

Adaptation psychosociale chez les jeunes milléniaux durant leur transition à l'âge adulte : impact de la pandémie de COVID-19 sur leurs trajectoires

Objectif

À partir d'une étude qui visait à mieux comprendre les stratégies d'adaptation des jeunes milléniaux lors de leur transition à l'âge adulte, nous souhaitons ici approfondir les impacts qu'a eus la pandémie de COVID-19 sur cette transition.

Méthodologie

- L'Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois âgés de 14 ans en 2002 (ELESJ) est une enquête réalisée auprès de 605 jeunes milléniaux nés en 1987 ou 1988. Ceux-ci ayant désormais atteint la trentaine, leur transition à l'âge adulte a donc déjà été en bonne partie achevée.
- Des entrevues semi-dirigées ont été réalisées afin d'aborder différents thèmes visant à expliquer leurs parcours et expériences.
- Les questions posées visaient à mieux comprendre les stratégies d'adaptation psychosociale de ces jeunes lors de la transition à l'âge adulte. Le thème de la pandémie de COVID-19 n'était pas directement abordé dans l'entrevue, mais une analyse thématique des données (Paillé et Mucchielli, 2012) a permis de montrer que cet événement a été décrit spontanément comme important dans leur cheminement par plusieurs d'entre eux (elles).

Description de l'échantillon

n = 31 personnes interrogées

Sexe



Nombre

8

23



Situation

amoureuse

Nombre

En couple

24

Célibataire

5

Non précisé

2

Enfant(s) à charge

Nombre

Oui

16

Non

13

Non précisé

2





Résultats : Impacts de la pandémie sur leurs trajectoires



14 participant(e)s ont rapporté des impacts de la pandémie de COVID-19 sur leur vie.

8 participant(e)s ont subi un impact de la pandémie sur leur trajectoire d'emploi.

10 participant(e)s ont subi un impact de la pandémie sur leur trajectoire de santé mentale.

3 d'entre eux (elles) voient l'impact comme un point tournant*.

4 d'entre eux (elles) voient l'impact comme un point tournant*.

6 participant(e)s au total rapportent que la pandémie a représenté un point tournant* pour eux (elles) dans leur parcours.

Impacts sur les études ou le travail (n = 8)

Impacts sur la santé mentale (n = 10)

Tous les noms sont fictifs



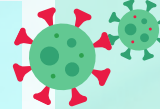
Positifs

- Changement d'emploi
- Réorientation de carrière
- Conditions de travail qui permettent le télétravail et la conciliation travail-famille

« La sécurité, la sécurité financière, j'ai mis de l'ordre dans mes finances, j'ai complètement changé la manière de gérer mes finances... Ça, ça été... [...] L'année 2020 bizarrement, ça été une bonne année, pour moi, de ce point de vue là. » (Gisèle)

- Désir d'adopter un mode de vie plus sain (ex. : faire plus d'activités physiques, avoir une meilleure routine)
- Plus de temps accordé pour soi, pour son bien-être
- Retour en région

« Je me définis beaucoup par mon travail dans la vie, donc, c'est sûr que ça, c'est plus difficile. Je dirais que ça [estime de soi] va en remontant depuis mon retour en région, mon retour à Saguenay, en septembre. » (Victoire)



Négatifs

- Conditions de travail plus difficiles
- Perte d'emploi
- Arrêt de son programme d'études

« Oui, ben, moi, je travaille dans un théâtre, donc évidemment, en mars 2020, le théâtre a fermé. Alors, tous les contractuels, on a tous été mis à la porte, dans le fond. Tous nos contacts ont été annulés, et depuis, [ce n'est] pas revenu encore. » (Nicolas)

- Bouleversements dans le mode de vie (ex. : remises en question sur ses choix de vie, pertes des repères, impossibilité de voyager, etc.)

- Augmentation de la consommation d'alcool

- Solitude ressentie

« [...] je n'ai pas d'enfants, je n'ai pas d'animaux, et là, on est en COVID. La solitude a comme embarqué; ça, je [ne] l'avais jamais vécue, donc, [il] faut comme que je compose avec ça aussi. » (Hélène)

*Définition : « De manière générale, les points tournants représentent des événements, des transitions ou des contextes qui déclenchent un changement considéré comme substantiel dans le cheminement individuel ; ils peuvent être de nature subjective (une réalisation ou un changement de vision) ou objective (un événement ou transition comme le retour aux études à l'âge adulte, le divorce, le remariage, le changement d'emploi). » (Gherghel et Saint-Jacques, 2013, p. 20)

Pour citer ce document :

Manil, C., Tardif, S., Blackburn, M.-È., Gaudreault, M., Dion, J., Brault, M.-C., Auclair, J. et Boisvert, S. (2022). *Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois âgés de 14 ans en 2002 : impacts de la pandémie de COVID-19 dans leur parcours* [infographie]. ÉCOBES – Recherche et transfert, Cégep de Jonquière.

Gherghel, A., Saint-Jacques, M.-C. (2013). *La théorie du parcours de vie* (1^{re} éd.). Presses de l'Université Laval.