

SAVOIR CONCILIER ÉTUDES ET TRAVAIL

Travailler pendant les études peut être bénéfique pour les jeunes, qu'ils soient au secondaire, au cégep ou à l'université. Mais ce n'est pas toujours le cas! Si certaines conditions ne sont pas respectées, le cumul des études et du travail peut avoir des retombées négatives non négligeables, incluant une diminution du rendement scolaire, un désengagement à l'égard des études, voire le décrochage scolaire.

Un trop grand nombre d'heures de travail hebdomadaire consacré au travail est souvent pointé comme le grand responsable des effets négatifs associés au fait d'occuper un emploi pendant l'année scolaire. Certains estiment que travailler un nombre limité d'heures (par exemple entre 5 et 15 heures) ne serait pas néfaste alors que pour d'autres, 20 heures est le maximum admissible. Qu'en est-il vraiment? Faut-il limiter le nombre d'heures? Comment assurer une bonne conciliation entre les études et le travail?

Proposé par les *Instances régionales de concertation sur la persévérance scolaire et la réussite éducative* (IRC [www.persévérancescolaire.com]), ce feuillet tente de répondre à ces questions en présentant une synthèse de leur vision inspirée des études les plus récentes sur le sujet. Il s'adresse à toute personne ou organisation qui souhaite agir pour favoriser la conciliation études-travail.



UN DOSSIER IMPORTANT POUR LES IRC

Les IRC se préoccupent depuis plusieurs années de la conciliation études-travail (CÉT)¹. Elles ont notamment conçu une vaste gamme d'outils de sensibilisation destinés aux jeunes, aux parents, aux employeurs, aux établissements scolaires et à toutes autres organisations concernées (www.persévérancescolaire.com).

Plus récemment, les IRC ont réalisé une recension de la littérature sur la conciliation études-travail, en collaboration avec le Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ [www.ctreq.qc.ca]). Cette recension a permis d'identifier les facteurs qui contribuent à une bonne conciliation entre les études et le travail et qui peuvent, par conséquent, avoir un impact positif sur la réussite éducative des jeunes.

Pour les IRC, il importe de bien connaître les facteurs pouvant favoriser cette conciliation. Les personnes et les organisations concernées doivent saisir tous les enjeux et se mobiliser pour faire en sorte que la conciliation études-travail soit adéquate et qu'elle ne nuise pas à la réussite éducative.

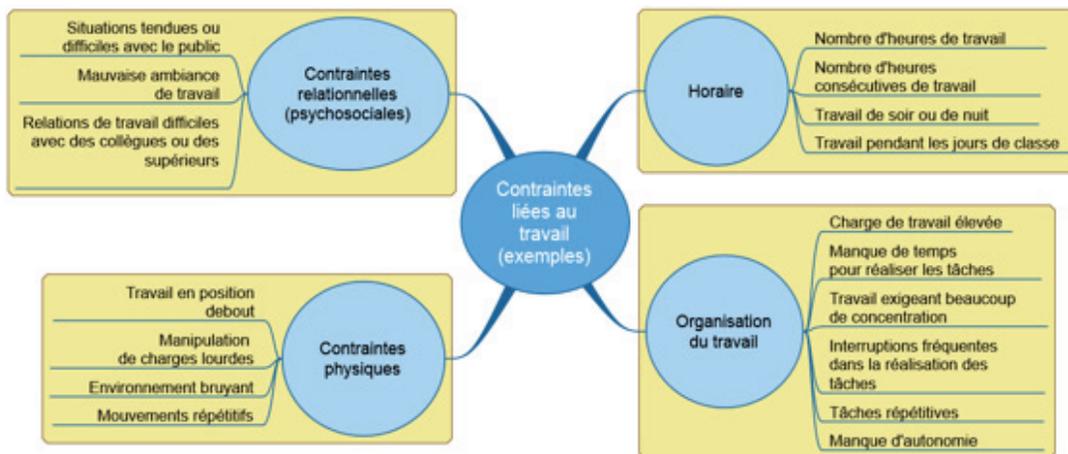
UN FACTEUR DE PROTECTION

Une conciliation études-travail adéquate peut contribuer à la réussite éducative, agissant alors comme « facteur de protection ».

¹La conciliation études-travail est aussi parfois nommée conciliation travail-études (CTÉ).

COMMENT CONCILIER ÉTUDES ET TRAVAIL ?

Les études les plus récentes suggèrent qu'une bonne conciliation entre les études et le travail ne se limite pas au nombre d'heures travaillées par semaine. En fait, plusieurs caractéristiques de l'emploi occupé sont considérées par les chercheurs, soit les contraintes psychosociales et physiques du travail et de celles liées à l'horaire et à l'organisation du travail (voir exemples ci-dessous). De manière générale, plus le nombre et l'importance de ces contraintes augmentent, plus les répercussions négatives sont grandes sur les études, l'emploi et la santé et le bien-être des jeunes (voir tableau 1 page suivante).



LES BÉNÉFICES LIÉS À UNE BONNE CONCILIATION ÉTUDES-TRAVAIL

Une bonne conciliation entre les études et le travail peut être accompagnée de bénéfices pour les jeunes, pourvu que le cumul de contraintes du travail ne soit pas trop élevé.

Le tableau 1 ci-contre illustre les répercussions possibles du cumul des activités scolaires et liées au travail (bénéfices et inconvénients).

Rechercher l'équilibre. Le travail d'élève ou d'étudiant et le travail rémunéré ne sont pas incompatibles, à condition que le travail rémunéré occupe une place raisonnable dans la vie du jeune, et que les contraintes liées au travail soient limitées.

Il importe donc de trouver un équilibre entre la vie scolaire et le travail rémunéré, et cet équilibre ne dépend pas que du nombre d'heures de travail. Ainsi, un jeune qui travaille 6 heures par semaine, dans des conditions stressantes ou qui comportent des risques physiques élevés, vivra plus d'impacts négatifs qu'un jeune qui travaille 15 heures par semaine dans de bonnes conditions.

Y a-t-il un nombre d'heures maximal à respecter ?

Le nombre d'heures n'est pas le seul facteur à considérer. Mais y a-t-il tout de même un nombre maximal d'heures de travail à respecter ?

Certaines recherches avancent qu'au-delà du seuil de 20 heures par semaine, les inconvénients pour l'élève ou l'étudiant sont plus élevés.

En fait, il n'existe pas de consensus par rapport à un seuil critique associé au nombre d'heures de travail. Le nombre d'heures de travail doit varier en fonction :

- du jeune et de sa maturité;
- de la période de l'année (période d'examen, relâche scolaire);
- du niveau scolaire (secondaire, collégial ou universitaire);
- du parcours scolaire (formation professionnelle, technique ou scientifique);
- des contraintes liées au travail et de leurs retombées négatives (fatigue, stress, manque d'énergie, etc.).

TABLEAU 1 – Répercussions possibles du cumul des activités scolaires et liées au travail

BÉNÉFICES (Nombre et importance faibles des contraintes associées à l'emploi)	INCONVÉNIENTS (Nombre et importance élevés des contraintes associées à l'emploi)
Milieu scolaire (études)	
Développement du sens de l'organisation	Moins d'énergie et de temps pour les études
Développement du sens des responsabilités	Baisse de la concentration
Développement d'une discipline personnelle	Retards et absentéisme
	Diminution de la motivation
Milieu du travail (emploi)	
Expérience du marché du travail et de sa culture (ex. : arriver à l'heure, utiliser un langage approprié)	Diminution du rendement
Développement de liens avec des adultes significatifs	Hausse du risque de blessures et d'accidents
Valorisation et reconnaissance	Retards et absentéisme
Connaissance de soi et de ses intérêts professionnels	
Développement de connaissances et compétences (expérience pratique)	
Santé et vie personnelle	
Autonomie financière accrue	Stress, fatigue, etc.
Meilleure estime de soi	Privation de sommeil
Transition plus harmonieuse entre les études et le marché de l'emploi	Diminution de l'activité physique
	Hausse des mauvaises habitudes alimentaires, de la consommation de cigarettes, d'alcool et de drogues
	Diminution des activités sociales



Les étudiants québécois de 15-24 ans détiennent le record canadien du plus grand nombre d'heures de travail rémunéré par semaine avec 14,7 h/sem.



LES JEUNES TRAVAILLENT-ILS PLUS QU'AUTREFOIS?

Selon des études récentes, les élèves du secondaire et les étudiants du collégial et de l'université travaillent plus que jamais. Au secondaire, le pourcentage d'élèves qui travaillent augmente selon le degré scolaire (tableau 2). En secondaire 1, ils sont plus du tiers à avoir un emploi et en secondaire 5, une majorité travaille (55 %). Près des trois quarts travaillent plus de 6 heures par semaine et plus du quart (27 %) consacrent plus de 16 heures par semaine à leur emploi.

75 % des élèves
de 5^e secondaire
travaillent plus de 6 h
par semaine.

TABLEAU 2 - Nombre d'heures travaillées par semaine chez des élèves du secondaire

Degré	Sans emploi %	Avec emploi %	% des jeunes (parmi les élèves qui travaillent)			
			- de 6 h/sem.	6 à 10 h/sem.	11 à 15 h/sem.	16 et + /sem.
Secondaire 1	62	38	72	17	6	5
Secondaire 2	61	39	68	21	6	6
Secondaire 3	60	40	58	20	10	12
Secondaire 4	56	43	43	22	17	17
Secondaire 5	45	55	25	22	26	27
Total	57	43	52	21	13	14

Source : Institut de la statistique du Québec, 2012 (www.stat.gouv.qc.ca)

LE CUMUL DES ACTIVITÉS

Les travaux d'ÉCOBES – Recherche et transfert (www.cegepjonquiery.ca/ecobes) ont révélé que le total des heures consacrées aux études et au travail par des jeunes de 17 à 18 ans peut être très élevé, voire inquiétant.

Le cumul des activités (nombre total d'heures consacrées aux cours, aux travaux scolaires et au travail rémunéré) peut atteindre :

- Environ **34 h/sem.** chez les jeunes qui consacrent moins de **10 h/sem.** au travail rémunéré.
- Plus de **60 h/sem.** chez ceux qui consacrent plus de **20 h/sem.** au travail rémunéré.

Ce cumul d'activités peut inclure bien d'autres facettes de la vie des jeunes, comme l'illustre le schéma ci-dessous.



POURQUOI LES JEUNES TRAVAILLENT-ILS?

Les raisons invoquées pour travailler varient selon l'âge et le niveau scolaire. Les jeunes affirment travailler pour assurer leurs besoins de base (nourriture, logement), pour s'adonner à leurs loisirs, pour payer leurs droits de scolarité et le matériel scolaire ou pour acheter des biens.

Au secondaire, le travail à temps partiel est un élément de valorisation qui peut occuper une place aussi importante que l'école. Au cégep et à l'université, le travail est souvent un moyen pour poursuivre ses études (ex. payer ses droits de scolarité, assurer sa subsistance).

NOUS AVONS TOUS UNE RESPONSABILITÉ!

La conciliation études-travail joue un rôle important dans notre société. Elle interpelle directement les élèves et les étudiants, mais aussi tous les acteurs qui gravitent autour d'eux : employeurs, parents, enseignants, intervenants, amis, etc.

Vous êtes employeur ? Montrez de la flexibilité. L'élève ou l'étudiant donnera un meilleur rendement au travail s'il n'est pas stressé par ses études. Comme employeur, vous devriez vous informer du cheminement scolaire des jeunes que vous employez et vous préoccuper de leur intégration au travail. Vous devez connaître les contraintes de travail inhérentes aux emplois que vous proposez aux jeunes et tenter de réduire ces contraintes. Vous pouvez, par exemple, modifier les tâches d'un jeune travailleur ou diminuer son temps de travail à l'approche des examens.

Un bon employeur saura faire preuve de flexibilité à l'égard des élèves ou des étudiants qu'il embauche.

Vous êtes parent ? Informez-vous. Informez-vous du type de travail que votre enfant effectue. Quelles tâches doit-il réaliser? Combien d'heures y consacre-t-il? Bien informés, vous serez en mesure d'évaluer les contraintes organisationnelles, relationnelles, physiques et liées à l'horaire qui caractérisent l'emploi qu'occupe votre enfant. Vous pourrez le soutenir et le sensibiliser à l'importance de se fixer des limites en fonction de ses besoins et capacités.

Vous travaillez dans une école ? Sensibilisez les jeunes à la CÉT. Avec votre rôle d'influence, vous pouvez sensibiliser les jeunes à l'importance de leurs études – qui devraient être leur priorité – et d'une conciliation études-travail adéquate. Vous pouvez amener les jeunes à prendre conscience des contraintes liées au travail et les amener à agir pour diminuer les effets potentiellement négatifs sur leur réussite scolaire.



LE SAVIEZ-VOUS?

43 % des élèves du secondaire considèrent que travailler est aussi important qu'étudier. 74 % des élèves du secondaire et 71 % des étudiants au collégial travaillent dans le secteur des ventes.

DES JEUNES RESPONSABLES

Les élèves et les étudiants ont aussi leurs responsabilités. Ils doivent identifier les contraintes liées à leur emploi et les analyser en fonction de leurs capacités, de leurs besoins et de leurs priorités.

Les jeunes doivent pouvoir communiquer avec leur patron afin d'établir une entente tenant compte de l'importance qu'ils accordent à leurs études. Ils doivent aussi informer leur patron des périodes durant lesquelles ils sont moins disponibles.

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!

www.perseverancescolaire.com

Vous voulez en savoir plus sur la conciliation études-travail? Communiquez avec l'Instance régionale de concertation sur la persévérance scolaire et la réussite éducative de votre région. Vous pourrez aussi y obtenir des conseils pratiques et connaître les actions mises en œuvre dans votre secteur. Vous voulez passer à l'action? N'hésitez pas à nous présenter votre projet!