67 à 70 % des enfants et des jeunes « aient connu une détérioration dans au moins un domaine de la santé mentale », la santé mentale de certains s'est améliorée pendant la COVID-19. On parle ici d'une amélioration qui varie entre 19 % et 31 % selon ces études.

Sarmishta (2021) parle également de ce côté positif dans son étude. Elle mentionne que la pandémie a eu des retombées positives inattendues. Les enfants ont appris la résilience et, dans bien des cas, l'autonomie. La suspension des activités parascolaires a amené les enfants à jouer davantage et à réduire le stress que génère trop d'activités parascolaires. Le passage à l'apprentissage à distance permit aux enfants de débiter l'école plus tard le matin ce qui augmenta les heures de sommeil tant chez les enfants que les adolescents. Un tel changement a eu pour effet d'améliorer la performance scolaire et la santé de certains élèves qui souffraient de manque de sommeil. Cette pandémie a également permis à beaucoup d'enfants de passer plus de temps avec leur famille. On a pu également observer une augmentation en ce qui a trait à l'acquisition de la langue familiale. Ce phénomène a été particulièrement observé chez les enfants migrants.

### **3. Discussion**

#### *3.1 Mieux comprendre, pour mieux intervenir*

Il est primordial de s'éduquer et de bien comprendre les différents effets de la COVID-19 qui ont impacté les enfants du Canada. Ces derniers côtoient au quotidien une grande variété d'individus. Ces individus se présentent comme des parents, des éducateurs, des conseillers scolaires, des gens du quartier, etc. Bien comprendre les effets que la COVID-19 a eu sur nos enfants va aider afin de mieux savoir comment intervenir, et par conséquent les aider à s'épanouir davantage en grandissant. Certains effets sont plus évidents que d'autres, d'où l'importance de les mettre en lumière, de s'en apprivoiser, et de déléguer des rôles pour chaque type d'individu. Tout ceci dans l'espoir d'apaiser les conséquences de la COVID à long terme pour ces enfants.

#### *3.2 Rôle des parents*

Afin de protéger la vision ainsi que la santé mentale des enfants, Cadieux (2021) a mentionné; il n'est pas trop tard pour reprendre de bonnes habitudes et protéger la vue des enfants. Première chose à faire, selon les experts : retourner jouer à l'extérieur ! "Le corps humain n'est pas conçu pour que nous utilisions notre vision uniquement à l'intérieur. Nous encourageons les gens à passer du temps dehors" (Chamberlain et al., 2019). Les experts recommandent aussi de limiter l'utilisation d'écrans –téléphones

intelligents et tablettes – à une heure par jour pour les enfants de 2 à 5 ans, et à deux heures par jour pour les enfants de 5 à 18 ans (Cadieux, 2021).

Singh et al., (2021) ont fait une étude et offrent une liste de recommandations pour chaque système de support dans la vie des enfants. Voici un résumé de leurs recommandations pour les parents:

- Avoir une éducation parentale saine, participer à des activités de jeu interactives, pratiquer une bonne hygiène mentale, maintenir une routine uniforme et cohérente, promouvoir des comportements en matière de santé, pratiquer la communication saine, être des modèles positifs, pratiquer et modeler l'adaptation, participer à la gestion des problèmes de comportement. Si l'enfant doit être séparé en raison de confinement et d'isolement ; garder le contact autant que possible, être solidaire et rassurant.

### *3.3 Rôle des écoles, enseignants, conseillers*

Les écoles sont un partenaire essentiel dans la stratégie nationale sur la santé mentale des enfants et des jeunes parce qu'elles font déjà du travail à ce niveau. Les écoles sont souvent le premier point de contact pour les élèves ayant des problèmes de santé mentale et le milieu le plus commun pour les prestations de services de santé mentale au Canada (Georgiades et al., 2019 ; Vaillancourt et al., 2021).

Ceci dit, La Commission de la Santé Mentale du Canada (2020) souligne comment les élèves qui suivent des cours en présentiel interagissent encore avec leurs enseignants et camarades de classe, et cela peut contribuer à réduire les sentiments d'isolement et de solitude. Cependant, ceux qui suivent des cours virtuels sont mis dans une situation difficile dans laquelle l'interaction avec leurs camarades de classe est plus limitée. Cette situation pourrait mener à des problèmes de santé mentale si d'autres soutiens n'étaient pas apportés à ces élèves. Ainsi, afin de veiller à ce que personne ne soit laissé pour compte, les écoles doivent utiliser des méthodes créatives pour motiver les élèves en présentiel et à distance pour ceux qui suivent des cours en ligne.

Les écoles ont la responsabilité, plus que jamais, de mettre en place différentes stratégies pour encourager des espaces virtuels sûrs et amusants pour tous les étudiants.

La Commission de la Santé Mentale du Canada (2020) souligne également qu'il est possible de faire plus en utilisant des ressources communautaires pour mieux cibler les besoins de santé mentale des différents jeunes. Ils ont souligné quelques exemples comme les centres communautaires d'Hamilton qui ont fait don de bicyclettes aux jeunes de foyers à faibles revenus afin qu'ils puissent être physiquement actifs tout en adhérant aux consignes de sécurité de santé publique. D'autres endroits, comme les bibliothèques, les centres communautaires, les centres jeunesse, les églises, les collèges communautaires et les installations de loisirs, pourraient agrandir la couverture Wi-Fi (par exemple). Il est nécessaire pour tous et chacun de prendre des initiatives.



Singh et al., (2021) ont également fait une étude et offrent une liste de recommandations pour chaque système de support dans la vie des enfants. Voici un résumé pour leurs recommandations envers les enseignants, les écoles et les conseillers scolaires :

- Sensibiliser à la COVID-19, promouvoir une bonne santé mentale, coordonner avec les parents, se référer auprès des professionnels de la santé mentale, avoir des formations pratiques.

#### *3.4 Rôle sur la population en générale : Comment résoudre la stigmatisation dû au confinement*

L'éducation générale sur la maladie et la justification du confinement et l'information sur la santé publique fournie au grand public peuvent être bénéfiques pour réduire la stigmatisation, tandis que des informations plus détaillées destinées aux écoles et aux lieux de travail pourraient également être utiles. Il se pourrait aussi que les reportages des médias contribuent à stigmatiser les attitudes du grand public ; les médias exercent une influence puissante sur les attitudes du public et il a été démontré que les manchettes dramatiques et les propos alarmistes contribuent à stigmatiser les attitudes dans le passé. (p. ex., pendant l'épidémie de SRAS) (Person et al., 2004). Cette étude souligne la nécessité pour les responsables de la santé publique de fournir des messages

rapides et clairs à l'ensemble de la population touchée afin de favoriser une compréhension précise de la situation (Brooks et al., 2020).

### *3.5 Stratégies et ressources pour les jeunes*

Selon les résultats d'un sondage fait par La Commission de la Santé Mentale du Canada (2020), les jeunes semblent utiliser différentes ressources pour se tenir informés sur la COVID-19, notamment les actualités sur le virus en lui-même, mais aussi sur les mesures de sécurité pour se protéger. Ils cherchent de l'aide principalement par le biais de ressources en ligne (53 %), de leur famille (25 %), de leurs amis (4 %) et de leur école (3 %). Les jeunes se tournent aussi vers différents « autres » moyens (15 %) pour se tenir informés.

Globalement, les sondés ont indiqué savoir où trouver de l'aide au besoin (80 %), notamment des ressources pour leurs craintes en matière de santé mentale, alors qu'ils étaient 17 % à rapporter ne pas savoir vers qui se tourner pour obtenir de l'aide et 4 % n'étaient pas certains ou avaient laissé la réponse en blanc.

Malheureusement, bien que la plupart des jeunes se sentent confiants au moment de savoir quand ils ont besoin d'aide, ils ont été nombreux à se rapporter mal à l'aise au moment d'accéder à des ressources de soutien. Certains d'entre eux croyant qu'ils ne méritent pas de ces formes d'aide.

Ceci démontre l'importance pour les systèmes de support tel que les parents et les enseignants/écoles/conseillers scolaires de donner des stratégies aux enfants qui disent ne pas avoir besoin d'aide durant cette pandémie. Voici une liste de stratégies recommandées par La Commission de la Santé Mentale du Canada (2020): yoga, méditation, exercice, marcher à l'extérieur, demeurer connecté avec leur famille et leurs amis, jouer de la musique et des instruments, écouter de la musique et la télévision, jouer à des jeux vidéo, écrire, avoir un journal intime, lire et dessiner.

#### **4. Conclusion**

Bien que le taux d'infection de la COVID-19 chez les jeunes enfants et les adolescents soit faible, le stress auquel ils font face pendant la pandémie les rend très vulnérables. Malgré le nombre assez limité d'études à ce sujet en raison de la récente présence du virus, un bon nombre d'études ont tout de même déjà été menées afin d'analyser les répercussions de la COVID-19 et de l'isolement sur les enfants et les jeunes. Cette recension des écrits avait comme intention d'identifier les effets de la COVID-19 sur les jeunes, avec un but ultime de déléguer des rôles.

À la lumière de ces impacts, certaines pistes d'actions peuvent guider les différents systèmes de soutien des jeunes tels que le milieu scolaire, les parents, les écoles, les conseillers, les communautés, de même que les gouvernements dans la mise en place ou le renforcement de mesures de prévention. Il est important de prendre connaissance de

ces pistes et de les appliquer au quotidien le plus tôt possible si l'on désire réduire les conséquences de la COVID à long terme.

## Références

- Alberta School Councils' Association. (2021). Investing in students to close the gap on pandemic learning loss.
- Bai, Y., Lin, C.C., Lin, C.Y., Chen, J.Y., Chue, C.M. et Chou, P. (2004). Survey of Stress reactions among health care workers involved with the SARS outbreak. *Psychiatric services*, 55(9), 1055-1057. DOI: 10.1176/appi.ps.55.9.1055
- Baudry, C., Pearson, J., Massé, L., Ouellet, G., Bégin, J.-Y., Couture, C., . . . Burton, K. (2021). Adaptation psychosociale et santé mentale des jeunes vivant en contexte de pandémie lié à la COVID-19 au Québec, Canada. Données descriptives et préliminaires [Psychosocial adaptation and mental health of young people living in the context of a COVID-19 pandemic in Quebec, Canada. Descriptive and preliminary data. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 62(1), 80-91. <http://dx.doi.org/10.1037/cap0000271>
- Blendon RJ, Benson JM, DesRoches CM, Raleigh E, Taylor-Clark K. The public's response to severe acute respiratory syndrome in Toronto and the United States. *Clin Infect Dis*. 2004;38:925–931.DOI: 10.1086/382355
- Bobo, E., Lin, L., Acquaviva, E., Caci, H., Frane, N., Gamon, L., Picot, M-C., Pupier, M., Speranza, M., Falissard, B. et Purper-Ouakil, D. (2020). Comment les enfants et adolescents avec le trouble de déficit de l'attention/d'hyperactivité (TDAH) vivent-ils le confinement durant la pandémie COVID-19? *L'encéphale*, 46(3), S85-S92. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.05.011>
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., et Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Browne, D. T., Wade, M., May, S. S., Maguire, N., Wise, D., Estey, K., & Frampton, P. (2021). Children's mental health problems during the initial emergence of COVID-19. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 62(1), 65-72. <http://dx.doi.org/10.1037/cap0000273>
- Cadieux, C. (2021). La myopie chez les enfants: un dommage collatéral de la pandémie. St.Joseph Communications.
- Canadian Teachers' Federation. (2021). Canadian Teachers Responding to Coronavirus (COVID-19) - Pandemic Research Study. National Summary Report. Overview.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2020). Helping children cope with emergencies. <https://www.cdc.gov/childrenindisasters/helping-children-cope.html>

- Chamberlain P, et al. (2019). A 3-year randomized clinical trial of MiSight lenses for myopia control. *Optom Vis Sci.* 96(8):556-567.
- Chen, F., Zheng, D., Liu, J., Gong, Y., Guan, Z., et Lou, D. (2020). Depression and Anxiety Among Adolescents during COVID-19: A Cross-Sectional Study, *Brain, Behavior, and Immunity.* <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.061>
- Commission de la santé mentale du Canada. (2020). *LA VIE EN CONFINEMENT : les répercussions de la COVID-19 sur la santé mentale des jeunes au Canada.* Santé Canada, ISBN: 978-1-77318-196-7
- Cooper, K. (2020). Don't let children be the hidden victims of COVID-19 pandemic. <https://www.unicef.org/press-releases/dont-let-children-be-hidden-victims-covid-19-pandemic>
- Cost, K.T., Crosbie, J., Anagnostou, E., Birken, C.S., Charach, A., Monga, S., et al. (2021). Mostly worse, occasionally better: Impact of COVID-19 pandemic on the mental health of Canadian children and adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1–14. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01744-3>
- Dalton, L., Rapa, A. et Stein, A. (2020). Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *Child & Adolescent health*, 4(5), 346-347. OI:[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30097-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)
- Desclaux A, Badji D, Ndione AG, Sow K. Accepted monitoring or endured quarantine? Ebola contacts' perceptions in Senegal. *Soc Sci Med.* 2017;178:38–45. DOI: 10.1016/j.socscimed.2017.02.009
- Duong, M.T., Bruns, E.M., Lee, K., Cox, S., Coifman, J., Mayworm, A. et Lyon, A.R. (2021). Rates of mental health service utilization by children and adolescents in schools and other common service settings: A systematic review and meta-analysis. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 48, 420-439. DOI: 10.1007/s10488-020-01080-9
- Europol. (2020). *Catching the Virus Cybercrime, Disinformation and the COVID-19 Pandemic.* (Google Scholar)
- Georgiades K, Duncan L, Wang L, Comeau J, and Boyle M. (2019). Six-month prevalence of mental disorders and service contacts among children and youth in Ontario: Evidence from the 2014 Ontario child health study. *Canadian Journal of Psychiatry*, 64(4): 246–255.
- Giedd, J.N. (2012). The digital revolution and adolescent brain evolution. *Journal of adolescent health*, 51(2), 101-105. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.06.002>
- Gouvernement du Canada. (2021). *Mise à jour quotidienne sur l'épidémiologie de la COVID-19.*

<https://sante-infobase.canada.ca/covid-19/resume-epidemiologique-cas-covid-19.html?stat=num&measure=total&map=pt#a2>

- Government of Alberta. (2021). Staying safe and Healthy this school year. Alberta.ca
- Hamilton J.L., Nesi, J. et Choukas-Bradley, S. (2020). Teens and Social Media during the COVID-19 Pandemic: Staying Socially Connected while Physically Distant. DOI 10.31234/osf.io/5stx4
- Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis.* 2004;10:1206–1212. DOI: 10.3201/eid1007.030703
- Institut national de santé publique du Québec. (2020) Violence conjugale dans un contexte de pandémie. <https://www.inspq.qc.ca/violence-conjugale/comprendre/contexte-pandemie>
- Jeong H, Yim HW, Song Y-J. Mental health status of people isolated due to Middle East respiratory syndrome. *Epidemiol Health.* 2016;38:e2016048. DOI: 10.4178/epih.e2016048
- Jiao, W.Y., Wang, L.N., Jiu, J., Fang, S.F., Jiao, F.Y., Pettoelle-Mantovani, M. et Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 pandemic. *The Journal of Pediatrics*, 221, 264-266. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- La Presse Canadienne ; Montréal. (2020). Les parents sont inquiets de la vie sociale de leurs enfants pendant la pandémie. Canadian Press Enterprises Inc.
- Liu, J.J., Y. Bao, X. Huang, J. Shi, L. Lu (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *Lancet. Child Adolesc. Health*, 4 (5) (2020), pp. 347-349, DOI:[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30096-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30096-1)
- Marques de Miranda, D., da Silva Athanasio, B., Sena Oliveira, AC, et Simoes-E-Silva, AC. (2020). How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 51:101845. doi: 10.1016/j.ijdr.2020.101845
- Maximum City. 2021. COVID-19 Child and Youth Study. (online): Available from [maximumcity.ca/wellbeing](http://maximumcity.ca/wellbeing)
- Person B, Sy F, Holton K. Fear and stigma: the epidemic within the SARS outbreak. *Emerg Infect Dis.* 2004;10:358–363. DOI: 10.3201/eid1002.030750
- Radio-Canada. (2020). COVID-19: Tout sur la pandémie. <https://ici.radio-canada.ca/coronavirus-covid-19>

- Reynolds DL, Garay JR, Deamond SL, Moran MK, Gold W, Styra R. Understanding, compliance and psychological impact of the SARS quarantine experience. *Epidemiol Infect.* 2008;136:997–1007. DOI: 10.1017/S0950268807009156
- Schwartz, K., Exner-Cortens, D., McMorris, C., Makarenko, E., Arnold, P., Van Bavel, M., Williams, S. et Canfield, R. (2021). COVID-19 and Student Well-Being: Stress and Mental Health during Return-to-School. *Canadian Journal of School Psychology.* 36(2), 166-185. <https://doi.org/10.1177/08295735211001653>
- Sharmishta, S. (2021). *The Lost Year.* Maclean's ; Toronto.
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G. et Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review of recomandations. *ELSEVIER Psychiatry Research,* 293(113429). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>
- Statistics Canada. (2021). *Canadian Community Health Survey (CCHS) annual component.* Statistics Canada, Ottawa.
- Statistiques Canada. (2020). *Situation du coronavirus (COVID-19) au Québec.* <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/situation-coronavirus-quebec/>
- Tardif, M., Cividini, M., Mukamuera, J. et Borges, C. (2021). Enseigner en contexte de pandémie : Résultats d'une enquête menée auprès des enseignantes et en enseignants du primaire, du secondaire et de la formation générale aux adultes du Québec. Québec. CRIFPE.
- Timmons, K., Cooper, A., Bozek, E. et al. (2021). The Impacts of COVID-19 on Early Childhood Education: Capturing the Unique Challenges Associated with Remote Teaching and Learning in K-2. *Early Childhood Educ J* 49, 887–901. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01207-z>
- UNICEF. (2020). Online predators put millions of children at risk during COVID-19 pandemic lockdown. *UN News.* <https://news.un.org/en/story/2020/04/1061742>
- UNICEF. (2021). Les effets néfastes de la COVID-19 sur la santé mentale des enfants et des jeunes ne seraient que la « partie émergée de l'iceberg », D'après une nouvelle étude, la contribution aux économies perdue en raison des troubles mentaux chez les jeunes est estimée à près de 390 milliards de dollars par an.
- Vaillancourt, T., Szatmari, P., Georgiades, K. et Krygsman, A. (2021). The impact of COVID-19 on the mental health of Canadian children and youth. *FACETS,* 6(1), 1628-1648. <https://doi.org/10.1139/facets-2021-0078>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xy, L., McIntyre, R.S., Choo, F.N., Tran, B., Ho, R., Sharma, V.K. et Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of



general population during the COVID-19 epidemic in China, *Brain, Behavior, and Immunity*. 87, 40-48. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>

Wang, G., Y. Zhang, J. Zhao, J. Zhang, F. Jiang. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *Lancet*, 395 (2020), pp. 945-947, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)

Yamamura, E., & Tsustsui, Y. (2021). The impact of closing schools on working from home during the COVID-19 pandemic: evidence using panel data from Japan. *Review of Economics of the Household*, 19(1), 41–60. <https://doi.org/10.1007/s11150-020-09536-5>

Zoledziowski, A. (2021). Reports of Domestic Violence Doubled During Pandemic, Crisis Workers Say. *Vice News*, Toronto, Ca. <https://www.vice.com/en/article/v7m8bm/reports-of-domestic-violence-doubled-during-pandemic-crisis-workers-say>