Études québécoises

Les ados en « grande détresse psychologique »

PHOTO MARTIN CHAMBERLAND, ARCHIVES LA PRESSE

La dernière enquête de Santé Québec, menée en 2016, montrait que 29 % des jeunes du secondaire avaient un niveau de détresse élevé. Les résultats préliminaires d'une enquête de deux professeures de l'Université de Sherbrooke montrent que ce pourcentage a plus que doublé.

(Montréal) Après les jeunes de quatrième et de cinquième secondaire, ce sont les élèves de troisième qui, depuis lundi, vont physiquement à l'école une journée sur deux en zone rouge. Le reste du temps, ils font l'école à distance. Ils sont donc 60 % au secondaire à avoir un tel mode hybride d'enseignement, et ce, au moment où deux études menées dans des universités québécoises montrent qu'il y a de quoi s'inquiéter pour les adolescents et leurs parents.

Publié le 3 novembre 2020 à 5h00

MARIE-EVE MORASSE
LA PRESSE

Toutes deux professeures au département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke, Catherine Laurier et Katherine Pascuzzo ont mené une enquête auprès d'adolescents et de parents entre mai et août dernier pour savoir comment ils vivaient la pandémie. Quand les résultats ont commencé à leur parvenir, ils étaient si surprenants que les chercheuses ont cru pendant un moment qu'il y avait un problème avec leur échantillon.

Ce n'était pas le cas. Les données qu'elles avaient sur la détresse psychologique des adolescents étaient bel et bien inquiétantes.

PHOTO FOURNIE PAR L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Katherine Pascuzzo, professeure au département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke

En somme, disent-elles, les ados ne vont pas bien. « Ils ressentent une grande détresse psychologique, des symptômes anxieux, des symptômes dépressifs, des difficultés à se concentrer et des problèmes cognitifs beaucoup plus élevés que ce à quoi on s'attendait », explique Catherine Laurier.

La dernière enquête de Santé Québec, menée en 2016, montrait que 29 % des jeunes du secondaire avaient un niveau de détresse élevé. Les résultats préliminaires de leur enquête montrent que ce pourcentage a plus que doublé.

Dans les réponses ouvertes du questionnaire, des jeunes ont raconté se sentir abandonnés, seuls chez eux. D'autres se sont demandé si leur vie d'avant reviendrait.

PHOTO FOURNIE PAR L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Catherine Laurier, professeure au département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke

> **« L'adolescence, c'est un moment où on se projette dans l'avenir, il est ouvert devant nous. Comme spécialistes du développement de l'adolescent, on était tristes de lire qu'ils voyaient l'horizon se fermer. »**

> — Catherine Laurier, professeure au département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke

Les parents d'ados inquiets

Elles ne sont pas les seules à s'inquiéter pour les adolescents. Professeure au département de psychoéducation et de psychologie de l'Université du Québec en Outaouais, Annie Bérubé a questionné des parents d'enfants de 0 à 18 ans pour savoir si leurs besoins cognitifs et affectifs, leur sécurité et leurs soins de base étaient comblés.

« J'ai été surprise. Avec cette étude, j'ai vu que ce sont les parents d'adolescents qui s'inquiètent le plus pour leurs besoins. En temps normal, ce sont les parents des plus jeunes enfants qui trouvent la charge plus lourde. Ça montre que la société joue un rôle super important pour les adolescents en temps normal », explique Annie Bérubé.

C'est-à-dire, par exemple, que des parents comptent sur l'école pour fournir un repas à leur adolescent et se demandent en contexte de COVID-19 s'ils l'auront. Dans ce cadre, l'école une journée sur deux inquiète la chercheuse.

> **« C'est d'autant plus inquiétant qu'avec les secondaire 3, on vient toucher la dernière année d'école obligatoire. On a de gros risques d'augmenter le taux de décrochage et on va le savoir juste après [la pandémie]. »**
>
> — Annie Bérubé, professeure au département de psychoéducation et de psychologie de l'Université du Québec en Outaouais

Pour la chercheuse, il faut « évidemment » protéger les plus vulnérables de la COVID-19, mais on ne doit pas oublier que les adolescents sont eux aussi à risque de décrochage, de comportements délinquants, de cyberdépendance. « Il faut les garder à l'école à tout prix, ou le plus possible. Le prix à payer est trop élevé », dit Annie Bérubé.

Et la résilience ?

Les mises en garde de ces chercheuses rappellent celles faites il y a quelques semaines par l'Association des pédiatres du Québec, qui disait s'inquiéter de la santé mentale des adolescents. En réaction, des voix se sont élevées pour dire que les ados, comme les autres, doivent faire leur effort en temps de pandémie, être résilients.

« J'entends ça et ça me fait bondir », dit Catherine Laurier, professeure à l'Université de Sherbrooke. « La résilience, elle se développe quand on vit des épreuves. Mais un élément qui est essentiel pour la développer, c'est de s'appuyer sur des bases solides, et à l'adolescence, ce sont nos parents et les adultes dans notre environnement. Les adolescents peuvent s'adapter, mais on doit absolument être là pour les aider. C'est beaucoup de poids à mettre sur les parents », poursuit Mme Laurier.

Annie Bérubé explique qu'elle ne s'inquiète pas particulièrement pour « les ados privilégiés, qui ont un soutien important à la maison, qui sont motivés à l'école ». « Dans une société, ceux qui nous inquiètent, ce ne sont pas ceux qui vont bien, ce sont les autres. On met énormément de ressources au Québec pour soutenir tout le monde, y compris ceux qui ont des difficultés. Avec la pandémie, c'est eux qu'on lâche », dit la chercheuse de l'Université du Québec en Outaouais.

© La Presse (2018) Inc. Tous droits réservés.