



MESURER LE NIVEAU DE DÉTRESSE DES ÉTUDIANTS SUR NOS CAMPUS : C'EST POSSIBLE !

AQPC 2023
8 JUIN 15 H 30

Catherine Papillon, directrice adjointe des études
Laurence Marcotte, analyste

B COLLÈGE DE
BOIS-DE-BOULOGNE



Constats de recherche

(2013-2014-2016)¹

Enquête menée auprès de 17 000 répondants répartis dans 11 cégeps et portant sur l'anxiété et la détresse de la population étudiante collégiale¹ :

- 1** Le tiers des étudiantes et étudiants des collèges sont aux prises avec des problèmes d'anxiété tels qu'il leur est difficile de fonctionner normalement.
- 2** L'anxiété de performance ressort comme un déterminant important de leur état de détresse.
- 3** Lorsque les étudiantes et étudiants vivent une difficulté personnelle, ceux-ci ont majoritairement recours à **une ressource d'aide** au Collège. Une fois sur deux, le personnel enseignant est sollicité.

¹ GOSSELIN, Marc-André et DUCHARME, Robert. « Détresse et anxiété chez les étudiants du collégial et recours aux services d'aide socioaffectifs », Université Laval, Revue *Service social*, volume 63, numéro 1, 2017, p. 92-104.



Situations de détresse chez les étudiants

N°1 39%
Exigences de réussite

N°2 38%
Surcharge de travail

N°3 32%
Échec scolaire

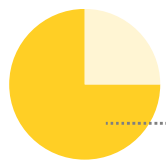
N°4 23%
Conflit familial

N°5 20%
Finance

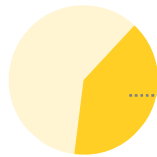
N°6 17%
Mortalité

N°7 15%
Rupture amoureuse

Caractéristiques de notre population étudiante



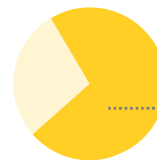
issue à 75 % d'écoles secondaires québécoises



dont 40 % n'a pas le français comme langue maternelle



Issue à 33 % d'une première génération d'immigration



inscrite à 72 % dans un programme préuniversitaire



dont la moyenne générale au secondaire figure parmi les plus élevées du réseau collégial



qui arrive au collégial avec de très hautes attentes sur le plan de la performance scolaire



aux prises avec un niveau élevé de détresse et d'anxiété

Plan stratégique 2021-2026

ORIENTATION 1 :

Développer une culture institutionnelle de la réussite soutenant le mieux-être des étudiantes et des étudiants

Changer de cap : le plan stratégique 2021-2026

ENJEU 1 LA RÉUSSITE D'UNE POPULATION ÉTUDIANTE DIVERSIFIÉE

ORIENTATION 1 : Développer une culture institutionnelle de la réussite soutenant le mieux-être des étudiantes et des étudiants

AXE D'INTERVENTION 1

Les étudiantes et les étudiants engagés dans leurs apprentissages

OBJECTIF 1.1

Développer chez les étudiantes et les étudiants les habiletés requises pour s'adapter aux études supérieures et aux exigences du marché du travail

OBJECTIF 1.2

Promouvoir l'engagement comme vecteur de réussite

AXE D'INTERVENTION 2

La classe, un environnement pédagogique inclusif

OBJECTIF 2.1

Actualiser les compétences des enseignantes et des enseignants dans l'utilisation de stratégies pédagogiques et de méthodes d'évaluation inclusives

OBJECTIF 2.2

Mettre en œuvre des mesures facilitant l'inclusion en classe des étudiantes et des étudiants à besoins particuliers qui souhaitent y réaliser leurs évaluations

OBJECTIF 2.3

Favoriser un plus grand engagement des étudiantes et des étudiants des programmes techniques dans la formation générale

AXE D'INTERVENTION 3

Le Collège, un environnement éducatif bienveillant

OBJECTIF 3.1

Améliorer le bien-être des étudiantes et des étudiants sur le campus

OBJECTIF 3.2

Diminuer le taux de détresse et d'anxiété des étudiantes et des étudiants en contexte scolaire

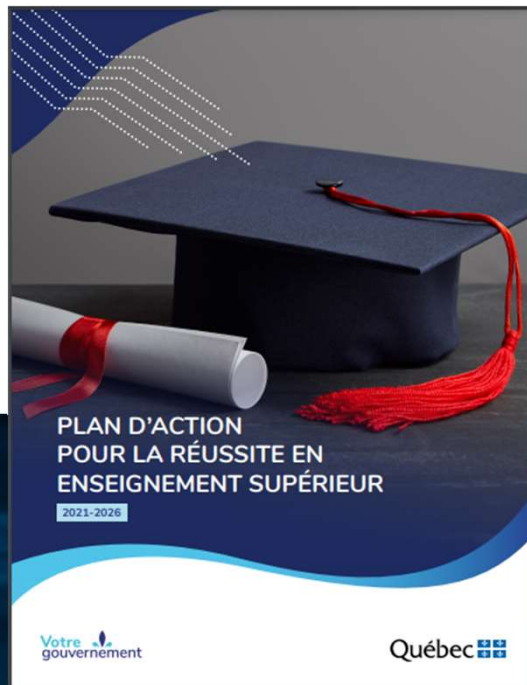
OBJECTIF 3.3

Adopter des pratiques évaluatives fondées sur la rétroaction où l'erreur devient une occasion d'apprendre

OBJECTIF 3.4

Créer un carrefour de l'accompagnement scolaire et psychosocial (Archipel)

Contexte | Deux plans d'action ministériels (2021)



A photograph of a person wearing a light blue denim jacket, with their hands clasped in front of them. The image is overlaid with a dark blue gradient. The text 'MESURER - SUIVRE' is centered in a bold, yellow, sans-serif font.

MESURER - SUIVRE

Processus d'élaboration

DOCUMENTER

Deux **références** majeures:

- L'étude de Marc-André Gosselin et Robert Ducharme, *Détresse et anxiété chez les étudiants du collégial* (2017);
- Le sondage *Canadian Campus Wellbeing Survey* (2020), élaboré par UBC, en collaboration avec The Rossy Foundation

DÉVELOPPER

Création d'un comité de travail issu du **comité de la réussite**

Composé des personnes suivantes:

- Direction adjointe (EO)
- Direction adjointe (FC)
- Analyste
- Conseiller pédagogique (EO)
- Psychologue
- Employée de soutien

VALIDER

Aller-retours multiples avec une grande variété d'intervenants :

- Équipe psychosociale (psychologues, travailleuse sociale, infirmière, etc.)
- Comité de la réussite (22 membres issus de toutes les catégories de personnel)
- Département d'éducation physique
- Cadres de la DÉ, de la DVÉREÉ et de la FC

Première version du questionnaire (2022-2023)



Échantillon et méthodologie

- **Dates de passation :**
 - H22 : du 19 janvier au 1er février 2022
 - A22 : du 22 août au 9 septembre 2022
 - H23 : du 19 janvier au 30 janvier 2023
- **Étudiants ciblés :** étudiants inscrits à un cours d'Éducation physique de l'ensemble 3
- **Contexte de passation :** via Omnivox, dans le cadre du cours d'éducation physique
- **Réponses considérées* :** réponses fournies en deux minutes et plus et réponses au questionnaire complet
- **Temps de réponse moyen :** 15 minutes

SESSION DE PASSATION	CUMUL H22 - A22 - H23
Taille de l'échantillon	1375
Nombre de répondants total	1189
Taux de réponse total	86%
Nombre de répondants considérés*	1030
Taux de réponse considéré*	75%

Profil socio démographique

Cheminement scolaire	Inscrits en 2 ^e ou 3 ^e année d'études au Collège
Âge	Entre 18 et 20 ans
Lieu de naissance	Majoritairement nés au Canada (64%) Proportion importante d'étudiants originaires du Maghreb (22%), du Moyen-Orient (12%) et d'Haïti (6%)
Lieu de résidence	Majoritairement chez leurs parents (88%)
Orientation sexuelle	Généralement hétérosexuel.les (75%). D'autres s'identifient comme étant gais / lesbiennes (1%), bisexuel.les (5%) ou incertains quant à leur orientation sexuelle (4%)
Santé mentale générale	Certains souffrent de troubles neurologiques (8%)
État civil	Majoritairement célibataires (66%) Une bonne proportion déclare toutefois être en couple (22%)
Responsabilités parentales	Généralement sans enfants à charge (93%)
Travailleur actif	Près de 50% des répondants travaillent de 5h à 20h par semaine ou ne travaillent pas (23%)

Quelques résultats :

Santé et bien-être sur le campus | 2022-2023

51% se disent incapables ou rarement capables de **gérer leur stress**.

40% disent avoir une **crainte de décevoir ou une peur d'être jugé**.

60% notent avoir énormément ou beaucoup d'**exigences** liées à la réussite scolaire.

37% se disent parfois ou jamais **optimistes** par rapport à leur avenir.

47% ont toujours ou souvent l'impression de **ne pas être à la hauteur** de leurs idéaux de réussite (idem étude de 2013).

43% disent présenter des difficultés de **concentration ou d'attention**.

22% se sentent toujours ou souvent **désespérés**.

47% se disent **parfois ou jamais intéressés par les autres**.

44% disent que s'ils avaient des problèmes, ils **n'en parleraient à personne**.

49% se sentent toujours ou souvent **fatigués** ou **épuisés**.



Poser un regard critique sur notre outil

Le positif



- Résultats **probants**
- Large éventail de répondants
- Source **d'information** importante sur l'état de santé de la population étudiante
- Outil de **mobilisation** important, pour tous les services
- **Appel à l'action** pour plusieurs directions des deux secteurs de formation

Les limites



- Questions trop **nombreuses** et parfois redondantes
- Thèmes **disséminés**, centrés autant sur les facteurs internes que sur les causes externes affectant le bien-être étudiant
- Trop de variété des **échelles** de réponses
- Difficulté à traduire les réponses en **indicateurs de suivi** pour le plan stratégique



S'AJUSTER

Version 2.0 : Une source d'inspiration

- Restructuration complète du questionnaire, inspirées des grands axes de **l'environnement éducatif du modèle élaboré par Carole Lavoie** (*La réussite au cégep : regards rétrospectifs et prospectifs, 2021*)
- Ajout de questions pour certaines catégories non documentées, notamment:
 - La qualité de la relation prof / élève
 - L'adéquation entre les infrastructures et les besoins des élèves
- Uniformiser les questions et limiter les échelles de réponses



Figure 28. Pratiques à impact élevé relatives à l'environnement éducatif reconnues par la recherche

Catégories de questions

OBJECTIF 3.1 :

Améliorer le bien-être des étudiantes
et des étudiants sur le campus

Indices de Bien-être

- 1 Qualité de la relation enseignant.e / étudiant.e
- 2 Sentiment de sécurité et d'inclusion sociale sur le campus
- 3 Satisfaction par rapport aux activités (sportives, éducatives, culturelles) offertes sur le Campus
- 4 Sentiment de compétence et perception positive de soi
- 5 Offre alimentaire sur le campus adaptée aux besoins
- 6 Espaces et infrastructures adéquats au Collège

Quelques exemples de questions :

Veillez indiquer votre degré d'accord avec les énoncés ci-dessous concernant la qualité des interactions avec vos enseignantes et vos enseignants depuis le début de vos études collégiales à BdeB.

1. Je considère que mes enseignant.e.s me respectent.
2. Je considère que mes enseignant.e.s tiennent compte de mon rythme d'apprentissage.
3. J'ai le sentiment que mes enseignant.e.s croient en mon potentiel, à l'école ou dans la vie.
4. Je considère que mes enseignant.e.s sont disponibles et accessibles lorsque j'en ai besoin.
5. Je considère que mes enseignant.e.s m'encouragent à m'investir dans la vie du Collège.
6. Je considère que mes enseignant.e.s instaurent un climat bienveillant en classe.

Catégories de questions

Quelques exemples de questions :

Veillez indiquer la fréquence à laquelle vous avez vécu les situations suivantes depuis le début de vos études collégiales à BdeB.

1. J'ai des troubles de mémoire.
2. J'ai l'impression de ne pas être à la hauteur de mes idéaux de réussite.
3. J'ai de la difficulté à me concentrer ou j'ai un manque d'attention.

OBJECTIF 3.2 :

Diminuer le taux de détresse et d'anxiété des étudiantes et des étudiants en contexte scolaire

Symptômes de détresse et d'anxiété

- 1 Manifestation de symptômes physiques (sensation)
- 2 Manifestation de symptômes cognitifs (apprentissage)
- 3 Manifestation de symptômes émotionnels (émotions)
- 4 Manifestation de symptômes comportementaux, incluant les dispositions au suicide (actions)

OBJECTIF 3.2 :

Diminuer le taux de détresse et d'anxiété des étudiantes et des étudiants en contexte scolaire

Causes de détresse et d'anxiété

1 Causes externes

- 1.1 Relations sociales et familiales difficiles
- 1.2 Situation économique instable
- 1.3 Habitudes de vie nuisibles et condition de santé particulière
- 1.4 Évènements déstabilisants
- 1.5 Dépendances nuisibles
- 1.6 Préjugés en santé mentale

2 Causes internes

- 2.1 Pression scolaire et niveau d'exigence
- 2.2 Environnement éducatif inadéquat par rapport aux besoins
- 2.3 Insuffisance des mesures offertes sur le campus

Quelques exemples de questions

Veillez indiquer le niveau de détresse que vous avez vécu en regard des situations suivantes depuis le début de vos études collégiales à BdeB.

1. Échec scolaire
2. Exigences liées à la performance scolaire
3. Force de la cote R
4. Mauvaise compréhension de la cote R
5. Surcharge de travail (devoirs, travaux)
6. Conflit d'horaire
7. Gestion du temps et des priorités
8. Changement de programme
9. Acquis scolaires insuffisants (cours manquants ou mal maîtrisés pour intégrer le collégial)
10. Adaptation au cégep (rythme des études, autonomie, encadrement)



AGIR

Cibles les enjeux



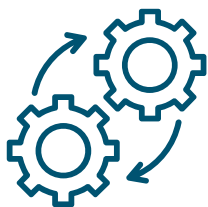
1- Gestion du stress et préjugés
sur la santé mentale



2- Pression scolaire et
charge de travail



3- Accessibilité des services
et des mesures d'aide



4- Transition au collégial et
inclusion sociale



5- Environnement éducatif
et infrastructure

Nos défis – Nos actions

1- Gestion du stress et préjugés sur la santé mentale

Quelques-unes de nos actions

- ✓ Bonification de l'équipe psychosociale
- ✓ Formation sur la santé mentale intégrée au cursus obligatoire, notamment dans le premier cours d'éducation physique (Ensemble 1)
- ✓ Élaboration d'une *Politique en santé mentale étudiante*
- ✓ Adhésion à la *Norme canadienne en santé mentale pour les étudiantes et les étudiants postsecondaires*
- ✓ Adhésion à la Charte de l'Okanagan

2- Pression scolaire et charge de travail

Quelques-unes de nos actions

- ✓ Communauté de pratiques sur les **approches inclusives** pour permettre au personnel enseignant d'actualiser leurs approches pédagogiques
- ✓ Révision de la *Politique institutionnelle d'évaluation des apprentissages*
- ✓ Plan d'action 2023-2024 pour diminuer la pression scolaire (*issu du comité de la réussite*)
- ✓ Structuration de l'enseignement : élaboration du *Processus d'élaboration et de validation des plans-cadres et des plans de cours*

Nos défis – Nos actions

3- Accessibilité des services et des mesures d'aide

Quelques-unes de nos actions

- ✓ Aménagement d'un carrefour (physique et virtuel) de l'accompagnement scolaire et psychosocial
- ✓ Actualisation du système d'évaluation des mesures et des services d'aide
- ✓ Implantation d'une plateforme permettant d'identifier les étudiantes et les étudiants à risque d'échec ou de désistement

4- Transition au collégial et inclusion sociale

Quelques-unes de nos actions

- ✓ Journées d'accueil ajoutées incluant des ateliers de préparation aux études collégiales
- ✓ Embauche d'une nouvelle ressource en orientation
- ✓ Élaboration d'une *Politique de reconnaissance et de valorisation de la diversité*

Nos défis – Nos actions

5- Environnement éducatif et infrastructure

Quelques-unes de nos actions

- ✓ Rénovation des aires de repas
- ✓ Revitalisation de certains espaces communs
- ✓ Projet d'aménagements extérieurs





CONCLUSION

Nous contacter :

catherine.papillon@bdeb.qc.ca

laurence.marcotte@bdeb.qc.ca

B COLLÈGE DE
BOIS-DE-BOULOGNE

