

Deuxième
webinaire



Adaptation psychologique des étudiants collégiaux face à la crise de la COVID-19 : entre troubles émotionnels et résilience!



Benjamin Gallais
Joanie Paré
Marie-Ève Blackburn

19 mars 2021

Résultats phase 2. Données collectées entre le 23 novembre et le 14 décembre 2020

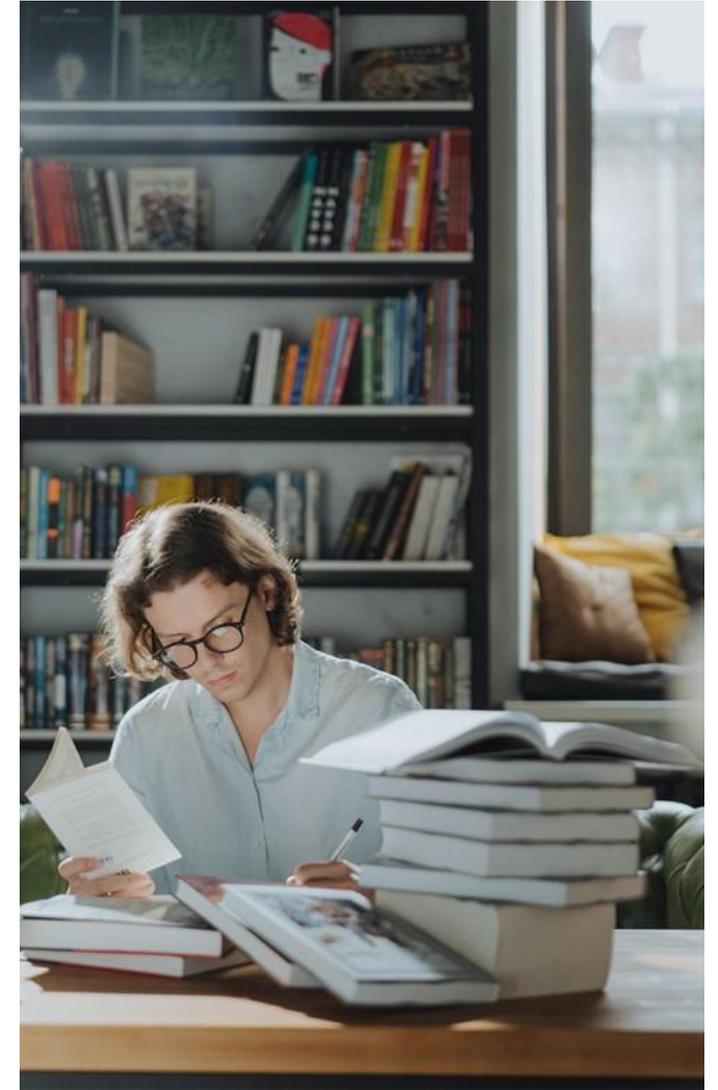
Autres webinaires à venir...

[9 avril, 12 h](#)

Les défis des étudiants lors de la pandémie : quelques belles surprises, mais beaucoup de défis encore à relever

[23 avril, 12 h](#)

Pandémie et utilisation des services aux étudiants : le point de vue des intervenants



Les conférenciers

Benjamin Gallais, Ph.D.

Chercheur
ÉCOBES – Recherche et transfert



Marie-Ève Blackburn, Ph.D.

Chercheuse
ÉCOBES – Recherche et transfert

Joanie Paré

Conseillère en services adaptés
et intervenante psychosociale
Collège O'Sullivan



Crédits

Autres auteurs

Alexandre Roy
Camélia Dubois-Bouchard
Marco Gaudreault

Merci à tous les **participant(e)s!**

Merci à tous les **membres des CÉR**
qui ont évalué le projet!

Merci à tout **le personnel** des
collèges qui ont facilité la collecte des
données!



Cette enquête a été rendue possible grâce à la contribution financière du **ministère de l'Enseignement supérieur** dans le cadre du Chantier sur la réussite en enseignement supérieur.

Éducation
et Enseignement
supérieur

Québec 



Description de l'échantillon

Carte des cégeps



Description de l'échantillon

Nombre total de participant(e)s dans les 18 cégeps : 8 581 étudiant(e)s



Genre

Total (%)

Femme **73,0**

Homme **25,4**

Non binaire, fluide
dans le genre,
bispirituel(le) et autre **1,2**

Ne souhaite pas
répondre **0,4**



Âge des participants

Total (%)

17 ans et moins **19,5**

18 et 19 ans **41,8**

20 ans et plus **38,7**



Enfant(s) à charge

Total (%)

Oui **6,9**



Étudiants internationaux

Total (%)

Oui **5,1**



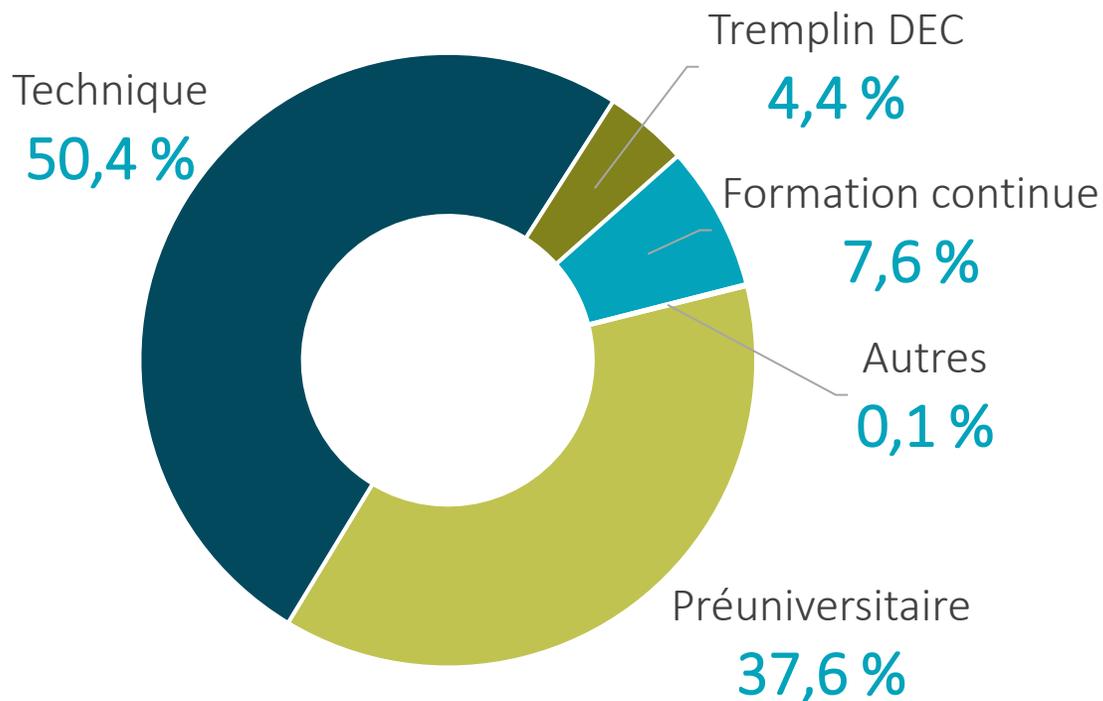
Personnes autochtones

Total (%)

Oui **3,0**
(Première Nation,
Métis ou Inuit)

Description de l'échantillon

Principal secteur d'études des répondants



Types d'étudiant(e)s

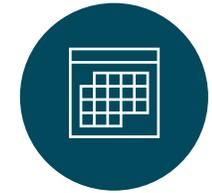
Temps plein : 94,6 %

Temps partiel : 5,4 %



Depuis combien de sessions étudies-tu à ce cégep?

	Tous (%)
1 session	37,2
2 sessions et plus	62,8



Quelle année dans son programme d'études?

	Tous (%)
1 ^{re} année	42,1
2 ^e année	33,3
3 ^e année	17,9
4 ^e année	2,1
Pas encore inscrit dans son programme d'études définitif	4,6

Phase 1 de l'étude 5 cégeps participants

(22 mai au 18 juin 2020)



Cégep de
Jonquière

(n = 165)



Cégep
Gérald-Godin

(n = 189)



Cégep
Garneau

(n = 519)



Cégep de
Sainte-Foy

(n = 727)



Collège de
Rosemont

(n = 214)

Total de 1 815 répondants

Description de l'échantillon (enquête 1)



Genre

	Total (%)
Femme	72,3
Homme	27,1
Non binaire, etc.	0,7



Enfant(s) à charge

	Total (%)
Oui	7,3

Modèle d'étude de la santé mentale

1

Mesures santé mentale

- Détresse (pendant vs avant pandémie)
- Anxiété / Dépression
- Stress post-traumatique
- Impact pandémie sur la perception de soi

2

Facteurs associés

- Inquiétudes liées à la COVID-19

3

Modérateurs

- Comportementaux : habitudes de vie

4

Déterminants

- Individuels : sentiment de cohérence
- Environnementaux : soutien social, mode d'habitation

A young man with dark hair, wearing a black zip-up hoodie and light blue jeans, is sitting on a dark brown couch. He is looking down with a somber and thoughtful expression. The background is a light-colored wall with decorative architectural elements. A dark bag is visible on the floor next to the couch.

Mesures de la santé mentale

Détresse actuelle

La détresse psychologique peut se définir comme « un état mental pénible » caractérisé par des sensations de nervosité, d'irritabilité, de tristesse, d'anxiété ou de dévalorisation de soi.

Actuellement

	Femmes (%)	Hommes (%)	Total (%)
Je ne vis pas de détresse psychologique	22,6	35,7	26,0
Je vis un peu de détresse psychologique	52,4	47,8	51,3
Je vis beaucoup de détresse psychologique	25,0	16,5	22,8

Pendant pandémie

Haut niveau de détresse étudiants universitaires (France) **22,4 %**
(Whatelet et coll., 2020)

Avant pandémie

Beaucoup ou énormément de détresse **17,4 %**
(Gosselin et Ducharme, 2017)

Avant pandémie

Détresse psychologique Femmes **31,4 %**
(Gaudreault et coll., 2013)
Hommes **17,4 %**

Trouble d'anxiété généralisée (GAD-7)

	Femmes		Hommes		Total	
	(%)		(%)		(%)	
	T1	T2	T1	T2	T1	T2
Présence d'anxiété	26,4	45,2	20,0	29,2	24,9	41,1

Avant pandémie

Souvent ou tout le temps de l'anxiété **35,1 %**
(Gosselin et Ducharme, 2017)

Printemps 2020

Anxiété sévère **27,5 %**
Étudiants universitaires (France)
(Whatelet et coll., 2020)

Printemps 2020

GAD-7 **56,0 %**
Étudiants UQ
(Bergeron-Leclerc et coll., 2020)

Printemps 2020

GAD-7 **21,0 %**
Adultes (monde)
(Généreux et coll., 2020)
19,6 %
Adultes (Canada)

Dépression majeure (PHQ-9)

	Femmes		Hommes		Total	
	(%)		(%)		(%)	
	T1	T2	T1	T2	T1	T2
Présence de dépression	34,8	52,8	29,3	39,9	33,7	49,5

Printemps 2020

PHQ-9

Étudiants UQ

(Bergeron-Leclerc et coll., 2020)

55,0 %

Printemps 2020

Dépression sévère

Étudiants universitaires (France)

(Whatelet et coll., 2020)

22,4 %

Printemps 2020

PHQ-9

(Généreux et coll., 2020)

Adultes (monde) 25,5 %

Adultes (Canada) 25,5 %

Trouble de stress post-traumatique

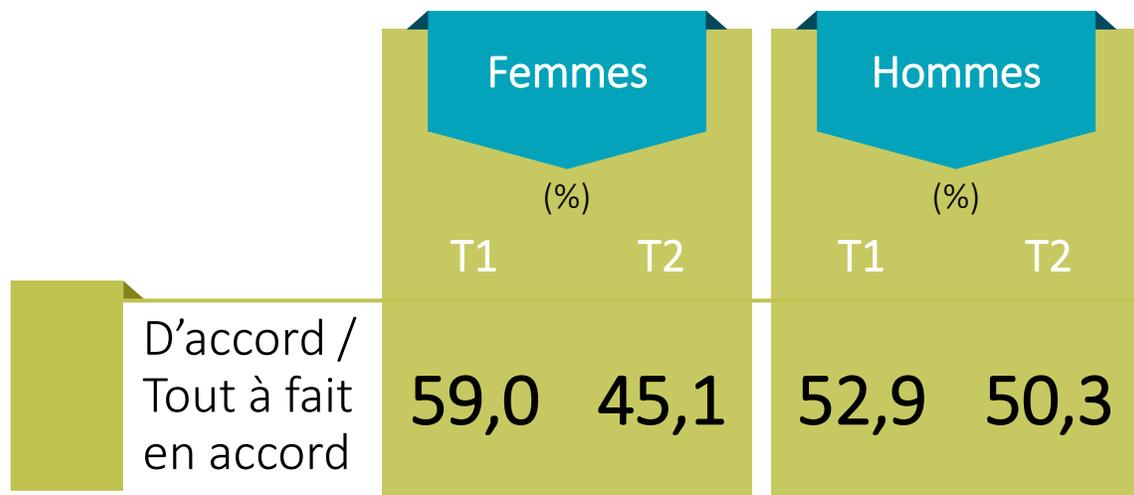
Fréquence dichotomique	Femmes	Hommes	Total	
	(%) T2	(%) T2	(%) T1	(%) T2
Non	74,0	84,0	81,0	76,6
Oui	26,0	16,0	19,0	23,4

Printemps 2020

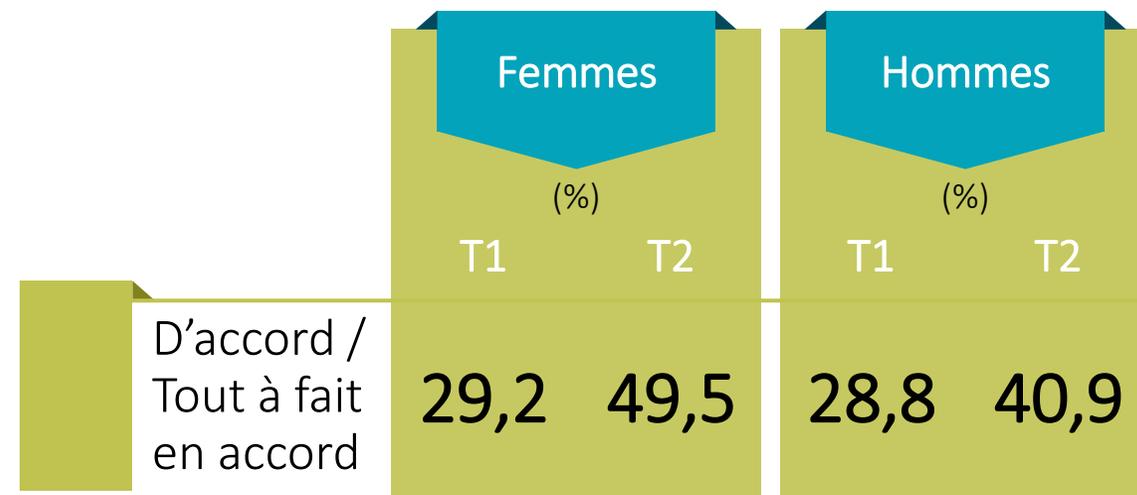
Employés + étudiants UQ
(Bergeron-Leclerc et coll., 2020)

30,1 %

Globalement, la crise sanitaire aura un **impact positif** sur la perception que j'ai de moi-même (ex. se sentir plus solide pour faire face aux difficultés ou aux épreuves).



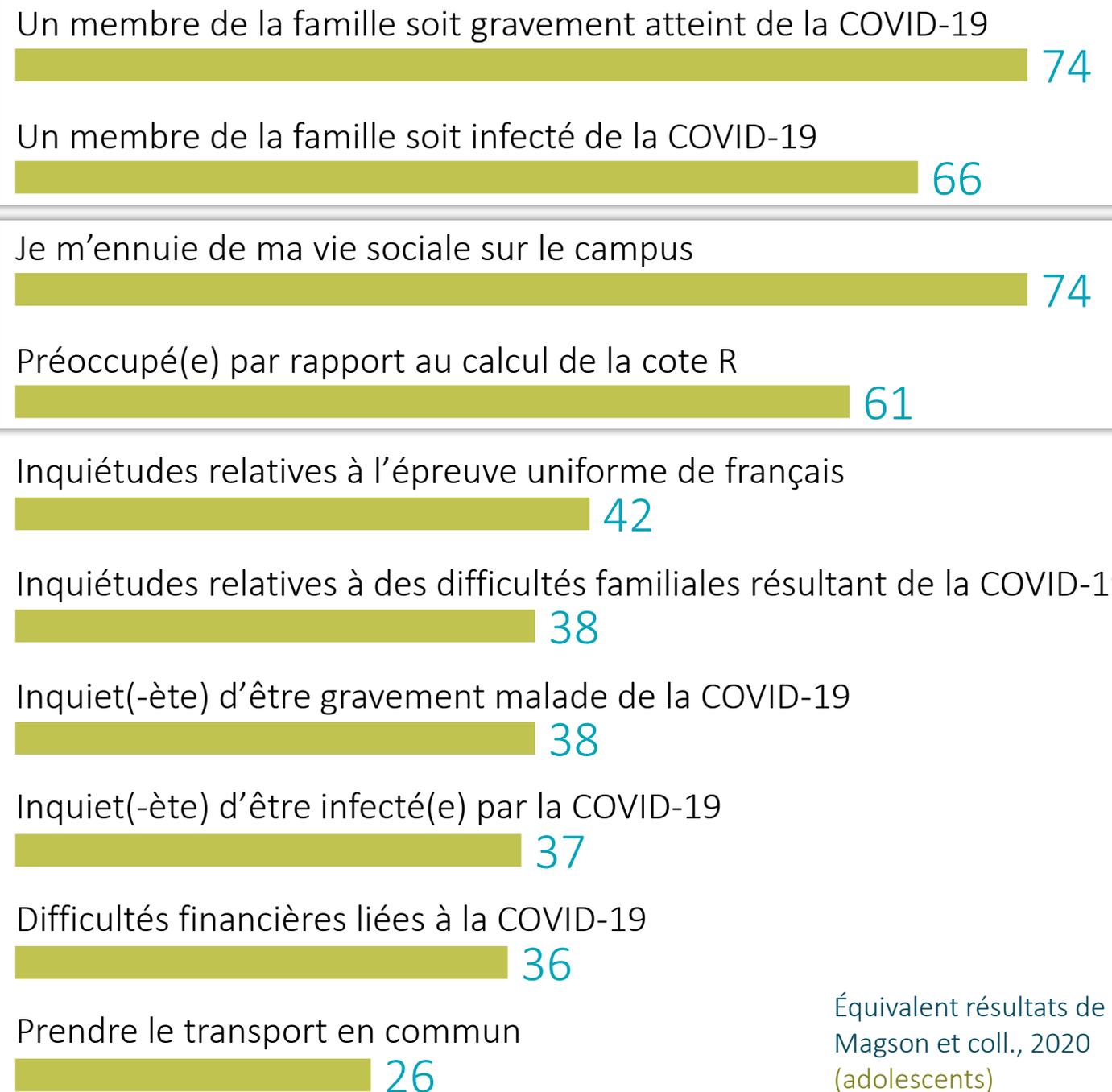
La crise sanitaire aura probablement un **impact négatif** sur la perception que j'ai de moi-même (ex. sentiment de ne pas être à la hauteur, perte d'estime de soi).





Facteurs associés

Inquiétudes liées à la COVID-19



Équivalent résultats de
Magson et coll., 2020
(adolescents)

A young man with dark hair is sitting on a grey couch, smiling and looking towards the camera. He is wearing a black and red gaming headset with a microphone and holding a black game controller. He has a tattoo on his left forearm and is wearing a watch. In the background, there are two large black speakers on a black metal stand. A dark teal banner is overlaid on the bottom right of the image, containing the text "Modérateurs" in white, serif font.

Modérateurs

Habitudes de consommation

Par rapport à la même période l'an dernier, depuis les 14 derniers jours...



Je consomme plus

Total (%)



Je consomme moins

Total (%)



Aucun changement

Total (%)

Alcool

16,7

17,3

66,0

Tabac

13,3

4,3

82,3

Cannabis

10,0

4,9

85,1

Autres drogues

3,5

2,6

93,8

Jeux de hasard et d'argent en ligne

3,9

2,1

94,1

Jeux vidéos (en ligne ou sur console)

28,0

6,8

65,2

Malbouffe

43,1

12,1

44,7

Activité physique

Nombre de jours/semaine avec de l'activité physique d'intensité modérée à vigoureuse (au moins 10 minutes consécutives)

Avant la pandémie

Total (n = 4 105)

2,9 jours

Dans la dernière semaine

Total (n = 4 105)

1,6 jour

Les étudiants consacrent en moyenne **1,3 jour de moins** à l'activité physique, soit presque la moitié moins de temps qu'avant la pandémie.



Aides psychosociale et scolaire

Webinaire 4

Vendredi 23 avril, 12 h à 13 h

Pandémie et utilisation des
services aux étudiants : le point
de vue des intervenants



A young Black man with short dreadlocks is smiling broadly, holding several white papers in his hands. He is wearing a green bomber jacket and a white t-shirt. In the foreground, the top of a silver laptop is visible. The background is a lush green lawn with trees and a brick building in the distance, suggesting an outdoor campus or park setting.

Déterminants

Le sentiment de cohérence (SOC)

(Lindstrom et Eriksson, 2010)



Exprime le degré auquel un individu est capable de comprendre, d'intégrer, de maîtriser et de donner du sens aux événements stressants de la vie quotidienne, ainsi que la capacité d'identifier et de mobiliser les ressources disponibles pour faire face aux situations stressantes.



Permet de comprendre pourquoi certains « tombent malades », alors que d'autres restent en bonne santé face à des événements similaires.

= **prédisposition à faire face au stress**



- Habituellement, voyez-vous une **solution** aux problèmes et aux difficultés que d'autres trouvent sans espoir?
- Habituellement, percevez-vous votre vie comme une source de **satisfaction personnelle**?
- Habituellement, ressentez-vous que les choses qui vous arrivent sont difficiles à **comprendre**?

Le sentiment de cohérence (SOC)

(Lindstrom et Eriksson, 2010)



Résultats

Corrélations significativement inversées entre le SOC et :

- Les niveaux d'anxiété (-0,421; $p < 0,01$)
- Les niveaux de dépression (-0,451; $p < 0,01$)

Un SOC fort permet de gérer plus efficacement les événements stressants, du point de vue des troubles psychologiques.

Résultats équivalents

Généreux et coll., 2020

8 806 adultes répartis dans 8 pays du monde



Les déterminants environnementaux

Pas de différence statistique sur les niveaux d'anxiété/dépression

selon **le type d'habitation** au moment de l'enquête

(en appartement, au domicile familial, en résidence étudiante)

ni selon **le mode de vie** (seul)



Les déterminants environnementaux

Soutien social perçu

Il y a une personne en particulier qui est là quand j'en ai besoin.

	Femmes (%)	Hommes (%)	Total (%)
Très fortement en désaccord à neutre	28,8	34,0	30,1
En accord à très fortement en accord	71,2	66,0	69,9

Corrélation significative inversée entre soutien social et :

- Dépression (-0,210; $p < 0,01$)
- Anxiété (-0,143; $p < 0,01$)



Conclusions

Conclusions

- Prévalence importante de troubles de santé mentale
- Supérieure aux adultes de la population générale canadienne (au printemps 2020)
- Mais moindre que les étudiants universitaires québécois
- Augmentation de la fréquence de troubles de santé mentale entre la 1^{re} et la 2^e vague



Conclusions

Les stratégies utilisées par certains étudiants ne semblent pas efficaces pour diminuer leurs troubles émotionnels (ex. consommation)

Un exemple de défi encore à relever selon un(e) étudiant(e) :

« Arrêter “de manger mes émotions”. Gérer mon anxiété! »



Conclusions

- Prévalence importante de troubles de santé mentale
- Supérieure aux adultes de la population générale canadienne (au printemps 2020)
- Mais moindre que les étudiants universitaires québécois
- Augmentation de la fréquence de troubles de santé mentale entre la 1^{re} et la 2^e vague
- L'impact négatif de la pandémie sur la perception de soi semble « gagner du terrain »



Conclusions

Les belles surprises apportées par la crise sanitaire :

« L'autonomie que [la pandémie] m'a apportée pour mes études. J'ai eu l'occasion de gérer mon horaire, prendre soin de moi, passer du temps en famille... »

Des facteurs de résiliences :

- **Déterminants individuels**
Je me connais mieux / je suis plus autonome
- **Déterminants environnementaux**
Renforcement des liens familiaux



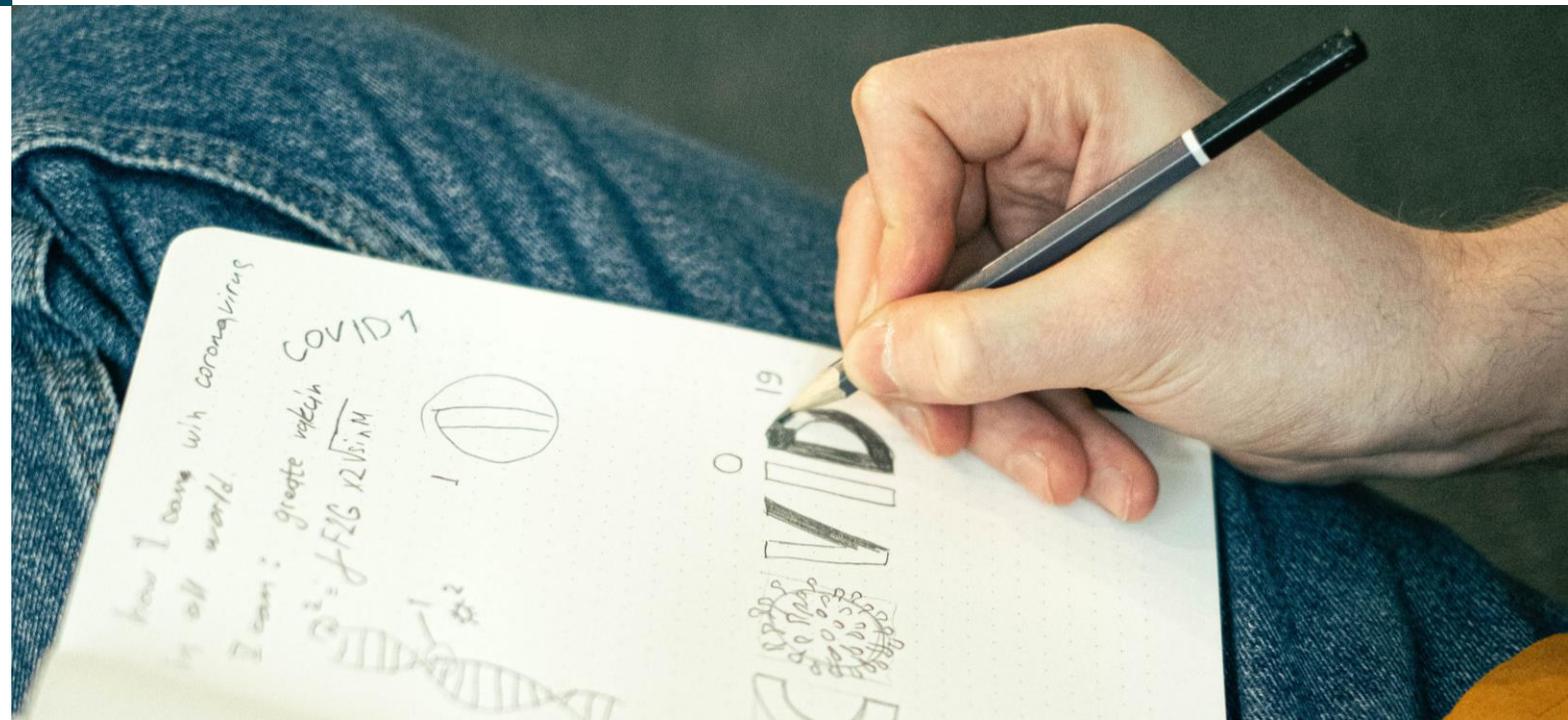
Conclusions

Webinaire 3

[Vendredi 9 avril 2021, 12 h à 13 h](#)

Les défis des étudiants lors de la pandémie : quelques belles surprises, mais beaucoup de défis encore à relever

Une analyse des nombreux commentaires à venir!!





Période de questions

Prochains rendez-vous

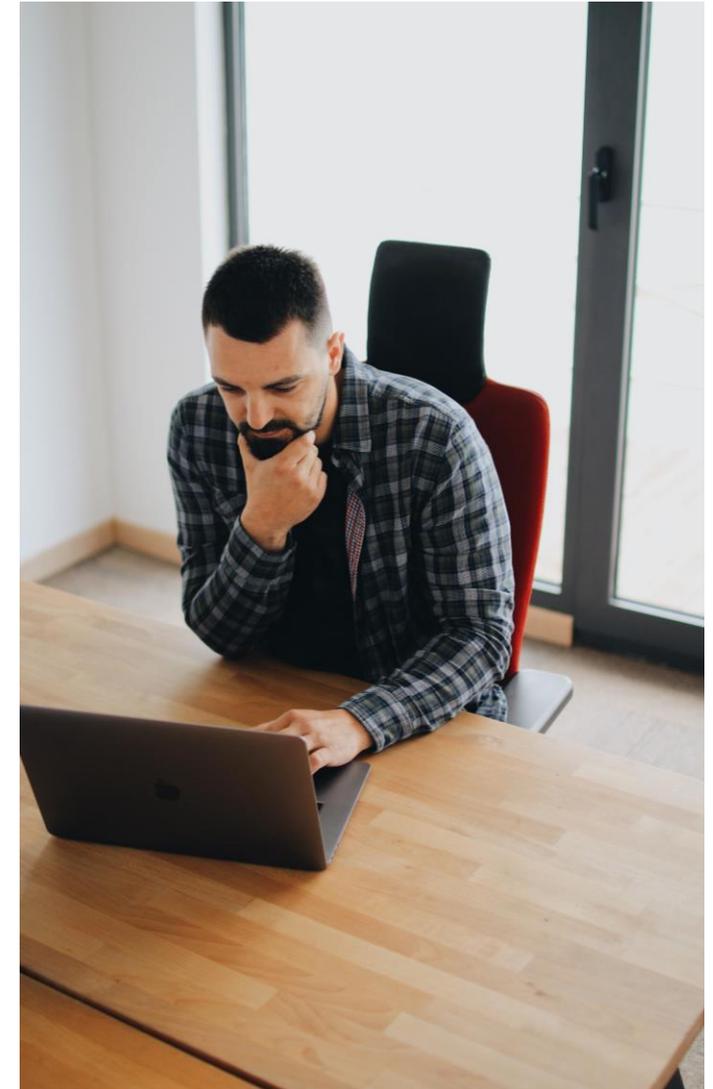
[9 avril, 12 h](#)

Adaptation et défis à surmonter

[23 avril, 12 h](#)

Les services d'aide durant la pandémie

N. B. Les enregistrements de chacun des 4 webinaires seront disponibles à la même adresse et sur le site Web d'ÉCOBES – Recherche et transfert.
N'hésitez pas à en faire la promotion!



Merci

Contacts

Marie-EveBlackburn@cegepjonquiere.ca

BenjaminGallais@cegepjonquiere.ca

Joanie.Pare.1@ulaval.ca



ÉCOBES – Recherche et transfert
Chaire VISAJ

Références



Bergeron-Leclerc, C., Maltais, D. et coll. (2020). *Les conséquences de la pandémie sur la santé globale des populations universitaires. Que connaît-on de l'état de santé mentale des répondants? Faits saillants – Phase 1 – Feuillet N° 2*. Université du Québec à Chicoutimi.

Gaudreault, M. M., Gaudreault, M. et Blackburn-Verreault, É. (2013). *Cahier des fréquences. Caractéristiques des collégiens pour l'ensemble des régions nouvellement inscrits à l'automne 2010 selon le sexe*. ÉCOBES – Recherche et transfert, Cégep de Jonquière.

Généreux, M. et coll. (2020). One virus, four continents, eight countries: An interdisciplinary and international study on the psychosocial impacts of the COVID-19 pandemic among adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 8390.

Gosselin, M.-A. et Ducharme, R. (2017). Détresse et anxiété chez les étudiants du collégial et recours aux services d'aide socioaffectifs. *Service social*, 63(1), 92-104.
<https://doi.org/10.7202/1040048ar>

Lindström, B. et Eriksson, M. (2010). *The hitchhiker's guide to salutogenesis: Salutogenic pathways to health promotion*. The IUHPE Global Working Group on Salutogenesis, Helsinki Folkhälsan Research Center, Health Promotion Research.

Magson, N. R. et coll. (2020). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(1), 44-57. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01332-9>

Pica, L. A. et coll. (2013). *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé mentale et leur adaptation sociale (tome 2)*. Institut de la statistique du Québec.

Whatelet, M. et coll. (2020). Factors associated with mental health disorders among university students in France confined during the COVID-19 pandemic. *JAMA Network Open*, 3(10), e2025591. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.25591>