

# Les difficultés de la transition secondaire-collégiale : quand la dépression s'en mêle



par Ariane Meunier-Dubé et Diane Marcotte,  
Université du Québec à Montréal

**Nous savons déjà que la dépression constitue l'un des problèmes les plus fréquents rencontrés par les psychologues scolaires au secondaire. Or, il semble que depuis quelques années, nous observons une augmentation marquée des demandes de consultation de la part des étudiants pour des services psychologiques dans les établissements collégiaux et universitaires et qu'un grand nombre de ces demandes proviennent d'étudiants ayant des symptômes dépressifs. Afin de mieux comprendre cette problématique, cet article vise à exposer les difficultés que peuvent rencontrer ces étudiants et ce, particulièrement sur le plan de leur adaptation au collège.**

## Les changements et stress associés à la transition secondaire-collégial

La transition entre les niveaux secondaire et collégial constitue une période de stress importante, se traduisant par des changements majeurs. Sur le plan affectif, ce passage est souvent marqué par le départ de la maison familiale et sur le plan scolaire, il s'ensuit une augmentation de la durée des cours ainsi que du rythme de travail. Dans le milieu collégial, l'existence de règles informelles constitue une rupture importante avec l'expérience scolaire des étudiants puisque celle-ci repose davantage sur l'apprentissage de règles formelles. Le fait de ne pas connaître ces règles et ces exigences peut constituer une source d'anxiété pour plusieurs d'entre eux. À cela peut s'ajouter plusieurs autres sources de stress telles que celles reliées à la réussite scolaire, à l'adaptation au collège ainsi qu'à la construction d'un nouveau réseau social.

## Le risque de décrochage au niveau collégial

L'adaptation au milieu collégial constitue un élément central dans la poursuite des études postsecondaires. Bien que la majorité des étudiants s'adaptent bien à ce nouvel environnement, certains éprouvent des difficultés notables.

Si la problématique de l'abandon des études au collégial demeure moins connue qu'au niveau secondaire, il n'en demeure pas moins que le Québec, avec un taux d'abandon de 24%, figure, avec l'Alberta, parmi les provinces canadiennes où il y a un risque élevé d'abandonner ses études<sup>1</sup>. Parmi les étudiants qui terminaient leurs études en 2007-2008

au Québec, on estime que 72,4 % des étudiants en formation préuniversitaire et que 62,4 % en formation technique ont obtenu leur diplôme d'études collégiales<sup>2</sup>.

## **La dépression, un prédicteur important du risque de décrochage scolaire**

Parmi un ensemble de facteurs permettant de comprendre les différences individuelles relatives aux difficultés d'adaptation rencontrées au collège, les facteurs psychologiques sont importants pour comprendre comment les individus diffèrent dans leur façon de faire face au stress de la transition<sup>3</sup>. La présence de symptômes dépressifs serait un facteur majeur pour la prédiction du risque de décrochage scolaire<sup>4</sup>.

Malgré le fait qu'ils passent souvent inaperçus, plusieurs jeunes éprouvent des symptômes dépressifs lors de la transition secondaire-collégial. Des chercheurs<sup>5</sup> ont observé que durant la période de 15 à 18 ans, les taux de dépression augmentent de façon majeure pour les deux genres et les taux de dépression chez les filles sont jusqu'à deux fois plus importants que ceux observés chez les garçons. De plus, dans une étude examinant le passage à l'âge adulte, les filles ayant présenté des problèmes de comportement extériorisés durant leur secondaire – tel que rapportés par leurs enseignants – présentaient davantage de symptômes de dépression et d'anxiété durant leur première année au niveau collégial<sup>6</sup>.

## **Les effets des symptômes dépressifs sur l'adaptation scolaire au collégial**

Les symptômes dépressifs ont un effet négatif sur l'adaptation des étudiants au collège. En effet, un des symptômes de la dépression est la présence de difficultés à se concentrer, ce qui peut nuire de façon considérable à leur fonctionnement ainsi qu'à leur rendement scolaires. Chez les adolescents dépressifs, il y aurait une altération de certaines de leurs fonctions cognitives, telles que celles impliquées dans la mémoire et l'attention. Ces aspects permettent de souligner les difficultés que peuvent rencontrer les étudiants dépressifs devant les nouvelles exigences scolaires du milieu collégial. De plus, plusieurs étudiants dépressifs ont le sentiment d'avoir un avenir dans lequel ils ne pourront pas réaliser le métier qu'ils souhaiteraient. La perte d'intérêt dans les activités habituelles constituant un autre symptôme de la dépression, on remarque que plusieurs étudiants dépressifs ressentent une perte d'intérêt concernant des champs d'étude ou des activités qu'ils affectionnaient auparavant, ce qui peut avoir un effet négatif sur le développement de leur identité ainsi que l'établissement de leur choix de carrière et entraîner des conséquences importantes sur le plan de la persévérance scolaire, pouvant contribuer à les amener à décrocher.

## **Les effets des symptômes dépressifs sur l'adaptation sociale**

Sur le plan de l'adaptation sociale, les jeunes dépressifs ont tendance à se replier sur eux-mêmes, à s'isoler et à éviter de s'exposer à différents événements. Le fait d'adopter ces comportements d'évitement peut nuire à la construction d'un réseau social chez les

étudiants dépressifs et diminuer leurs chances de vivre des expériences positives avec les membres de la communauté collégiale. Ces jeunes ont ainsi tendance à éviter les situations dans lesquelles ils peuvent recevoir des renforcements positifs et à diminuer leur nombre d'activités plaisantes, ce qui, en retour, augmente les symptômes de la dépression.

### **Autres risques associés à la dépression chez les étudiants**

Il va sans dire que les éléments mentionnés précédemment constituent des obstacles majeurs à l'adaptation au collège des étudiants. Ainsi, pour les étudiants dépressifs, devant tous les défis et les différentes sources de stress inhérentes à la transition secondaire-collégial, s'ajoutent les difficultés associées aux symptômes dépressifs. De plus, les adolescents dépressifs présentent davantage de risques de vivre un nouvel épisode dépressif, ou encore, des troubles anxieux, des comportements suicidaires, des échecs scolaires ainsi qu'une diminution de la probabilité de poursuivre des études postsecondaires<sup>7</sup>.

### **En conclusion**

La dépression a de nombreux effets qui nuisent à l'adaptation scolaire et sociale des étudiants au niveau collégial. Étant donné que la présence de symptômes dépressifs constitue un facteur de risque majeur pour le décrochage scolaire et que ces symptômes peuvent également avoir des effets négatifs importants sur leur rendement scolaire, il est important de souligner l'importance d'offrir des services psychologiques à ces étudiants et d'intervenir afin de favoriser leur persistance dans leurs études postsecondaires.

## Références

- <sup>1</sup> Shaienks, D., Gluszynski, T. & Bayard, J. (2008). Les études postsecondaires – participation et décrochage : différences entre l’université, le collège et les autres types d’établissements postsecondaires. Division de la Culture, tourisme et centre de la statistique de l’éducation. Statistique Canada. Extrait de : <http://www.statcan.gc.ca/pub/81-595-m/81-595-m2008070-fra.pdf>
- <sup>2</sup> Ministère de l’Éducation, du Loisir et du Sport (2010). Indicateurs de l’éducation : édition 2010. Québec : Gouvernement du Québec.
- <sup>3</sup> Tinto, V. (1993). *Leaving College: Rethinking the Causes and Cures of Student Attrition* (Second Edition). Chicago: Chicago University Press.
- <sup>4</sup> Wintre, M. G., & Bowers, C. D. (2007). Predictors of persistence to graduation: Extending a model and data on the transition to university model. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 39(3), 220-234.
- <sup>5</sup> Hankin, B.L., Abramson, L.Y., Moffitt, T.E., Silva, P.A., McGee, R. & Angell, K.A. (1998). Development of Depression from Preadolescence to Young Adulthood: Emerging Gender Differences in a 10 Year Longitudinal Study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107 (1), 128-140.
- <sup>6</sup> Marcotte, J., Fortin, L., Marcotte, D., Royer, É. & Potvin, P. (2008). L’ajustement situationnel et personnel des jeunes adultes émergents ayant présenté des problèmes de comportement extériorisés au secondaire, *Revue des sciences de l’éducation*, 34(1), 141-161.
- <sup>7</sup> Fergusson, D.M. & Woodward, L.J. (2002). Mental health, educational, and social role outcomes of adolescents with depression. *Archives of General Psychiatry*, 59, 225-231.