



123rf.com

UN WEBINAIRE
RÉSEAU RÉUSSITE
MONTRÉAL
JEUDI LE 21 MAI 2020

ADOLESCENTS EN CONFINEMENT

RÉSULTATS PRÉLIMINAIRES D'UNE
ÉTUDE SUR LEUR BIEN-ÊTRE
PSYCHOLOGIQUE

KRISTEL TARDIF-GRENIER, PH.D.
ISABELLE ARCHAMBAULT, PH.D.
VÉRONIQUE DUPÉRÉ, PH.D.

ÉQUIPE



Kristel Tardif-Grenier, Ph.D. ps.éd.

Professeure au Département de Psychoéducation et de Psychologie
Université du Québec en Outaouais

Isabelle Archambault, Ph.D.

Professeure à l'École de Psychoéducation, Université de Montréal

Titulaire de la Chaire du Canada sur l'école, le bien-être et la réussite éducative des enfants

Co-titulaire de la Chaire Myriagone McConnell-UdM en mobilisation des connaissances jeunes

Chercheuse au Centre interdisciplinaire de recherche sur le cerveau et l'apprentissage (CIRCA)

Véronique Dupéré, Ph.D.

Professeure à l'École de Psychoéducation, Université de Montréal

Titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur la transition à l'âge adulte

Co-titulaire de la Chaire Myriagone McConnell-UdM en mobilisation des connaissances jeunesse

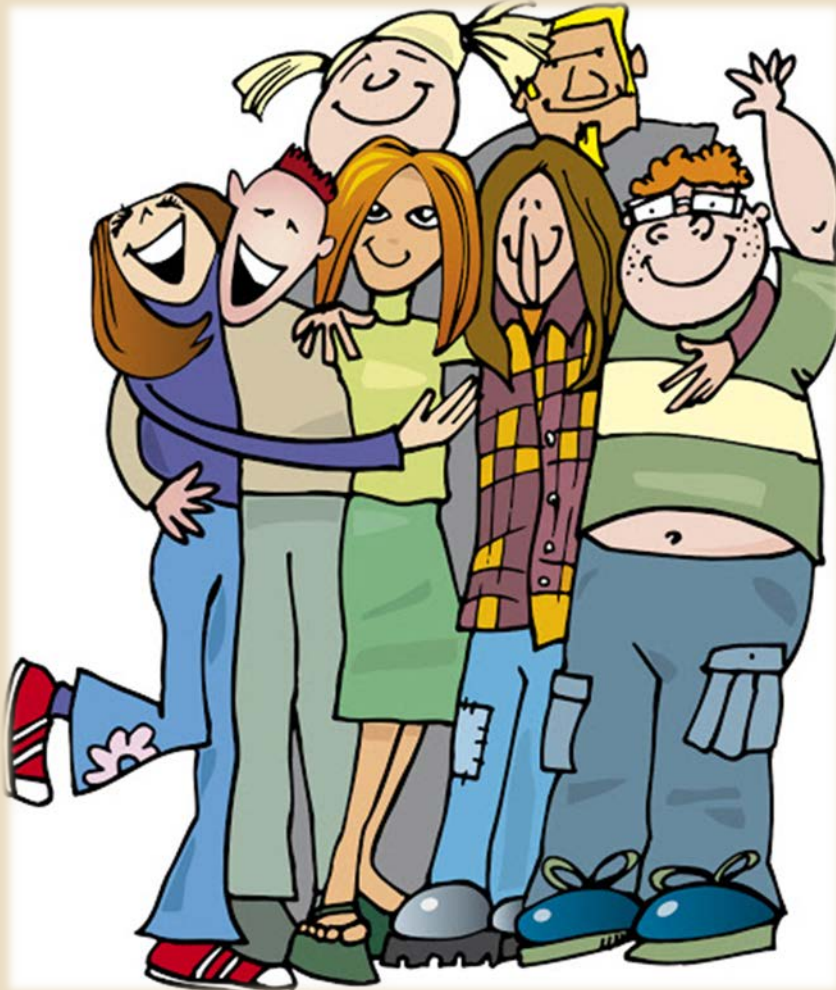
Chercheuse à l'Institut de recherche en santé publique de l'Université de Montréal

Annie Lemieux M.Sc.

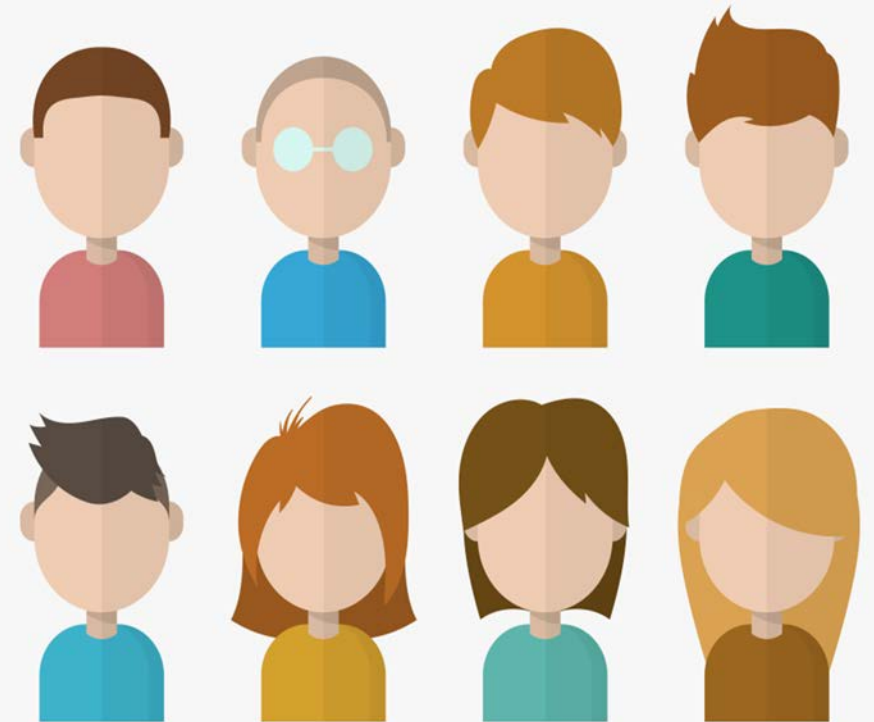
Statisticienne

POURQUOI LES ADOLESCENTS ?

Importance des amis



Construction identitaire
Quête de sens



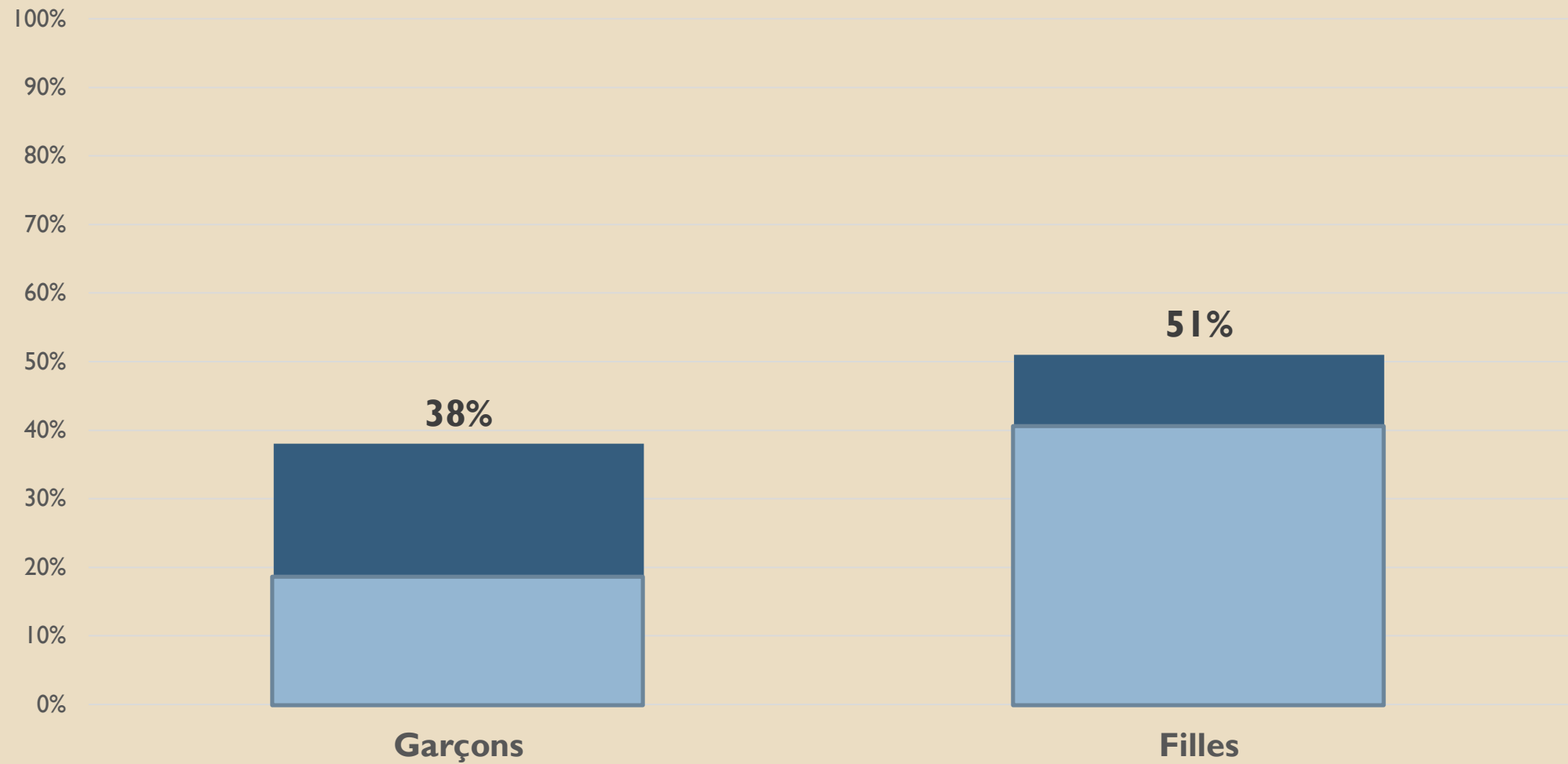


MÉTHODE

- Sondage en ligne **entre le 8 et le 30 avril 2020**
- Méthode mixte (statistiques et textes)
- **1 251 adolescent.es de 12 à 17 ans**
 - 70% de filles (proportion prise en compte dans les résultats)
- 82% fréquentent une école publique
- Toutes les régions du Québec

- Parents
 - 50% familles biparentales
 - 30% parents en télétravail
 - 25% parents travaillent à l'extérieur

Prévalence de la détresse psychologique chez les adolescents ayant participé à l'étude



ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UNE DÉTRESSE ÉLEVÉE



Détresse psychologique:

- Se perçoivent comme plus stressés et tristes que d'habitude
- Présence de symptômes anxieux¹
 - Pensées envahissantes au sujet d'un événement négatif
- Niveaux inquiétants de symptômes dépressifs²
 - Sentiment de solitude
 - Dévalorisation
 - Manque de confiance en l'avenir



-
1. The Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)
 2. Center for Epidemiological Studies Depression (CES-D)

ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UNE DÉTRESSE ÉLEVÉE



Quotidien en confinement:

- Perçoivent les membres de leur famille comme plus stressés que d'habitude
- Rapportent moins de soutien scolaire de leurs parents
- Propos qui témoignent de difficultés familiales
- Font moins de travaux scolaires
- Sont moins nombreux à suivre un horaire



ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UNE DÉTRESSE ÉLEVÉE



Stratégies adaptatives

Des stratégies négatives

- Déni
- Blâme
- Consommer alcool et/ou drogues
- Renoncer/ abandonner

Recherche de soutien

- Aide et conseils
- Compréhension
- Évacuer et exprimer ses sentiments

Se distraire



« Comme je n'ai aucune autodiscipline et pas de routine je trouve que c'est déprimant et je manque de contacts humains. C'est comme une période d'introspection forcée et je n'aime pas devoir passer du temps dans ma tête en isolement. »

Yaël, 15 ans, Estrie

« Mon sommeil est décalé. Le contact physique avec les gens me manque. Je vais bien une journée sur deux. Je pleure une journée sur deux. Je me sens impuissante face à la souffrance de mes amis. (...) Je pense que je vis avec pas mal de frustration enfouie et un tas d'autres émotions que je ne comprends même pas. »

Ariane, 17 ans, Montréal

« Je ne peux pas voir mes meilleures amies, et c'est ce qui me réconfortait entre les disputes avec ma mère et les difficultés chez mon père. »

Camille, 14 ans, Laval

*Noms fictifs

ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UN CERTAIN BIEN-ÊTRE



Bien-être psychologique:

- Se perçoivent comme beaucoup moins stressés et moins tristes que d'habitude
- Symptômes anxieux et dépressifs
 - Faibles ou normaux



ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UN CERTAIN BIEN-ÊTRE



Quotidien en confinement:

- Propos qui témoignent de rapprochements familiaux
- Rapportent plus de soutien scolaire de leurs parents
- Font plus de travaux scolaires
- Sont plus nombreux à suivre un horaire



ENVIRON LE TIERS DES JEUNES PRÉSENTENT UN CERTAIN BIEN-ÊTRE



Stratégies adaptatives

- Trouver un sens positif
- Accepter la situation
- Humour

« J'apprécie énormément ce moment de pause. L'école constitue une grande source de stress selon moi et je crois que sans ce moment d'arrêt forcé ma santé mentale serait en moins bon état. Lorsqu'il y a de l'école, je n'ai pas le temps nécessaire afin d'aller dehors, de m'amuser et de pratiquer un passe-temps. »

Lea, 16 ans, Laurentides



« Ma mère continue de travailler mais à la maison maintenant. On s'est un peu plus rapprochées puisqu'on dîne ensemble sur l'heure du lunch. »

Maeva, 14 ans, Québec

« On se redécouvre en tant qu'ado et c'est beaucoup d'apprentissages donc moi j'aime ça »

Clara, 14 ans, Longueuil

« La période de confinement c'est exactement ce qu'il me fallait, j'ai beaucoup travaillé sur moi-même et je prends plus de temps pour moi »

Sophie, 14 ans, Outaouais

« J'ai appris beaucoup de choses et je prends plus soin de moi-même. Par exemple, j'ai commencé à faire de l'exercice régulièrement. Une habitude que je n'arrêterai pas même après le confinement. »

Jade, 16 ans, Montréal

CONCLUSION

« On est à l'âge où on a envie d'en faire qu'à notre tête, on a envie de créer des souvenirs car l'adolescence est une très belle partie de nos vies et le confinement c'est comme si la porte qui nous permet de se découvrir en tant que personne et de profiter de la vie vient de se fermer. »

Anabelle 15 ans, Estrie



Merci

kristel.tardif-grenier@uqo.ca