



Comment vont les jeunes?

Soutenir le bien-être des jeunes,
une nécessité toujours présente

Pr. **Cathia Papi**

17 décembre 2024

Plan de la présentation

Rappel du contexte

Mise à mal du bien-être pendant la pandémie

Évolution du bien-être depuis la pandémie

Principales lacunes et difficultés encore repérées

Recherches de solutions

Processus de longue haleine

À retenir



Rappel du contexte

Crise sanitaire

- Panique
- Confinement
- Télé-travail/école
- Masque
- Gel hydroalcoolique
- Distanciation
- Vaccination quasi obligatoire
- Martèlement médiatique
- Sortie de crise inconnue





Mise à mal du bien-être pendant la pandémie

Des mesures sanitaires pas sans danger

Unanimité des résultats de recherche concernant les effets négatifs des mesures sanitaires (surtout confinement) sur le bien-être de nombre d'enfants et d'adolescents.

- ❖ Augmentation de 25% des symptômes de dépression et de 20% des symptômes d'anxiété (Racine *et al.*, 2021; Samji *et al.*, 2022).
- ❖ Effets négatifs de la pandémie sur la santé mentale surtout perceptibles chez les filles et les enfants ou les adolescents les plus âgés ou ayant des conditions de santé mentale ou physique déjà particulières avant la pandémie (Samji *et al.*, 2022; Racine *et al.*, 2021).
- ❖ Manifestations de traumatisme psychologique chez environ 20% des adolescents au cours de la première année de pandémie (Lewis *et al.*, 2023).
- ❖ Augmentation des troubles du comportement alimentaires, anorexie même chez les enfants (Solmi *et al.*, 2021; Haripersad *et al.*, 2021; Szklarski, 2021 ; Wilton, 2021).

Qqs constats au Québec

❖ Montreuil et al. (2022), entretiens avec 25 jeunes (6-17 ans) :

Isolement imposé => hausse solitude, tristesse, anxiété. Domicile lieu de soutien ou de tension.

❖ Pouliot et al. (2022), entretiens avec 154 jeunes (primaire et secondaire):

Effets négatifs sur la vie personnelle, familiale, sociale et scolaire.

❖ Lane et al. (2022), questionnaire auquel 2 990 jeunes du secondaire ont répondu:

Accroissement de l'anxiété, de la peur du jugement, et du perfectionnisme (surtout filles et élèves plus âgés).

❖ Entretiens menés en 2021, 2022: mêmes résultats (anxiété, dépression, anorexie, fatigue, impulsivité, peur du virus/du jugement, baisse résultats scolaires, etc.)

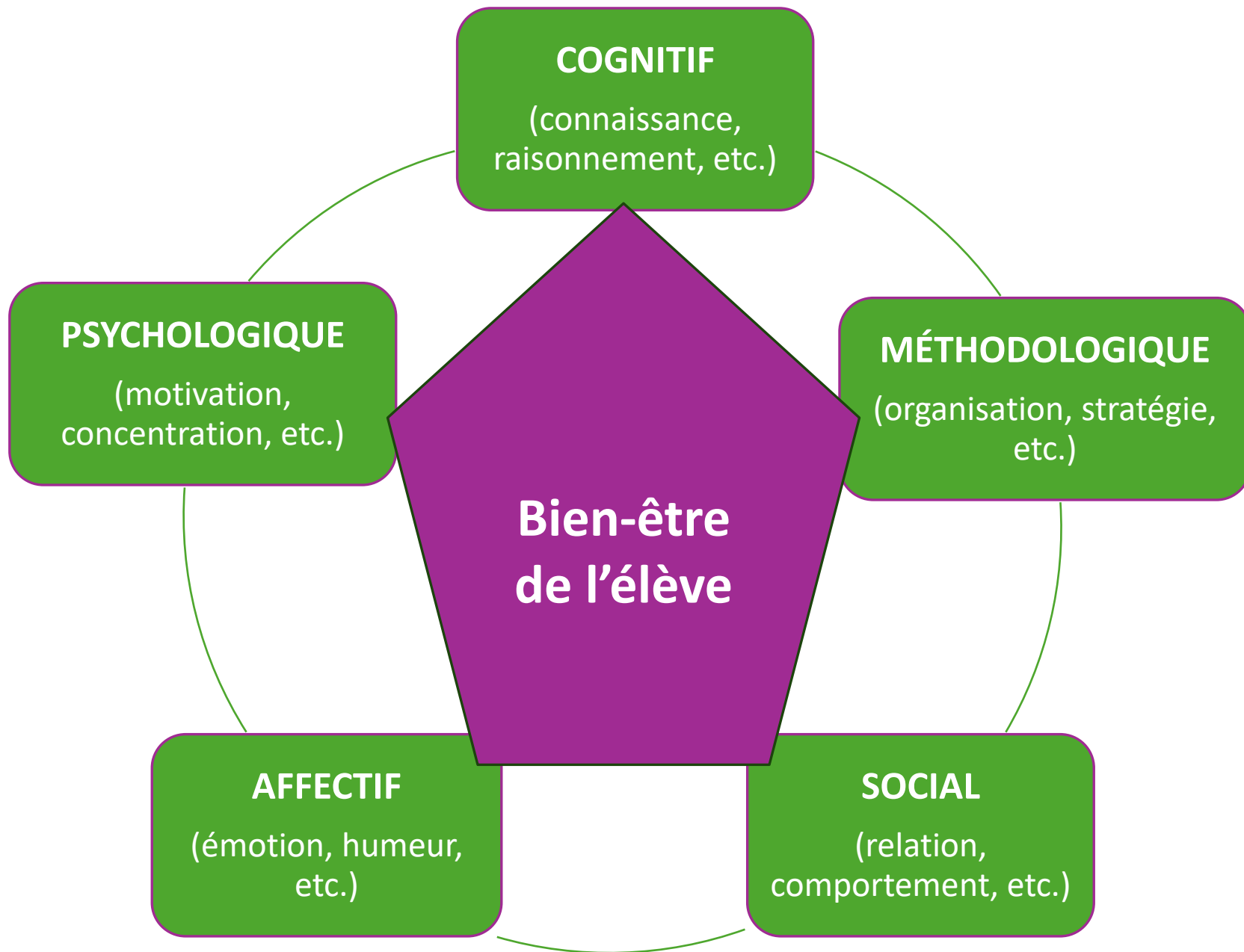
Nuance: pas tous les jeunes touchés, surtout les plus vulnérables =/= soutien de la famille et loisirs permettant d'exprimer ses émotions ont pu permettre de composer avec les mesures sanitaires, voire d'y trouver des éléments positifs.



Évolution du bien-être depuis la pandémie

Pentagone du bien-être de l'élève

Le bien-être renvoie à la santé physique et mentale, il est « multifactoriel et multidimensionnel, et comprend à la fois les aspects émotionnel, psychologique et social » (CSE, 2020, p. 22).



Enquête

Mi-mars 2023 à début avril 2023: diffusion d'un questionnaire

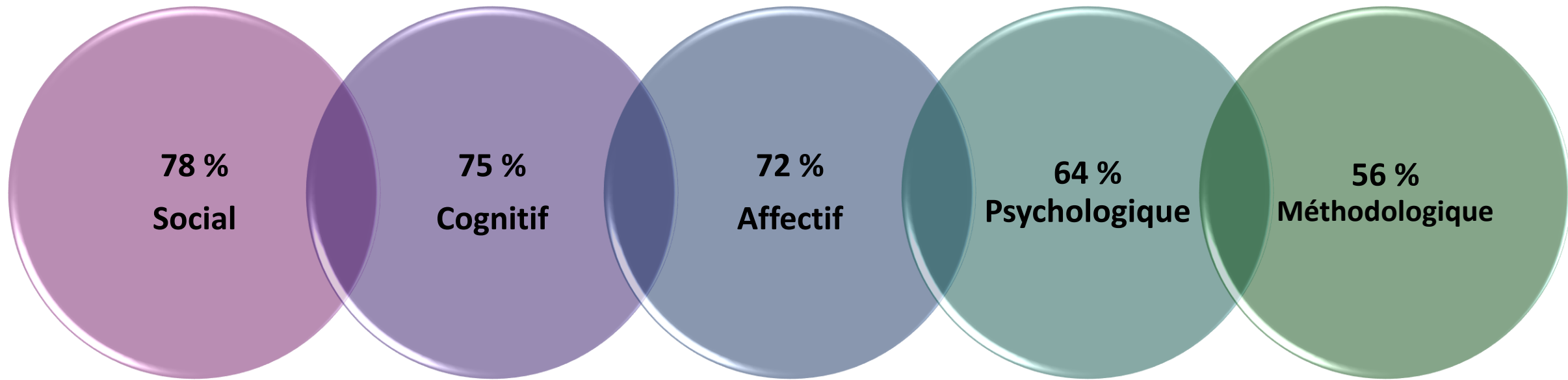
Réponses venant des 17 régions

Participation de 49 CSS/CS (soit 68%)

316 directions d'écoles dont 309 de préscolaire-primaire/secondaire

| IMSE | Effectif de répondants au questionnaire | Pourcentage de répondants |
|-----------|---|---------------------------|
| De 1 à 7 | 196 | 64% |
| De 8 à 10 | 111 | 36% |
| Total | 307 | 100% |

Ordonnancement des plans selon l'augmentation des lacunes et difficultés



Nombre de directions rapportent une hausse des lacunes et difficultés

ORDRE D'ENSEIGNEMENT

IMSE

Secondaire

Primaire

IMSE 1-7

IMSE 8-10



Principales lacunes et difficultés repérées

Plan Cognitif

PRINCIPALES LACUNES ET DIFFICULTÉS

- Manque de développement de la motricité globale et fine / manque de culture générale.
- Difficultés à s'exprimer.
- Retards dans les apprentissages (lecture, etc.).
- Déficit de développement du raisonnement mathématique.
- Difficulté de concentration et mémorisation.
- Augmentation des troubles de l'apprentissage.
- Baisse des résultats scolaires et hausse des échecs

EXEMPLES

« De lourds retards sont présents au niveau français et mathématiques. Rétention des connaissances difficile, difficulté de maintenir l'attention sur une tâche et de persévérer malgré les difficultés » (DEP10).

« Les notions antérieures semblent moins maîtrisées par un plus grand nombre d'élèves » (DES4)

« Les résultats sont à la baisse, en particulier pour les élèves qui avaient déjà des difficultés » (DES3)

Plan méthodologique

PRINCIPALES LACUNES ET DIFFICULTÉS

- Manque d'autonomie et de repères.
- Difficulté à s'organiser et à planifier dans le temps et l'espace (cahier, matériel, activité).
- Manque de méthode de travail.
- Travaux moins propres, écriture moins soignée.
- Déficit de finir une tâche avant de commencer une autre.
- Difficulté à suivre des étapes et à respecter des délais.

EXEMPLES

« Les élèves éprouvent de la difficulté à terminer les routines quotidiennes, à prendre le temps de terminer une tâche avant d'en aborder une nouvelle. Ils éprouvent également de la difficulté à se retrouver dans leur pupitre, car ils ne prennent pas le temps de classer et organiser leurs documents. » (DEP8)

« Une bonne partie des élèves manque de méthode de travail, d'organisation. Difficulté à planifier leurs devoirs et études dans le temps, ont besoin d'accompagnement pour l'organisation de leur matériel, la planification dans l'agenda, les étapes à suivre lorsqu'ils font un travail en classe. » (DES8)

Plan social

PRINCIPALES LACUNES ET DIFFICULTÉS

- Manque de socialisation, difficulté à entrer en contact, augmentation de l'isolement.
- Difficulté à être en groupe, à partager, etc.
- Baisse de la tolérance.
- Comportements inadaptés (frapper, lancer des objets).
- Augmentation des conflits et de la violence.
- Augmentation de l'impatience et de l'impulsivité.

EXEMPLES

« Les élèves de préscolaire n'ont pas beaucoup socialisé dans les dernières années, et on remarque qu'ils ont de la difficulté à partager, se faire dire non, perdre, jouer, etc. » (DEP10)

« Les comportements négatifs semblent plus graves, particulièrement dans les relations avec les autres. Les chicanes importantes sont plus nombreuses. Les insultes fusent de toutes parts, et ce, tant pour les élèves entre eux que pour les élèves envers les membres du personnel. Les relations interpersonnelles sont difficiles. » (DES4)

Plan affectif

PRINCIPALES LACUNES ET DIFFICULTÉS

- Manque de maturité affective.
- Difficulté à gérer ses émotions.
- Augmentation des manifestations de colère.
- Augmentation des sautes d'humeur.
- Troubles de l'attachement.
- Baisse de l'estime de soi et de l'amour propre.

EXEMPLES

« Les élèves ont des difficultés à exprimer avec des mots les émotions qu'ils ressentent. L'expression se fait par des comportements plus souvent inappropriés (recherche d'attention négative), de l'impatience. Le manque de confiance en soi s'exprime souvent par des pleurs et de l'agitation. » (DEP10)

« Nous avons beaucoup plus d'élèves avec des manifestations d'anxiété, des élèves qui ont de la difficulté à gérer leurs émotions. Anxiété d'entrer en classe, crainte de ne pas comprendre, de se faire juger. Nous observons également plus d'élèves avec des dépendances (jeux vidéo, vapoteuse, drogues...). » (DES8)

Plan psychologique

PRINCIPALES LACUNES ET DIFFICULTÉS

- Hausse importante de l'anxiété.
- Augmentation du stress.
- Perte de sens de la scolarité.
- Absence de motivation, désengagement.
- Augmentation des problèmes de santé mentale, des cas de dépression.
- Propos suicidaires, automutilation.
- Consommation (notamment vapotage et waxpen.)

EXEMPLES

« les élèves qui étaient déjà "fragiles" le sont encore plus. Nous observons une augmentation au niveau de la détresse psychologique (apathie, tristesse, anxiété. » (DEP6)

« des jeunes qui font des crises d'hyperventilation à l'idée d'aller en classe sans aucune raison apparente. » (DES6)

« Beaucoup moins tolérant/ plus d'idées noires (suicidaires)/plus d'élèves en suivi et/ou hospitalisation en pédopsychiatrie/ plus de dépression. » (DES5)

Enquête santé publique auprès des 12-25 ans

| | Santé mentale passable ou mauvaise | | Symptômes d'anxiété ou de dépression | | Idées noires récentes | |
|-----------------------------|------------------------------------|--------|--------------------------------------|--------|-----------------------|--------|
| | Fille | Garçon | Fille | Garçon | Fille | Garçon |
| 1^{er} cycle | 23,4% | 7,8% | 47% | 17,7% | 32,3% | 13,5% |
| 2^e cycle | 37,7% | 14,1% | 57,2% | 24,1% | 32,7% | 13,9% |
| FP/FGA | 35,5% | 15,5% | 51,2% | 25,7% | 29,7% | 15,8% |
| Cégep | 46,9% | 30,7% | 58,6% | 40,5% | 27,4% | 23,3% |
| Université | 38,2% | 34,6% | 52,6% | 38,6% | 20,1% | 22,8% |

Par ailleurs, parmi les élèves du secondaire/FP/FGA, on note certains écarts au niveau de la santé psychologique selon que ces derniers fréquentent une institution publique ou privée, p. ex. :

- Santé mentale passable ou mauvaise: 19,9% au privé ; 24,9% au public
- Symptômes d'anxiété ou de dépression : 35,6% au privé ; 40,1% au public
- Idées noires : 21,6% au privé ; 27,6% au public

Causes avancées

- Moins de contacts sociaux en face à face déclin des capacités de communication.
- Fermeture des garderie et écoles: manque d'encadrement et de limites.
- Manque de stimulation et soutien en déclin de la part des parents.
- Parent eux-mêmes plus désorganisés et en difficultés qu'avant la pandémie.
- Accumulation des lacunes rendant le chemin à parcourir plus ardu.
- Hausse du travail rémunéré des jeunes (parfois plus de 20h/semaine pour soutenir leur famille).
- Consommation (vapotage, alcool, drogue).
- Plus de temps passé devant des écrans entraînant des difficultés de communication et de concentration (effet de zapping, jeu vidéo...)

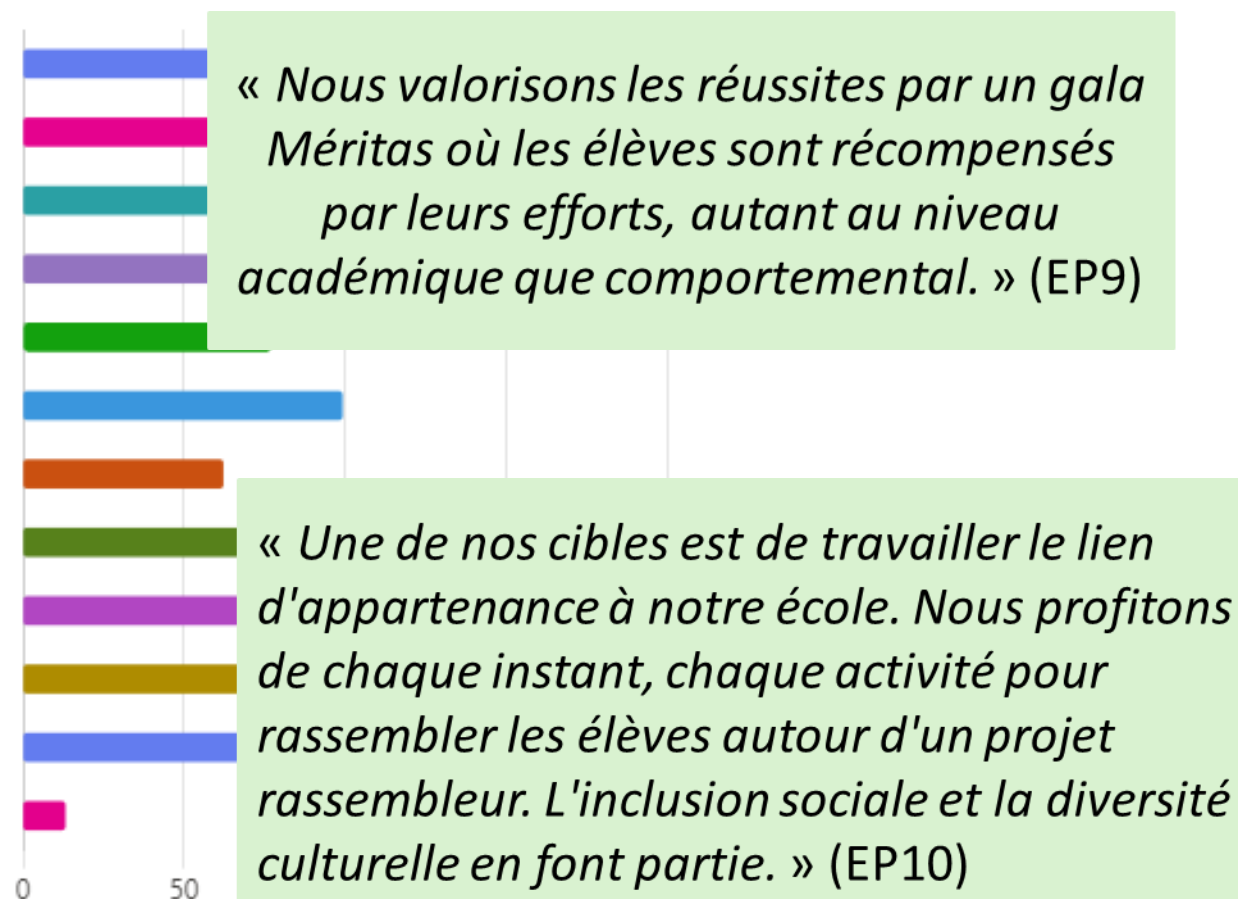


Recherches de solution

Soutenir le bien-être des jeunes

97% des établissements ont déclaré avoir mis en place des initiatives pour soutenir le bien-être.

| | |
|--------------------------------------|-----|
| ● Le code de vie de l'école | 67 |
| ● Le soutien au comportement positif | 157 |
| ● Les saines habitudes de vie | 140 |
| ● La gestion émotionnelle | 120 |
| ● La gestion du stress | 77 |
| ● La gestion de l'anxiété | 99 |
| ● La collaboration dans la classe | 62 |
| ● La reconnaissance des efforts | 131 |
| ● La valorisation des réussites | 137 |
| ● Les activités sociales | 121 |
| ● Les activités sportives | 143 |
| ● Autre | 13 |



Variété d'objectifs, de moyens et d'effets

Objectifs: « favoriser des moyens pour sécuriser les élèves et diminuer les manifestations de violence ».

Effets: Bien que les objectifs n'aient pas été complètement atteints, « le matériel de manipulation [offert] aux élèves pour les aider à se calmer » a permis d'améliorer la situation. (DEP10)

Objectifs: « offrir un soutien académique aux élèves à risque et en échec » ainsi que « des activités de reconnaissance pour soutenir les comportements positifs ».

Effets: « les résultats augmentent » et les « comportements de violence » diminuent. « Nous sentons un vent de changement » (DEP4).

Objectifs: « le programme Moozoom a été mis en place par tous les enseignants et TES afin que les élèves gèrent mieux leurs émotions et anxiété (une capsule par semaine) »

Effets: « Cela a amélioré par le fait même la résolution des conflits et le climat de classe. Les élèves sont mieux disposés pour l'apprentissage » (DEP7).

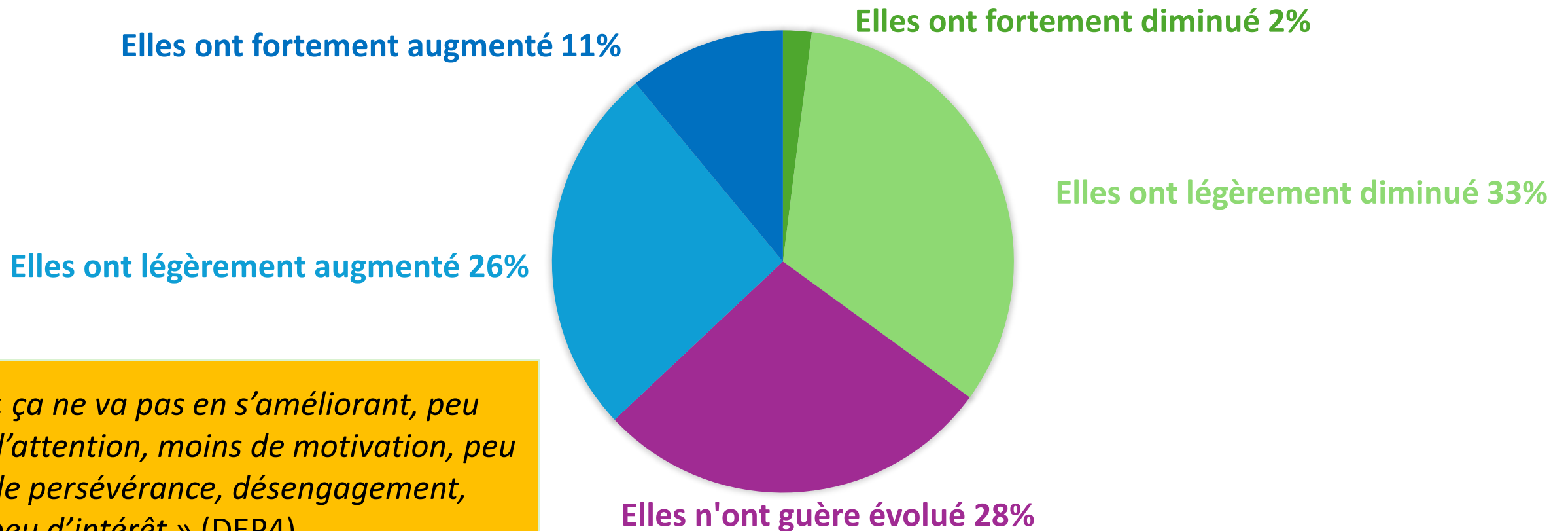
+ Tutorat ou autres dispositifs d'accompagnement

+ Dispositif estivaux



Un processus de longue haleine

Évolution des lacunes et difficultés perçues par les directions en 2022-2023



« ça ne va pas en s'améliorant, peu d'attention, moins de motivation, peu de persévérance, désengagement, peu d'intérêt » (DEP4).

Des retards toujours notables

Distribution du taux de réussite à l'épreuve ministérielle de français écrit, selon le sexe, pour les organismes scolaires du réseau public, sessions de juin 2018 à juin 2023

| Sexe | 2018 | 2019 | 2022 | 2023 |
|--------------|------------|------------|------------|------------|
| Masculin | 68% | 71% | 59% | 66% |
| Féminin | 81% | 81% | 73% | 76% |
| Total | 75% | 76% | 66% | 71% |

Éviter l'effet boule de neige...

L'équipe-école semble « engagée, mais dépassée par les lacunes et le nombre d'élèves à soutenir » (DEP5)

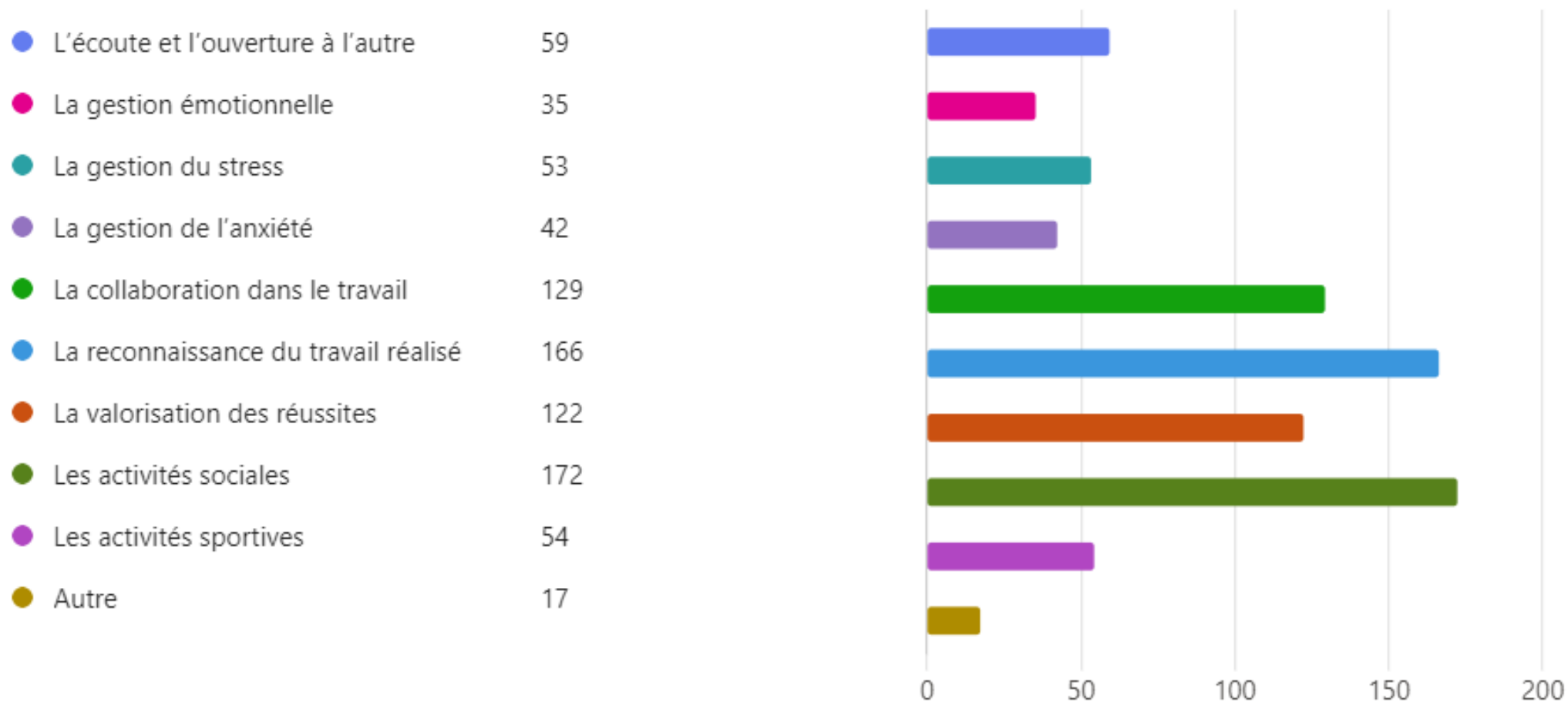
« Fatigue collective, impression de surcharge liée à la réactivité des élèves » (DES1)

« Plusieurs se sentent débordés avec beaucoup de dossiers d'aide à suivre. Ça les épuise » (DEP2)

« L'équipe commence à se fatiguer et à se démotiver. Principalement devant l'augmentation des troubles de comportements et de l'agressivité physique et verbale des élèves. [...] Beaucoup se questionnent sur une réorientation de carrière ou une retraite anticipée » (DEP6)

« Répondre à la multitude de besoins des élèves est énergivore et nous avons le sentiment de courir dans tous les sens sans que 24 heures dans une journée soient suffisantes » (DEP6)

Des initiatives pour soutenir le personnel





À retenir

Des problèmes toujours d'actualité

Le Monde

CAMPUS • JEUNES GÉNÉRATIONS

Une « épidémie de solitude » se répand chez les jeunes

Alors que l'isolement est souvent associé aux personnes âgées, les plus jeunes sont nombreux à en souffrir : un mal-être grandissant, qui peut avoir de sérieuses conséquences sur la santé mentale et physique.

Par Alice Raybaud

Publié le 08 octobre 2024 à 05h30, modifié le 08 octobre 2024 à 05h30

SOCIÉTÉ • SANTÉ

Les jeunes sont désormais plus touchés par les idées suicidaires que la population générale, un mal aux causes profondes

En pleine crise de la psychiatrie, idées suicidaires et tentatives de suicide sont en hausse chez les 18-24 ans, tandis qu'elles stagnent dans les autres classes d'âge. Crise écologique, guerre, absence de perspectives... Le contexte anxiogène, même s'il n'explique pas tout, pèse sur les esprits des jeunes.

Par Mattea Battaglia et Camille Stromboni

Publié le 25 février 2024 à 05h00, modifié le 16 mai 2024 à 08h06 - [Lecture 6 min.](#) - [Read in English](#)

SOCIÉTÉ • SANTÉ MENTALE

Comment les soignants de pédiatrie s'adaptent à l'afflux d'adolescents en souffrance : « On se sent parfois démunis »

Rempli pour moitié de jeunes en détresse psychique, âgés de 12 à 15 ans, souvent faute de place en psychiatrie, le service de pédiatrie générale de l'hôpital Antoine-Béclère, à Clamart dans les Hauts-de-Seine, voit ses soignants s'interroger sur leur rôle et leur pratique.

Par Camille Stromboni

Publié le 12 juin 2024 à 06h13, modifié le 12 juin 2024 à 08h46 - [Lecture 7 min.](#)

Éléments de conclusion

- Le bien-être de certains jeunes a fortement décliné pendant la pandémie et est pour certains encore affecté par les répercussions des mesures sanitaires malgré leur retrait en 2022.
- La crise sanitaire n'est pas la seule en cause, les relations avec autrui et les rapports aux écrans, voire la consommation de drogues ne doivent pas être négligés.
- Les adultes (parents, enseignants, etc.) ont également été affectés par la crise sanitaire et par les difficultés des jeunes qu'ils ne sont dès lors parfois pas en mesure de soutenir.
- Le bien-être est lié à la capacité d'apprendre et vice versa, d'où la nécessité d'intervenir sur plusieurs plans.
- Au-delà de l'intervention des spécialistes des initiatives peuvent venir aider les jeunes à se remettre. Ex: le tutorat, le soutien au comportement positif, le travail sur les saines habitudes de vie, le travail sur la gestion émotionnelle, les activités sportives, la valorisation des efforts et résultats, les activités estivales, etc.

Échanges



Pour plus de
précisions



Cathia.papi@teluq.ca

Cathia
PAPI

Favoriser l'apprentissage et le bien-être

Tutorat et autres dispositifs d'accompagnement

Préface de Alain Baudrit



<https://www.puq.ca/catalogue/livres/favoriser-apprentissage-bien-etre-4495.html>