



**Fluctuations des revenus durant la pandémie de COVID-19 :
portrait des étudiants universitaires québécois**

Par Érica Giguère

**Mémoire présenté à l'Université du Québec à Chicoutimi dans le cadre d'un
programme en extension de l'Université du Québec en Outaouais en vue de
l'obtention du grade de Maîtrise ès arts (M. A.) en travail social**

Québec, Canada

© Érica Giguère, 2026.

RÉSUMÉ

Ce mémoire examine les répercussions économiques de la pandémie de COVID-19 chez les étudiants universitaires québécois. En effet, la crise sanitaire a profondément ébranlé l'ensemble des sphères de la vie sociale, sans épargner le milieu de l'enseignement supérieur, qui a dû composer avec des transformations rapides et majeures de ses modes de fonctionnement (Aucejo et al., 2020). Dans ce contexte, les étudiants universitaires ont vu leurs environnements académiques, sociaux et économiques profondément modifiés. Les fermetures d'établissements, la transition soudaine vers l'enseignement à distance, l'isolement social et l'instabilité financière ont ainsi créé un terrain propice à l'augmentation du stress et de la détresse psychologique (Aucejo et al., 2020).

Mené dans le contexte de la pandémie de COVID-19, ce mémoire avait pour objectif général d'identifier les facteurs associés aux fluctuations de revenus chez les étudiants universitaires. Plus précisément, il poursuivait trois objectifs. Le premier consistait à décrire les caractéristiques sociodémographiques, éducatives et liées à la santé mentale des étudiants universitaires. Le deuxième visait à examiner les relations entre les fluctuations de revenus et ces différentes caractéristiques. Enfin, le troisième objectif était d'identifier les facteurs sociodémographiques, éducatifs et psychologiques susceptibles de prédire les variations de revenus chez les étudiants, afin de mieux comprendre les mécanismes sous-jacents à leur vulnérabilité économique en contexte pandémique. Cette étude repose sur un devis quantitatif et s'appuie sur les données du projet *ImpactCovid*, une étude quantitative longitudinale menée entre 2020 et 2022. L'échantillon retenu comprend 1 476 étudiants issus du réseau de l'Université du Québec ayant participé à la collecte de données lors de la première vague de la pandémie.

Les résultats révèlent que 31,2 % des participants ont subi une baisse de revenus, tandis que 15,7 % ont connu une augmentation. Les étudiants dont le revenu a diminué présentent une détérioration significative de leur santé mentale. En effet, 50,2 % rapportent des symptômes anxieux modérés à sévères (GAD7), et 42,8 % des manifestations dépressives (PHQ2). Les analyses de régression logistique montrent que la préoccupation financière (OR = 4,2), l'inquiétude de subvenir à ses besoins (OR = 2,3) et la citoyenneté non canadienne (OR = 1,7) sont des prédicteurs majeurs d'une baisse de revenus.

Ces constats soulignent les liens entre précarité économique et bien-être psychologique en contexte pandémique. Ils mettent en évidence la nécessité de mesures institutionnelles et gouvernementales ciblées, telles que des fonds d'urgence, des services psychosociaux renforcés et des programmes d'aide financière adaptés aux réalités des étudiants vulnérables. Ce mémoire contribue à la compréhension des déterminants sociaux de la santé mentale et propose des pistes d'action pour réduire les inégalités accentuées par la crise sanitaire.

TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ.....	II
TABLE DES MATIÈRES.....	III
LISTE DES TABLEAUX.....	VI
LISTE DES FIGURES.....	VIII
LISTE DES ABRÉVIATIONS.....	IX
REMERCIEMENTS.....	XII
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE 1 - PROBLÉMATIQUE.....	3
1.1 LA PANDÉMIE DE LA COVID-19 : CONTEXTE ET RÉPONSES.....	4
1.1.1 LES FAITS SAILLANTS MONDIAUX ET CANADIENS.....	4
1.1.2 LES MESURES SANITAIRES ADOPTÉES AU QUÉBEC.....	5
1.1.3 LES MESURES ÉCONOMIQUES MISES EN PLACE AU CANADA ET AU QUÉBEC.....	11
1.2 LES RÉPERCUSSIONS DE LA PANDÉMIE : UNE VISION MULTIDIMENSIONNELLE.....	14
1.2.1 LES RÉPERCUSSIONS PSYCHOLOGIQUES.....	14
1.2.2 LES RÉPERCUSSIONS QUOTIDIENNES ET SOCIALES.....	17
1.2.3 LES RÉPERCUSSIONS ÉCONOMIQUES.....	21
CHAPITRE 2 – RECENSION DES ÉCRITS.....	23
2.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES.....	28
2.1.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE CHEZ LES ÉTUDIANTS UNIVERSITAIRES EN AMONT DE LA PANDÉMIE.....	28
2.1.1.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES.....	28
2.1.2 LES DONNÉES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES.....	30
2.1.3 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE EN CONTEXTE PANDÉMIQUE.....	33
2.1.3.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES.....	33
2.1.3.2 LES ÉTUDES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES.....	36
2.2 LES IMPACTS FINANCIERS DE LA PANDÉMIE CHEZ LES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES.....	39
2.3 L'EXPLORATION DES LIENS ENTRE LE REVENU ET LA SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES.....	42
2.3.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES.....	43
2.3.2 LES ÉTUDES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES.....	45
2.4 FORCES ET LIMITES DES ÉTUDES CONSULTÉES : UNE ANALYSE CRITIQUE.....	48
2.4.1 LES FORCES.....	48
2.4.2 LES LIMITES.....	50

CHAPITRE 3 – CADRE CONCEPTUEL	55
3.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE.....	55
3.2 LES DÉTERMINANTS GÉNÉRAUX DE LA SANTÉ MENTALE.....	58
3.3 LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE	59
3.4 LE REVENU COMME DÉTERMINANT DE LA SANTÉ MENTALE	61
3.5 LES DÉTERMINANTS DU REVENU.....	63
CHAPITRE 4 - MÉTHODOLOGIE.....	66
4.1 LE CONTEXTE DE L'ÉTUDE.....	66
4.2 LES OBJECTIFS DE RECHERCHE	67
4.3 LE TYPE D'ÉTUDE	67
4.4 LA POPULATION	68
4.5 LES STRATÉGIES D'ÉCHANTILLONNAGE ET L'ÉCHANTILLON.....	69
4.6 LES OUTILS DE COLLECTE DE DONNÉES AINSI QUE LES ÉCHELLES UTILISÉES	70
4.6.1 GENERALIZED ANXIETY DISORDERS (GAD-7)	73
4.6.2 PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE (PHQ-2)	74
4.6.3 IMPACT OF EVENT SCALE (IES-6).....	74
4.7 LE TRAITEMENT ET L'ANALYSE DES DONNÉES	75
4.8 LES CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES	77
CHAPITRE 5 - RÉSULTATS	79
5.1 LE PORTRAIT DESCRIPTIF DES PARTICIPANTS	79
5.1.1 LES CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES	79
5.1.2 LES CARACTÉRISTIQUES SCOLAIRES.....	82
5.1.3 LES CARACTÉRISTIQUES RELATIVES À LA SANTÉ MENTALE.....	84
5.1.4 LA PRÉSENCE DE MANIFESTATIONS APPARENTÉES À DES TROUBLES MENTAUX	86
5.2 LES RELATIONS ENTRE LES FLUCTUATIONS DES REVENUS ET LES CARACTÉRISTIQUES DES PARTICIPANTS.....	91
5.2.1 LES RELATIONS ENTRE LES CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	92
5.2.2 LES RELATIONS ENTRE LES CARACTÉRISTIQUES SCOLAIRES ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	95
5.2.3 LES RELATIONS ENTRE LE STRESS PERÇU ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	99
5.2.4 LES RELATIONS ENTRE L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	100
5.3 LES FACTEURS PRÉDICTIONNELS DE LA FLUCTUATION DES REVENUS.....	109

CHAPITRE 6 - DISCUSSION.....	112
6.1 RETOUR SUR LES FAITS SAILLANTS DE L'ÉTUDE	113
6.1.1 L'INFLUENCE DES PRÉOCCUPATIONS FINANCIÈRES ET DE LA CAPACITÉ À SUBVENIR À SES BESOINS SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	114
6.1.2 L'EFFET DU RÉGIME D'ÉTUDES SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	116
6.1.3 L'INFLUENCE DE LA CITOYENNETÉ DES ÉTUDIANTS SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	119
6.1.4 L'IMPACT DE LA MOTIVATION ET DU STRESS PERSONNEL SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS	121
6.2 LES FORCES ET LES LIMITES DE L'ÉTUDE	124
6.3 LES PISTES DE RECHERCHES FUTURES	128
6.4 LES IMPLICATIONS PRATIQUES ET POLITIQUES	129
CONCLUSION	133
LISTE DE RÉFÉRENCES	136
CERTIFICATION ÉTHIQUE	155

LISTE DES TABLEAUX

TABEAU 1 : ENSEMBLE DES ÉVÉNEMENTS EPIDEMIOLOGIQUES ET MESURES SANITAIRES LIÉS À LA PREMIÈRE VAGUE DE PANDÉMIE DE COVID-19 AU QUÉBEC	6
TABEAU 2 : INFORMATIONS CONCERNANT LA MESURE DE PRESTATION CANADIENNE D'URGENCE POUR LES ÉTUDIANTS (PCUE)	13
TABEAU 3 : LISTE DES VARIABLES RETENUES À DES FINS D'ANALYSE	72
TABEAU 4 : PORTRAIT SOCIODÉMOGRAPHIQUE DE LA POPULATION ÉTUDIANTE	81
TABEAU 5 : CARACTERISTIQUES SCOLAIRES DES ETUDIANTS.....	83
TABEAU 6 : STABILITE DE LA SANTE MENTALE DES ETUDIANTS AU COURS DU DERNIER MOIS.....	84
TABEAU 7 : DESCRIPTION DU NIVEAU DE STRESS RESSENTI DES ETUDIANTS AU COURS DE LA PLUPART DES JOURNEES PENDANT LES DERNIERS MOIS (COVID-19).....	84
TABEAU 8 : RELATION ENTRE L'ÂGE DES ÉTUDIANTS ET LES FDR.....	92
TABEAU 9 : LIEN ENTRE LA PRESENCE D'ENFANTS ET LES FDR	93
TABEAU 10 : CITOYENNETE ET LES FDR CHEZ LES ETUDIANTS	94
TABEAU 11 : LIEN ENTRE LA PRESENCE D'UN HANDICAP ET LES FDR DES ETUDIANTS	94
TABEAU 12 : PERCEPTION DE L'AIDE REÇUE PAR LES ETUDIANTS EN FONCTION DES FDR	95
TABEAU 13 : RELATION ENTRE L'UNIVERSITE FREQUENTEE ET LES FDR....	96
TABEAU 14 : RELATIONS ENTRE LES FDR ET LE REGIME D'ETUDES DES ETUDIANTS	97
TABEAU 15 : ASSOCIATION ENTRE L'EVOLUTION DES REVENUS ET LES INDICATEURS LIES A L'EXPERIENCE SCOLAIRE	98
TABEAU 16 : RELATION ENTRE L'INQUIÉTUDE DE SUBSISTANCE ET LES FDR	99
TABEAU 17 : LIEN ENTRE STRESS FINANCIER ET LES FDR	100
TABEAU 18 : LIEN ENTRE LA STABILITE DE LA SANTE MENTALE ET LES FDR	101
TABEAU 19 : FREQUENCE DES SYMPTOMES ANXIEUX EN FONCTION DES FDR	103
TABEAU 20 : REPARTITION DE LA FREQUENCE DES SYMPTOMES EN FONCTION DES FDR	104

TABLEAU 21 : REPARTITION DES NIVEAUX DE STRESS ET DES PERCEPTIONS LIEES AUX EVENEMENTS STRESSANTS EN FONCTION DE L'EVOLUTION DES REVENUS	106
TABLEAU 22 : REPARTITION DES SYMPTOMES POST-TRAUMATIQUES SELON LA STABILITE DES REVENUS ETUDIANTS	108
TABLEAU 23 : RÉGRESSION LOGISTIQUE DES FACTEURS PRÉDICTIFS ASSOCIÉS À LA VARIATION DES REVENUS.....	109

LISTE DES FIGURES

FIGURE 1 : GESTION DU STRESS LIÉ A LA CRISE DU CORONAVIRUS	85
FIGURE 2 : RÉPARTITION DES RÉPONSES DE CHACUN DES ITEMS DE L'ÉCHELLE MESURANT L'ANXIÉTÉ (GAD-7).....	87
FIGURE 3 : RÉPARTITION DES RÉPONSES POUR CHACUN DES ITEMS DE L'ÉCHELLE MESURANT LA DÉPRESSION (PHQ-2).....	89
FIGURE 4 : RÉPARTITION DES RÉPONSES POUR CHACUN DES ITEMS DE L'ÉCHELLE MESURANT LE STRESS POST-TRAUMATIQUE (IES-6)	90
FIGURE 5 : PROPORTION DE PERSONNES RAPPORTANT OU NON DES IDÉES SUICIDAIRES	91

LISTE DES ABRÉVIATIONS

ACHA	American College Health Association
AFESPED- UQAM	Association facultaire étudiante de science politique et droit de l'Université du Québec à Montréal
ANOVA	Analyse de la variance
ARC	Agence du revenu du Canada
ASPC	Agence de la santé publique du Canada
CAPRES	Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur
CCMH	Centre for Collegiate Mental Health
CÉR-UQAC	Comité d'éthique à la recherche de l'Université du Québec à Chicoutimi
CISMC	Centre d'innovation en santé mentale sur les campus
CMM	Communauté métropolitaine de Montréal
CRJ	Chaire réseau de recherche sur la jeunesse du Québec
CSE	Conseil supérieur de l'éducation
CSMC	Commission de la santé mentale du Canada
DEC	Diplôme d'études collégiales
DEP	Diplôme d'études professionnelles
DSM-IV	Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 4e édition
DRSPM	Direction régionale de santé publique de Montréal
ECSM	Enquête canadienne sur la santé mentale
EDSC	Emploi et Développement social Canada
ENAP	École nationale d'administration publique
EPIC 2	Énoncé de politique des trois conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains : formation en éthique de la recherche
EPTC2 : FER	Éthique de la recherche avec des êtres humains : formation en éthique de la recherche

ESCC-SM	Enquête sur la santé des collectivités canadiennes - Santé mentale
ÉTS	École de technologie supérieure
FDR	Fluctuations des revenus
FEUO	Fédération étudiante de l'Université d'Ottawa
FEUQ	Fédération étudiante universitaire du Québec
GAD	General Anxiety Disorders
IFOD	Institut de formation ouverte à distance
INRS	Institut national de la recherche scientifique
INSEE	Institut national de la statistique et des études économiques
INSPQ	Institut national de santé publique du Québec
MES	Ministère de l'Enseignement supérieur
MFR	Mesure de faible revenu
MRC	Municipalité régionale de comté
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
NEET	Ni à l'emploi, ni à l'éducation, ni en formation
OCDE	Organisation de coopération et de développement économiques
OIT	Organisation internationale du travail
OMS	Organisation mondiale de la Santé
ONVE	Observatoire national de la vie étudiante
ONU	Organisation des Nations Unies
OQLF	Office québécois de la langue française
ORES	Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur
OTSTCFQ	Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec
PARES	Plan d'action pour la réussite en enseignement supérieur
PASMÉ	Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (2021-2026)

PCU	Prestation canadienne d'urgence
PCUE	Prestation canadienne d'urgence pour les étudiants
PHQ	Patient Health Questionnaire
RRM	Réseau Réussite Montréal
RUQ	Réseau de l'Université du Québec
SARS-CoV-2	Maladie du coronavirus appelée aussi COVID-19
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
SRAS	Syndrome respiratoire aigu sévère
TDA/H	Trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité
TÉLUQ	Université TÉLUQ
TSPT	Trouble de stress post-traumatique
UÉQ	Union étudiante du Québec
UL	Université Laval
UQ	Université du Québec
UQAC	Université du Québec à Chicoutimi
UQAM	Université du Québec à Montréal
UQAR	Université du Québec à Rimouski
UQAT	Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue
UQO	Université du Québec en Outaouais
UQTR	Université du Québec à Trois-Rivières
WHO	World Health Organization

REMERCIEMENTS

Je tiens à exprimer toute ma reconnaissance à ma directrice de mémoire, Madame Christiane Bergeron Leclerc, ainsi qu'à Madame Isabelle Côté. Votre disponibilité, votre rigueur et vos précieux conseils ont été des piliers tout au long de ce travail. Merci de m'avoir guidée avec bienveillance, d'avoir orienté mes réflexions et de m'avoir encouragée.

J'adresse également mes sincères remerciements à l'ensemble des professeurs, intervenants et à toutes les personnes qui, par leurs enseignements, leurs écrits, leurs conseils et leurs critiques constructives, ont contribué à enrichir mes connaissances et à nourrir mes réflexions. Votre expertise et votre passion ont été une source d'inspiration.

Je souhaite exprimer toute ma gratitude à mon conjoint Jason, pour son soutien, sa patience et ses encouragements dans les moments de doute. Malgré un déménagement, des changements d'emploi, l'arrivée d'un bébé, un mariage et plusieurs autres aléas de la vie, tu ne m'as jamais lâchée. Merci d'avoir été mon partenaire dans cette aventure.

Un merci tout particulier à mes parents, Éric et Caroline, ainsi qu'à l'ensemble de ma famille, pour votre présence constante, votre écoute et votre confiance en moi. Vous avez été là à chaque étape, malgré les défis et les imprévus, et votre soutien m'a permis de garder le cap. Enfin, un dernier mot de gratitude à ma tante Lyse, sans qui ce projet n'aurait pas vu le jour. Merci pour ton soutien inconditionnel, tes encouragements et ta générosité tout au long de ce processus. Ta présence a été précieuse et déterminante.

J'ai entamé ce processus il y a près de six ans, et malgré les moments de découragement, mon objectif est toujours resté le même : terminer ma maîtrise et être fière du chemin parcouru. Aujourd'hui, chaque page témoigne de cette persévérance et de la force collective qui m'a portée jusqu'au bout.

INTRODUCTION

Le contexte de la pandémie a nécessité beaucoup d'adaptation aux changements. En effet, plusieurs étudiants ont dû faire face à des conséquences diverses dans plusieurs sphères de leur vie (UÉQ, 2019). Entre autres, il était possible de penser aux étudiants universitaires qui, même dans un contexte non pandémique, devaient composer avec plusieurs stressseurs, tels que des changements d'horaires, le travail rémunéré, des difficultés financières ainsi que de l'isolement (Le Vigouroux et al., 2021).

Avec l'arrivée de la COVID-19, se sont ajoutés d'autres obstacles, tels que le fait d'apprendre à manier les nouveaux logiciels utilisés par les professeurs, à concilier les études et la famille, et à tout cela s'est aussi ajouté l'achat de nouvelles fournitures de bureau pour la maison. Considérant que les étudiants étaient à risque de vivre de la précarité financière, il était possible de croire que la pandémie et les pertes d'emploi qui en découlaient ne viendraient certainement pas améliorer les choses (UÉQ, 2019).

Ce mémoire s'intéresse à cette précarité financière en contexte pandémique. Il a plus spécifiquement trois objectifs spécifiques. Il vise d'abord à établir un portrait des caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants. Il cherche ensuite à analyser les liens entre ces caractéristiques et les fluctuations de leurs revenus. Enfin, il a pour but d'identifier les facteurs sociodémographiques, scolaires et psychologiques qui permettent de prédire les variations de revenus chez les étudiants, afin de mieux comprendre les mécanismes associés à leur vulnérabilité économique. Pour y parvenir, une étude quantitative, menée à partir d'une base de données de l'étude ImpactCovid a été

réalisée. Les données des 1476 personnes étudiantes ayant participé à la première phase de cette étude au printemps 2020 ont été utilisées pour mener cette étude.

Ce mémoire est organisé en six chapitres. Le Chapitre 1 présente le contexte pandémique (mesures sanitaires et économiques) et ses répercussions multidimensionnelles. Le Chapitre 2 propose une recension des écrits et un état des connaissances sur la santé mentale étudiante et les répercussions financières, en mettant en perspective le contexte de la COVID-19. Le Chapitre 3 situe le cadre conceptuel de l'étude. Les principaux concepts qui sont au cœur de cette étude, en l'occurrence, la santé mentale et ses déterminants, de même que les revenus comme déterminants de la santé mentale sont définis. Le Chapitre 4 détaille, quant à lui, la méthodologie de l'étude (devis, population, échantillonnage, instruments, analyses). Le Chapitre 5 présente les principaux résultats de l'étude. Après une description de l'échantillon de l'étude, suivent respectivement les résultats des analyses descriptives, corrélationnelles et prédictives. Le Chapitre 6 discute les constats, leurs implications théoriques et pratiques, ainsi que les forces et limites de l'étude et les pistes futures.

CHAPITRE 1

PROBLÉMATIQUE

La pandémie de COVID-19 a entraîné de nombreux problèmes de santé et de décès au sein de la population, en plus de provoquer diverses difficultés sociales amplifiées par des facteurs personnels, conjugaux, familiaux, sociaux et environnementaux (Cherblanc et al., 2020). Chez l'adulte, l'exposition à une telle catastrophe peut entraîner des répercussions majeures, d'autant plus que les conditions socio-économiques viennent accentuer ses effets sur la santé. Cette crise sanitaire a en effet mis en lumière et accentué les inégalités déjà présentes dans la société, fragilisant particulièrement certains groupes plus vulnérables (Cherblanc et al., 2020). Les étudiants postsecondaires constituent l'un de ces groupes : souvent précarisés sur le plan financier et engagés dans une transition vers l'âge adulte, ils se sont retrouvés directement exposés aux effets néfastes de la pandémie. La présente étude s'intéresse donc aux impacts économiques de cette crise et à leurs répercussions sur cette population spécifique. Ce chapitre a pour but de situer la pandémie de COVID-19 dans son contexte mondial, canadien et québécois, en mettant en lumière les mesures sanitaires et économiques mises en place pour freiner la propagation du virus et soutenir la population. Il vise également à présenter les répercussions multidimensionnelles de cette crise, en abordant ses impacts psychologiques, sociaux et économiques, en particulier pour les étudiants postsecondaires, population vulnérable et directement affectée par les perturbations engendrées. Ce chapitre fournit des informations essentielles permettant de comprendre comment la pandémie a accentué les inégalités existantes et influencé le bien-être et la santé financière des étudiants, éléments centraux à l'étude menée dans ce mémoire.

1.1 LA PANDÉMIE DE LA COVID-19 : CONTEXTE ET RÉPONSES

1.1.1 LES FAITS SAILLANTS MONDIAUX ET CANADIENS

En 2019, une nouvelle maladie à coronavirus (SARS-CoV-2), appelée COVID-19 est apparue à Wuhan en Chine (Sardon, 2020). Le 14 janvier, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a nié le fait que le virus soit contagieux entre les hommes et a alors déconseillé toute restriction concernant les déplacements et les voyages (Sardon, 2020). Ce n'est qu'un peu plus tard, soit le 30 janvier 2020 que l'OMS a pris conscience de la gravité de la situation et a déclenché « l'urgence de santé publique de portée internationale ». Le 11 mars 2020, l'OMS a déclaré la COVID-19 comme ayant le statut de pandémie.

La réaction tardive de l'OMS s'explique par le fait qu'au début de la pandémie, le virus était perçu comme une simple grippe, ce qui n'a pas suscité d'alerte immédiate auprès des autorités. Ce n'est que quelques jours plus tard que les professionnels de la santé ont reconnu la gravité de la situation, en constatant que la maladie pouvait entraîner de sérieuses complications et qu'elle présentait un taux de mortalité dix fois supérieur à celui de la grippe saisonnière (Sardon, 2020). Dès les premières semaines, la propagation rapide du virus a provoqué une hausse marquée du nombre de décès. En effet, au cours de la première année de la pandémie de COVID-19 (du 31 décembre 2019 au 31 décembre 2020), plus de 80 millions de cas confirmés ont été enregistrés à travers le monde, entraînant plus de 1,7 million de décès liés à la maladie (WHO, 2025).

Cette évolution rapide et préoccupante du virus à l'échelle mondiale a rapidement entraîné des répercussions au Canada et plus particulièrement au Québec. Le pays a été confronté à la propagation du virus dès les premières semaines de 2020, entraînant la mise en place progressive de mesures sanitaires visant à limiter la transmission et à protéger la population. Malgré celles-ci, au cours de la première année de la pandémie de COVID-19 (du 31 décembre 2019 au 31 décembre 2020), le Canada a malheureusement enregistré 106 804 cas confirmés et 8 749 décès liés à la COVID-19. Ces données, rapportées par l'Agence de la santé publique du Canada (2020), reflètent l'impact initial de la pandémie sur le pays.

De son côté le Québec a aussi enregistré 56 216 cas confirmés et 5 609 décès liés à la COVID-19 au cours de la première année de la pandémie de COVID-19 (du 31 décembre 2019 au 31 décembre 2020) (ASPC, 2024). Des données de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) situent l'évolution des décès au Québec, avec une hausse culminante durant la semaine du 26 avril 2020 avec 838 décès recensés (INSPQ, 2025). Cette situation a mis en lumière la nécessité d'une réponse coordonnée des autorités sanitaires et gouvernementales pour gérer efficacement la crise au niveau national et provincial (INSPQ, 2025).

1.1.2 LES MESURES SANITAIRES ADOPTÉES AU QUÉBEC

Au Québec, le premier cas de COVID-19 a été rapporté le 27 février 2020. Dès le 11 mars, le Québec mettait en place l'isolement des voyageurs ainsi que l'interdiction de rassemblements de 250 personnes et plus. L'état d'urgence sanitaire a quant à lui été décrété

le 13 mars 2020 (INSPQ, 2025). La santé publique a aussi prodigué des conseils afin que les gouvernements des provinces canadiennes prennent des mesures pour protéger la santé et la sécurité de la population au moyen, par exemple, de la distanciation physique, de restrictions temporaires visant les entreprises non essentielles et de la fermeture des écoles (Ministère des Finances du Canada, 2020).

Le Tableau 1 construit à partir des données de l'INSPQ (2022) situe les principales mesures sociosanitaires mises de l'avant par le gouvernement québécois au cours de la première vague de la pandémie soit de février à août 2020¹.

Tableau 1 : Ensemble des événements épidémiologiques et mesures sanitaires liés à la première vague de pandémie de COVID-19 au Québec²

Date	Type d'événement	Mesures adoptées
27 février	Événement épidémiologique	• Premier cas déclaré au Québec
13 mars	Événement épidémiologique	• Urgence sanitaire déclarée
15 mars	Mesures de santé publique	• Mesures de distanciation physique (1mètre) • Fermeture de plusieurs lieux publics : les bars ; les cabanes à sucre ; les salles de spectacles ; les piscines ; les arénas et les centres de ski • Réduction de moitié de la capacité maximale des restaurants • Les Québécois sont appelés à limiter leurs déplacements

¹ Les motifs pour lesquels je me limite à la période de février à août 2020, soit la première vague de la pandémie, tiennent au fait que j'ai utilisé les questionnaires correspondant précisément à cette période d'un étude plus large amorcée au printemps 2020, et ayant pour titre : « Les conséquences à court, à moyen et à long terme de la pandémie sur la santé globale des communautés universitaires » (ci-après appelée étude ImpactCovid).

² Considérant que l'étude s'intéresse à la première vague de la pandémie, le Tableau 1 se rapporte exclusivement aux événements survenus durant cette période.

Date	Type d'événement	Mesures adoptées
16 mars	Mesures de santé publique	- Fermeture des garderies, des écoles et les établissements d'enseignement supérieur jusqu'au 27 mars - Fermeture de la frontière canadienne
18 mars	Événement épidémiologique	Premier décès rapporté au Québec
19 mars	Mesures de santé publique	Directive d'éviter les voyages essentiels entre les régions du Québec
21 mars	Mesures de santé publique	Interdiction de tout rassemblement intérieur et extérieur
22 mars	Mesures de santé publique	- Fermeture des centres commerciaux, salons de coiffure, salons esthétiques et autres commerces - Prolongation de la fermeture des écoles et des garderies jusqu'au 1er mai
24 mars	Mesures de santé publique	Fermeture de tous les services à l'exception des services essentiels jusqu'au 13 avril
27 mars	Mesures de santé publique	- Restriction des déplacements entre certaines régions, surtout Montréal et l'Estrie - La consigne de distanciation physique est portée de 1 à 2 mètres
28 mars	Mesures de santé publique	- Limitation de l'accès à huit régions avec points de contrôle - La location de toute résidence touristique, comme des chalets, est interdite pour éviter les déplacements
30 mars	Mesures de santé publique	Annonce à l'effet que les commerces essentiels seront fermés le dimanche pour tout le mois d'avril à l'exception des stations-service, dépanneurs, pharmacies et comptoirs pour emporter des restaurants
1 ^{er} avril	Mesures de santé publique	Points de contrôle aux abords et à l'intérieur de quelques régions et territoire
4 avril	Événement épidémiologique	Le territoire du Québec est déclaré ayant de la transmission communautaire
5 avril	Mesures de santé publique	Prolongation de la fermeture des services non essentiels jusqu'au 4 mai
7 avril	Événement épidémiologique	Le Québec atteint les 10 000 cas
10 avril	Mesures de santé publique	Annulation de tous les festivals et activités estivaux jusqu'au 31 août
27 avril	Mesures de santé publique	Reprise de la recherche universitaire

Date	Type d'événement	• Mesures adoptées
4 mai	Mesures de santé publique	• Réouverture des magasins avec porte extérieure à l'exception de la Communauté métropolitaine de Montréal (CMM) • Contrôles routiers retirés pour certaines régions
11 au 18 mai	Mesures de santé publique	• Retrait de certains points de contrôle routier • Réouverture des établissements préscolaires et primaires et des services de garde, à l'exception de ceux sur le territoire de la CMM
20 mai	Mesures de santé publique	• Autorisation de pratique récréative individuelle sans contact (ex. golf, canot, randonnée) pour l'ensemble des régions
22 mai	Mesures de santé publique	• Autorisation de rassemblements extérieurs à condition que ce soit un maximum de 10 personnes provenant de 3 ménages
24 mai	Mesures de santé publique	• Réouverture des commerces essentiels le dimanche
25 mai	Mesures de santé publique	• Réouverture des magasins de détail avec accès direct à l'extérieur pour la CMM
29 mai	Événement épidémiologique	• Le Québec atteint les 50 000 cas
	Mesures de santé publique	• Ouverture des cinéparcs, des musées et des comptoirs de prêts des bibliothèques pour l'ensemble du Québec
30 mai	Mesures de santé publique	• Ouverture des espaces publics extérieurs, tels que piscines extérieures et modules de jeux des parcs dont les jeux d'eau
1 ^{er} juin	Mesures de santé publique	• Réouverture des centres commerciaux situés en dehors de la CMM et de la Municipalité régionale de comté (MRC) de Joliette • Réouverture des centres de soins de santé professionnels et thérapeutiques pour l'ensemble du Québec et des soins personnels esthétiques à l'exception de la CMM

Date	Type d'événement	Mesures adoptées
8 juin	Événement épidémiologique	Le Québec atteint les 5000 décès
	Mesures de santé publique	Reprise des entraînements de sports d'équipe (soccer, baseball, hockey)
15 juin	Mesures de santé publique	- Reprise de la restauration sur place et autorisation de rassemblements dans des lieux privés (à condition que ce soit un maximum de 10 personnes provenant d'un maximum de 3 ménages) sauf dans la CMM, la MRC de Joliette et la ville de l'Épiphanie - Reprise des activités de sports de haut niveau et des hippodromes
19 juin	Mesures de santé publique	- Réouverture des zoos, jardins, des visites d'artisans, etc. - Réouverture des centres commerciaux situés dans la CMM et la MRC de Joliette
22 juin	Mesures de santé publique	- Les rassemblements intérieurs et extérieurs dans certains lieux publics sont permis, en respectant un maximum de 50 personnes. - Réouverture des salles de spectacle, des théâtres et des cinémas - Reprise des matchs collectifs sous réserve des DSP - Réouverture des infrastructures sportives intérieures ainsi que des plages publiques et privées
3 juillet	Mesures de santé publique	Reprise de la majorité des secteurs d'activité économique
9 juillet	Mesures de santé publique	Rehaussement des mesures pour les bars (restriction des heures d'ouverture et de la capacité d'accueil)
11 juillet	Événement épidémiologique	Fin de la première vague (25 février - 11 juillet 2020), suivie d'une période intervague (12 juillet - 22 août)
13 juillet	Mesures de santé publique	Port du couvre-visage ou du masque obligatoire dans les transports en commun
18 juillet	Mesures de santé publique	Port du masque obligatoire partout au Québec dans les endroits publics fermés
3 août	Mesures de santé publique	Le nombre maximal de personnes permis lors d'événements intérieurs et extérieurs passe de 50 à 250 personnes
22 août	Événement épidémiologique	Fin de la première vague

Source : INSPQ, 2022, section Ensemble d'événements et mesures [...]

Le secteur de l'éducation a été fortement touché par la pandémie de COVID-19. Près de 80 pays ont fermé leurs écoles, affectant environ 1,5 milliard de jeunes (Bakour et Ouassou, 2020). Face à cette situation inédite, les universités du monde entier ont dû explorer de nouvelles méthodes d'enseignement et d'apprentissage, notamment l'enseignement à distance et en ligne, s'adapter aux reports ou annulations des stages pratiques, et gérer les difficultés d'accès aux technologies pour certains étudiants (Dussault et Doray, 2021). Les étudiants ont ainsi dû composer avec un stress accru et des défis sur les plans émotionnel, organisationnel, physique et économique, se manifestant par une augmentation de l'isolement social et de l'anxiété, des difficultés d'adaptation à de nouvelles modalités pédagogiques, une altération des habitudes de vie ainsi qu'une insécurité financière liée à la diminution ou à la perte de revenus (ONU, s. d.).

Le Québec n'a pas été épargné par ces mesures. Dès les premières semaines de confinement, la fermeture quasi complète des établissements a fragilisé plusieurs étudiants. Dans ce contexte, les établissements postsecondaires québécois ont mis en place diverses stratégies pour soutenir le bien-être psychologique et financier des étudiants, ainsi que leur accès aux ressources numériques (Dussault et Doray, 2021).

Cette orientation se manifeste concrètement à travers les mesures déployées, qui visaient à atténuer les effets négatifs de la pandémie sur les conditions de vie et d'études des étudiants. Face à l'augmentation de la détresse psychologique, ces institutions ont renforcé leurs services psychosociaux, mis en place des fonds d'urgence en collaboration avec les associations étudiantes, offert des bourses ponctuelles, et proposé un soutien spécifique pour les étudiants ayant des personnes à charge ou venant de milieux défavorisés. Ces actions

témoignent d'une volonté d'agir simultanément sur les dimensions psychologiques, financières et matérielles de l'expérience étudiante. Certaines universités ont également prêté ou donné des ordinateurs et des clés 4G, tout en maintenant un accès partiel à leurs bibliothèques malgré les fermetures (Dussault et Doray, 2021).

1.1.3 LES MESURES ÉCONOMIQUES MISES EN PLACE AU CANADA ET AU QUÉBEC

La pandémie et le confinement du printemps 2020 a eu des répercussions économiques importantes découlant de la fermeture temporaire des commerces. Ce faisant, plusieurs travailleurs et entrepreneurs se sont retrouvés sans revenus. Au cours de cette période, trois principales mesures économiques ont été mises en place afin d'appuyer les Canadiens et les entreprises qui ont été aux prises avec des difficultés en raison de l'éclosion de la COVID-19. D'abord, l'ajustement du régime d'assurance emploi, la prestation d'urgence canadienne (PCU) et la prestation canadienne d'urgence pour étudiants (PCUE).

La première mesure de soutien aux individus à avoir été introduite est l'ajustement du régime d'assurance emploi. En effet, ce régime a été ajusté temporairement afin de soutenir les Canadiens qui avaient besoin d'aide financière (Ministère des Finances du Canada, 2020). Ces ajustements ont permis aux demandeurs de prestations régulières de bénéficier d'un crédit unique de 300 heures, et à ceux réclamant des prestations spéciales d'obtenir un crédit de 480 heures. Ainsi, il suffisait d'avoir accumulé 120 heures d'emploi assurable pour être admissible à cette mesure. Par ailleurs, les seuils de revenus exigés pour les pêcheurs et les

travailleurs autonomes ayant demandé les prestations spéciales ont été abaissés. Ces mesures exceptionnelles ont été en vigueur jusqu'au mois de septembre 2021 (EDSC, 2025).

La seconde mesure de soutien qui a été mise en place est la prestation canadienne d'urgence (PCU). Celle-ci fournissait une aide financière aux employés et aux travailleurs indépendants canadiens qui ont été directement touchés par la COVID-19. Les personnes admissibles ont reçu un paiement de 2 000 \$ pour une période de 4 semaines (équivalent à 500 \$ par semaine) entre le 15 mars et le 26 septembre 2020. Le dernier jour pour faire une demande était le 2 décembre 2020 (ARC, 2022).

Enfin, la troisième mesure visant à soutenir les populations étudiantes et à favoriser une relance économique a été la mise en place de la Prestation canadienne d'urgence pour les étudiants (PCUE) (Ministère des Finances du Canada, 2020). Cette prestation a été mise en place à la suite du constat que de nombreux étudiants avaient perdu des occasions de travail et de revenus en raison de la pandémie, particulièrement dans les secteurs où l'emploi étudiant est concentré (APA, 2026). De plus, une part importante de la population étudiante ne répondait pas aux critères d'admissibilité de la Prestation canadienne d'urgence (PCU) ni à ceux de l'assurance-emploi, malgré une situation de précarité financière accrue. La PCUE visait ainsi à combler ce vide en offrant un soutien temporaire afin de limiter les répercussions économiques de la crise et de soutenir la poursuite des études (APA, 2026). Le Tableau 2 présente de manière détaillée les informations relatives à cette mesure. Par ailleurs, le gouvernement a renoncé aux intérêts sur la portion fédérale des prêts d'études canadiens jusqu'au 31 mars 2023 (Ministère des Finances du Canada, 2020).

**Tableau 2 : Informations concernant la mesure de Prestation canadienne d'urgence
pour les étudiants (PCUE)**

Mesure	Prestation canadienne d'urgence pour les étudiants (PCUE)
Durée	Mai 2020 à août 2020 (4 mois)
Montant	Prestation de base 1 250\$ par mois avec un supplément de 750 \$ pour les étudiants avec une personne à charge ou une invalidité
Critères	Être citoyen canadien, résident permanent, Indien inscrit ou personne protégée Ne pas recevoir la Prestation canadienne d'urgence (PCU) ni des prestations d'assurance-emploi pour la même période Être dans l'une des trois catégories : 1 Étudiants inscrits à un programme postsecondaire reconnu 2 Diplômés postsecondaires depuis décembre 2019 3 Finissants du secondaire en 2020 ayant demandé l'admission à un programme postsecondaire débutant avant le 1er février 2021
Demandeurs uniques au total	601 356
Valeur totale en dollar versée	1,42 G\$

Source : Ministère des Finances du Canada, 2020, p. 26

Le Tableau 2 indique que plus de 600 000 étudiants postsecondaires ont eu accès à la PCUE ce qui a pu avoir une incidence positive sur leur bien-être et leur santé financière. En effet, selon une étude menée par Statistique Canada entre le 19 avril et le 1er mai 2020, 73 % des étudiants postsecondaires permanents étaient gravement préoccupés par leurs finances et 61 % par l'augmentation de leur endettement étudiant, avant l'annonce de la PCUE. Après cette annonce, ces taux ont connu une baisse notable, avec 61 % des étudiants encore préoccupés par leurs économies et 47 % par l'augmentation de leur dette (Ministère des Finances du Canada, 2020).

Le Canada avait un plan d'intervention économique qui incluait ces trois mesures, mais plusieurs autres ont aussi été mises en place pour protéger les Canadiens des répercussions économiques de la pandémie. Considérant que ce mémoire s'intéresse aux étudiants postsecondaires, nous nous sommes donc limités ici à décrire les mesures qui les touchent directement.

1.2 LES RÉPERCUSSIONS DE LA PANDÉMIE : UNE VISION MULTIDIMENSIONNELLE

On comprend à travers le portrait effectué dans les sections précédentes que la pandémie de COVID-19 a eu des effets majeurs sur le monde du travail, ainsi que sur les individus et les sociétés en général. Ces répercussions peuvent être analysées sous trois grands thèmes : psychologiques, sociaux et économiques. Chaque grand thème vient démontrer que la pandémie a accentué les inégalités existantes (Quirion et Gautron, 2022).

1.2.1 LES RÉPERCUSSIONS PSYCHOLOGIQUES

Il existe un consensus général quant à l'aggravation des problèmes de santé mentale et de détresse psychologique depuis le début de la pandémie. Cette observation est appuyée par de nombreuses études scientifiques, tant au Québec qu'à l'international. Les recherches récentes révèlent des conséquences psychosociales marquées (Godin et al., 2023). En effet, la comparaison entre les études canadiennes et québécoises et celles issues d'autres pays montre une détérioration générale de la santé mentale, caractérisée par plus de symptômes anxieux et dépressifs et moins de bien-être psychologique (Braën-Boucher et Roberge, 2023).

Il ressort également que, peu importe où l'on se situe dans le monde, les groupes les plus touchés seraient les jeunes adultes et les femmes (Braën-Boucher et Roberge, 2023). Or, la population étudiante universitaire se compose majoritairement de jeunes adultes, principalement âgés de 18 à 24 ans, et les femmes y sont surreprésentées, représentant près de 60% des effectifs universitaires (Statistique Canada, 2025).

L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a mené une recension systématique des écrits à propos de la santé mentale en contexte pandémique (Braën-Boucher et Roberge, 2023). À partir des neuf textes retenus du processus de tri, plusieurs constats émergent. D'abord, les recherches indiquent une baisse de la prévalence d'une bonne santé mentale ou une diminution des scores moyens de santé mentale, quel que soit l'indicateur utilisé, entre la période prépandémique et la première année de la crise sanitaire, tant chez les jeunes que chez les adultes. Trois de ces études ayant également pris en compte des données couvrant la deuxième année de la pandémie (jusqu'en mai 2021) font également état d'une poursuite de la détérioration de la santé mentale (Braën-Boucher et Roberge, 2023).

Ces informations sont corroborées par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), qui a noté au cours de la première année de la pandémie de la COVID-19 une augmentation d'environ 25 % de la prévalence mondiale de l'anxiété et de la dépression. Cette analyse souligne aussi que les jeunes font partie des groupes les plus touchés, tout en mettant en évidence les répercussions de la crise sanitaire sur l'accès aux services de santé mentale et leur évolution pendant cette période (OMS, 2022).

Plus spécifiquement, la pandémie de la COVID-19 a également pu s'avérer un déterminant de la santé mentale étudiante. En effet, depuis la crise du coronavirus l'anxiété, les niveaux de stress et les symptômes dépressifs se sont accrus (Zerhouni et al., 2021). Plusieurs éléments sont alors aggravés dans le quotidien des étudiants tels que la peur et l'inquiétude face à sa propre santé et celle de sa famille, la difficulté à se concentrer, les problèmes de sommeil, la diminution des contacts physiques et donc des interactions sociales ainsi que de l'inquiétude face aux résultats scolaires (Zerhouni et al., 2021).

Plus spécifiquement, la pandémie de la COVID-19 a été identifiée comme un facteur agissant sur les déterminants aggravants de la santé mentale étudiante. En effet, depuis le début de la crise sanitaire, on observe une augmentation significative des niveaux de stress, d'anxiété et de symptômes dépressifs (Zerhouni et al., 2021). Différents éléments du quotidien des étudiants en ont été affectés : la peur pour leur propre santé et celle de leur famille, les difficultés de concentration, les troubles du sommeil, la diminution des contacts physiques et donc des interactions sociales, ainsi que les inquiétudes liées à la réussite académique (Zerhouni et al., 2021). Il paraît ainsi essentiel de s'interroger sur les indicateurs de santé mentale des jeunes adultes étudiants, dans la mesure où ces facteurs contribuent directement à leur réussite scolaire (Estingoy et al., 2013).

En effet, les recherches indiquent que les jeunes ont été parmi les plus affectés sur le plan psychologique par la pandémie, avec une augmentation des comportements suicidaires et d'automutilation (OMS, 2022). De plus, chez ceux déjà atteints de troubles mentaux, l'infection par la COVID-19 s'accompagne d'un risque accru de complications, incluant une

hospitalisation plus fréquente et une plus grande sévérité de la maladie, voire une mortalité plus élevée que chez leurs pairs sans trouble mental (OMS, 2022).

1.2.2 LES RÉPERCUSSIONS QUOTIDIENNES ET SOCIALES

Sur le plan social, plusieurs populations en situation de vulnérabilité ont été davantage touchées par la COVID-19. En effet, les mesures essentielles mises en place par le gouvernement pour freiner la propagation du virus ont entraîné des répercussions majeures sur la cohésion sociale (OTSTFCQ, 2020). Certaines populations ont vu leurs conditions de vie se détériorer, notamment en raison de l'isolement social, des difficultés d'accès aux transports en commun, du manque d'information accessible et claire, mais aussi de la précarité économique accrue par la pandémie (Quirion et Gautron, 2022).

Il est possible d'ajouter à ces personnes vulnérables les gens qui vivent en situation de précarité (ex. : ayant un emploi à faible revenu) (OTSTFCQ, 2020). En effet, on constate très rapidement dans la propagation du virus que les personnes âgées sont un groupe d'individu particulièrement touché, mais il ne faut surtout pas oublier les groupes plus défavorisés sur le plan économique ce qui confirme l'importance de prendre en considération les déterminants sociaux de la santé (Quirion et Gautron, 2022).

Les étudiants postsecondaires sont un exemple de groupes plus à risque, et ce, même avant l'avènement de la pandémie de la COVID-19, ils vivaient du stress et souffraient de détresse (Martineau et al., 2017). Cette vulnérabilité préexistante s'expliquait notamment par la transition vers l'âge adulte, la pression liée à la réussite académique, les incertitudes quant

à l'insertion professionnelle, la précarité financière et l'accumulation de responsabilités personnelles et scolaires (Hamel et al., 2021). La vie d'un étudiant ayant un problème de santé mentale peut affecter plusieurs aspects de son quotidien, notamment ses fonctions cognitives, son adaptation psychosociale, sa motivation et son rendement académique (Martineau et al., 2017).

En effet, l'enquête U-Flourish complétée auprès de 1 330 étudiants entrant à l'université (première année) rapporte que, pour eux, la pandémie et les mesures de restriction avaient perturbé plusieurs aspects de leur vie quotidienne (King et al., 2023). Ils ont mentionné des effets négatifs sur leurs interactions sociales et leur capacité à maintenir des liens avec leurs amis, ainsi que sur leurs études universitaires, en raison notamment de préoccupations concernant l'efficacité de l'enseignement en ligne et l'impact sur leurs résultats académiques. De plus, leur participation aux activités physiques et de loisirs a été réduite, et plusieurs ont exprimé des inquiétudes quant à leur avenir et à leur situation financière (King et al., 2023).

Parmi les difficultés académiques les plus fréquemment évoquées figuraient la gestion du temps, la difficulté à séparer vie professionnelle et vie privée, la perception d'une qualité d'apprentissage en ligne insuffisante et le manque de soutien éducatif. Enfin, les mesures sanitaires ont contribué à un sentiment d'isolement social et de détachement vis-à-vis de la communauté universitaire (King et al., 2023).

Les habitudes de vie et les activités favorisant le bien-être ont été affectées par la pandémie. La fermeture ou la limitation des lieux de loisirs et de socialisation, combinée aux

exigences de distanciation physique, a réduit les occasions d'adaptation et d'enrichissement personnel. Par ailleurs, plusieurs personnes ont signalé l'émergence de nouvelles difficultés ou l'aggravation de problèmes déjà existants, notamment en ce qui concerne l'alimentation, le sommeil et la consommation de substances, souvent perçus comme des conséquences directes des changements imposés par la COVID-19 (King et al., 2023).

Dans ce contexte, les étudiants universitaires, généralement définis comme des jeunes adultes engagés dans un parcours d'enseignement supérieur et en transition vers l'autonomie financière et sociale, apparaissent comme une population particulièrement vulnérable (Arnett, 2000). Cette population est également marquée par une diversité de réalités socioéconomiques, certains étudiants devant concilier études, emploi et responsabilités familiales, ce qui peut accentuer leur vulnérabilité face à des contextes de crise (OECD, 2021). De plus, l'environnement universitaire joue un rôle central non seulement dans l'acquisition de connaissances, mais aussi dans le développement de compétences sociales, professionnelles et relationnelles, notamment par le biais des interactions avec les pairs, du réseautage et des activités parascolaires (Lange, 2014). Tel que mentionné plus haut, ils comptent parmi les groupes les plus touchés par la crise sanitaire mondiale. La période de transition vers l'âge adulte repose largement sur des interactions avec les pairs, interactions qui jouent un rôle central dans le développement social (Zerhouni et al., 2021). Les restrictions gouvernementales mises en place pour combattre la pandémie ont donc pu accentuer les difficultés rencontrées par plusieurs étudiants. À cette période de leur vie s'ajoutent déjà d'autres sources de stress, comme la gestion du logement, du budget ou encore la solitude, facteurs qui ont souvent été amplifiés par la pandémie de la COVID-19. Ces contraintes peuvent mener certains jeunes adultes à développer des conduites addictives,

qu'elles soient liées à la consommation de substances ou à des comportements, notamment sur le plan alimentaire (Zerhouni et al., 2021).

Des recherches se sont ainsi intéressées aux étudiants et à la possibilité qu'ils développent des problèmes d'addiction à la suite de la fermeture des universités et de la détresse psychologique vécue (Lechner et al., 2020). Par exemple, une enquête menée auprès de 1 958 étudiants d'une université publique du Nord-Est de l'Ohio a montré que ceux qui présentaient le plus de symptômes dépressifs et anxieux rapportaient également une hausse marquée de leur consommation d'alcool (Lechner et al., 2020).

Le fait de retourner vivre chez leurs parents durant la pandémie semble toutefois avoir agi comme un facteur protecteur contre une consommation excessive. Une étude de White et al. (2020), menée auprès de 312 étudiants, révèle même que, dans ce contexte, la consommation d'alcool avait tendance à diminuer. De plus, les étudiants bénéficiant d'un fort soutien social déclaraient peu ou pas d'augmentation de leur consommation (White et al., 2020).

Ces résultats renforcent l'idée qu'il existe un lien entre la consommation d'alcool et la détresse psychologique : les jeunes adultes ayant des problèmes de consommation présentent davantage de risques de développer des troubles anxieux, les deux problématiques s'accroissant mutuellement (White et al., 2020).

1.2.3 LES RÉPERCUSSIONS ÉCONOMIQUES

Les répercussions économiques de la pandémie ont été immédiates et dramatiques, en particulier pour les travailleurs les plus vulnérables, dont les étudiants. Les secteurs les plus touchés ont été ceux des services non essentiels, comme la vente au détail, les loisirs, l'hôtellerie, et les voyages. Le chômage a explosé et plus de 255 millions d'emplois ont été perdus à l'échelle mondiale, selon les estimations de l'Organisation internationale du travail (2021).

Au Québec, plus de 208 500 emplois ont été perdus en 2020, entraînant une réduction de près de 5 % du niveau d'emploi par rapport à l'année précédente (Frenette et al., 2020). Les populations les plus vulnérables, telles que les travailleurs à faible revenu, ont été les premières à subir les conséquences de cette crise. Il apparaît donc essentiel de reconnaître les effets que peuvent avoir une perte d'emploi ou une baisse de revenu sur le bien-être global des étudiants. D'autant plus que les nouveaux arrivants sur le marché du travail, souvent les étudiants eux-mêmes, sont traditionnellement les plus vulnérables en période de récession (Frenette et al., 2020). Une étude de Statistique Canada (2021) indique que les ménages ont réduit leurs dépenses de manière significative, avec une baisse de 13 % des dépenses des familles au deuxième trimestre de 2020.

Selon un sondage sur les attitudes et les comportements de la population québécoise, quelques mois après l'annonce de la crise sanitaire, 24 % des Québécois rapportaient vivre une diminution du revenu de leur ménage, pour 7 % d'entre eux elle était qualifiée d'importante (Dubé et al., 2020). En effet, les familles étant confrontées à l'incertitude de

l'emploi et du revenu, les dépenses des ménages ont affiché une baisse sans précédent de 13 % au deuxième trimestre de 2020 (Statistique Canada, 2020).

Les jeunes adultes et les travailleurs ayant un faible niveau d'éducation ont été les plus affectés par la crise économique, car leurs emplois sont souvent précaires et peu rémunérés, les exposant davantage aux risques de chômage et de précarité (Dubé et al., 2020). Davantage de jeunes adultes et de personnes ayant une éducation de niveau secondaire ou moins étaient en arrêt de travail ou sans-emploi depuis le début de la pandémie. Ces mêmes catégories de personnes étaient aussi moins nombreuses à être en télétravail (Dubé et al., 2020).

Force est de constater que ces répercussions psychologiques, sociales et économiques ne sont pas indépendantes. En effet, à la suite des informations ci-haut mentionnées, il est possible de remarquer qu'une approche multidimensionnelle permet de montrer l'interconnexion des différents aspects de la crise sanitaire. La pandémie de COVID-19 a mis en lumière la précarité économique des étudiants universitaires, accentuant des vulnérabilités déjà présentes avant la crise. Selon Statistique Canada (2021), la proportion de jeunes ni en emploi ni aux études a fortement augmenté au début de la pandémie, illustrant une fragilité du marché du travail pour cette population (Wall, 2021). Cette précarité financière s'accompagne de conséquences psychologiques importantes. De ce fait, des études démontrent que les étudiants en difficulté économique présentent des niveaux de détresse psychologique significativement plus élevés que leurs pairs (ORES, 2024). Les pertes de revenus, combinées à l'isolement social et à l'incertitude académique, ont contribué à une hausse des symptômes anxieux et dépressifs (EDSC, 2024).

Ces constats soulignent l'importance de s'intéresser à cette problématique, non seulement pour comprendre ses impacts immédiats, mais aussi pour prévenir ses effets à long terme sur la réussite académique et la santé mentale des jeunes adultes. Comme le rappelle Caseau et al. (2025), la précarité étudiante ne se limite pas à une question financière : elle touche l'ensemble des conditions de vie et influence la capacité des étudiants à s'intégrer socialement et à poursuivre leurs études (Caseau et al., 2025). Dans cette perspective, l'instabilité et les fluctuations de revenus apparaissent comme un enjeu central, puisqu'elles traversent et influencent simultanément les dimensions psychologiques, sociales et scolaires de l'expérience étudiante. Or, ces fluctuations ne se vivent pas de manière uniforme et peuvent varier selon certaines caractéristiques sociodémographiques des étudiants.

En somme, la précarité des étudiants universitaires constitue un enjeu majeur de santé publique. L'étude de ce phénomène s'inscrit dans une perspective multidimensionnelle visant à promouvoir l'équité et à garantir à chaque étudiant les conditions nécessaires pour réussir et s'épanouir, même en contexte de crise. C'est dans ce cadre que s'inscrit la présente recherche, qui s'intéresse plus spécifiquement aux fluctuations de revenus vécues par les étudiants universitaires et aux caractéristiques sociodémographiques qui y sont associées. En mettant en lumière les inégalités qui traversent cette population, elle vise également à orienter des interventions adaptées et à renforcer les leviers d'action en contexte universitaire.

Pour le travail social, cette réalité souligne de manière concrète la nécessité d'interventions ancrées dans les milieux de vie et centrées sur les besoins des populations étudiantes. Les fluctuations de revenus et l'insécurité financière qui en découle ne relèvent pas uniquement de dimensions économiques, mais s'accompagnent de répercussions

psychosociales importantes, telles que le stress, l'isolement ou la détresse psychologique. Dans des contextes de crise, comme lors de la première vague de la pandémie de la COVID-19, ces vulnérabilités se trouvent amplifiées, obligeant les intervenants sociaux à adapter rapidement leurs pratiques et à composer avec des conditions d'intervention transformées (Guillette et al., 2020).

Ainsi, cette problématique s'inscrit pleinement dans la mission du travail social, qui vise la réduction des inégalités sociales, la protection des personnes en situation de vulnérabilité et le renforcement de la résilience individuelle et collective. Elle met en évidence l'importance de développer des approches d'intervention souples, accessibles et adaptées aux réalités étudiantes, tout en soutenant des actions structurelles capables d'agir sur les déterminants sociaux de la précarité. En ce sens, cette recherche contribue à outiller les pratiques professionnelles et à éclairer les politiques sociales en faveur d'une plus grande justice sociale.

CHAPITRE 2

RECENSION DES ÉCRITS

Le concept d'adulte en émergence renvoie à la transition de l'adolescence vers l'âge adulte qui se produit entre 18 et 30 ans. Cette période est aussi marquée par une indépendance des rôles et des attentes sociétales (Pauzé, 2017). C'est donc pendant cette période que le jeune adulte acquiert une certaine individualité et la capacité à orienter ses décisions qui lui sont propres, souvent en fonction de ses valeurs et de ses croyances personnelles (Pauzé, 2017).

La transition vers l'âge adulte peut être définie par cinq traits principaux. En effet, selon Arnett (2007), elle correspond d'abord à une phase d'exploration de l'identité, marquée par des essais multiples, notamment dans les domaines amoureux et professionnels. Ensuite, elle se caractérise par une certaine instabilité. C'est également une période fortement axée sur soi-même, c'est-à-dire sur le fait que les jeunes adultes se concentrent beaucoup sur eux-mêmes, leurs besoins et leurs objectifs, avant de prendre des responsabilités envers les autres, comme une famille par exemple. Elle se vit comme un moment intermédiaire, entre l'adolescence et l'âge adulte, où l'on ne se sent ni tout à fait l'un ni tout à fait l'autre. Enfin, c'est un âge où tout semble possible, une étape riche en espoirs et en opportunités de changer sa trajectoire de vie (Marcotte et Richard, 2023).

Cette période de transition est souvent associée à des défis ou à des impacts négatifs, mais il y a aussi des effets positifs qu'il importe de documenter. Parmi ces différents traits mentionnés ci-haut, on peut comprendre que cette transition représente également une

période riche en opportunités positives. L'adulte émergent explore son identité, que ce soit dans le domaine affectif ou professionnel, et bénéficie d'une plus grande liberté pour faire des choix personnels (Marcotte et Richard, 2023). C'est aussi un moment où il apprend à mieux se connaître, à développer des compétences essentielles pour la vie quotidienne et à poser les bases de son avenir. Même s'il se trouve entre l'adolescence et l'âge adulte, souvent avec un sentiment d'être « entre deux », cette étape lui offre une chance unique de croissance personnelle, d'autonomie accrue et d'espoir quant aux possibilités qui s'offrent à lui. Loin d'être une simple période de flottement, l'adulte émergent vit une étape dynamique, porteuse d'espoir, de découvertes et de profondes transformations (Marcotte et Richard, 2023).

D'après Wald (2005, cité dans Pauzé, 2017), les États-Unis comptent environ 24 millions d'adolescents âgés de 12 à 17 ans. Parmi eux, entre 5 % et 7 %, soit environ 1,5 million de jeunes, ne parviendraient pas à répondre aux critères de base nécessaires pour réussir leur passage à la vie adulte (Pauzé, 2017). Étant donné l'importance de cette période et compte tenu du travail accru que doivent souvent effectuer les individus qui font face à cette transition, il est raisonnable de penser que ce passage sera particulièrement ardu pour certains jeunes adultes émergents (Marcotte et Richard, 2023).

La période des études universitaires s'inscrit normalement dans cette étape de transition à la vie adulte. Tel que mentionné ci-haut, au cours de cette période charnière, de nouveaux rôles doivent être assumés par les étudiants et ceux-ci peuvent entraîner des conséquences sur leur bien-être psychologique et physique. Par nouveau rôle, il est possible d'entendre l'éloignement par rapport à la famille, la plus grande autonomie exigée dans le travail universitaire, la solitude ainsi que les problèmes relationnels (Strenna et al., 2014).

À tout cela peut s'ajouter le stress engendré par la première année universitaire, des difficultés d'adaptation et de nouvelles responsabilités de jeunes adultes (Boujut et al., 2009). En effet, le début de la vie universitaire est souvent associé à : des pressions liées à la compétition dans certaines filières et à une nécessité d'autonomie dans les études et dans la vie personnelle. La plupart des étudiants disent subir un mal-être transitoire lié à la séparation avec le milieu familial, allant parfois jusqu'à une véritable détresse psychologique, notamment chez les étudiants en première année, en partie liée à des difficultés d'adaptation (Egsdal et al., 2016).

Selon Carter et Lunsford (2005, cités dans Allard Massicotte, 2017), l'obtention d'un travail peut aussi souvent être perçue comme un événement transitionnel entre le rôle de l'étudiant et le rôle de travailleur. De ce fait, le jeune adulte doit quitter un environnement familial, dans lequel il évolue depuis plusieurs années, l'école, pour se diriger vers un tout autre monde, le monde du travail (Carter et Lunsford 2005, cités dans Allard Massicotte, 2017). Ainsi, cette transition vers l'âge adulte entraînerait chez les étudiants du stress autant que les études en général (Bergeron-Leclerc et Cherblanc, 2019).

En conclusion, tous les jeunes adultes ne disposent pas des mêmes ressources pour faire face à cette période d'instabilité. Certains possèdent davantage de ressources personnelles, comme une bonne capacité d'adaptation, une estime de soi solide ou des habiletés sociales développées tandis que d'autres bénéficient de ressources environnementales plus soutenantes, telles qu'un entourage familial présent ou un milieu scolaire sécurisant. Lorsque ces ressources manquent ou sont limitées, le risque d'apparition de difficultés ou de troubles de santé mentale peut augmenter.

2.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES

La section qui précède a mis en évidence certains enjeux associés à la transition à l'âge adulte, en plus d'identifier les vulnérabilités au point de vue de l'état de santé mentale. Les études postsecondaires peuvent accentuer cette vulnérabilité comme en fait foi la mise en place d'un plan d'action ministériel lié à la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (MES, 2021). Cette section vise donc à faire un portrait de l'état de santé mentale des étudiants postsecondaires. La première partie aura pour but de faire un portrait avant la pandémie tandis que la seconde visera à faire état de l'ampleur des enjeux de santé mentale, dans le contexte de cette crise socio sanitaire mondiale.

2.1.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE CHEZ LES ÉTUDIANTS

UNIVERSITAIRES EN AMONT DE LA PANDÉMIE

2.1.1.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES

Avant même l'émergence de la pandémie de COVID-19, la santé mentale des étudiants postsecondaires faisait l'objet de préoccupations croissantes à l'échelle internationale. Plusieurs études menées au cours de la dernière décennie ont mis en lumière une hausse notable des symptômes d'anxiété, de dépression, de stress académique et de détresse psychologique chez cette population. Par exemple, en 2011, l'OMS estimait que près de 20 % des jeunes âgés de 10 à 24 ans développeraient un problème de santé mentale le plus souvent sous forme de dépression ou d'anxiété (OMS, 2011). Dans le même ordre d'idée, environ un tiers des 15 à 24 ans présentent un niveau élevé de détresse psychologique, ce qui en fait le groupe d'âge le plus touché à cet égard (CAPRES, 2018).

Ces résultats sont aussi corroborés par une étude de grande envergure, menée en 2016 dans une vingtaine de pays à travers le monde, qui a démontré que ce sont près de 20,3 % des étudiants âgés de 18 à 22 ans qui dans la dernière année avaient reçu un diagnostic de trouble de santé mentale (Auerbach et al., 2016). Selon cette même étude, 31,4 % des étudiants de première année dans 19 universités de 8 pays (Australie, Belgique, Allemagne, Mexique, Irlande du Nord, Afrique du Sud, Espagne, États-Unis) présentaient des symptômes compatibles avec au moins un trouble anxieux, de l'humeur ou de la toxicomanie au cours des 12 derniers mois. La méthode utilisée pour cette étude a aussi permis de se rendre compte que parmi les troubles mentaux, les troubles anxieux étaient les plus courants (10,4 %), suivis des troubles dépressifs (4,5 %), des troubles bipolaires (1,8 %), du trouble de stress post-traumatique (1,3 %) et du trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) (0,4 %) (Auerbach et al., 2016).

Dans la même période, une enquête a illustré que les adultes émergents étaient déjà vulnérables sur le plan psychologique. En effet, une enquête publiée par King et al. (2024) s'est intéressée aux résultats de 4 138 étudiants de première année universitaire. En effet, cette étude de cohortes multiples a utilisé des données d'auto-évaluation de 4 138 étudiants de premier cycle ayant complété l'enquête sur le bien-être U-Flourish au début et à la fin de la première année de 2018 à 2023. À leur entrée, 43 % d'entre eux ont obtenu un résultat positif au dépistage de l'anxiété ou de la dépression, 30 % ont déclaré avoir souffert d'un trouble mental et 23 % d'automutilation. En effet, au cours de leur première année, 15 % des étudiants interrogés ont eu recours aux services de santé mentale de l'université (King et al., 2024).

La constance des résultats observés dans différents contextes géographiques et culturels suggère une problématique structurelle et mondiale, liée à la fois aux défis du développement personnel à cette période de vie et aux pressions propres au milieu académique. Le fait que plusieurs étudiants présentent un ou plusieurs troubles mentaux courants, dès la première année universitaire, illustre l'ampleur de cette réalité. Ce phénomène, bien que mondial, présente des caractéristiques propres au contexte canadien et québécois ce qui sera démontré dans la section suivante.

2.1.2 LES DONNÉES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES

Selon la Fédération des cégeps du Québec en 2010, les jeunes adultes âgés de 15 à 24 ans représentaient déjà, à cette époque, le groupe le plus touché par des niveaux élevés de détresse psychologique au Québec (Lavoie et al., 2010). Cette donnée souligne que les problèmes de santé mentale chez les étudiants ne sont pas récents, mais bien ancrés dans une réalité persistante depuis plus d'une décennie (Lavoie et al., 2010).

Un peu plus tard, en 2011, la Fédération étudiante de l'Université d'Ottawa (FÉUO) (Pilon, 2012, cité dans Benoit et al., 2018), rapportait que ce serait plus de 119 000 \$ d'antidépresseurs qui auraient été remboursés aux étudiants et étudiantes par le régime d'assurance maladie. Tout de suite après les contraceptifs oraux, ce sont les antidépresseurs qui coûtent le plus cher au régime (Pilon, 2012, cité dans Benoit et al., 2018). Ce montant suggère l'importance des manifestations dépressives chez les étudiants.

Dans le même ordre d'idées, une étude réalisée en 2013 auprès de plus de 30 000 étudiants postsecondaires canadiens démontrait que plus de 90 % des étudiants se sont sentis complètement débordés dans la dernière année, 50 % ont vécu des moments de désespoir et 10 % avaient sérieusement envisagé de se suicider (Martineau et al., 2017).

Plus spécifiquement, dans une étude réalisée en 2014 auprès d'étudiants collégiaux provenant de huit établissements scolaires de différentes régions du Québec, ce sont 35 % qui affirmaient souffrir d'un très haut niveau d'anxiété et 17 % vivaient beaucoup ou énormément de détresse psychologique (Gosselin, 2017, cité dans Martineau et al., 2017).

Les études démontrent une hausse de problèmes de santé mentale chez les étudiants collégiens et universitaires. En effet, le rapport annuel du Center for Collegiate Mental Health (2016) a enregistré en 2015 une utilisation sept fois plus importante de leur service d'aide psychologique depuis 1993, et ce, pour des problèmes de santé mentale, de dépression, de trouble anxieux ainsi que d'idées suicidaires (CCMH, 2016).

Ces constats sont confirmés en 2016 par l'American College Health Association (ACHA), une étude nationale menée au Canada. Parmi les 43 780 étudiants postsecondaires ayant répondu au questionnaire, plus de 60 % ont affirmé se sentir plus stressés que la moyenne révélant une pression psychologique constante dans les milieux d'enseignement supérieur (ACHA, 2016).

La situation est encore plus préoccupante lorsqu'on compare les taux de détresse psychologique chez les étudiants universitaires à ceux de la population générale.

L'enquête « Sous ta façade », menée par l'Union étudiante du Québec (2019) en 2018, a mis en lumière des écarts marqués. Les étudiants universitaires présentent des niveaux de détresse psychologique significativement plus élevés que ceux observés dans la population québécoise générale. En effet, 55,1 % des universitaires âgés de 15 à 24 ans rapportent un niveau élevé de détresse, comparativement à 36,1 % dans la population générale du même groupe d'âge tandis que, chez les 25-44 ans, ces proportions s'élèvent respectivement à 48,4 % et 30,8 % (UÉQ, 2019).

Dans le même ordre d'idées, il est estimé qu'à chaque décès par suicide correspondent au minimum une trentaine de tentatives non mortelles (Mishara, 2018). L'ampleur de ce phénomène est généralement évaluée à partir de deux principales sources d'information : les enquêtes populationnelles fondées sur l'autodéclaration des comportements suicidaires et les données recueillies dans les établissements de santé auprès des personnes ayant fait une tentative de suicide (Mishara, 2018). L'Institut national de santé publique du Québec indiquait que, dans la population générale québécoise de plus de 15 ans, 2,8 % des individus avaient eu des idéations suicidaires et 0,4 % avaient fait une tentative de suicide (Mishara, 2018).

Dans l'ensemble, les données présentées révèlent une prévalence particulièrement élevée de la détresse psychologique, de l'anxiété, de la dépression et des idéations suicidaires chez les étudiants postsecondaires. Que ce soit par l'augmentation soutenue de la demande pour les services d'aide, par les taux importants d'utilisation d'antidépresseurs ou par les proportions nettement plus élevées d'étudiants rapportant des niveaux élevés de détresse psychologique comparativement à la population générale, l'ensemble des études converge

vers un même constat. En effet, la santé mentale étudiante constitue un enjeu préoccupant et persistant. Ainsi, loin d'être un phénomène récent ou marginal, la détresse psychologique dans les milieux collégiaux et universitaires apparaît comme une réalité documentée depuis plus d'une décennie et qui continue de se manifester de manière marquée au sein de cette population.

2.1.3 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE EN CONTEXTE PANDÉMIQUE

Tel que vu plus haut, même avant la pandémie, les étudiants du monde entier connaissaient des niveaux élevés d'anxiété, d'humeur dépressive, de manque d'estime de soi, de problèmes psychosomatiques et plus encore (Browning et al., 2021). En effet, la santé mentale de la population étudiante est une préoccupation majeure depuis plusieurs années et la pandémie a exacerbé ce problème. Cet événement sociosanitaire mondial a eu d'importantes répercussions sur la santé mentale de tous, y compris des étudiants universitaires (UÉQ, 2021). Le stress engendré par les mesures sociosanitaires et leurs impacts sur les établissements universitaires (ex. : fermeture des établissements, enseignement à distance) n'a pas été sans conséquence sur le bien-être et la santé mentale étudiante (Ihm et al., 2021; MES, 2021; UÉQ, 2021).

2.1.3.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES

La détérioration de la santé mentale des étudiants durant la pandémie de COVID-19 n'est pas un phénomène uniquement associé à une région. En effet, dans de nombreux pays à travers le monde, la pandémie de COVID-19 a profondément bouleversé les parcours académiques, forçant environ 1,5 milliard d'étudiants à basculer vers l'apprentissage en

ligne. Cette transition, souvent improvisée et sans encadrement adéquat, a eu un impact considérable sur la santé mentale des étudiants (Xu et Wang, 2023).

De ce fait, une méta-analyse regroupant 36 études menées dans 19 pays auprès de plus de 78 000 étudiants révèle une prévalence particulièrement inquiétante des troubles psychologiques liés à l'apprentissage à distance : 58 % des étudiants souffraient d'anxiété, 50 % présentaient des symptômes dépressifs et 71 % déclaraient ressentir un stress élevé. Ces chiffres démontrent clairement que l'enseignement virtuel, imposé par la crise sanitaire, a provoqué une détresse généralisée au sein de la population étudiante mondiale (Xu et Wang, 2023).

Pour d'autres pays, nous avons trouvé des résultats similaires. Une méta-analyse portant sur 706 415 étudiants dans 15 pays a montré que la proportion de symptômes dépressifs est passée de 21 % (IC 95 % : 16 %-25 %) avant mars 2020 à 54 % (IC 95 % : 40 %-67 %) après cette date (Li et al., 2021). De la même manière, les symptômes d'anxiété ont augmenté de 19 % (IC 95 % : 13 %-25 %) à 37 % (IC 95 % : 26 %-48 %). Une revue systématique d'études réalisées dans différentes régions du monde (Asie, Moyen-Orient, Amériques, Europe, Australie, Afrique) a confirmé l'impact globalement négatif de la COVID-19 sur la santé mentale des étudiants, notamment chez les étudiants en médecine (Li et al., 2021).

Plusieurs recherches menées dans différents pays confirment cette tendance. En France, une étude menée auprès de 2 260 étudiants universitaires bordelais a révélé que leur détresse psychologique était significativement plus élevée que celle des non-étudiants. En effet, ces étudiants étaient proportionnellement plus nombreux à rapporter des symptômes

dépressifs (32,5 % contre 16,2 %), de l'anxiété (24,0 % contre 14,7 %), des pensées suicidaires (11,7 % contre 7,6 %) ainsi qu'un niveau élevé de stress perçu (33,1 % contre 22,1 %) (Arsandaux et al., 2021). Même en tenant compte de nombreux facteurs pouvant influencer ces résultats, les analyses statistiques ont révélé que les étudiants couraient un risque accru (supérieur à 50 %) de présenter des troubles psychologiques, notamment en ce qui concerne la dépression, l'anxiété et le stress (Arsandaux et al., 2021).

Cette vulnérabilité persistait quel que soit leur historique de santé mentale, leur environnement de confinement ou même lorsqu'on comparait les jeunes adultes étudiants et non-étudiants. Par ailleurs, des éléments comme l'isolement social semblaient avoir un effet plus marquant sur la santé mentale des étudiants que sur celle des non-étudiants (Arsandaux et al., 2021).

D'autres travaux français, réalisés auprès de 5 738 étudiants issus de quatre universités, confirment ces résultats. L'étude soulignait des liens entre les stressseurs environnementaux (contexte de vie, inquiétudes liées aux études, à l'avenir ou aux relations sociales), les troubles mentaux (anxiété, dépression), les comportements addictifs et les troubles du comportement alimentaire (Flaudias et al., 2020, 2021).

Une autre étude menée en Chine a quant à elle démontré que les jeunes âgés de 18 à 30 ans étaient les plus vulnérables aux troubles mentaux pendant la pandémie (Coquard, 2021; Qui et al., 2020). Par ailleurs, une enquête portant sur 1 881 étudiants chinois inscrits dans des universités américaines a rapporté une prévalence de la dépression et de l'anxiété atteignant respectivement 24,5 % et 20,7 % (Lin et al., 2022). Parmi les facteurs de risque

identifiés figuraient l'exposition à des événements traumatiques récents, l'impact négatif de l'apprentissage en ligne sur les relations sociales et la qualité du sommeil, ainsi que les conséquences financières et académiques de la pandémie. À l'inverse, une plus grande disposition à consulter des services psychologiques et un meilleur soutien social étaient liés à un risque moindre. En outre, le risque de dépression augmentait également en lien avec les impacts négatifs de la pandémie sur la situation financière des étudiants, sur leur performance académique et sur leurs perspectives de carrière. Le risque d'anxiété, quant à lui, était également associé à la charge de travail et à la fréquence des veilles tardives pour assister aux cours en ligne (Lin et al., 2022).

Cette dégradation de l'état de santé mentale des étudiants postsecondaires est liée à plusieurs facteurs : l'enseignement à distance, l'isolement social, la baisse du soutien social, l'exposition à des environnements stressants, l'interruption de la formation clinique ou encore un sentiment de moindre capacité à gérer ces nouveaux défis (Zhu et al., 2021). L'ensemble de ces recherches à l'internationale souligne le rôle majeur de la pandémie (Zhu et al., 2021).

2.1.3.2 LES ÉTUDES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES

Des travaux portant sur la santé mentale des étudiants postsecondaires en contexte pandémique ont également été réalisés au Québec et au Canada. À l'échelle provinciale, les jeunes âgés de 15 à 24 ans ont été identifiés comme la tranche d'âge la plus vulnérable sur le plan de la santé mentale durant la pandémie (Statistique Canada, 2020). Selon Statistique Canada, environ 60 % des jeunes de ce groupe affirmaient ne plus jouir d'une santé mentale

aussi bonne qu'avant la crise (Statistique Canada, 2020). C'est dans cette tranche d'âge que l'on retrouve les étudiants postsecondaires. Une autre enquête menée par l'Union étudiante du Québec (UÉQ, 2020) sur la santé psychologique étudiante en temps de pandémie vient confirmer ces informations. En effet, cette enquête (2020), à laquelle 1 209 étudiants ont participé, révèle des constats préoccupants concernant leur santé psychologique. Plus de la moitié des répondants (51 %) affirment que leur niveau de détresse a augmenté depuis le début de la session d'automne 2020, ce qui s'accompagne de taux non négligeables d'idéations suicidaires (7 %) et de tentatives de suicide (3 %). Par ailleurs, 52 % des étudiants indiquent avoir ressenti un besoin de soutien psychologique durant cette période. Toutefois, parmi ceux qui expriment ce besoin, 77 % n'ont pas consulté de professionnel, évoquant principalement des obstacles tels que le coût des services (47 %) et le manque de temps (52 %) (UÉQ, 2020).

Une autre étude menée à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue révèle que 41,5 % des étudiants sondés ont connu une détresse psychologique modérée, et 22,6 % une détresse sévère durant la pandémie (Labra et al., 2021). Ces données confirment l'ampleur de l'impact psychologique de la crise sanitaire sur les jeunes adultes en milieu universitaire.

Cette réalité est appuyée par une autre recherche intitulée « Le point de vue d'étudiants quant au stress et à l'anxiété vécus à l'université », qui souligne les conséquences concrètes de la pandémie sur l'expérience éducative (Lemay, 2023). Les participants ont exprimé leur frustration face à la perte de qualité de l'enseignement, notamment en raison du manque de clarté dans les cours en ligne, de l'absence de travaux d'équipe en présentiel et de l'annulation d'activités pratiques, comme les laboratoires, qui permettaient de relier la théorie à la pratique

(Lemay, 2023). Ces perturbations ont contribué à une hausse du stress et de l'anxiété chez de nombreux étudiants (Lemay, 2023).

D'autres recherches ont mis en évidence des facteurs aggravants du stress pendant la pandémie. Entre autres, une étude canadienne identifie quatre catégories de variables influençant fortement le niveau de stress perçu : les caractéristiques intrinsèques, les comportements addictifs avant le confinement, les conditions spécifiques au confinement et enfin les comportements addictifs pendant le confinement (Liu et al., 2021).

Cette étude révèle notamment que 75 % des étudiants postsecondaires se classaient dans la catégorie de stress élevé. Parmi eux, les femmes étaient surreprésentées : elles constituaient 83 % du groupe le plus stressé, contre seulement 49 % dans le groupe le moins stressé (Liu et al., 2021). Il apparaît que plus les étudiants ressentaient du stress, plus ils manifestaient des symptômes anxieux et dépressifs, accompagnés d'un moindre sentiment de soutien social. Ce stress était souvent lié aux conditions du confinement, comme la peur de perdre son emploi, l'insécurité financière ou l'impossibilité de travailler efficacement en télétravail bien plus qu'à la peur de contracter le virus lui-même (Liu et al., 2021).

Enfin, les données de l'Enquête canadienne sur la santé mentale (ECSM) mettent en évidence une augmentation des idées suicidaires chez certaines sous-populations étudiantes. Les personnes ayant connu une perte d'emploi ou de revenus liée à la pandémie avaient deux fois plus de risques de signaler des pensées suicidaires (4,04 % contre 1,94 %) (Gouvernement du Canada, 2023). Le sentiment de solitude ou d'isolement social faisait également grimper ces risques de manière significative (5,19 % contre 0,72 %)

(Gouvernement du Canada, 2023). Les étudiants ayant vécu des événements traumatisants ou ceux qui travaillaient comme employés de première ligne étaient aussi particulièrement à risque (Gouvernement du Canada, 2023).

Ces données mettent en évidence un effet aggravant majeur de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale étudiante. Elles montrent non seulement une augmentation significative du stress, de l'anxiété et de la détresse psychologique, mais également une diversité de facteurs contributifs, tant personnels que structurels. L'isolement, les perturbations académiques, la surcharge informationnelle et l'insécurité financière ont créé un environnement particulièrement délétère pour la santé psychologique des étudiants, déjà fragilisée avant la crise. La prochaine section s'intéressera à l'un de ces facteurs contributifs à savoir les répercussions financières de la pandémie chez les populations étudiantes.

2.2 LES IMPACTS FINANCIERS DE LA PANDÉMIE CHEZ LES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES

La pandémie de COVID19 a entraîné des répercussions mondiales majeures sur le marché du travail, affectant particulièrement les adultes en émergence. Selon l'Organisation internationale du travail (OIT) (2021), l'emploi des jeunes a chuté de 8,7 % au niveau mondial en 2020, comparativement à une baisse de 3,7 % chez les adultes, illustrant une vulnérabilité nettement plus prononcée pour les 15-24 ans. Cette précarité touche particulièrement les étudiants postsecondaires, souvent contraints d'occuper de petits emplois pour subvenir à leurs besoins, ce qui limite leur autonomie financière (Egdsal et al., 2016).

Dans plusieurs régions du monde, cette précarité étudiante découle d'une perte directe de revenus. Au Maroc, le taux de chômage chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans atteignait 26,8 % pendant la pandémie, illustrant une fragilité structurelle aggravée par la crise sanitaire (Bakour et Ouassou, 2020).

En France, les jeunes de moins de 20 ans ont été plus nombreux à perdre leur emploi (58 % contre 25 % chez les plus de 26 ans), tout comme les femmes (40 % contre 31 % chez les hommes). De manière plus générale, en temps normal, environ 46 % des étudiants universitaires occupent un emploi rémunéré. Or, durant le confinement, plus de 58 % de ceux-ci ont dû soit arrêter, soit réduire ou modifier leur activité professionnelle (Belghith et al., 2020).

Ces bouleversements ont contribué à une insécurité financière marquée. Une enquête de l'Observatoire national de la vie étudiante (2020) réalisée auprès de 6 130 étudiants en France indique que 33 % des répondants ont connu des difficultés financières pendant le confinement, dont 16,8 % ont vu leur situation se détériorer davantage, tandis que 15,7 % ont simplement maintenu leurs difficultés déjà existantes. À cela s'ajoute une incertitude accrue pour les étudiants qui terminaient leur formation et s'apprêtaient à faire leur entrée sur un marché du travail partiellement paralysé par la pandémie (ONU, s. d.), notamment en raison de la fermeture temporaire ou définitive de nombreuses entreprises (ONVE, 2020).

Au Canada, la crise sanitaire a également eu un effet notable sur la situation économique des étudiants. Dès la première vague, plus de 44 % des étudiants ont dû modifier leur projet d'activité rémunérée durant la première vague de la pandémie. Parmi eux, 64 %

souhaitaient travailler mais n'en ont pas eu la possibilité, 15 % ont été contraints de chercher un emploi qu'ils ne désiraient pas, et 17 % ont finalement travaillé davantage que prévu (Belghith et al., 2020). En moyenne, les pertes mensuelles ont été estimées à 274 €, soit environ 364 dollars canadiens, avec des pertes encore plus importantes pour certains groupes spécifiques d'étudiants (Belghith et al., 2020). Notamment, les étudiants internationaux et ceux âgés de 26 ans et plus ont enregistré des pertes mensuelles moyennes respectives de 414 € et 426 €, soit environ entre 600 et 615 dollars canadiens (Belghith et al., 2020).

Dans ce sens, la proportion de jeunes ni en emploi, ni aux études, ni en formation (NEET) constitue un indicateur reconnu à l'échelle internationale pour repérer les jeunes à risque de rupture et d'exclusion sociale lors de la transition entre l'éducation et le marché du travail (Layton, 2020). Or, la pandémie de COVID-19 a provoqué des perturbations sans précédent pour les jeunes de 15 à 29 ans. Ces bouleversements ont contribué à une hausse marquée des taux de NEET dans plusieurs pays. Avant la pandémie, le Canada affichait un taux de 13 %, légèrement inférieur à la moyenne de l'OCDE (14 % en 2019) (Layton, 2020). Toutefois, entre 2019 et 2020, le taux annuel de NEET a augmenté de 14 % chez les jeunes de 18 à 24 ans dans l'ensemble des pays de l'OCDE, avec des hausses particulièrement prononcées au Canada et aux États-Unis, où les taux ont bondi respectivement de 46 % et de 33 % au cours de la première année de la pandémie (Layton, 2020). Ces données illustrent encore une fois l'ampleur des effets de la crise sanitaire sur la trajectoire des jeunes.

D'autres données intéressantes présentées dans une série de feuillets statistiques de la Chaire-réseau de recherche sur la jeunesse du Québec (CRJ), concernent l'évolution des périodes d'emploi selon le niveau de scolarité des jeunes (Bourdon et al., 2020b). Les

variations observées entre 2019 et 2020 montrent que la crise a touché l'ensemble des jeunes, et ce peu importe leur parcours scolaire, mais avec une intensité variable selon le diplôme obtenu. En avril, les titulaires d'un diplôme d'études professionnelles (DEP), d'un diplôme d'études collégiales (DEC) ou d'un certificat universitaire ont subi la diminution la plus marquée, leur taux d'emploi chutant de 19,9 %, passant de 88,4 % en 2019 à 68,5 % en 2020 (Bourdon et al., 2020b). Une baisse importante est également constatée chez les jeunes sans diplôme ou possédant uniquement un diplôme d'études secondaires, dont le taux est passé de 70,1 % à 55,4 %, soit 14,7 % de moins. À l'inverse, les diplômés universitaires apparaissent relativement moins affectés, avec une diminution de 7,5 % en avril et de seulement 4,8 % en mai par rapport à l'année précédente, ce qui témoigne d'une plus grande protection de ce groupe face aux effets de la crise économique (Bourdon et al., 2020b).

Ainsi au Québec, l'employabilité des jeunes a été profondément affectée. En effet, ce sont plusieurs milliers d'emplois qui ont été perdus par les jeunes de 15 à 34 ans. À des fins de comparaison, en avril 2020 les jeunes de 15 à 24 ans occupaient seulement 346 100 postes, soit 217 000 emplois de moins qu'en février 2020 (Longo et al., 2020). Ainsi, la crise a entraîné des répercussions mondiales sur l'emploi des jeunes. L'analyse des données internationales, nationales et régionales permet de mieux comprendre l'ampleur de ces effets.

2.3 L'EXPLORATION DES LIENS ENTRE LE REVENU ET LA SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS POSTSECONDAIRES

Les répercussions financières de la pandémie sur la santé mentale des étudiants ont fluctué en fonction des mesures prises dans différents pays. Cette section fait état des

relations entre les difficultés financières des étudiants et leur santé mentale, et ce, en fonction de leur provenance.

2.3.1 LES ÉTUDES INTERNATIONALES

Une étude réalisée en France a démontré qu'une dégradation de la situation financière à la suite du confinement (en comparaison à une situation stable ou s'étant améliorée) est associée à un fort risque de détresse psychologique. En effet, dans la première phase du confinement il s'agirait des problèmes financiers qui génèrent le plus d'inquiétude chez les individus (Gandré et al., 2020).

Toutefois, cette corrélation semble moins marquée lorsque la situation professionnelle des étudiants a changé sans entraîner une perte financière réelle. En effet, certaines personnes ayant eu accès à des aides financières n'ont pas nécessairement rapporté un niveau plus élevé de détresse psychologique, ce qui laisse penser que les mesures gouvernementales de soutien ont pu jouer un rôle tampon face aux impacts psychologiques de la crise (Gandré et al., 2020).

Malgré ces mesures de soutien, le lien entre santé mentale et difficultés économiques demeure préoccupant pour les étudiants, et ce, dans de nombreux pays. En France, cette période a été particulièrement éprouvante pour cette population déjà vulnérable. Les prévalences estimées de détresse psychologique, de symptômes dépressifs et anxieux sont inquiétantes dans cette population déjà vulnérable (Roux et al., 2021). En effet, près d'un étudiant sur trois (31 %) a présenté des signes d'une détresse psychologique contre 20 %

dans l'enquête similaire de 2016 (Belghith et al., 2020). On parle donc de nervosité (34 %), de tristesse et d'abattement (28 %) ainsi que de découragement (16 %) (Belghith et al., 2020).

Trois groupes d'étudiants se sont révélés particulièrement vulnérables : les étudiants en difficulté financière, les étudiants internationaux ainsi que les étudiants ayant déclaré avoir eu un problème de santé. À titre d'exemple, ce sont 46 % des étudiants présentant des difficultés financières qui ont eu des signes d'une détresse psychologique contre 24 % des étudiants sans difficulté (Belghith et al., 2020).

Ce constat dépasse les frontières françaises. En Chine également, des chercheurs ont montré que la vulnérabilité financière accentue l'anxiété chez les étudiants (Fu et al., 2021). En Allemagne, une autre étude a montré qu'il existait une forte corrélation entre la détresse psychologique des étudiants et les difficultés financières (Veltmer et al., 2021). En effet, il est spécifié que les étudiants universitaires qui avaient perçu un grand impact de la COVID-19 sur leur étude ou leur existence économique et immatérielle sont ceux qui avaient des scores plus élevés de stress, d'anxiété et de dépression (Veltmer et al., 2021).

Enfin, plusieurs recherches menées dans différents pays convergent vers la même conclusion : les difficultés financières causées par la pandémie ont eu un effet négatif sur la santé mentale, notamment l'augmentation des symptômes anxiodépressifs, des étudiants postsecondaires, ce qui a pu entraîner des répercussions sur leur performance académique (Ihm et al., 2021).

2.3.2 LES ÉTUDES CANADIENNES ET QUÉBÉCOISES

En avril 2020, au cœur de la première vague, les jeunes étudiants postsecondaires étaient préoccupés par les effets de la pandémie sur leurs études et leurs perspectives d'emploi. Au Québec, près du tiers des jeunes étudiants (32,7 %) craignaient d'être incapables de retourner étudier en raison de la pandémie, et la majorité (58,1 %), craignaient que leur rendement scolaire soit affecté (Bourdon et al., 2020a). Sur le plan économique, bien que des mesures d'aide comme la Prestation canadienne d'urgence (PCU) et la Prestation canadienne d'urgence pour étudiants (PCUE) aient été instaurées pour amortir les effets de la crise, une grande partie des étudiants ont tout de même vu leurs projets d'emploi perturbés (Belghith et al., 2020).

À l'échelle nationale, les jeunes de 15 à 24 ans ont été particulièrement touchés par la chute de l'emploi. Entre février et avril 2020, la proportion de jeunes occupant un emploi est passée de 58 % à seulement 38 % (Statistique Canada, 2020). De plus, ce groupe a été le plus affecté par la perte d'heures de travail pendant plus de sept mois consécutifs (Statistique Canada, 2020). Cette baisse importante s'explique notamment par leur forte présence dans les secteurs les plus durement frappés par les fermetures, comme la restauration, le commerce de détail et les cafés (Ihm et al., 2021).

Au Canada, en mai 2021, le taux de chômage chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans a presque triplé. Le taux de 29,4 % enregistré a été le plus élevé observé depuis que des données sont totalisées, un sommet supérieur aux récessions des années 1980, 1990 et 2000 (Statistique Canada, 2020). Ces données entraînaient encore une fois des inquiétudes et des

craintes chez les étudiants concernant leur entrée sur le marché du travail ainsi que leur avenir financier (Frenette et al., 2020).

La situation au Québec reflète cette tendance. Un sondage réalisé en ligne auprès de 4 093 étudiants de l'UQAM a révélé que la majorité d'entre eux faisaient face à une précarité financière accrue, principalement en raison de pertes d'emploi (AFESPED-UQAM, 2020). Toujours selon cette étude, on remarque que la socialisation était moins facile pour le tiers des répondants en raison de la perte de leur emploi et d'une réduction des heures de travail pour 11 % des étudiants (AFESPED-UQAM, 2020). De plus, les revenus de 70 % des étudiants étaient affectés par la pandémie et plus d'un répondant sur deux affirmait qu'il serait difficile de joindre les deux bouts si la situation continuait (AFESPED-UQAM, 2020). Une enquête menée à l'échelle du Québec auprès de 1 400 étudiants universitaires est venue confirmer ces constats : plus de 25 % des étudiants étaient « moyennement ou beaucoup » préoccupés et inquiets par leur situation financière. Cette proportion était entre autres plus élevée chez les personnes dont les revenus ont diminué dans le dernier mois (Bergeron-Leclerc et al., 2020).

Cette insécurité financière entraînait des conséquences directes sur les besoins essentiels des personnes étudiantes. En effet, ce sont plus de 19 % des étudiants qui ont dû se restreindre sur les achats de première nécessité pendant cette même période (ONVE, 2020). Parmi ces achats de première nécessité, les étudiants avaient rencontré différents types de difficultés. On y retrouve, entre autres, les dépenses alimentaires pour 55,8 % d'entre eux, le logement pour 38,2 % ainsi que les dépenses en lien avec l'enseignement à distance pour 33,4 % (ONVE, 2020).

Ce stress financier, lorsqu'il était prolongé, pouvait compromettre les résultats scolaires, forcer certains à abandonner leurs études et nuire à leur santé physique et mentale. Les symptômes de dépression et d'anxiété devenaient plus fréquents, et les difficultés d'adaptation pouvaient altérer la qualité de vie générale de l'étudiant (Rashid et Di Genova, 2022).

Dans le même ordre d'idées, les étudiants qui avaient moins de ressources financières étaient plus à risque de vivre des effets négatifs importants sur leur santé mentale (CISMC, 2023). Ces effets pouvaient se manifester sur le plan éducatif, notamment par une diminution du rendement scolaire, et aller jusqu'à contraindre certains étudiants à interrompre ou à abandonner leurs études en raison du stress financier (CISMC, 2023). Il y a aussi ceux de l'ordre de la santé physique ou encore de la santé mentale tel que l'augmentation de symptômes de dépression et d'anxiété. Ces différents effets néfastes pouvaient même entraîner des difficultés d'adaptation chez l'étudiant et affecter sa qualité de vie en général (CISMC, 2023).

Selon les données de l'Enquête canadienne sur la santé mentale (ECSM), les idées suicidaires récentes étaient significativement plus présentes chez les personnes ayant subi une perte d'emploi ou de revenu liée à la pandémie (4,04 % contre 1,94 %), ainsi que chez celles ayant souffert d'isolement social (5,19 % contre 0,72 %) (Gouvernement du Canada, 2023).

Ces constats mettaient en lumière l'importance de prendre en compte les effets psychologiques de la précarité économique vécue par les étudiants dans les politiques de

soutien, en particulier dans un contexte de crise sanitaire. Au Québec, les jeunes âgés de 15 à 34 ans avaient été fortement touchés par la perte d'emploi, particulièrement au tout début de la pandémie. Il était ainsi essentiel de mettre l'emphasis sur les impacts d'une perte d'emploi ou d'une baisse de revenus sur le stress ainsi que sur la santé physique et mentale des étudiants universitaires (Longo et al., 2021). Cette transition vers le marché du travail était d'autant plus difficile pour les jeunes adultes qui vivent déjà avec des enjeux de santé (Allard Massicotte, 2017). En effet, la précarité financière était possiblement l'enjeu le plus grand lorsqu'il était question de condition étudiante (Veilleux et al., 2021).

2.4 FORCES ET LIMITES DES ÉTUDES CONSULTÉES : UNE ANALYSE CRITIQUE

Depuis le début de la pandémie, de nombreuses recherches ont été menées dans différents pays pour examiner les effets de la crise sanitaire sur les étudiants universitaires. Ces études ont permis d'aborder divers aspects de la vie étudiante, tels que le bien-être, le logement, la santé ainsi que les finances. Ces recherches ont permis de mieux cerner la diversité des situations et des réalités vécues par les étudiants universitaires dans un contexte de bouleversements multiples (Saïd et al., 2020). Les prochaines lignes s'attarderont plus en détail aux forces et aux limites de ces études.

2.4.1 LES FORCES

Depuis le début de la pandémie de COVID-19, de nombreuses études ont été menées afin de documenter les effets de cette crise inédite sur les populations étudiantes. Cette

production scientifique abondante permet aujourd'hui de disposer de données spécifiques à ce contexte particulier et de mieux comprendre les transformations rapides qui ont marqué la vie des étudiants. Certaines études mobilisées dans ce mémoire ont cherché à combler une lacune importante : l'absence de données recueillies avant la pandémie, ce qui ne permet pas de déterminer si les inégalités observées trouvent leur origine dans la pandémie ou si elles étaient déjà présentes auparavant. Pour contourner cette limite, certaines recherches ont intégré des questions rétrospectives. Par exemple, l'étude québécoise sur la santé globale des communautés universitaires a demandé aux répondants de se baser sur le dernier mois vécu, ou encore de fournir les mêmes informations, mais pour les 14 mois précédents (Bergeron-Leclerc et al., 2020). Cette approche permet notamment de déterminer si les étudiants faisaient déjà face à certaines inégalités avant la pandémie, ou si celles-ci se sont aggravées durant cette période (Saïd et al., 2020).

De plus, l'une des forces notables de ces études réside dans la taille importante des échantillons. En effet, les questionnaires autoadministrés via Internet facilitent le recrutement d'un large éventail de participants (Lachance et al., 2020). Par exemple, une étude a impliqué un échantillon de 13 087 adolescents âgés de 12 à 18 ans, répartis sur 28 districts ou comtés en Chine. Elle a montré que la perception de la pression financière était significativement associée aux symptômes dépressifs chez les adolescents (Fu et al., 2021). De même que pour une étude complétée en Allemagne qui a su rejoindre un échantillon de plus de 7 000 étudiants universitaires (Voltmer et al., 2021).

Finalement, parmi les études consultées dans le cadre de ce mémoire, plusieurs ont pris en compte la diversité des profils étudiants, tels que les étudiants parents, travailleurs, en

situation de handicap ou internationaux, ce qui permet de mieux comprendre les effets différenciés de la pandémie selon les caractéristiques sociodémographiques. C'est dans ce sens que Dieynaba Ndiaye a mis en lumière l'importance de considérer la stigmatisation sociale, qui peut s'ajouter à la détresse déjà vécue par les étudiants étrangers (Dieynaba Ndiaye, 2024). Par ailleurs, le Réseau de réussite Montréal (RRM) s'est penché sur la conciliation études-travail, en soulignant que celle-ci peut engendrer à la fois des effets positifs et négatifs chez les étudiants (Réseau réussite Montréal, 2025).

2.4.2 LES LIMITES

Cependant, plusieurs limites méthodologiques méritent d'être soulignées. L'une des principales, d'ailleurs présentée plus haut comme une force, peut être perçue différemment selon la manière dont elle est abordée et ainsi relever à la fois des forces et des limites. Il s'agit du mode de collecte des données. En raison des mesures sanitaires imposées dès les premières phases du confinement, la majorité des questionnaires ont été diffusés en ligne. Ce choix a pu exclure certains étudiants plus éloignés des réseaux sociaux ou n'ayant pas un accès stable à Internet, ce qui a pu biaiser les échantillons en sous-représentant les jeunes les plus vulnérables (Saïd et al., 2020). De plus, il est important de mentionner le fait que les étudiants vivaient une période stressante et que de répondre à un questionnaire pouvait parfois constituer le dernier de leur souci (Katz et al., 2021). Ainsi, il faut penser au fait que les étudiants qui ont répondu aux différentes études ne sont peut-être pas ceux qui étaient les plus fragilisés et qui vivaient le plus de précarité financière pendant le confinement.

Le biais d'autodéclaration constitue également une limite importante. En effet, il peut entraîner une surestimation ou une sous-estimation des symptômes de détresse, voire l'omission de certaines informations sensibles. Cela peut s'expliquer, entre autres, par la crainte de prendre conscience d'une difficulté personnelle ou par la peur de déplaire, influencée par le regard des autres (Salters-Pedneault, 2025).

Une autre limite réside dans l'absence de données de comparaison pré-pandémie dans plusieurs recherches. Cela complique l'interprétation des résultats, puisqu'il devient difficile de déterminer si les inégalités observées sont spécifiquement attribuables à la COVID-19 ou si elles existaient déjà avant cet événement (Hoyt et al., 2021). Fort heureusement, comme attesté dans ce chapitre, nous disposons de beaucoup de données pré-pandémiques qui permettent, jusqu'à un certain point, la comparaison.

De plus, la pandémie de la COVID-19 s'est échelonnée sur plusieurs mois. Ainsi, à chaque fois que les mesures gouvernementales changeaient, chaque individu devait s'adapter à la nouvelle situation (Fu et al., 2021). De plus, certaines études qui étaient de type transversal se sont concentrées sur un instant précis dans le temps. De ce fait, à mesure que la pandémie évoluait, la santé mentale et physique des étudiants pouvait elle aussi changer. Des recherches supplémentaires étaient donc nécessaires afin de suivre les changements de l'état de santé des étudiants, et ce tout au long de l'épidémie (Fu et al., 2021).

L'internationalisation des études constitue également un défi méthodologique. Bien que l'analyse de données provenant de divers pays offre une richesse comparative, elle introduit une variabilité importante notamment en ce qui concerne les politiques sanitaires,

le soutien gouvernemental ou les systèmes d'enseignement (Browning et al., 2021). Chaque territoire a vécu la pandémie différemment et les impacts économiques ou sociaux sur les étudiants ne peuvent pas toujours être comparés de façon équivalente (Browning et al., 2021). Par exemple, dans le cadre des enquêtes mondiales sur la santé mentale de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), les participants étaient des étudiants universitaires de première année provenant de 19 universités dans 8 pays : l'Australie, la Belgique, l'Allemagne, le Mexique, l'Irlande du Nord, l'Afrique du Sud, l'Espagne ainsi que les États-Unis. Bien que l'échantillon soit large et international, les résultats peuvent ne pas se généraliser à tous les étudiants universitaires compte tenu du contexte culturel, des ressources disponibles et des mesures mises en place dans les différents pays (Auerbach et al., 2016).

Bien que les études quantitatives soient nombreuses, les recherches qualitatives demeurent plus limitées. Pourtant, les entrevues ou les récits de vie pourraient permettre une compréhension plus fine et nuancée de l'expérience vécue par les étudiants (Bergheul et al., 2023). Cependant, les contraintes liées à la pandémie ont restreint les possibilités de rencontres en personne et les modalités virtuelles présentent elles aussi certaines limites. Des recherches qualitatives ou mixtes sont nécessaires pour mieux donner un sens aux chiffres et mieux comprendre les effets de certaines variables sociodémographiques (Bergheul et al., 2023).

Enfin, plusieurs études ont mis en évidence un lien étroit entre les difficultés financières et la détresse psychologique vécue par les étudiants universitaires. On observe une fragilité particulière chez ceux dont les revenus ont diminué ou qui peinaient à couvrir leurs besoins essentiels (Belghith et al., 2020). Certains auteurs vont jusqu'à suggérer que ce sont les

pressions économiques elles-mêmes qui contribuent à l'apparition ou à l'aggravation des troubles anxieux et dépressifs (Gandré et al., 2020).

Dans le champ du travail social, ces constats résonnent avec les préoccupations centrales de la profession, qui s'intéresse aux déterminants sociaux de la santé, aux inégalités structurelles et à la manière dont les conditions matérielles influencent la participation sociale et le bien-être global. En effet, plusieurs travaux soulignent que la précarité financière participe non seulement à l'émergence de détresse psychologique, mais aussi à une diminution du sentiment d'appartenance au milieu universitaire, un facteur pourtant reconnu comme essentiel à la réussite et à la persévérance scolaire (Averitt Taylor et al., 2022). Une étude menée aux États-Unis révèle par exemple que les étudiants vivant des difficultés économiques présentent un sentiment d'appartenance significativement plus faible que leurs pairs, même lorsque d'autres variables sociodémographiques sont prises en compte. Les auteurs notent que les éducateurs et intervenants sociaux ont un rôle privilégié à jouer dans la mise en place de services visant à soutenir le bien-être financier et l'intégration institutionnelle des étudiants (Averitt Taylor et al., 2022).

Ces résultats rejoignent d'autres travaux démontrant que l'insécurité financière contribue largement aux difficultés psychologiques et qu'elle est souvent associée à l'insécurité alimentaire, à l'endettement étudiant et à la difficulté de répondre aux besoins essentiels (Kim et Murphy, 2023). Par exemple, une étude menée auprès d'étudiants universitaires durant la pandémie de COVID-19 a révélé que l'insécurité alimentaire et les difficultés économiques étaient fortement liées à une détérioration de la santé mentale, soulignant ainsi la nécessité de services intégrés et de collaborations entre les institutions

universitaires et les ressources communautaires (Kim et Murphy, 2023). Ces conclusions renforcent la pertinence d'une approche interdisciplinaire mobilisant les pratiques du travail social pour répondre aux besoins complexes des étudiants.

C'est dans cette perspective que s'inscrit le présent mémoire, qui se distingue des approches existantes, en plaçant les revenus au cœur de l'analyse en tant que variable indépendante. Il vise ainsi à répondre à la question générale suivante : quels sont les facteurs psychologiques, scolaires et sociodémographiques associés aux fluctuations des revenus chez les étudiants universitaires?

CHAPITRE 3

CADRE CONCEPTUEL

Cette recherche s'intéresse aux fluctuations des revenus chez les étudiants universitaires et aux variables qui y sont associées. Elle s'inscrit donc dans un paradigme bioécologique (Bronfenbrenner, 1979; Bronfenbrenner et Morris, 2016) à savoir l'identification de certaines caractéristiques individuelles et environnementales qui sont liées à ces fluctuations des revenus. Par « fluctuations des revenus » (ou variation des revenus), nous entendons ici l'instabilité ou les changements successifs du montant des revenus perçus par un individu au cours d'une période donnée, sans que ces changements suivent nécessairement une tendance régulière (Brewer et al., 2025).

Le revenu peut donc varier d'une période à l'autre et augmenter ou diminuer en fonction de différents facteurs comme l'emploi, les heures travaillées, les fluctuations saisonnières ou, comme nous l'avons vécu : la pandémie (Brewer et al., 2025). Dans cette étude, nous nous intéressons à ces fluctuations mais, surtout, aux caractéristiques ou déterminants qui y sont associés. Afin d'identifier ces déterminants, nous puiserons dans la littérature sur les déterminants de la santé mentale et les déterminants du revenu.

3.1 L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE

La santé mentale, c'est l'état de bien-être psychologique caractérisé par une aptitude du psychisme à fonctionner de manière structurée et efficace. Si celle-ci est positive, elle pourra permettre à une personne de faire face aux obstacles de la vie et de réaliser son plein

potentiel dans les sphères personnelle, sociale et professionnelle (OQLF, 2018). De plus, certains auteurs définissent la santé mentale comme étant : « plus que l'absence de maladie mentale ou de troubles mentaux : elle constitue une forme de bien-être complet et interpelle notre capacité à jouir de la vie et à faire face aux défis auxquels nous sommes confrontés ». (Doré et Caron, 2017, p. 2)

Dans cette optique, l'OMS (2001) quant à elle définit la santé mentale comme :

Un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté (cité dans Durand, 2019, p. 8).

Selon cette définition, la santé mentale permettrait donc aussi de se faire une place positive dans la société. En effet, que ce soit sur le plan scolaire, professionnel ou encore sur la vie sociale, une bonne santé mentale contribuerait à la prospérité, à la solidarité et à la justice sociale. Elle permettrait aussi à un individu de s'épanouir sur les plans intellectuel et émotionnel. Cependant, si elle est négative (mauvaise santé mentale) chez les individus ou dans les mécanismes sociétaux, elle peut devenir une source de pertes, de dépenses et de charges de toutes sortes (Durand, 2019).

Ces définitions rejoignent le modèle de la santé mentale de Keyes (2012) qui propose que la santé mentale ne soit pas simplement l'absence de maladie mentale, mais un état

dynamique d'épanouissement. Selon Keyes (2012), la santé mentale repose sur trois dimensions essentielles : le bien-être émotionnel, le bien-être psychologique et le bien-être social. Le bien-être émotionnel fait référence à la satisfaction générale et à la capacité de ressentir des émotions positives. Le bien-être psychologique inclut des éléments comme l'autoacceptation, la maîtrise de soi et la réalisation de soi. Enfin, le bien-être social concerne la qualité des relations interpersonnelles et l'intégration sociale. Le modèle suggère que la santé mentale peut se situer à différents niveaux au fil des expériences de vie d'un individu (Keyes, 2012).

Selon ce modèle des deux continuums, la santé mentale résulte de l'interaction entre deux axes : a) celui du bien-être ou de la santé mentale positive et b) celui des troubles mentaux ou de leur absence. Ces axes forment quatre cadrans qui montrent qu'une personne peut avoir un trouble mental tout en conservant un certain bien-être ou, inversement, être sans trouble mais vivre une mauvaise santé mentale. Cette approche élargit la compréhension de la santé mentale en démontrant que la promotion du bien-être est aussi essentielle que la prévention des troubles (Lebrun-Paré et al., 2023). Trois principes guident les interventions. D'abord, une perspective holistique considérant santé mentale et physique comme indissociable. Ensuite, une approche basée sur le parcours de vie reconnaissant l'impact des facteurs de risque ou de protection à différentes étapes et leur effet cumulatif. Et finalement, la prise en compte des inégalités sociales qui influencent directement la santé mentale et la distribution des autres déterminants. Ce modèle conceptuel, inspiré d'une approche socioécologique, aide à mieux cibler les actions de surveillance et de promotion de la santé mentale. Dans cette étude, les troubles mentaux qui ont retenu l'attention des chercheurs sont les troubles anxieux et les troubles dépressifs.

3.2 LES DÉTERMINANTS GÉNÉRAUX DE LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale est influencée par un ensemble de déterminants sociaux, économiques, physiques et individuels, qui interagissent et s'accumulent tout au long de la vie. Ces déterminants sont inégalement répartis et contribuent aux inégalités sociales, ce qui renforce l'importance d'une approche globale (Lebrun-Paré et al., 2023).

Ceux-ci peuvent être organisés en trois grandes catégories : les déterminants individuels, les déterminants sociaux et environnementaux ainsi que les déterminants génétiques de la santé mentale (Doré et Caron, 2017). La première catégorie, les déterminants individuels, comprend des facteurs propres à chaque personne tels que les expériences personnelles, les comportements de santé et la manière dont l'individu fait face au stress (Moulin et al., 2017). Ensuite, la deuxième catégorie, les déterminants sociaux et environnementaux se rapportent aux influences sociales sur la santé mentale comme le statut socio-économique, le soutien social, les relations interpersonnelles et l'intégration dans la société. Il est aussi possible d'y inclure les conditions de vie physiques et géographiques telles que la qualité du logement, l'environnement de travail, l'accès aux services de santé ainsi que la sécurité et la qualité de la communauté (Moulin et al., 2017). De plus, plusieurs composantes du soutien social et de l'environnement sont associées à une bonne santé mentale (Moulin et al., 2017).

Ces composantes sont le soutien émotionnel, la confirmation de sa valeur, l'intégration sociale, le soutien matériel, la perception du quartier comme ayant de bonnes conditions physiques, l'absence de désordre, une bonne participation sociale et une cohésion sociale

entre les individus (Moulin et al., 2017). Enfin, la catégorie des déterminants génétiques indique que ces facteurs pourraient également jouer un rôle dans la santé mentale (Kendler et al., 2011). Cette dimension comprend notamment les antécédents familiaux de troubles mentaux ainsi que les capacités individuelles de résilience (Doré et Caron, 2017). À présent, il convient de s'intéresser aux déterminants plus spécifiques qui influencent la santé mentale des étudiants, en tenant compte de leur contexte particulier et de leurs caractéristiques propres.

3.3 LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

La compréhension de l'état de santé mentale des étudiants postsecondaires doit être vue selon une perspective systémique, telle que spécifiée dans le plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (PASME) (MES, 2021). Les étudiants universitaires constituent une catégorie de personnes particulièrement vulnérable au stress. Parmi les différentes sources de stress qu'ils peuvent vivre, il y a la pression liée à la réussite scolaire, la compétition dans certains programmes d'études, le sentiment de solitude, le manque de temps, les enjeux liés à la précarité financière ainsi que les craintes reliées à l'insertion dans le monde du travail (AFESPED-UQAM, 2020). Cette section vise à mettre en évidence les déterminants individuels et sociaux de la santé mentale étudiante.

Selon le cadre élaboré par la santé publique de Montréal, les facteurs influençant l'expérience étudiante sont catégorisés en quatre niveaux interdépendants, du niveau individuel au contexte global (DRSPM, 2024).

Au premier niveau, celui de l'étudiant, figurent les caractéristiques individuelles telles que l'âge, l'identité, l'origine et le statut socio-économique. Ce niveau comprend également les habitudes de vie (sommeil, alimentation, usage des outils numériques), ainsi que des compétences personnelles et sociales comme la résilience, l'estime de soi et la régulation émotionnelle. Les éléments liés à l'activité d'étudiant englobent la gestion du temps, l'organisation et l'adaptabilité (DRSPM, 2024). Le deuxième niveau porte sur les relations interpersonnelles, incluant la qualité du réseau social (famille, pairs, enseignants), le soutien émotionnel, matériel et informationnel, et le sentiment d'appartenance (DRSPM, 2024). Le troisième niveau concerne le milieu d'enseignement, soit la structure organisationnelle, les politiques académiques, le climat institutionnel, les pratiques pédagogiques, la culture de l'établissement ainsi que l'environnement physique et social (DRSPM, 2024). Enfin, le contexte global regroupe les facteurs socio-économiques, politiques, culturels et les représentations sociales susceptibles d'influencer les trajectoires individuelles. Ces différents niveaux interagissent et contribuent à façonner l'expérience étudiante, soulignant la nécessité d'actions coordonnées et multisectorielles pour promouvoir le bien-être (DRSPM, 2024).

De plus, parmi les caractéristiques individuelles, on retrouve aussi le genre qui est un facteur qui peut avoir un impact sur la santé mentale étudiante, notamment le fait d'être une femme (Eisenberg et al., 2007). En effet, dans une étude portant sur les facteurs prédictifs de l'anxiété des étudiants, 450 d'entre eux issus de tous les cycles et programmes de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue au Québec ont été interrogés. Cette recherche montre entre autres que l'anxiété modérée chez les femmes est 1,23 fois plus élevée que chez les hommes et 2,9 fois pour les répondants qui se sont identifiés comme personnes d'une autre

identité de genre (Bergheul et al., 2022). En effet, les femmes obtiennent des scores plus élevés à différentes échelles de l'anxiété (Bardhoshi et al., 2016).

Ainsi, la pandémie avait entraîné des difficultés pour toute la population. Cependant, les résultats du sondage montraient que les populations marginalisées continuaient à être affectées de façon disproportionnée par la pandémie (CSMC, 2020). Par exemple, certains jeunes pouvaient ne pas avoir de logement stable, et ne pouvaient donc pas respecter la distanciation sociale en toute sécurité. Les données indiquaient que la fermeture des écoles en particulier pouvait avoir des effets négatifs sur les élèves de foyers à faibles revenus parce qu'ils n'avaient pas forcément d'accès stable à Internet ou à des appareils nécessaires pour suivre des cours virtuels. Cela pouvait entraîner une stigmatisation et de la discrimination supplémentaires envers certains groupes (CSMC, 2020).

3.4 LE REVENU COMME DÉTERMINANT DE LA SANTÉ MENTALE

Dans le modèle de la DRSPM (2024), les caractéristiques individuelles, notamment l'emploi et les conditions de travail, agissent comme déterminants de la santé mentale étudiante. Les résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, menée auprès d'un échantillon représentatif de 25 113 personnes, montrent que des difficultés financières sont souvent perçues comme une cause majeure de stress et donc seraient un important déterminant de la santé mentale (Statistique Canada, 2013).

Les recherches démontrent que la relation entre pauvreté et santé mentale repose sur plusieurs mécanismes explicatifs. Dans leur chapitre consacré aux déterminants sociaux de

la santé mentale, Dallaire et Desrosiers (2019) décrivent les quatre hypothèses principales qui sont souvent évoquées pour démontrer les liens entre pauvreté et santé mentale. D'abord, la privation matérielle rend les individus plus vulnérables en limitant l'accès aux besoins essentiels et à l'inclusion sociale. Ensuite, la causalité sociale qui souligne que le stress lié à l'insécurité économique est amplifié par des conditions de vie difficiles, comme la violence ou le décrochage scolaire (Dallaire et Desrosiers, 2019). À l'inverse, la sélection sociale suggère que la mauvaise santé mentale peut mener à la pauvreté en influençant la position socioéconomique. Enfin, la dérive sociale indique que les troubles mentaux favorisent une mobilité descendante, entraînant un déclassement vers des milieux défavorisés (Dallaire et Desrosiers, 2019).

Les inégalités sociales en santé ne se limitent pas aux écarts entre riches et pauvres : elles traversent toute la hiérarchie socioéconomique. Ce phénomène, appelé gradient de santé, montre que la santé physique et mentale s'améliore à mesure que la position sociale augmente, indépendamment des comportements individuels (Dallaire et Desrosiers, 2019). Les inégalités ne concernent pas uniquement le revenu, mais aussi des facteurs comme le genre, l'origine, l'âge, le handicap ou l'orientation sexuelle. Ces dimensions exposent à la stigmatisation et à la discrimination, augmentant la vulnérabilité à des troubles tels que l'anxiété, la dépression ou la toxicomanie, et influencent parfois les diagnostics et interventions. Ces désavantages entraînent souvent des difficultés matérielles, renforçant les inégalités existantes (Dallaire et Desrosiers, 2019). Enfin, la notion d'inégalités implique des comparaisons constantes et un stress lié à la mobilité sociale dans des sociétés compétitives. Les recherches soulignent un facteur central : le degré de contrôle, réel ou perçu, que les individus exercent sur leurs conditions de vie, notamment dans le travail. Ce contrôle apparaît

comme un élément clé dans la relation entre position sociale et santé (Dallaire et Desrosiers, 2019).

Ainsi, l'association entre le revenu et la santé mentale peut avoir deux directions : « un mauvais état de santé mentale peut conduire à un revenu moins élevé, ou un revenu moins élevé peut entraîner un mauvais état de santé mentale » (Elstad, 2000, cité dans Orpana et al., 2009, p. 1). Dans le contexte de la présente recherche, cette deuxième hypothèse est mobilisée afin de souligner l'importance du revenu comme déterminant structurant des conditions de vie et du bien-être, sans pour autant inverser le positionnement central des revenus comme variable dépendante analysée. La littérature suggère en effet que, dans des contextes de crise comme une pandémie, l'instabilité économique et les pertes de revenus peuvent contribuer à des environnements sociaux défavorables et à une augmentation du stress vécu par les individus (Orpana et al., 2009). Si cette hypothèse est véridique, il est possible de croire que dans un contexte de pandémie, l'environnement social de plusieurs individus serait négatif et que le stress octroyé par les différentes mesures mises en place, mais aussi la perte de revenu mènerait à un mauvais état de santé mentale (Orpana et al., 2009).

3.5 LES DÉTERMINANTS DU REVENU

Les écarts de revenus ne touchent pas tout le monde de la même manière. Certaines personnes sont plus exposées à la pauvreté en raison de caractéristiques sociales ou économiques (Observatoire québécois des inégalités, s. d.). Pour mieux comprendre ces inégalités, il est utile de regarder quels groupes sont les plus concernés et quels facteurs

influencent les différences de revenus. Selon l'Observatoire québécois des inégalités (s.d.), certaines catégories de personnes sont particulièrement vulnérables à la pauvreté. En 2019, la mesure de faible revenu (MFR) s'établissait à 11 % pour l'ensemble de la population, mais ce taux grimpe chez certains groupes : 16 % chez les personnes âgées de 65 ans et plus, 21 % chez celles sans diplôme, 13 % chez les personnes immigrantes, et 31 % chez celles dont les transferts gouvernementaux constituent la principale source de revenus ou qui vivent seules (Observatoire québécois des inégalités, s. d.).

Une étude menée en France s'est intéressée à l'influence du contexte familial dans la formation des revenus individuels. Les résultats indiquent qu'un peu moins de 10 % de la variance des revenus s'explique par des variables observables liées au milieu familial, comme le revenu des parents. Cela suggère que, bien que le contexte familial exerce une certaine influence, son impact demeure limité (Sicsic, 2024).

D'autres facteurs jouent un rôle déterminant, notamment le niveau d'éducation et le genre. Le niveau d'éducation est fortement corrélé au taux d'activité (emploi, chômage, inactivité), une tendance observée dans la quasi-totalité des pays de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) (2025). Les populations peu qualifiées affichent rarement des taux d'activité supérieurs à ceux des personnes ayant un niveau d'études élevé. Toutefois, l'avantage lié au diplôme varie selon les contextes : en Lituanie et en Pologne, l'écart de taux d'emploi entre diplômés du supérieur et du secondaire atteint 16 points, contre seulement 4 points en Islande et en Tchéquie. Ces différences montrent que la valeur des diplômes dépend non seulement du niveau d'études, mais aussi des conditions économiques et de la demande de compétences (OCDE, 2025).

Dans le même sens, les statistiques du MSSS pour 2022 révèlent des écarts notables dans les taux d'emploi selon le niveau d'études et le genre. Chez les femmes, le taux d'emploi passe de 45,1 % pour celles titulaires d'un diplôme secondaire à 74,7 % pour les diplômées universitaires, soit une différence de près de 30 points. Du côté des hommes, l'écart est moins marqué mais demeure significatif, 60,1 % pour le secondaire contre 75,3 % pour le supérieur, soit environ 15 points. Ces chiffres illustrent l'impact déterminant du niveau de scolarité sur l'accès à l'emploi, particulièrement pour les femmes (MSSS, 2025).

Tel que vu ci-haut, le genre constitue également un facteur clé. Selon l'Institut national de la statistique et des études économiques (INSEE, 2024), les femmes sont plus souvent en situation de pauvreté que les hommes (15,2 % contre 13,7 %), en raison notamment de la proportion élevée de mères isolées et des interruptions de carrière liées à la maternité. Les femmes travaillent aussi moins souvent à temps plein et connaissent davantage de périodes d'inactivité (INSEE, 2024).

En somme, si le contexte familial, le niveau d'éducation et le genre influencent les revenus, ils ne suffisent pas à expliquer toutes les disparités. D'autres facteurs individuels et structurels interviennent, confirmant que les inégalités de revenu résultent d'une combinaison complexe de déterminants sociaux et économiques (OCDE, 2025). Cette étude permettra d'examiner en profondeur ces facteurs au sein des populations universitaires, afin de mieux comprendre leurs interactions. Elle contribuera ainsi à éclairer les enjeux spécifiques auxquels font face les étudiants et à imaginer des pistes d'intervention adaptées.

CHAPITRE 4

MÉTHODOLOGIE

Ce chapitre dédié à la méthodologie de l'étude a pour but de définir par quels moyens les hypothèses de recherche ont été vérifiées. Le contexte dans lequel s'inscrit l'étude, en plus des buts et objectifs sont précisés. La population cible, les stratégies d'échantillonnage et les considérations éthiques entourant la recherche sont également détaillées dans ce chapitre. Les échelles utilisées dans l'étude ainsi que leur validité sont décrites et enfin, les méthodes d'analyse des données sont aussi présentées.

4.1 LE CONTEXTE DE L'ÉTUDE

Cette étude s'insère dans une étude plus large, amorcée au printemps 2020, et ayant pour titre : « Les conséquences à court, à moyen et à long terme de la pandémie sur la santé globale des communautés universitaires » (ci-après appelée étude ImpactCovid). Menée à la grandeur du réseau de l'Université du Québec (RUQ), cette étude longitudinale a été menée auprès des étudiants et des employés. Elle s'est échelonnée de 2020 à 2022 et comprend six temps de mesure au total : 1- printemps 2020, 2- automne 2020, 3- printemps 2021, 4- automne 2021, 5- printemps 2022 et 6- automne 2022. Cette étude, dirigée par Bergeron-Leclerc et Maltais et à laquelle collaborent plus de 15 chercheurs, a été entérinée par le comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) (2020-491).

L'étude réalisée pour les fins de ce mémoire s'intéresse plus spécifiquement aux fluctuations des revenus des étudiants et aux facteurs qui y sont associés. Pour ce faire, les

données du temps 1 de l'étude, recueillies entre les mois d'avril et de mai 2020, ont été considérées. Cette période est particulièrement intéressante du point de vue sociosanitaire puisqu'elle comprend la période de confinement total du printemps 2020. Afin de réaliser ce projet de mémoire, une base de données anonymisées a été rendue accessible.

4.2 LES OBJECTIFS DE RECHERCHE

Ce projet de mémoire s'intéresse aux fluctuations des revenus des étudiants universitaires québécois en contexte de pandémie COVID-19. Il se décline en 3 objectifs spécifiques qui sont définis de la manière suivante ;

1. Décrire les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants;
2. Examiner les relations entre les fluctuations des revenus et les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants;
3. Identifier les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale qui prédisent les fluctuations des revenus chez les étudiants.

4.3 LE TYPE D'ÉTUDE

Le type d'étude privilégié dans le cadre de cette recherche est quantitatif corrélationnel. En effet, ce type d'étude permet d'isoler l'effet des variables indépendantes sur la variable dépendante tout en tenant compte des effets des variables de contrôle (Poirier Grenier, 2015). Plus précisément, l'étude corrélationnelle vise à mesurer la force et la direction des associations entre les variables, tout en contrôlant les effets d'autres variables susceptibles

d'influencer ces relations (Poirier Grenier, 2015). Ce type d'approche est particulièrement pertinent lorsque l'on souhaite dégager des tendances générales et formuler des conclusions mesurables statistiquement (Fortin et Gagnon, 2020). En somme, l'approche quantitative corrélationnelle est appropriée pour cette recherche, puisqu'elle permet non seulement d'identifier les relations significatives entre les variables indépendantes et dépendantes, mais aussi de contrôler l'effet de variables externes afin de mieux comprendre la dynamique entre les facteurs étudiés.

4.4 LA POPULATION

La population de cette étude est constituée de l'ensemble des étudiants ayant fréquenté l'un ou l'autre des 10 établissements du réseau d'Université du Québec (RUQ) au cours du printemps 2020. Ce réseau universitaire qui inclut, l'Université du Québec à Montréal (UQAM), l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), l'Université du Québec à Rimouski (UQAR), l'Université du Québec en Outaouais (UQO), l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT), l'Institut national de la recherche scientifique (INRS), l'École nationale d'administration publique ENAP, l'École de technologie supérieure (ÉTS) et l'Université TÉLUQ (TÉLUQ). Selon des données provenant du siège social de l'Université du Québec, celles-ci sont présentes dans près de 40 municipalités, regroupent environ 100 000 étudiantes et étudiants et se classent parmi les meilleures universités de recherche au Canada. En plus d'offrir plus de 1 400 programmes aux trois cycles d'études, depuis 1968, elle a remis plus de 800 000 diplômes (UQ, 2024).

Sa population étudiante est diverse et distinctive : environ 50 % sont de première génération universitaire, 35 % ont une personne à charge, 44 % étudient à temps partiel et 77 % travaillent durant leurs études. L'âge moyen aux trois cycles est de 29,8 ans, et environ 1 200 étudiants autochtones sont inscrits. De ces nombreux étudiants, ce sont près de 1 500 d'entre eux qui ont répondu à notre questionnaire autoadministré (UQ, 2024).

4.5 LES STRATÉGIES D'ÉCHANTILLONNAGE ET L'ÉCHANTILLON

Afin de joindre les étudiants du RUQ, différentes stratégies ont été utilisées. D'une part, les associations étudiantes, les services des communications des universités ainsi que les directeurs des services aux étudiants aident à relayer le lien du sondage aux participants (Bergeron-Leclerc et al., 2020). D'autre part, les réseaux sociaux tels que Facebook et Instagram ont été utilisés afin de joindre les étudiants concernés. Ces stratégies ont permis de joindre des volontaires ayant envie de répondre à des questions à propos de leur santé globale. Bien que cette méthode puisse être sujette à d'importants biais de sélection, elle est parfois nécessaire (Statistique Canada, 2021). En effet, l'un des dangers de cette méthode d'échantillonnage est que seules les personnes qui se sentent suffisamment concernées par le sujet vont répondre. La majorité silencieuse, pour leur part, ne répondra généralement pas, ce qui entraîne un biais de sélection important (Statistique Canada, 2021). Cependant, dans notre contexte, il s'agissait de la meilleure solution afin de rejoindre le plus d'étudiants possible, et ce, tout en respectant les mesures sanitaires mises en place par le gouvernement pour combattre la pandémie de la COVID-19 (Statistique Canada, 2021). Au total, ce sont les questionnaires de 1 476 étudiants qui ont choisi de participer à la phase 1 de notre étude.

4.6 LES OUTILS DE COLLECTE DE DONNÉES AINSI QUE LES ÉCHELLES UTILISÉES

Un questionnaire a été élaboré pour les fins de cette étude en ligne menée à l'aide de la plateforme LimeSurvey. Le sondage en ligne a été retenu comme principale stratégie de collecte de données (Gingras et Belleau, 2015) en raison de ses avantages. D'abord, leurs coûts d'utilisation sont faibles et permettent de collecter rapidement les données. Ensuite, les moyens de transmission c'est-à-dire les associations, les médias et les listes d'individus prêts à faire circuler le sondage dans leurs réseaux facilitent l'envoi de rappel aux personnes concernées (Gingras et Belleau, 2015). De plus, cela permet aussi d'éliminer le risque de commettre des erreurs lors de la saisie des données. Il offre aussi une plus grande liberté aux répondants, étant donné qu'ils peuvent répondre au questionnaire au moment, dans le lieu et avec un délai de leur choix (Gingras et Belleau, 2015).

Ensuite, puisque c'est la personne répondante qui remplit elle-même le questionnaire, cela renforce le sentiment d'anonymat. Les questionnaires doivent cependant être extrêmement clairs, à défaut de quoi, l'enquêteur pourrait perdre l'intérêt du répondant qui tenterait de sauter des questions ou de ne pas renvoyer le questionnaire (Monnot, 2018). De ce fait, il s'agit d'une méthode de collecte de données simple et accessible qui permet de couvrir un bassin géographique de répondants plus larges (Gingras et Belleau, 2015).

Au total, le questionnaire conçu pour cette étude est constitué de 116 questions réparties en 17 sections. Dans ce questionnaire, en plus des données sociodémographiques, on retrouve des questions sur l'état de santé physique, psychologique, sociale et spirituelle. Plus

spécifiquement, dans un premier temps, on y retrouve le formulaire d'information et de consentement. Viennent par la suite, l'affiliation et l'expérience universitaire, les questions spécifiques aux étudiants ainsi que les données sociodémographiques générales (Bergeron-Leclerc et al., 2020). À partir de la section 5, ce sont les données socioprofessionnelles, les questions spécifiques pour les employés universitaires, la santé conjugale, la santé sexuelle, la santé familiale ainsi que les problèmes de santé physique et mentale qui sont questionnés. Ensuite, ce sont les habitudes de vie, la gestion du stress lié à la crise du coronavirus, la santé sociale, la santé mentale positive ainsi que la santé spirituelle qui ont été questionnées.

À la fin du questionnaire, les participants avaient également l'occasion de laisser des commentaires, ce qui a permis de recueillir du matériel qualitatif en plus d'une autorisation de relance pour les autres phases de collecte de données. Enfin, puisqu'il s'agit d'une étude concernant les conséquences de la pandémie sur la santé globale des communautés universitaires, il est demandé de répondre aux questions en se référant au dernier mois, à moins que d'autres indications soient données au cours du sondage (Bergeron-Leclerc et al., 2020).

Dans ce projet de mémoire, une sélection des questions pertinentes a été effectuée. En effet, sur ce questionnaire contenant 116 questions, 43 seront utilisées. Celles-ci permettent de répondre à l'objectif général de recherche qui est de s'intéresser aux fluctuations des revenus et à ses caractéristiques. Le Tableau 3 ci-dessous présente les thèmes et les sous-thèmes des questions utilisées afin d'obtenir les informations clés par l'intermédiaire du questionnaire autoadministré.

Tableau 3 : Liste des variables retenues à des fins d'analyse

Catégorie	Variables
Affiliation universitaire	• Université d'appartenance
Questions spécifiques pour les étudiants	• Régime d'études (temps plein, temps partiel ou autre) • Identifié aux services d'accueil et de soutien aux étudiants en situation de handicap • Sentiment d'être dépassé devant la complexité ou la diversité des enseignements • Sentiments face à la complexité des tâches et à la concentration • Motivation à réaliser les travaux scolaires de la maison
Données sociodémographiques générales	• Genre • Âge • État matrimonial • Enfants • Statut au Canada • Personne autochtone • Religion
Données socioprofessionnelles	• Diminution, augmentation ou stabilité du revenu • Sentiment d'inquiétude pour subvenir aux besoins familiaux
Problèmes de santé mentale	• Changement de l'état de santé mentale au cours du dernier mois • Identification des craintes vécues en raison de la pandémie au cours des 7 derniers jours • Sentiment ressenti et problèmes vécus au cours des 14 derniers jours (fréquence) • Pensées suicidaires
Gestion du stress lié à la crise du coronavirus	• Description de la plupart des journées • Situations où le coronavirus a eu un impact en raison du stress • Préoccupation au cours du dernier mois • Crainte qu'un proche ou vous-même soyez contaminés • Hospitalisation en raison de la pandémie • Proches (famille immédiate, élargie, ami, autre proche) ayant fait un test de dépistage, étant positif, ayant fait une hospitalisation, eu des complications, ou vécu un décès • Réception d'aide pour faire face à l'ensemble des stressseurs lors de la crise (suffisant ou non)

Ces variables, décrites dans le Tableau 3, sont parfois mesurées à l'aide de questions uniques et parfois à l'aide d'échelles standardisées. Les prochaines lignes permettent de décrire les échelles retenues aux fins d'analyse en l'occurrence : le *General Anxiety Disorders* (GAD-7), le *Patient Health Questionnaire* (PHQ-2) et l'*Impact of Event Scale* (IES-6).

4.6.1 GENERALIZED ANXIETY DISORDERS (GAD-7)

Le GAD-7 est un questionnaire auto-administré de 7 items visant à mesurer la présence et la sévérité des symptômes d'anxiété généralisée (Spitzer et al., 2006). Bien qu'il ait été initialement développé à cette fin, il peut également contribuer au dépistage d'autres troubles anxieux, tels que le trouble panique, l'anxiété sociale et le trouble de stress post-traumatique. Afin de documenter l'évolution récente de la gravité des symptômes anxieux, le GAD-7 évalue la fréquence des symptômes au cours des deux dernières semaines. Dans le cadre de cette étude, les participants étaient invités à répondre à la question suivante : « *Au cours des 14 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous été dérangé(e) par les problèmes suivants ?* » Les répondants devaient ensuite indiquer, pour chacune des sept affirmations (par exemple : « *Sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension* »), la fréquence des symptômes sur une échelle allant de 0 « jamais » à 3 « presque tous les jours », soit : 0 « jamais », 1 « plusieurs jours », 2 « plus de la moitié des jours » et 3 « presque tous les jours ». La version française de l'échelle, validée par Canuel et al. (2019), a été utilisée dans cette étude. Le coefficient de Cronbach pour le temps 1 de cette étude est de 0,896.

4.6.2 PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE (PHQ-2)

Ce questionnaire autoadministré est un outil qui permet de mesurer la présence de troubles dépressifs majeurs. Les dimensions portent sur la fréquence de l'humeur dépressive et la présence d'une anhédonie. La version originale (PHQ-9) comprend 9 items (Kroenke et al., 2001). La version abrégée francophone, qui est utilisée pour cette étude, comprend 2 items (Kroenke et al., 2003). À l'image du GAD-7, on demande aux participants de répondre aux questions en se référant aux 14 derniers jours. À partir d'une échelle de type Likert en 4 points, les répondants devaient quantifier leur état selon les deux affirmations suivantes « peu d'intérêt ou de plaisir à faire des choses » et « se sentir mal, déprimé ou désespéré » (Kroenke et al., 2003). Le coefficient de Cronbach pour le temps 1 de cette étude est de 0,830.

4.6.3 IMPACT OF EVENT SCALE (IES-6)

Ce questionnaire autoadministré est une version abrégée de l'Impact of Event Scale-Revised (IES-R), un outil psychométrique largement utilisé pour évaluer la détresse psychologique liée à un événement potentiellement traumatisant. Cette échelle permet de mesurer la réponse subjective au stress post-traumatique (TSPT), c'est-à-dire la façon dont une personne est affectée par un événement marquant, comme une catastrophe naturelle, un accident, une guerre, ou encore plus récemment, la pandémie de COVID-19.

À partir de la question introductive « Au cours des sept derniers jours, à quelle fréquence chacune des affirmations suivantes a-t-elle été vraie pour vous ? », les répondants devaient indiquer leur réponse sur une échelle de type Likert en cinq points, allant de :

1 « pas du tout » à 5 « extrêmement », soit : 1 « pas du tout », 2 « un peu », 3 « moyennement », 4 « passablement » et 5 « extrêmement ». L'échelle comprend six affirmations, adaptées au contexte de la pandémie, et vise à mesurer trois dimensions centrales des symptômes de stress post-traumatique soit l'intrusion, l'évitement et l'hyperactivation (Thoresen et al., 2010). Le coefficient de Cronbach pour le temps 1 de cette étude est de 0,856.

4.7 LE TRAITEMENT ET L'ANALYSE DES DONNÉES

Le traitement et l'analyse des données ont été effectués à l'aide du logiciel spécialisé dans le traitement statistique des données *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, version 26). Trois types d'analyses ont été réalisées : analyses descriptives, analyses corrélationnelles bivariées et analyses de régression. Les analyses statistiques ont été réalisées avec le soutien de l'équipe de recherche.

Analyses descriptives. Les statistiques descriptives constituent l'étape initiale de l'analyse de données. Elles visent à résumer, décrire et présenter les caractéristiques principales de notre population. Elles ne visent pas à établir des relations causales ou à généraliser à une population plus large. Elle sert plutôt à donner un aperçu clair des variables mesurées. Cela permet au lecteur de connaître les caractéristiques de l'échantillon avant d'aborder les analyses plus complexes (Spriestersbach et al., 2009). Plus spécifiquement, différents types de statistiques ont été produites dans ce mémoire : moyennes, médianes, fréquences et proportions.

Analyses bivariées. Les analyses bivariées examinent la relation entre deux variables. L'objectif est de voir s'il existe une association entre elles, sans nécessairement établir un modèle causal complet. Ces analyses ont été utilisées pour tester des liens simples avant de passer aux analyses multivariées (régression). Cela permet de voir s'il existe une association brute, ce qui aide à choisir les variables à inclure dans la régression (Bursac et al., 2008). Dans cette étude, deux types d'analyses bivariées ont été réalisées : khi-deux lorsque les variables sont catégorielles et analyse de variance (ANOVA) à un facteur lorsque l'une des deux variables était continue. Chacune des 43 variables a été mise en relation avec la variable dépendante de l'étude à savoir : la fluctuation des revenus.

Analyses multivariées. Finalement, la régression logistique est une technique d'analyse statistique permettant de modéliser la relation entre une variable dépendante binaire et une ou plusieurs variables indépendantes (Bewick et al., 2005). Elle permet d'estimer la probabilité d'un événement en fonction des prédicteurs (Bewick et al., 2005). Ce type de régression a été retenu en raison de la nature de la variable dépendante, à savoir une variable catégorielle. Ont été considérées dans les analyses de régression 31 variables qui étaient significativement associées à la fluctuation des revenus dans l'étape 2 (analyses bivariées).

De plus, la pertinence globale du modèle a été évaluée à l'aide du test du χ^2 , lequel indique que l'ensemble des variables explicatives contribue significativement à la prédiction du statut du revenu. La qualité de l'ajustement a été appréciée à partir des pseudo-coefficients de détermination de Cox et Snell et de Nagelkerke, fournissant une estimation de la proportion de variance expliquée par le modèle. Enfin, des rapports de cotes (*odds ratios*)

ont été calculés pour chacune des variables indépendantes afin de mesurer la direction et l'ampleur des associations observées. Ces indicateurs permettent d'interpréter, en termes de probabilité relative, l'influence des caractéristiques des étudiants sur le risque de voir leur revenu diminuer.

4.8 LES CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES

Puisqu'elle implique la participation d'êtres humains, la recherche auquel je me joins a déjà fait l'objet d'une évaluation du comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Chicoutimi (CER-UQAC). À cet égard, ce projet a été approuvé le 15 avril 2020 (2020-491) et, depuis, a été renouvelé annuellement. Un formulaire d'information et de consentement relatant les objectifs, le déroulement, les implications et les modalités de la recherche a été présenté à chaque participant au début du questionnaire. À la suite de la lecture de cette section, le participant avait le choix d'indiquer s'il acceptait, ou non de participer à l'étude.

Ensuite, tel que requis par le CÉR-UQAC, un formulaire d'information et de consentement relatant les objectifs, le déroulement, les implications et les modalités de la recherche a été présenté à chaque participant au début du questionnaire. À la suite de la lecture de cette section, le participant avait le choix d'indiquer s'il acceptait, ou non de participer à l'étude.

De plus, les coordonnées des chercheurs étaient inscrites au début du questionnaire ainsi que dans les différents outils de recrutement (affiche et courriel), afin que les participants puissent les contacter pour poser leurs questions, le cas échéant.

Finalement, les données recueillies ont été déposées sur une base de données sécurisée approuvée par le CÉR-UQAC, en étant protégée par un mot de passe. Elles seront conservées pour une période de 10 ans, après le dépôt initial du mémoire, soit jusqu'en 2031. À l'intérieur de cette période, elles pourront être utilisées ultérieurement par nous ou par d'autres chercheurs. Une fois le délai passé, les données seront détruites à l'aide d'un logiciel de destruction de fichiers. Ensuite, tel que requis par le CÉR-UQAC, un formulaire d'information et de consentement relatant les objectifs, le déroulement, les implications et les modalités de la recherche a été présenté à chaque participant au début du questionnaire. À la suite de la lecture de cette section, le participant avait le choix d'indiquer s'il acceptait, ou non de participer à l'étude.

Conformément aux normes en vigueur, l'étudiante a complété une déclaration d'honneur avant d'avoir accès aux données anonymisées de l'étude. De plus, en joignant ce projet, l'étudiante s'est engagée à respecter les normes éthiques tout au long du processus. Elle a complété en octobre 2020, le cours l'Énoncé de politique des trois conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains : Formation en éthique de la recherche (EPTC 2 : FER). Ce sont donc ses principes qui ont guidé sa rédaction ainsi que son analyse.

CHAPITRE 5

RÉSULTATS

Le présent chapitre expose les résultats de l'étude. Dans un premier temps, un portrait des participants est effectué. Leurs caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à leur santé mentale sont présentées. Le chapitre se poursuit, dans un deuxième temps, avec l'analyse des associations entre les fluctuations des revenus et ces trois types de caractéristiques (sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale). Enfin, la dernière section présente le modèle final élaboré à partir des analyses statistiques, lequel intègre l'ensemble des variables contribuant de manière significative à expliquer les fluctuations des revenus chez les étudiants universitaires. Afin d'alléger la lecture de ce chapitre, l'abréviation FDR sera utilisée pour signifier les fluctuations des revenus.

5.1 LE PORTRAIT DESCRIPTIF DES PARTICIPANTS

Cette première section a pour but de réaliser un portrait des 1 476 étudiants ayant participé à l'étude. Celui-ci s'amorce par la présentation de leurs caractéristiques sociodémographiques et scolaires pour ensuite s'intéresser à leur état de santé mentale.

5.1.1 LES CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES

Mentionnons d'abord que parmi les 1 476 personnes étudiantes ayant participé à l'étude, la plupart sont des femmes, avec une proportion de 72 % (n= 1 059) suivie des hommes avec 26,6 % (n=391) et une section autre, avec une proportion de 1,4 % (n=21). L'âge moyen de ces participants est de 30,1 ans. En ce qui concerne l'état matrimonial des

participants, les résultats indiquent que 64,6 % des participants sont en couple, 32,2 % sont célibataires tandis que 3,2 % sont divorcés ou séparés. La majorité des participants de l'étude, soit 73,5 %, n'ont pas d'enfants alors que 26,5 % sont parents. Enfin, la très grande majorité des participants sont des citoyens canadiens (86,1 %).

De plus, parmi les 1 476 étudiants inclus dans l'étude, 54,1 % exercent une activité rémunérée. De ceux-ci, ce sont 25,1 % qui travaillent à temps partiel et 23,3 % à temps plein. Finalement, concernant le sentiment d'inquiétude que les étudiants ont pu ressentir par rapport à leur capacité à répondre à leurs besoins, il y a 32,9 % des participants qui ont nommé en ressentir « beaucoup » ou « moyennement ». En ce qui a trait au soutien social en contexte pandémique, ce sont 24,7 % des participants qui ont reçu moins d'aide qu'espéré, alors que 75,3 % d'entre eux mentionnent avoir reçu autant ou même plus d'aide qu'espéré. Le Tableau 4 présente le portrait sociodémographique de la population étudiante incluse dans l'étude.

Tableau 4 : Portrait sociodémographique de la population étudiante

Âge		
	N	%
25 ans et moins	626	42,4
Entre 26 et 35 ans	470	31,8
36 ans et plus	357	24,2
État matrimonial		
Célibataire	473	32,2
Divorcé ou séparé	47	3,2
En couple	950	64,6
Autre	1	0,1
Citoyenneté		
Canadienne	1268	86,1
Autre	205	13,9
Inquiétude à subvenir aux besoins		
Aucunement	628	42,6
Un peu	363	24,6
Moyennement	290	19,7
Beaucoup	94	13,2
Aide reçue		
Moins qu'espéré	337	24,7
Autant qu'espéré	901	66,0
Plus qu'espéré	127	9,3

5.1.2 LES CARACTÉRISTIQUES SCOLAIRES

Les étudiants ayant participé à l'étude proviennent de neuf des dix³ constituantes du Réseau de l'Université du Québec. Plus spécifiquement, les établissements universitaires les plus représentés étaient : de l'Université du Québec à Montréal (n=283), de l'Université du Québec à Trois-Rivières (n=258) et de l'Université du Québec à Rimouski (n=240). En ce qui a trait à leur réalité scolaire, ce sont 73,4 % des 1 476 étudiants qui sont considérés comme étant à temps plein, tandis que 26,6 % cheminent à temps partiel. De ceux-ci, 7,7 % sont identifiés au service d'accueil et de soutien aux étudiants en situation de handicap. Pour compléter ce portrait, il serait intéressant de noter que 62,9 % de nos participants sont des étudiants de 1^{er} cycle, 23,1 % des étudiants de 2^e cycle et 11,7 % des étudiants de 3^e cycle.

Dans cette étude, trois questions étaient posées à propos de l'expérience scolaire des étudiants. Ce sont 27,9 % des participants qui ont indiqué avoir le sentiment d'être « assez ou tout à fait » dépassés devant la complexité ou la diversité des enseignements. Dans le même esprit, ce sont 59,3 % des étudiants qui ont déclaré d'importantes difficultés de concentration face à la complexité des tâches scolaires pendant la pandémie de la COVID-19. En ce qui a trait à la motivation scolaire, près de trois étudiants sur dix ont déclaré une absence totale de motivation scolaire au cours de cette période. Le Tableau 5 présente les résultats de 5 questions, en lien avec l'expérience scolaire des étudiants.

³ Lors de la première phase de l'étude, aucune personne étudiante ne provenait de l'Institut national de recherche scientifique (INRS).

Tableau 5 : Caractéristiques scolaires des étudiants

Établissement d'appartenance	N	%
AUTRE	4	0,3
ENAP	73	4,9
ÉTS	183	12,4
TELUQ	53	2,6
UQAC	117	7,9
UQAM	283	19,2
UQAR	240	16,3
UQAT	209	14,2
UQO	56	3,8
UQTR	258	17,5
Régime d'études de l'étudiant		
Temps plein	1 056	73,4
Temps partiel	383	26,6
Sentiment d'être dépassé		
Pas du tout	498	40,1
Un peu	399	32,1
Assez	191	15,4
Tout à fait	155	12,5
Difficulté de concentration		
Pas du tout	191	14,0
Un peu	362	26,6
Assez	300	22,0
Tout à fait	508	37,3
Motivation		
Pas du tout	395	29,8
Un peu	396	29,9
Assez	293	22,1
Tout à fait	240	18,1

5.1.3 LES CARACTÉRISTIQUES RELATIVES À LA SANTÉ MENTALE

Cette section concerne l'état de santé mentale perçu des personnes étudiantes. Il comprend des données liées à la stabilité de l'état de santé mentale (Tableau 6) et au stress vécu par les participants (Tableau 7). D'abord, 41,1 % des personnes sondées considèrent que leur état de santé mentale s'est détérioré au cours du dernier mois, tandis qu'une proportion équivalente (42,3 %) considère que cet état est resté stable.

Tableau 6 : Stabilité de la santé mentale des étudiants au cours du dernier mois

	N	%
Fortement détériorée	98	7,2
Détériorée	558	41,1
Stable	574	42,3
Améliorée	127	9,4
Total	1 357	100

Parmi les participants, 27,2 % ont indiqué avoir trouvé leurs journées « assez ou extrêmement » stressantes, et ce, au cours du dernier mois.

Tableau 7 : Description du niveau de stress ressenti des étudiants au cours de la plupart des journées pendant les derniers mois (COVID-19)

	N	%
Pas du tout stressantes	145	10,6
Pas tellement stressantes	398	29,0
Un peu stressantes	455	33,2
Assez stressantes	321	23,4
Extrêmement stressantes	52	3,8
Total	1 371	100

En plus d'être questionnés à propos du stress quotidien, les participants ont eu à se prononcer à propos de l'impact de la pandémie sur leur niveau de stress. La Figure 1 situe la proportion de réponses aux 5 questions posées. On remarque d'abord que ce sont plus de 25 % des étudiants qui ont mentionné avoir trouvé la pandémie de COVID-19 comme étant « énormément ou beaucoup » stressante. Les étudiants ont également été interrogés sur leur perception des répercussions futures de la pandémie. Parmi eux, 35,8 % estimaient qu'elle pouvait leur nuire « assez ou énormément ». Enfin, lorsqu'on leur a demandé si la pandémie représentait un défi dans leur vie, plus de 30 % ont répondu que cela a été « assez ou extrêmement » le cas.

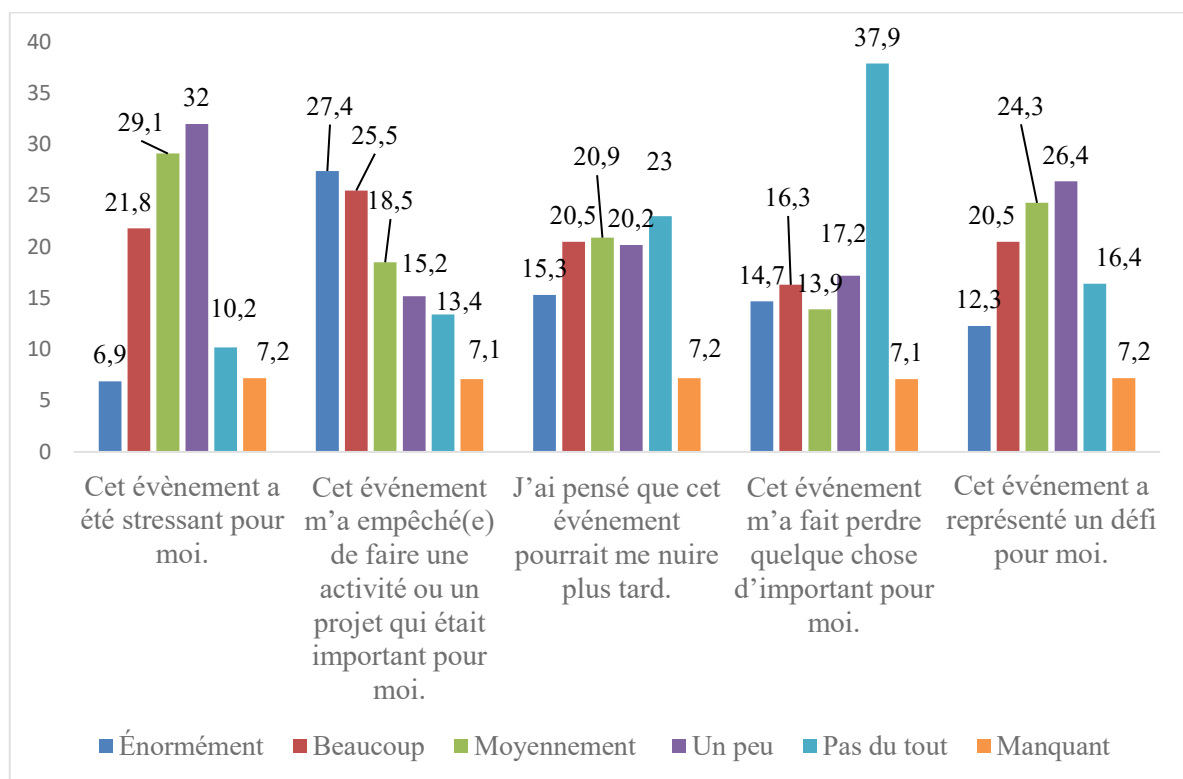


Figure 1 : Gestion du stress lié à la crise du coronavirus

Les participants ont également été interrogés sur leurs craintes de contamination par la COVID-19. Plus des trois quarts ont indiqué craindre pour leurs proches, tandis que 53,9 % redoutaient pour eux-mêmes. Parmi l'ensemble des répondants, 14,9 % ont rapporté avoir perdu un proche en raison du virus. Enfin, les étudiants ont été invités à évaluer l'aide reçue durant la pandémie : 24,7 % l'ont jugée « moindre qu'espérée », 66,0 % « conforme à leurs attentes » et 9,3 % « supérieure à leurs attentes ».

5.1.4 LA PRÉSENCE DE MANIFESTATIONS APPARENTÉES À DES TROUBLES MENTAUX

Dans cette étude, nous nous sommes intéressés aux manifestations apparentées à trois troubles mentaux à savoir : le trouble anxieux (ci-après l'anxiété), le trouble dépressif (ci-après la dépression) et le trouble de stress post-traumatique (ci-après le stress post-traumatique). Cette section s'intéresse à ces états de santé mentale.

En ce qui concerne l'anxiété des participants à l'étude, le score moyen à l'échelle d'anxiété est de 9,8 (/21) (écart-type : 5,8). Le score moyen de 9,8 (/21) se situe à la limite du seuil généralement associé à une anxiété modérée, suggérant un niveau d'anxiété cliniquement significatif chez une proportion non négligeable des participants. L'écart-type élevé indique toutefois une variabilité importante des niveaux d'anxiété au sein de l'échantillon.

La Figure 2 détaille les réponses des participants pour les 7 items de l'échelle. Elle met en évidence que les items « sentiment de nervosité d'anxiété ou de tension », « incapacité à arrêter de s'inquiéter ou de contrôler ses inquiétudes » et « craindre que quelque chose d'épouvantable puisse arriver » sont ceux où l'on retrouve les résultats les plus élevés dans la catégorie « tout le temps » et « la plupart du temps ». Leurs proportions sont respectivement de 29,3 %, 27,7 % ainsi que 23,2 %.

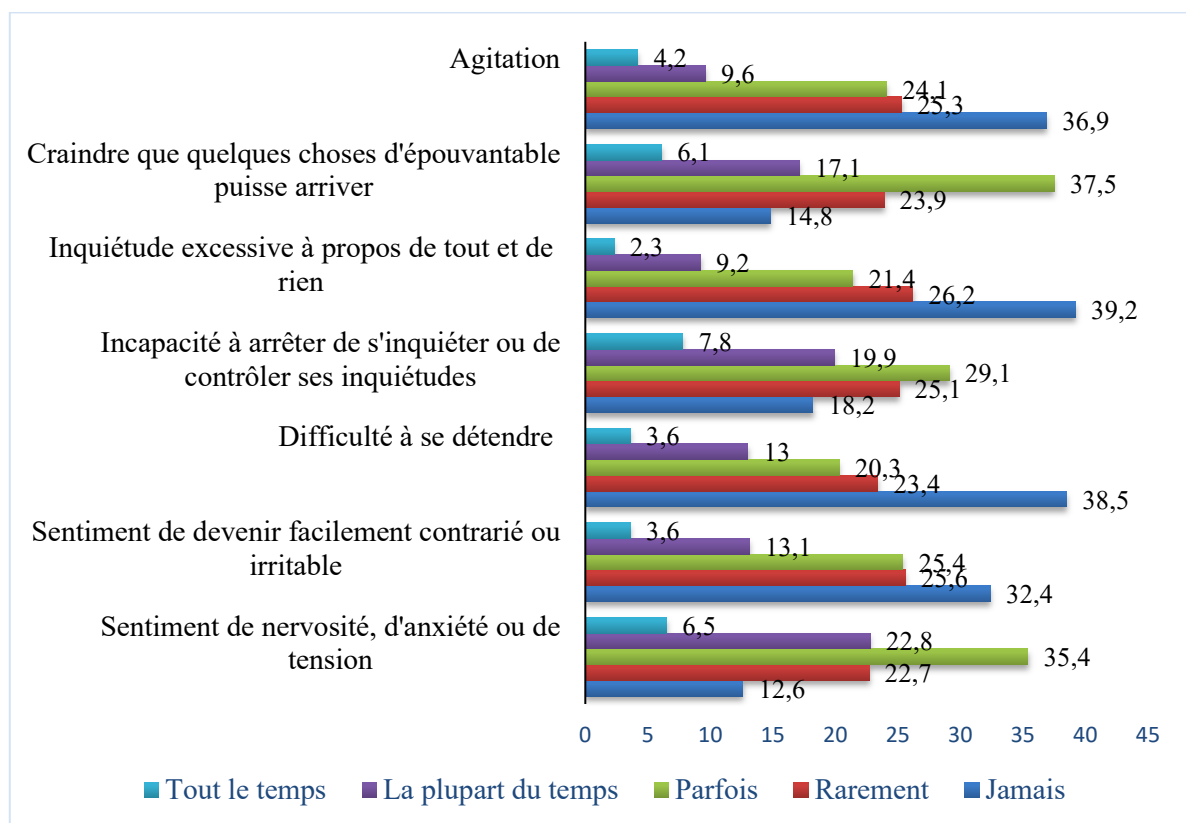


Figure 2 : Répartition des réponses de chacun des items de l'échelle mesurant l'anxiété (GAD-7)

La consultation de la Figure 2 met toutefois en évidence que la majorité des personnes éprouvent « parfois ou rarement », les manifestations évoquées. En effet, lorsque l'on combine ces scores, on constate à titre d'exemples que le taux de réponse est de 58,1 % en ce qui a trait au fait d'avoir ressenti un « sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension ». En ajout à cela, respectivement 61,4 % et 54,2 % des étudiants ont « parfois ou rarement », « craint que quelque chose d'épouvantable puisse arriver » ou « été incapable de contrôler leurs inquiétudes ».

La Figure 3 ci-dessous présente la répartition des réponses concernant les symptômes dépressifs. Il est possible de constater que plus de la moitié des personnes ont « au moins plusieurs jours » vécu un sentiment de tristesse (74,2 %) et un manque d'intérêt à faire des choses (73,7 %). Ces résultats mettent en lumière une fréquence élevée de manifestations dépressives dans la population étudiante participante. La plupart d'entre eux rapportent ressentir régulièrement des sentiments de tristesse et une perte d'intérêt, deux symptômes centraux dans le diagnostic de la dépression.

En ce qui concerne le score moyen à l'échelle de dépression, il est de 2,82(/6) (écart-type : 1,91). Le score moyen de 2,82 (/6) se situe à proximité du seuil généralement associé à une symptomatologie dépressive cliniquement significative, ce qui témoigne de la présence de symptômes dépressifs chez une proportion non négligeable des participants.

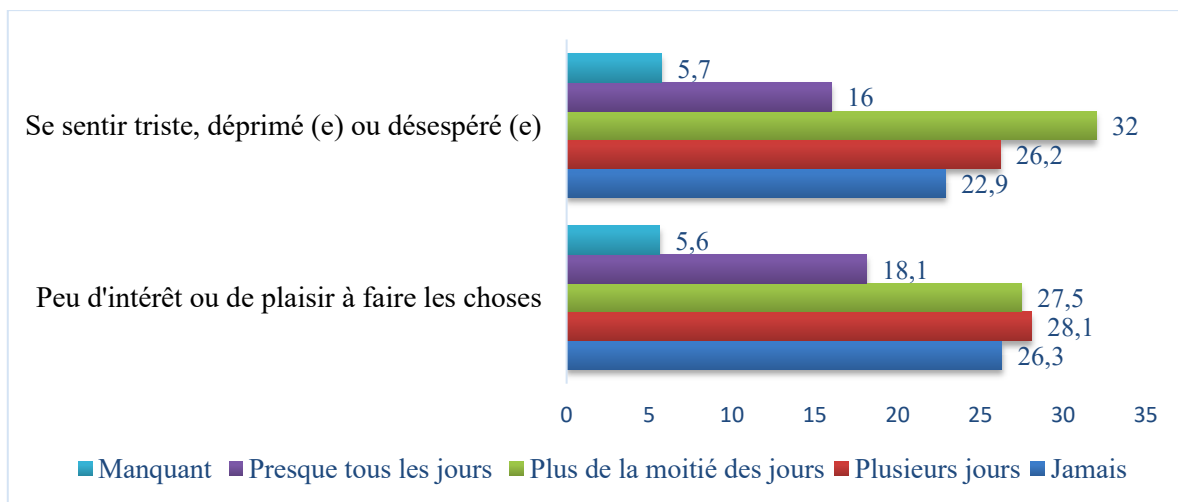


Figure 3 : Répartition des réponses pour chacun des items de l'échelle mesurant la dépression (PHQ-2)

La Figure 4 s'intéresse aux manifestations de stress post-traumatique. En additionnant les scores à cette échelle de mesure, une moyenne de 9,7 (/24) (écart-type : 6,0) a été observée chez les participants. Le score moyen de 9,7 (/24) suggère la présence de manifestations de stress post-traumatique globalement faibles à modérées au sein de l'échantillon. L'écart-type élevé indique cependant une hétérogénéité importante des expériences rapportées par les participants. Certains items, tel que « différentes choses m'y faisait penser » ainsi que « j'étais aux aguets, sur mes gardes » sont associés à des proportions plus importantes (près de 25 %) de personnes ayant répondu « extrêmement ».

Comme c'est le cas dans les deux échelles précédentes, la majorité des réponses aux items se situent dans les catégories « un peu et moyennement » qui lorsque regroupées, atteignent toujours plus du tiers des participants.

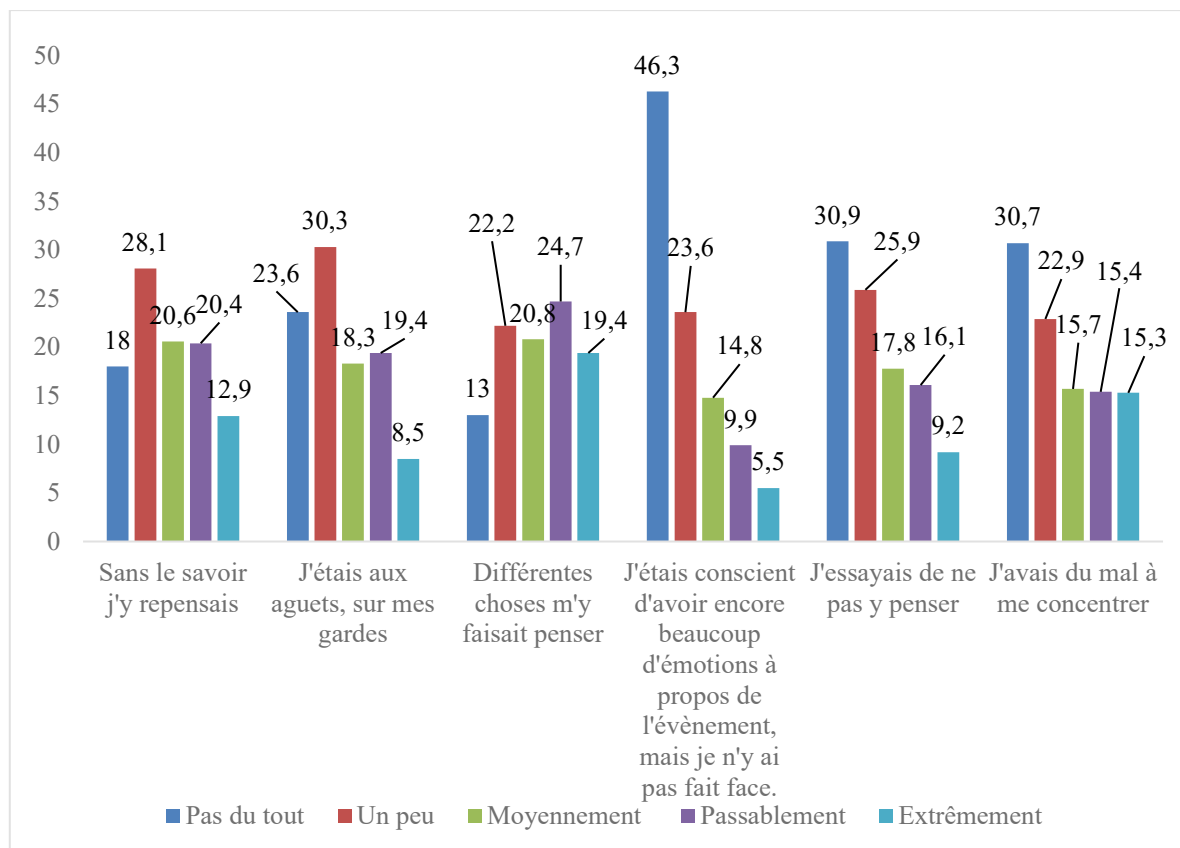


Figure 4 : Répartition des réponses pour chacun des items de l'échelle mesurant le stress post-traumatique (IES-6)

Enfin, la détresse vécue se transforme parfois en pensées suicidaires (Figure 5). Parmi les participants, ce sont 13,4 % des participants qui ont indiqué avoir pensé « très souvent », « assez souvent » ou « rarement » au suicide pendant l'avènement de la pandémie de la COVID-19.

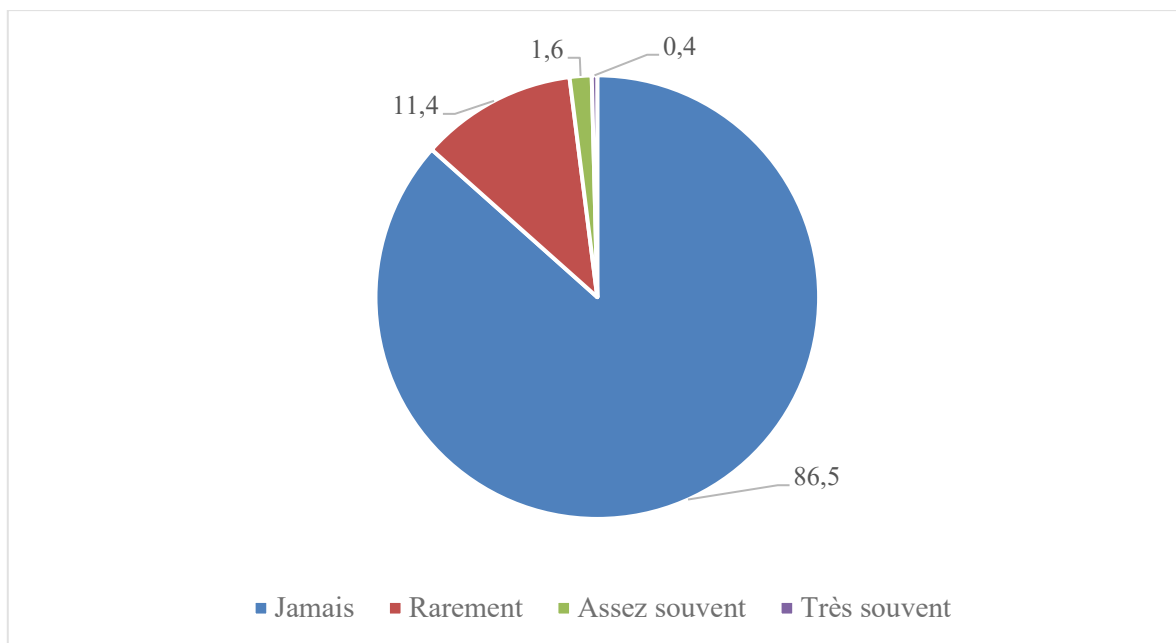


Figure 5 : Proportion de personnes rapportant ou non des idées suicidaires

5.2 LES RELATIONS ENTRE LES FLUCTUATIONS DES REVENUS ET LES CARACTÉRISTIQUES DES PARTICIPANTS

Cette section vise à mettre en relation les caractéristiques des participants avec la variable « fluctuations des revenus » (FDR). Elle s'appuie sur des analyses bivariées qui ont mis en relation la variable dépendante de l'étude, en l'occurrence les FDR et plusieurs caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des participants. Afin de faciliter la lecture des tableaux suivants, il importe d'expliquer le système de lettres exposées (*a*, *b*, *c*) qui sert à identifier des différences statistiques significatives entre les sous-groupes. Ces lettres proviennent des comparaisons réalisées à la suite des tests de Khi-deux. Lorsque deux modalités d'une même ligne présentent la même lettre, cela indique qu'il n'existe pas de différence statistiquement significative entre elles. À l'inverse, lorsque les lettres sont différentes (par exemple *a* vs *b* vs *c*), cela signifie que les

proportions se distinguent significativement l'une de l'autre selon le seuil alpha retenu ($p < .05$). Ce système permet donc d'identifier rapidement quelles catégories diffèrent entre elles en termes de revenus, tout en évitant de surcharger le tableau avec des valeurs statistiques supplémentaires. Les lettres sont affichées en exposant directement à côté des pourcentages concernés.

5.2.1 LES RELATIONS ENTRE LES CARACTÉRISTIQUES

SOCIODÉMOGRAPHIQUES ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

En ce qui concerne l'âge, les jeunes adultes apparaissent comme les plus vulnérables aux FDR. En effet, ils sont proportionnellement plus nombreux à vivre des hausses ou des baisses de revenus. À l'inverse, la stabilité est plus fréquente chez les répondants de 46 ans et plus, ce qui suggère une consolidation économique progressive avec l'avancement du parcours socioprofessionnel (Tableau 8).

Tableau 8 : Relation entre l'âge des étudiants et les FDR

Âge	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Moins de 20 ans	26 (5,7 %)	37 (4,8 %)	18 (8,0 %)	81 (5,6 %)	< .001
21-25	183 (40,3 %) ^a	242 (31,3 %) ^b	120 (53,3 %) ^c	545 (37,5 %)	
26-30	105 (23,1 %)	152 (19,6 %)	40 (17,8 %)	297 (20,5 %)	
31-35	53 (11,7 %)	102 (13,2 %)	18 (8,0 %)	173 (11,9 %)	
36-40	36 (7,9 %)	94 (12,1 %)	15 (6,7 %)	145 (10 %)	

Âge	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
41-45	29 (6,4 %)	61 (7,9 %)	11 (4,9 %)	101 (7 %)	< .001
Plus de 46 ans	22 (4,8 %) ^a	86 (11,1 %) ^b	3 (1,3 %) ^a	111 (7,6 %)	
Total	454 (100 %)	774 (100 %)	225 (100 %)	1453 (100 %)	

Les données du Tableau 9 révèlent que la proportion d'étudiants qui ont des enfants est plus grande dans le groupe « avec revenus stables » que dans les deux autres groupes (diminués et augmentés) ($p < .001$).

Tableau 9 : Lien entre la présence d'enfants et les FDR

Enfant	Revenus			Total	P- value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Non	365 (78,5 %) ^a	520 (66,9 %) ^b	194 (85,8 %) ^a	1 079 (73,5 %)	< .001
Oui	100 (21,5 %) ^a	257 (33,1 %) ^b	32 (14,2 %) ^a	389 (26,5 %)	
Total	465 (100 %)	777 (100 %)	226 (100 %)	1 468 (100 %)	

Parmi les citoyens canadiens, les trois groupes de FDR (diminution, stabilité et augmentation) diffèrent significativement les uns des autres. La majorité des répondants a rapporté une stabilité de leurs revenus ($n = 680$), tandis qu'une proportion moindre a indiqué une augmentation ($n = 213$) ou une diminution des revenus ($n = 375$) durant la pandémie de COVID-19 ($p < .001$).

Tableau 10 : Citoyenneté et les FDR chez les étudiants

Citoyenneté	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Canadienne	375 (80,5 %) ^a	680 (87,0 %) ^b	213 (94,7 %) ^c	1 268 (86,1 %)	< .001
Autre	91 (19,5 %)	102 (13,0 %)	12 (5,3 %)	205 (13,9 %)	
Total	466 (100 %)	782 (100 %)	225 (100 %)	1 473 (100 %)	

Comme le montre le Tableau 11, pour les deux groupes soit les étudiants en situation de handicap et ceux sans handicap, la majorité des répondants rapportent une stabilité de leurs revenus. Toutefois, des différences significatives apparaissent dans la répartition des variations de revenu ($p < .001$). En proportion, les étudiants sans handicap sont davantage susceptibles de déclarer une diminution de leurs revenus (88,4 %) comparativement aux étudiants en situation de handicap (11,6 %). Bien que les deux groupes présentent aussi une faible proportion d'augmentation de revenus, cette proportion demeure similaire entre eux. Ainsi, même si la stabilité constitue la situation la plus fréquente, la baisse de revenu concerne une proportion nettement plus élevée d'étudiants sans handicap.

Tableau 11 : Lien entre la présence d'un handicap et les FDR des étudiants

Situation de handicap	Revenus			Total	P- value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Non	411 (88,4 %) ^a	731 (94,9 %) ^b	205 (91,1 %) ^{a,b}	1 347 (92,3 %)	< .001
Oui	54 (11,6 %) ^a	39 (5,1 %) ^b	20 (8,9 %) ^{a,b}	113 (7,7 %)	
Total	465 (100 %)	770 (100 %)	225 (100 %)	1 460 (100 %)	

Par rapport à l'aide reçue (Tableau 12), pendant la pandémie de la COVID-19, il est intéressant de voir que les étudiants qui avaient reçu moins d'aide qu'espérée sont aussi ceux qui ont vu leur revenu avoir une plus grande diminution (n = 135) comparativement à ceux dont le revenu est resté stable (n = 160) ou à augmenter (n = 42). De plus, dans le même ordre d'idées, ceux qui ont vu leur revenu augmenter (n = 33) ont aussi eu le sentiment d'avoir reçu plus d'aide qu'espérée.

Tableau 12 : Perception de l'aide reçue par les étudiants en fonction des FDR

Aide reçue	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Moins qu'espérée	135 (32,1 %) ^a	160 (21,8 %) ^b	42 (19,9 %) ^b	337 (24,7 %)	< .001
Autant qu'espérée	259 (61,5 %) ^a	506 (69,0 %) ^b	136 (64,5 %) ^{a,b}	901 (66,0 %)	
Plus qu'espérée	27 (6,4 %) ^a	67 (9,1 %) ^a	33 (15,6 %) ^b	127 (9,3 %)	
Total	421 (100 %)	733 (100 %)	211 (100 %)	1 465 (100 %)	

5.2.2 LES RELATIONS ENTRE LES CARACTÉRISTIQUES SCOLAIRES ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Parmi les étudiants participants, la majorité a rapporté une stabilité de leurs revenus (n= 783), alors qu'une proportion moindre a indiqué une diminution (n= 467) ou une augmentation du revenu (n= 226), durant la pandémie de COVID-19 (Tableau 13). Cette tendance est observée dans l'ensemble des universités. Toutefois, à l'École de technologie supérieure, une proportion significativement plus élevée d'étudiants a déclaré une diminution

de leurs revenus (17,1 % ; $p < .001$). Par ailleurs, à l'Université du Québec à Montréal (UQAM), une différence significative est observée entre les étudiants aux revenus stables ($n = 130$) et ceux ayant connu une augmentation ($n = 56$), tandis que le groupe ayant subi une diminution du revenu ($n = 97$) ne diffère pas significativement des deux autres groupes.

Tableau 13 : Relation entre l'université fréquentée et les FDR

Universités	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
ENAP	20 (4,3 %)	43 (5,5 %)	10 (4,4 %)	73 (4,9 %)	< .001
ÉTS	80 (17,1 %) ^a	89 (11,4 %) ^b	14 (6,2 %) ^b	183 (12,4 %)	
TÉLUQ	11 (2,4 %)	37 (4,7 %)	5 (2,2 %)	53 (2,6 %)	
UQAC	41 (8,8 %)	61 (7,8 %)	15 (6,6 %)	117 (7,9 %)	
UQAM	97 (20,8 %) ^{a,b}	130 (16,6 %) ^b	56 (24,8 %) ^a	283 (19,2 %)	
UQAR	69 (14,8 %)	124 (15,8 %)	47 (20,8 %)	240 (16,3 %)	
UQAT	53 (11,3 %)	126 (16,1 %)	30 (13,3 %)	209 (14,2 %)	
UQO	13 (2,8 %)	30 (3,8 %)	13 (5,8 %)	56 (3,8 %)	
UQTR	81 (17,3 %)	141 (18,0 %)	36 (15,9 %)	258 (17,5 %)	
Autre	2 (0,4 %)	2 (0,3 %)	0 (0,0 %)	4 (0,3 %)	
Total	467 (100 %)	783 (100 %)	226 (100 %)	1 476 (100 %)	

L'enquête démontre que les participants à l'étude ont, en plus grand nombre, vécu une stabilité dans leur revenu et ce peu importe le régime d'études au sein duquel ils sont inscrits comme illustré dans le Tableau 14. En effet, les proportions sont respectivement de 65,4 % à temps plein et de 34,6 % à temps partiel ($p < .001$).

Tableau 14 : Relations entre les FDR et le régime d'études des étudiants

Régime d'études	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Temps plein	385 (84,2 %) ^a	497 (65,4 %) ^b	174 (78,4 %) ^a	1 056 (73,4 %)	< .001
Temps partiel	72 (15,8 %) ^a	263 (34,6 %) ^b	48 (21,6 %) ^a	383 (26,6 %)	
Total	457 (100 %)	760 (100 %)	222 (100 %)	1 439 (100 %)	

Dans cette étude, trois questions portaient sur l'expérience scolaire des étudiants. Les participants ayant connu une diminution de leurs revenus sont significativement plus nombreux à se sentir dépassés par la complexité ou la diversité des enseignements. Dans ce groupe, 27,9 % se déclarent « tout à fait » ou « assez dépassés ». À l'inverse, les étudiants dont les revenus sont demeurés stables ou ont augmenté rapportent plus fréquemment ne pas se sentir dépassés.

La difficulté de concentration est un symptôme significativement plus fréquent dans le groupe aux revenus diminués. En effet, près de 47 % des personnes concernées par une baisse de revenus déclarent avoir « tout à fait » eu des difficultés de concentration. À l'inverse, ceux

qui ne rapportent aucune difficulté sont moins nombreux dans le groupe diminué (9 %) que dans les groupes stables/augmentés (15 %-17 %).

Finalement, les personnes ayant subi une baisse de revenus rapportent un plus faible niveau de motivation. En effet, comme le montre le Tableau 15, 36.6 % des étudiants disent ne pas du tout être motivés, contre 25.4 % dans le groupe dont les revenus sont stables. À l'inverse, les personnes aux revenus stables ou augmentés sont significativement plus nombreuses à rapporter une motivation élevée (« tout à fait motivé »).

Tableau 15 : Association entre l'évolution des revenus et les indicateurs liés à l'expérience scolaire

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Sentiment d'être dépassé	Pas du tout	111 (28,6 %) ^a	310 (47,0 %) ^b	77 (39,5 %) ^b	498 (40,1 %)	< .001
	Un peu	130 (33,5 %)	206 (31,2 %)	63 (32,3 %)	399 (32,1 %)	
	Assez	76 (19,6 %) ^a	85 (12,96 %) ^b	30 (15,4 %) ^{a,b}	191 (15,4 %)	
	Tout à fait	71 (18,3 %) ^a	59 (8,9 %) ^b	25 (12,8 %) ^{a,b}	155 (12,5 %)	
	Total	388 (100 %)	660 (100 %)	195 (100 %)	1 243 (100 %)	
Difficulté de concentration	Pas du tout	39 (9,0 %) ^a	121 (16,7 %) ^b	31 (15,3 %) ^{a,b}	191 (14,0 %)	< .001
	Un peu	84 (19,4 %) ^a	221 (30,5 %) ^b	57 (28,1 %) ^{a,b}	362 (26,6 %)	
	Assez	108 (24,9 %)	147 (20,3 %)	45 (22,2 %)	300 (22,0 %)	
	Tout à fait	203 (46,8 %) ^a	235 (32,5 %) ^b	70 (34,5 %) ^b	508 (37,3 %)	
	Total	434 (100 %)	724 (100 %)	203 (100 %)	1 361 (100 %)	

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Motivation	Pas du tout	155 (36,6 %)a	178 (25,4 %)b	62 (31,2 %)a,b	395 (29,8 %)	< .001
	Un peu	138 (32,5 %)	203 (29,0 %)	55 (27,6 %)	396 (29,9 %)	
	Assez	77 (18,2 %)a	175 (25,0 %)b	41 (20,6 %)a,b	293 (22,1 %)	
	Tout à fait	54 (12,7 %)a	145 (20,7 %)b	41 (20,6 %)a,b	240 (18,1 %)	
	Total	424 (100 %)	701 (100 %)	199 (100 %)	1 324 (100 %)	

5.2.3 LES RELATIONS ENTRE LE STRESS PERÇU ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Les résultats du Tableau 16, montrent un lien significatif entre l'inquiétude à subvenir à ses besoins et les FDR ($p < .001$). Les répondants, dont le revenu a diminué, rapportent plus souvent des inquiétudes « moyennes ou élevées », tandis que ceux dont le revenu est stable ou en hausse déclarent majoritairement n'avoir « aucune inquiétude de subsistance ».

Tableau 16 : Relation entre l'inquiétude de subsistance et les FDR

Inquiétude à subvenir aux besoins	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Aucunement	80 (17.1 %)a	408 (52.1 %)b	140 (61,9 %)c	628 (42,5 %)	< .001
Un peu	117 (25,1 %)	202 (25.8 %)	44 (19.5 %)	363 (24,6 %)	
Moyennement	132 (28.3 %)a	126 (16.1 %)b	32 (14,2 %)b	290 (19,6 %)	
Beaucoup	137 (29,3 %)a	47 (6.0 %)b	10 (4.4 %)b	194 (13,2 %)	
Total	466 (100 %)	783 (100 %)	226 (100 %)	1 475 (100 %)	

Dans le même esprit, les résultats figurant au Tableau 17 indique que les répondants qui avaient une plus grande préoccupation de leur situation financière, soit « beaucoup » ou « assez », avaient aussi vu leurs revenus diminuer pendant la pandémie de la COVID-19.

Tableau 17 : Lien entre stress financier et les FDR

Niveau	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Pas du tout	25 (6,0 %) ^a	271 (37,1 %) ^b	90 (42,7 %) ^b	386 (28,5 %)	< .001
Un peu	81 (19,5 %) ^a	205 (28,1 %) ^b	56 (26,5 %) ^{a,b}	342 (25,2 %)	
Assez	107 (25,8 %) ^a	137 (18,8 %) ^b	34 (16,1 %) ^b	278 (20,5 %)	
Beaucoup	202 (48,7 %) ^a	117 (16,0 %) ^b	31 (14,7 %) ^b	350 (25,8 %)	
Total	415 (100 %)	730 (100 %)	211 (100 %)	1356 (100 %)	

5.2.4 LES RELATIONS ENTRE L'ÉTAT DE SANTÉ MENTALE ET LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Cette étude met en évidence l'impact des FDR sur la santé mentale des participants. La détérioration significative de la santé mentale concerne surtout les étudiants dont le revenu a diminué (n=423), comparativement à ceux dont il est demeuré stable ou en hausse. À l'inverse, parmi les étudiants dont la santé mentale est restée stable, une majorité a également maintenu un revenu stable (n=326). Enfin, chez ceux dont la santé mentale s'est améliorée, la proportion la plus élevée se retrouve parmi ceux ayant conservé ou augmenté leur revenu (n=98). Ces résultats sont présentés dans le Tableau 18 qui suit.

Tableau 18 : Lien entre la stabilité de la santé mentale et les FDR

Santé mentale	Revenus			Total	P-value
	Diminués	Stables	Augmentés		
Fortement détériorée	44 (10,4 %) ^a	39 (5,4 %) ^b	15 (7,1 %) ^{a,b}	98 (7,2 %)	< .001
Détériorée	201 (47,5 %) ^a	287 (39,7 %) ^b	70 (33,2 %) ^b	558 (41,1 %)	
Stable	149 (35,2 %) ^a	326 (45,1 %) ^b	99 (46,9 %) ^b	574 (42,3 %)	
Améliorée	29 (6,9 %) ^a	71 (9,8 %) ^{a,b}	27 (12,8 %) ^b	127 (9,4 %)	
Total	423 (100 %)	723 (100 %)	211 (100 %)	1357 (100 %)	

Sur le plan de la nervosité, de l'anxiété ou de la tension, la proportion de répondants rapportant ressentir ces symptômes « tout le temps » est plus élevée chez ceux ayant subi une diminution de revenus (9,7 %) comparativement à ceux aux revenus stables (4,5 %), différence statistiquement significative ($p = 0,006$). En ce qui concerne l'irritabilité, les répondants dont les revenus ont diminué se distinguent à nouveau : seulement 25 % d'entre eux déclarent « ne jamais » ressentir ce symptôme, contre 33,3 % des répondants stables et 37,3 % des répondants ayant vu leurs revenus augmenter. À l'inverse, ils sont proportionnellement plus nombreux à indiquer ressentir de l'irritabilité « la plupart du temps » (17,4 % vs 10,7 % chez les revenus stables, $p < 0,001$). La difficulté à se détendre suit une tendance similaire : les individus ayant subi une perte de revenus rapportent plus fréquemment en éprouver « la plupart du temps » (15,8 %) ou « tout le temps » (6,0 %) que ceux aux revenus stables (11,0 % et 2,6 % respectivement, $p = 0,002$). Concernant l'incapacité à contrôler ses inquiétudes, 10,8 % des répondants du groupe « revenus diminués » affirment vivre ce symptôme « tout le temps », contre seulement 6 % dans le

groupe « revenus stables » ($p = 0,005$). De la même manière, l'inquiétude excessive est significativement plus présente dans le groupe à revenus diminués (12,4 % rapportent en faire l'expérience « la plupart du temps » contre 7,7 % pour les revenus stables, $p < 0,001$). La crainte que des événements épouvantables surviennent présente une tendance similaire, mais la différence observée entre les groupes n'atteint pas le seuil de signification statistique ($p = 0,066$). Enfin, l'agitation apparaît davantage chez les répondants ayant subi une baisse de revenus : seulement 29,5 % indiquent « ne jamais » en ressentir, comparativement à 40,5 % chez les revenus stables ($p = 0,001$).

Ces constats sont corroborés par l'indicateur global d'anxiété, où la moyenne est significativement plus élevée chez les personnes dont les revenus ont diminué (11,0, ÉT = 5,9), comparativement à celles aux revenus stables (9,1, ÉT = 5,7) ou augmentés (9,7, ÉT = 5,8 ; $p < 0,001$). En somme, l'analyse des données met en évidence une relation nette entre la diminution des revenus et une intensification des manifestations anxieuses. Ces résultats suggèrent que les fluctuations négatives du revenu constituent un facteur de vulnérabilité en matière de santé mentale, tandis que la stabilité financière semble jouer un rôle protecteur. Le tableau 19 qui suit présente ces résultats de manière détaillée.

Tableau 19 : Fréquence des symptômes anxieux en fonction des FDR

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Sentiment de nervosité d'anxiété ou de tension	Tout le temps	42 (9,7 %) ^a	33 (4,5 %) ^b	15 (6,9 %) ^{a,b}	90 (6,5 %)	0.006
	La plupart du temps	112 (25,7 %)	156 (21,1 %)	50 (22,9 %)	318 (22,8 %)	
	Parfois	152 (34,9 %)	262 (35,4 %)	79 (36,2 %)	493 (35,4 %)	
	Rarement	84 (19,3 %)	187 (25,3 %)	45 (20,6 %)	316 (22,7 %)	
	Jamais	45 (10,3 %)	102 (13,8 %)	29 (13,3 %)	176 (12,6 %)	
	Total	435 (100%)	740 (100 %)	218 (100 %)	1 393 (100 %)	
Craindre que quelque chose d'épouvantable puisse arriver	Tout le temps	36 (8,3 %)	35 (4,7 %)	14 (6,5 %)	85 (6,1 %)	0.066
	La plupart du temps	84 (19,3 %)	117 (15,8 %)	46 (21,2 %)	247 (17,7 %)	
	Parfois	163 (37,4 %)	289 (39,1 %)	70 (32,3 %)	522 (37,5 %)	
	Rarement	95 (21,8 %)	180 (24,3 %)	58 (26,7 %)	333 (23,9 %)	
	Jamais	58 (13,3 %)	119 (16,1%)	29 (13,4 %)	206 (14,8 %)	
	Total	436 (100 %)	740 (100%)	217 (100 %)	1 393 (100%)	
Agitation	Tout le temps	24 (5,5 %)	27 (3,6 %)	7 (3,2 %)	58 (4,2 %)	< .001
	La plupart du temps	56 (12,9 %) ^a	53 (7,2 %) ^b	24 (11,1 %) ^{a,b}	133 (9,6 %)	
	Parfois	119 (27,4 %)	170 (23,0 %)	46 (21,2 %)	335 (24,1 %)	
	Rarement	107 (24,7 %)	190 (25,7 %)	55 (25,3 %)	352 (25,3 %)	
	Jamais	128 (29,5 %) ^a	300 (40,5 %) ^b	85 (39,2 %) ^b	513 (36,9 %)	
	Total	434 (100 %)	740 (100 %)	217 (100 %)	1 391 (100 %)	

Le Tableau 20 illustre la répartition des symptômes dépressifs selon l'évolution des revenus. Les étudiants dont le revenu a diminué rapportent plus souvent des symptômes « presque tous les jours », tant pour le manque d'intérêt/plaisir (23,9 % vs 16,1 % stables et 13,4 % augmentés, $p = 0,002$) que pour la tristesse/dépression (23,9 % vs 14,1 % et 12,9 %, $p < 0,001$). À l'inverse, l'absence de symptômes est plus fréquente chez les étudiants aux revenus stables ou augmentés. Globalement, la moyenne du score de dépression est significativement plus élevée chez les répondants aux revenus diminués ($M = 3,20$) que chez ceux aux revenus stables ($M = 2,66$) ou augmentés ($M = 2,64$) ($p < 0,001$).

Tableau 20 : Répartition de la fréquence des symptômes en fonction des FDR

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Peu d'intérêt ou de plaisir	Jamais	93 (21,3 %) ^a	212 (28,6 %) ^b	62 (28,6 %) ^{a,b}	367 (26,3 %)	.002
	Plusieurs jours	112 (25,7 %)	218 (29,5 %)	61 (28,1 %)	391 (28,1 %)	
	Plus de la moitié des jours	127 (29,1 %)	191 (25,8 %)	65 (30,0 %)	383 (27,5 %)	
	Presque tous les jours	104 (23,9 %) ^a	119 (16,1 %) ^b	29 (13,4 %) ^b	252 (18,1 %)	
	Total	436 (100 %)	740 (100 %)	225 (100 %)	1 401 (100 %)	
Triste, déprimé ou désespéré	Jamais	79 (18,2 %) ^a	189 (25,6 %) ^b	51 (23,5 %) ^{a,b}	319 (22,9 %)	< .001
	Plusieurs jours	100 (23,0 %)	197 (26,7 %)	67 (30,9 %)	364 (26,2 %)	
	Plus de la moitié des jours	152 (34,9 %)	249 (33,7 %)	71 (32,7 %)	472 (34,0 %)	
	Presque tous les jours	104 (23,9 %) ^a	104 (14,1 %) ^b	28 (12,9 %) ^b	236 (17,0 %)	
	Total	435 (100%)	739 (100 %)	217 (100 %)	1 391 (100 %)	

Le Tableau 21 présente la distribution des répondants selon différents indicateurs de stress perçu et l'évolution de leurs revenus. Les résultats mettent en évidence des différences significatives entre les groupes de revenus pour la majorité des dimensions du stress perçu. D'abord, les répondants aux revenus diminués sont significativement plus nombreux à déclarer que l'événement a été « énormément » stressant (10,7 %) comparativement aux revenus stables (4,8 %).

La deuxième variable évalue l'impact de la COVID-19 sur la capacité à réaliser une activité importante. Les étudiants qui ont répondu « énormément de stress » à cette question sont significativement plus fréquents chez les répondants aux revenus diminués (35,4 %) que chez ceux aux revenus stables (22,1 %) ($p < 0,001$). À l'inverse, les répondants qui ont nommé avoir un faible niveau de stress (« un ») sont plus fréquents chez les revenus augmentés et stables que chez les revenus diminués.

Ensuite, la perception de l'étudiant quant aux effets à long terme de la COVID-19 sur son avenir est examinée. Les résultats montrent que les étudiants ayant connu une diminution de leurs revenus présentent une proportion plus élevée de stress déclaré comme « beaucoup » (25,2 %) ou « énormément » (22,1 %), comparativement à ceux dont les revenus sont demeurés stables (18,0 % et 12,1 % ; $p < 0,001$). Les revenus augmentés se situent généralement entre les deux groupes.

La prochaine variable s'intéressait à la possibilité d'avoir perdu quelque chose d'important pour l'étudiant. Les répondants aux revenus diminués rapportent significativement plus de stress élevé (« beaucoup » et « énormément » : 21,4 % et 20,9 %)

comparativement aux personnes ayant des revenus stables (13,9 % et 11,3 %) ; les revenus augmentés sont intermédiaires. Les faibles niveaux de stress (« pas du tout ») sont plus fréquents chez les revenus stables (42,8 %) que chez les revenus diminués (27,6 %) ($p < 0,001$).

Ensuite, les participants étaient invités à indiquer si la pandémie de COVID-19 avait constitué un défi pour eux. Les étudiants dont les revenus ont diminué sont significativement plus nombreux à se situer dans la catégorie de stress « Énormément » (15,7 %) comparativement à ceux dont les revenus sont demeurés stables (10,2 %), tandis que les étudiants aux revenus augmentés se situent à un niveau intermédiaire (13,1 % ; $p = 0,002$). À l'inverse, les faibles niveaux de stress sont moins fréquents chez les étudiants aux revenus diminués (12,6 %) que chez ceux aux revenus stables (19,2 %).

Tableau 21 : Répartition des niveaux de stress et des perceptions liées aux événements stressants en fonction de l'évolution des revenus

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Cet événement a été stressant pour moi	Énormément	45 (10,7 %) ^a	35 (4,8 %) ^b	15 (7,0 %) ^{a,b}	95 (6,9 %)	.013
	Beaucoup	93 (22,1 %)	159 (21,6 %)	46 (21,6 %)	298 (21,8 %)	
	Moyennement	122 (29,0 %)	220 (29,9 %)	57 (26,8 %)	399 (29,1 %)	
	Un peu	127 (30,2 %)	236 (32,1 %)	75 (35,2 %)	438 (32,0 %)	
	Pas du tout	33 (7,9 %)	86 (11,7 %)	20 (9,4 %)	139 (10,2 %)	
	Total	420 (100 %)	736 (100 %)	213 (100 %)	1 369 (100 %)	

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Cet événement m'a empêché(e) de faire une activité ou un projet qui était important pour moi	Énormément	149 (35,4 %)a	163 (22,1 %)b	64 (30,0 %)a,b	376 (27,4 %)	< .001
	Beaucoup	112 (26,6 %)	190 (25,8 %)	47 (22,1 %)	349 (25,5 %)	
	Moyennement	70 (16,6 %)	152 (20,7 %)	32 (15,0 %)	254 (18,5 %)	
	Un peu	46 (10,9 %)a	127 (17,3 %)b	35 (16,4 %)a,b	208 (15,2 %)	
	Pas du tout	44 (10,5 %)	104 (14,1 %)	35 (16,4 %)	183 (13,4 %)	
	Total	421 (100 %)	736 (100 %)	213 (100 %)	1 370 (100 %)	

En ce qui concerne les variables en lien avec le trouble de stress post-traumatique (TSPT), seulement l'une d'entre elles s'est avérée être significative. Ainsi, les informations ci-dessous présentent seulement les résultats de la variable « sans le vouloir j'y repensais ». En effet, une différence significative entre les groupes de revenus concernant la tendance à repenser involontairement à des événements passés ($p=.033$) est démontrée.

Plus précisément, les personnes dont les revenus sont demeurés stables se retrouvent plus fréquemment dans la catégorie « pas du tout » (20,6 %), tandis que celles ayant connu une diminution de leurs revenus se situent davantage dans la catégorie « extrêmement » (16,4 %). Ces distributions varient de façon significative selon les groupes des fluctuations des revenus.

Le score moyen de craintes est significativement plus élevé chez les répondants dont les revenus ont diminué (10,8, ÉT = 5,9) comparativement à ceux dont les revenus sont demeurés stables (9,0, ÉT = 6,0) ($p < .001$). Les participants ayant vu leurs revenus augmenter se situent entre les deux (9,7, ÉT = 5,9). Ces résultats mettent en lumière une association entre la diminution des revenus et une intensification des symptômes liés aux craintes de type TSPT⁴ (Tableau 22).

Tableau 22 : Répartition des symptômes post-traumatiques selon la stabilité des revenus étudiants

		Revenus			Total	P-value
		Diminués	Stables	Augmentés		
Sans le vouloir j'y repensais	Extrêmement	71 (16,4 %) ^a	84 (11,4 %) ^b	24 (11,0 %) ^{a,b}	179 (12,9 %)	.033
	Passablement	91 (21,0 %)	149 (20,2 %)	44 (20,2 %)	284 (20,4 %)	
	Moyennement	100 (23,0 %)	144 (19,5 %)	43 (19,7 %)	287 (20,6 %)	
	Un peu	111 (25,6 %)	209 (28,3 %)	70 (32,1 %)	390 (28,1 %)	
	Pas du tout	61 (14,1 %) ^a	152 (20,6 %) ^b	37 (17,0 %) ^{a,b}	250 (18,0 %)	
	Total	434 (100 %)	738 (100 %)	218 (100%)	1 390 (100 %)	

⁴ L'IES-6 comprend 6 items. Parmi ceux-ci, seul cet item « sans le vouloir j'y repensais » est significativement associé à la FDR. Considérant le nombre de variables étudiées, les données liées aux items non significatifs ne sont pas présentées ici.

5.3 LES FACTEURS PRÉDICTIFS DE LA FLUCTUATION DES REVENUS

Cette dernière section examine les prédicteurs dans les fluctuations des revenus à l'aide d'analyses de régression logistique, réalisées à partir des variables identifiées comme statistiquement significatives dans la section 5.2. Le modèle est statistiquement significatif ($\chi^2(6, N = 1034) = 196.911, p < .001$). Selon les pseudos R square, le modèle explique entre 17,3 % (Cox and Snell R square) et 24.6 % (Nagelkerke) de la variance dans le statut du revenu des étudiants (diminué VS stable ou augmenté). De plus, la prédiction a permis de classer correctement 71.7 % des cas tel que montré dans le Tableau 23.

Tableau 23 : Régression logistique des facteurs prédictifs associés à la variation des revenus

	B	S.E.	Wald	Sig.	Odds Ratio	95 % C.I. fort EXP(B)	
						Lower	Upper
Citoyenneté	0.508	0.223	5.197	0.023	1.662	1.074	2.571
Inquiet de subvenir aux besoins	0.862	0.199	18.752	<.001	2.369	1.603	3.499
Régime d'études	-0.654	0.191	11.788	<.001	0.520	0.358	0.755
Motivation	-0.266	0.161	2.728	0.099	0.766	0.559	1.051
Préoccupation situation financière	1.445	0.286	25.472	<.001	4.242	2.420	7.435
Stress personnel (total)	0.049	0.015	10.212	0.001	1.051	1.019	1.083
Constante	-3.086	0.363	72.450	<.001	0.046		

Ces résultats confirment que les six variables incluses dans le modèle, entre autres le stress personnel, la préoccupation financière et le régime d'études de l'étudiant contribuent significativement à expliquer les fluctuations des revenus vécues par les étudiants, au cours de la période étudiée. La préoccupation financière ($B=1,445$) est le facteur le plus influent du modèle. De ce fait, les résultats indiquent que les étudiants préoccupés par leur situation financière présentent un risque nettement accru de voir leur revenu diminuer. En effet, les étudiants ont 4,24 fois plus de chances d'avoir eu des revenus diminués. De manière similaire, les inquiétudes concernant la capacité à subvenir à ses besoins essentiels ($B=0,862$) apparaissent également comme un facteur de vulnérabilité. Plus spécifiquement, les participants préoccupés par cette capacité ont 2,7 fois plus de chances d'avoir eu des revenus diminués comparativement à ceux qui ne la manifestaient pas (odds ratio (OR) de 2.369), (95 % CI, 1.603 - 3.499)), Wald $\chi^2(1) = 18.752$, $p < .001$).

Le régime d'études, plus précisément l'inscription à temps partiel ($B = 0,654$), agit comme un facteur protecteur en réduisant d'environ 48 % la probabilité d'une diminution du revenu. En effet, ces étudiants ont eu moins de chance de vivre une baisse de leurs revenus que les étudiants à temps plein (OR de 0.520 (95 % CI, 0.358 - 0.755)), Wald $\chi^2(1) = 11.788$, $p < .001$). De son côté, la variable de la citoyenneté ($B=0.508$) semble également jouer un rôle important. En effet, les chances d'un étudiant avec une citoyenneté « autre » d'avoir une baisse de revenus est 1.6 fois plus grandes que pour les étudiants avec la citoyenneté « canadienne » (OR de 1.632 (95 % CI, 1.074 - 2.571)), Wald $\chi^2(1) = 5.197$, $p = .023$).

En ce qui concerne la variable de la motivation ($B=0.266$), les étudiants ayant une motivation plus élevée ont eu moins de chance de vivre une baisse de leurs revenus, avec un OR de 0.766 (IC 95 %, 0.559 - 1.051), Wald $\chi^2 (1) = 2.728$, $p = 0.099$. De même, le stress personnel ($B=0,049$) est également un prédicteur significatif, bien que plus modeste : il est la variable qui se trouve à avoir le moins de poids dans le modèle ci-haut. En effet, pour chaque point supplémentaire au score de stress personnel, les étudiants ont eu plus de chance de connaître une baisse de leurs revenus, avec un OR de 1.051 (IC 95 %, 1.019 - 1.083), Wald $\chi^2 (1) = 10.212$, $p = 0.001$. Ces résultats suggèrent que les facteurs financiers, psychosociaux et administratifs jouent un rôle clé dans la stabilité du revenu étudiant.

CHAPITRE 6

DISCUSSION

L'objectif général de ce projet de mémoire était de s'intéresser aux fluctuations de revenus chez les étudiants universitaires québécois en contexte pandémique. Ce mémoire visait l'atteinte de trois objectifs spécifiques. D'abord il consistait à décrire les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants. Ensuite, il avait pour but d'examiner les relations entre les fluctuations de revenus et les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants. Enfin, le dernier objectif était d'identifier les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale qui prédisent les fluctuations de revenus chez les étudiants.

Ce chapitre discute des principaux faits saillants en les mettant en lien avec le cadre théorique de l'étude et les écrits recensés. Au terme de cet exercice, une analyse des forces et des limites de l'étude sera réalisée. Des recommandations seront ensuite formulées pour orienter les recherches futures et les actions liées aux conséquences économiques de la pandémie ainsi qu'à son impact aggravant sur la santé mentale des étudiants.

Conformément au cadre conceptuel de cette étude, ancré dans l'approche bioécologique de Bronfenbrenner, les fluctuations de revenus sont appréhendées comme le produit d'interactions entre des caractéristiques individuelles, des déterminants sociaux et économiques, ainsi que des facteurs contextuels plus larges, tels que la pandémie de la COVID-19. Les résultats montrent que l'instabilité financière des étudiants s'explique par un mélange de facteurs économiques, psychologiques et sociodémographiques.

6.1 RETOUR SUR LES FAITS SAILLANTS DE L'ÉTUDE

À la lumière des résultats, une part importante des étudiants a connu des fluctuations de revenus durant la pandémie, ce qui s'inscrit directement dans le contexte économique instable provoqué par les fermetures de milieux de travail, la perte d'emplois étudiants et la réorganisation rapide du marché du travail observées à cette période. Les analyses bivariées ont d'abord mis en évidence un grand nombre de variables associées aux variations de revenus. Toutefois, lorsque ces variables sont considérées simultanément dans un modèle multivarié, seules six demeurent significatives. Ces facteurs relèvent à la fois de caractéristiques sociodémographiques (citoyenneté, statut étudiant), de dimensions économiques subjectives (inquiétude à subvenir aux besoins, préoccupation face à la situation financière) et d'indicateurs de bien-être psychologique (stress personnel, motivation). Ces résultats confirment les hypothèses du cadre conceptuel, selon lesquelles les fluctuations de revenus ne peuvent être expliquées par un seul facteur, mais résultent de l'interaction entre plusieurs d'entre eux. De plus, cette clarification apportée par le modèle illustre que certaines associations observées isolément s'expliquent en réalité par des mécanismes plus globaux, ce qui converge avec les travaux antérieurs. La section suivante propose ainsi d'examiner ces six facteurs un à un afin de mieux comprendre leur contribution spécifique aux variations de revenus.

6.1.1 L'INFLUENCE DES PRÉOCCUPATIONS FINANCIÈRES ET DE LA CAPACITÉ À SUBVENIR À SES BESOINS SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Les fluctuations des revenus (FDR) ne surviennent pas au hasard ; elles s'inscrivent souvent dans un contexte de vulnérabilité financière déjà présent chez les étudiants. Les analyses de régression montrent que la préoccupation vis-à-vis de sa situation financière et l'inquiétude de ne pas pouvoir subvenir à ses besoins constituent deux facteurs associés à un risque accru de diminution du revenu.

Au Québec, la précarité financière représente un enjeu majeur pour les étudiants. Selon la Fédération des cégeps du Québec (FECQ, 2021), la proportion d'étudiants déclarant ne pas disposer de suffisamment de ressources pour vivre adéquatement est passée d'environ 10 % avant la pandémie à près de 19 % pendant celle-ci (Veilleux et al., 2021). Les étudiants universitaires québécois ne sont pas les seuls touchés : ceux de l'Ontario, de l'Alberta et de la Colombie-Britannique expriment également des préoccupations similaires (Martins et Paleja, 2024).

Selon l'enquête StudentVu d'Academica, la majorité des étudiants se disent capables de gérer leurs finances personnelles (74 %) et estiment maîtriser leur situation financière (77 %) (Martins et Paleja, 2024). Cependant, cette confiance coexiste avec un niveau notable de stress financier. Les données recueillies entre 2022 et 2024 montrent que, si la proportion d'étudiants ne ressentant aucun stress a légèrement augmenté (22 % en 2022, 25 % en 2023 et 27 % en 2024), la majorité continue à déclarer un peu de stress (57 % en 2022,

58 % en 2023, 50 % en 2024). En revanche, la proportion d'étudiants rapportant beaucoup de stress augmente en 2024 (23 %) par rapport à 2023 (17 %), se rapprochant du niveau observé en 2022 (21 %) (Martins et Paleja, 2024).

Les inquiétudes financières ne se limitent pas au budget quotidien ; elles incluent également la gestion de l'endettement. Environ la moitié des diplômés postsecondaires quittent leur programme avec un solde emprunté important, et la pandémie a accentué ces préoccupations (Wall, 2020). Une étude de la FEUQ (2011) rapporte que 65 % des étudiants inscrits à temps plein au premier cycle contractent des dettes, avec une moyenne de 13 967 \$; un quart d'entre eux accumule plus de 20 000 \$, et 35 % empruntent auprès d'institutions financières (moyenne : 8 043 \$) (FEUQ,2011).

Par ailleurs, une part importante des étudiants exprime une forte anxiété quant à leur capacité à couvrir les dépenses courantes, à payer les frais de scolarité ou à assumer les coûts de logement. Les données indiquent que plus de 70 % des étudiants postsecondaires se disent très ou extrêmement préoccupés par au moins une répercussion financière liée à la pandémie (Wall, 2020). Près de 60 % craignent l'épuisement de leurs économies, environ la moitié redoute une augmentation de la dette d'études ou l'incapacité de payer les frais de scolarité, et plus de 40 % s'inquiètent pour l'hébergement et les dépenses quotidiennes (Wall, 2020).

Enfin, les mesures de soutien gouvernementales, telles que la Prestation canadienne d'urgence pour les étudiants (PCUE), ont eu un effet tampon partiel, réduisant les inquiétudes financières immédiates, mais restant insuffisantes pour prévenir la détresse psychologique à moyen terme (ARC, 2022). Ces constats s'inscrivent pleinement dans le cadre conceptuel de

l'étude, qui considère le revenu et la sécurité financière comme des déterminants sociaux majeurs de la santé mentale, susceptibles d'exacerber la vulnérabilité psychologique en contexte de crise.

6.1.2 L'EFFET DU RÉGIME D'ÉTUDES SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Le régime d'études (à temps plein ou à temps partiel) de l'étudiant apparaît comme l'un des facteurs prédicteurs des fluctuations de revenus. Dans une perspective bioécologique, le régime d'études peut être compris comme un facteur situé à l'intersection du niveau individuel et du contexte institutionnel, influençant directement l'accès au marché du travail et, par conséquent, la stabilité des revenus. Les analyses montrent que les étudiants inscrits à temps partiel bénéficient d'une forme de protection financière, probablement liée au fait qu'ils occupent plus souvent un emploi parallèlement à leurs études. De ce fait, les études à temps partiel sont souvent privilégiées par les étudiants qui travaillent, ceux qui ont des enfants ou ceux qui effectuent un retour aux études, voire ceux qui combinent toutes ces caractéristiques (CSE, 2013). Ainsi, lorsque l'étudiant parvient à établir un équilibre entre ses responsabilités académiques et son activité professionnelle, le travail peut devenir un levier de stabilité. Sur le plan financier, les étudiants salariés bénéficient alors d'une réduction de leur dépendance aux sources de financement externes, ce qui contribue à atténuer leurs inquiétudes liées à l'endettement et à renforcer leur autonomie économique (Francis et al., 2025).

De plus, selon le conseil supérieur de l'éducation, les inscriptions à temps partiel sont souvent celles de femmes. En effet, tous types de programmes confondus, ces dernières représentent généralement les deux tiers des étudiants à temps partiel (CSE, 2013). Dans le même sens, selon le *National Center for Education Statistics (NCES)*, parmi les étudiants de premier cycle inscrits à temps plein en 2020, un pourcentage plus élevé de femmes (43 %) que d'hommes (35 %) occupaient un emploi pendant ses études (NCES, 2022).

À l'inverse, ceux inscrits à temps plein se révèlent plus vulnérables à une diminution de leur revenu, leur disponibilité réduite pour le travail les exposant davantage à l'instabilité économique (Réseau réussite Montréal, 2025). En effet, le fait de travailler quelques heures pendant les études permet aux étudiants à temps partiel non seulement d'améliorer leur autonomie financière, mais aussi de se familiariser avec le marché du travail, de développer leur sens des responsabilités et leur indépendance (Réseau réussite Montréal, 2025).

Dans le même ordre d'idées, pour certains étudiants, le travail ne se limite pas à un simple moyen de subsistance mais constitue une véritable composante de leur mode de vie (CSE, 2013). En effet, le travail étudiant en contexte collégial et par extension dans l'enseignement universitaire de premier cycle peut répondre à trois objectifs principaux. Il peut favoriser le développement personnel en permettant d'acquérir de nouvelles compétences et de mieux se connaître soi-même (CSE, 2013). Il peut également contribuer à l'autonomie et à la vie sociale, en offrant une pause par rapport aux études et en favorisant la création de liens avec d'autres personnes. Enfin, il peut soutenir un mode de vie axé sur la productivité, dans lequel les étudiants s'engagent activement dans leurs différentes activités et tirent un sentiment de satisfaction de cette implication (CSE, 2013).

Quant aux effets du travail sur le parcours académique, la littérature souligne des impacts variés. Certaines études mettent en avant les aspects positifs du cumul études-travail, même lorsque l'emploi exercé n'est pas directement lié aux études (CSE, 2013). Dans ce cas, le travail contribue au développement de compétences transversales, à l'acquisition de nouvelles connaissances et à une meilleure familiarisation avec le monde du travail (CSE, 2013).

Cependant, selon le Réseau réussite Montréal (2025), les jeunes qui travaillent par nécessité, pour assumer des responsabilités financières ou payer leurs études, rapportent davantage de difficultés à concilier études et emploi que ceux qui travaillent par choix (ex. : pour augmenter leur pouvoir d'achat ou économiser). En effet, selon une enquête de l'International journal of Research and Innovation in Social Science (2025), il est mis en évidence qu'il y a des effets différenciés selon l'intensité de l'emploi exercé pendant les études. Les étudiants travaillant à temps partiel rapportent généralement une charge de travail jugée gérable et des perturbations limitées de leur parcours scolaire, plusieurs évaluant positivement l'équilibre entre études et emploi (Francis et al., 2025).

En revanche, un sous-groupe d'étudiants, représentant environ 6 % de l'échantillon, présente des difficultés scolaires marquées ; celui-ci est majoritairement composé d'étudiants occupant un emploi à temps plein ou travaillant de façon intensive, soit plus de 20 heures par semaine (Francis et al., 2025). Cette distinction souligne que ce n'est pas le fait de travailler en soi qui pose un problème, mais plutôt l'intensité de l'engagement professionnel, laquelle peut compromettre la réussite académique lorsque le seuil de conciliation est dépassé.

Certaines situations ou caractéristiques des étudiants peuvent faire en sorte qu'un jeune soit plus susceptible de travailler un plus grand nombre d'heures et, donc, de vivre des enjeux de conciliation études-travail comme, par exemples le fait de provenir d'une famille monoparentale, d'être issu de l'immigration ou encore d'avoir des enfants à charge. En effet, il a été possible de constater que le statut parental a pu avoir des effets sur les fluctuations de revenus. Cette difficulté à concilier les exigences familiales et académiques dans un contexte de crise accentue leur niveau de stress (Réseau réussite Montréal, 2025).

6.1.3 L'INFLUENCE DE LA CITOYENNETÉ DES ÉTUDIANTS SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

L'analyse sociodémographique révèle que certains sous-groupes d'étudiants sont particulièrement vulnérables, notamment les étudiants internationaux, ceux ayant des enfants à charge et ceux rapportant une faible perception du soutien reçu. Ces profils confirment l'importance des déterminants sociaux de la santé dans la compréhension des inégalités observées (Dieynaba Ndiaye, 2024).

Concernant la citoyenneté, les étudiants internationaux, titulaires d'un statut temporaire au Canada, apparaissent comme particulièrement touchés par les baisses de revenus et la détresse psychologique associée. La citoyenneté apparaît ici comme un déterminant structurel majeur des fluctuations de revenus, illustrant le poids du contexte sociopolitique et des politiques publiques dans la production d'inégalités économiques, tel que conceptualisé dans le cadre bioécologique retenu. Ces étudiants, souvent exclus des mesures d'aide

gouvernementales, ont vécu une insécurité financière accrue, renforcée par les charges importantes liées à leurs études et à leur subsistance (Dieynaba Ndiaye, 2024).

Avant même la pandémie de COVID-19, les étudiants internationaux faisaient face à des défis financiers considérables. Les droits de scolarité au Québec varient généralement entre 10 000 \$ et 12 000 \$ par session, auxquels s'ajoute le coût de la vie, estimé à environ 8 000 \$ par année. Ces charges sont souvent assumées sans accès aux mêmes aides financières que les étudiants locaux, fragilisant le parcours académique et la continuité des études (Dieynaba Ndiaye, 2024).

Les données de Statistique Canada pour l'année universitaire 2023-2024 montrent que les étudiants internationaux de premier cycle paient des droits de scolarité 538 % plus élevés que ceux exigés aux étudiants canadiens, l'écart étant de 291 % au deuxième cycle. Cette disparité s'ajoute à la hausse généralisée du coût de la vie au Canada, accentuant les difficultés financières des étudiants internationaux (CISMC, 2023).

À ces charges s'ajoutent le coût élevé de l'assurance maladie et du matériel pédagogique, ainsi que des possibilités d'emploi limitées (Worae et Edgerton, 2023). Les étudiants internationaux peuvent travailler hors campus un maximum de 20 heures par semaine durant les périodes de cours et sans limites sur le campus, tandis que certains programmes (notamment les programmes généraux ou en langue seconde) interdisent le travail hors campus. Le non-respect de ces règles peut entraîner la perte du statut d'étudiant, l'inadmissibilité au permis de travail post-diplôme ou le rejet d'une demande de résidence permanente (Worae et Edgerton, 2023).

Ces contraintes financières étaient bien présentes avant la COVID-19, mais la pandémie a accentué les inégalités. Proportionnellement, les étudiants internationaux ont été plus nombreux à subir une baisse de revenus que les étudiants canadiens (CAPRES, 2019). Leur statut de résident non permanent les a généralement exclus de la Prestation canadienne d'urgence pour les étudiants (PCUE) et de l'assurance-emploi, en particulier ceux occupant des emplois à temps partiel insuffisants pour répondre aux critères d'admissibilité (Firang et Mensah, 2021). Seuls les étudiants internationaux travaillant de façon continue toute l'année ont pu bénéficier de la Prestation canadienne d'urgence (PCU).

Cette exclusion des principaux programmes de soutien gouvernementaux a fragilisé davantage leur situation financière. Elle est d'autant plus préoccupante que les étudiants internationaux contribuent significativement à l'économie canadienne par le paiement de droits de scolarité élevés, malgré des possibilités d'emploi limitées. Ainsi, les effets économiques de la COVID-19, et plus particulièrement ses répercussions financières, ont été nettement plus prononcés pour ce groupe (Firang et Mensah, 2021).

6.1.4 L'IMPACT DE LA MOTIVATION ET DU STRESS PERSONNEL SUR LES FLUCTUATIONS DES REVENUS

Les variables psychologiques, telles que le stress personnel et la motivation académique, sont étroitement associées à l'instabilité financière. Les étudiants déclarant un niveau élevé de stress et une faible motivation académique se retrouvent plus fréquemment dans les catégories de santé mentale détériorée. Ces facteurs ne se limitent pas à être de simples conséquences de la précarité financière : ils semblent agir comme des amplificateurs

des difficultés économiques, accentuant la détresse et augmentant le risque de baisse de revenus. En effet, des données montrent que plus la motivation scolaire est élevée, moins les jeunes ont de chances de subir une diminution de leurs ressources financières.

La motivation académique des étudiants universitaires est généralement élevée à l'entrée à l'université, mais tend à décroître au fil des années. Une étude québécoise menée auprès de 4 039 étudiants révèle que ceux en début de premier cycle déclarent une motivation élevée, tandis que les étudiants terminant leur parcours (cinq sessions et plus) se disent moins motivés (Viau, 2008). Le défi pour les enseignants ne réside donc pas dans la stimulation initiale de la motivation, mais dans son maintien tout au long du parcours académique, ce qui influence la perception de compétence, la perception de contrôlabilité sur la démarche d'apprentissage et la valorisation des activités pédagogiques.

Plusieurs études internationales suggèrent que la motivation académique joue un rôle central non seulement dans le bien-être psychologique, mais aussi dans les perspectives économiques futures des étudiants. La motivation positive favorise des comportements constructifs, tandis que la motivation négative peut limiter ces comportements, affectant ainsi la réussite académique et, par conséquent, les opportunités professionnelles après l'obtention du diplôme (Li et al., 2022).

Peu d'études ont spécifiquement exploré le lien entre motivation scolaire et fluctuations de revenus. Une étude vietnamienne auprès de 402 étudiants universitaires postule que les formes de motivation intrinsèques et orientées vers la maîtrise favorisent l'engagement, la persévérance et la réussite académique, réduisant le risque d'aboutir à un statut NEET

(« ni en emploi, ni en études, ni en formation ») et agissant comme un facteur de protection économique contre la baisse de revenus (Chen et Nguyen, 2024; OCDE, 2025). Ces résultats sont cohérents avec les données de l'OCDE, qui signalent que les jeunes de 18 à 24 ans rencontrent des obstacles significatifs lors de leur transition vers le marché du travail (OCDE, 2025).

Une étude grecque auprès de 701 étudiants de premier cycle confirme que les étudiants motivés perçoivent une plus grande employabilité. Cette perception semble s'expliquer par le fait que leur haut niveau de motivation les amène à croire qu'ils disposeront des ressources personnelles et des compétences nécessaires pour obtenir un emploi plus facilement à la suite de leur formation.

L'engagement académique permet de développer le capital humain et le réseau professionnel, renforçant la confiance dans la capacité à accéder à un emploi. Les étudiants motivés participent davantage à des stages, projets et formations complémentaires, autant de facteurs susceptibles de protéger contre une baisse de revenus (Maska, 2025).

Le stress personnel constitue un autre facteur déterminant dans l'instabilité financière. Les revues de littérature internationales montrent que le stress augmente la détresse psychologique, diminue la performance académique et accroît le risque de décrochage, tous facteurs de vulnérabilité économique (Helda, 2022). L'étude vietnamienne mentionnée plus haut observe également que le stress et la diminution des ressources psychologiques augmentent la probabilité de se retrouver dans un statut NEET. De plus, les recherches sur l'impact cognitif du stress démontrent que celui-ci réduit les capacités attentionnelles et de

prise de décision, diminuant la capacité à maintenir un emploi étudiant et à assurer la stabilité financière (TeachThought, s. d.). Enfin, les travaux sur la santé mentale indiquent que l'augmentation du stress financier ou personnel accroît le risque économique futur en dégradant la santé mentale, un facteur solidement lié à l'instabilité professionnelle et à la diminution de revenus (McCloud et Bann, 2019).

Ainsi, la littérature converge pour montrer que stress personnel et motivation scolaire interagissent avec la précarité financière, renforçant les effets négatifs des fluctuations de revenus. La motivation académique constitue un levier protecteur, tandis que le stress agit comme multiplicateur de risques économiques, soulignant l'importance d'interventions ciblées pour soutenir la stabilité psychologique et financière des étudiants. Ces résultats confirment l'idée que les difficultés financières, aggravées par la pandémie, peuvent nuire à la santé mentale. En retour, une mauvaise santé mentale peut augmenter les problèmes financiers. Le stress et la motivation jouent un rôle important dans ce lien qui fonctionne dans les deux sens.

6.2 LES FORCES ET LES LIMITES DE L'ÉTUDE

Cette recherche présente plusieurs forces notables. D'abord, elle concerne un sujet qui a été relativement peu exploré dans les écrits : les liens entre les fluctuations des revenus et les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des personnes étudiantes. En plus de ce côté novateur, d'autres forces méthodologiques méritent d'être soulignées.

D'abord, la taille importante de l'échantillon ($n=1\,476$) confère à l'étude une puissance statistique solide. En effet, selon Statistique Canada, le degré de précision souhaité pour les résultats d'une enquête dépend en partie de la taille de l'échantillon. De ce fait, un échantillon plus grand permet de mieux représenter la variabilité présente au sein de la population et de produire des estimations plus fiables (Statistique Canada, 2021). Cela permet aussi d'analyser les données de certains étudiants ayant des caractéristiques spécifiques, telles que les étudiants internationaux, les étudiants vivant avec un handicap ou ceux ayant des enfants à charge tels que vus dans notre étude. Plus la population étudiée est diversifiée, plus un échantillon de grande taille est nécessaire pour assurer la justesse des conclusions. Ainsi, un effectif important constitue une force, car il augmente la puissance statistique et la robustesse des analyses, tout en permettant d'obtenir des résultats plus généralisables à l'ensemble de la population ciblée (Statistique Canada, 2021).

Une force que l'on retrouve aussi est l'utilisation d'un devis quantitatif reposant sur des outils de mesure validés et reconnus en santé mentale, ce qui renforce également la crédibilité scientifique des résultats. Selon une revue systématique des différents instruments psychométriques utilisés pour des troubles mentaux courants, l'emploi d'échelles validées contribue à assurer la fiabilité et la validité des données recueillies, tout en favorisant la comparabilité des résultats entre études (van Ballegooijen et al., 2016). À titre d'exemple, l'échelle GAD-7 (Spitzer et al., 2006) a été étudiée auprès d'un échantillon issu de la population générale. L'échelle a démontré une cohérence interne, une validité convergente et une validité prédictive prometteuse. Ces résultats confirment la solidité psychométrique de l'outil et justifient son utilisation dans divers contextes, y compris auprès d'une population étudiante, pour mesurer les symptômes d'anxiété (van Ballegooijen et al., 2016).

Un autre point fort de cette étude réside dans la pertinence contextuelle de la collecte de données. Réalisée durant la première vague de la pandémie de COVID-19, elle offre un portrait fidèle d'une période importante marquée par une insécurité économique et psychologique accrue (Wanat et al., 2022). Comme l'indiquent plusieurs travaux méthodologiques réalisés en contexte de crise, le moment de la collecte constitue un facteur déterminant pour l'interprétation des données et la compréhension des expériences vécues par les participants en temps réel (Wanat et al., 2022). Cette spécificité peut toutefois être perçue à la fois comme une force et comme une limite. En effet, d'un côté la réalisation d'études en temps réel permet de recueillir des données actuelles, pertinentes et exploitables, reflétant les réalités concrètes des étudiants. De l'autre côté, la mise en œuvre d'études rapides dans un contexte d'urgence présente plusieurs défis méthodologiques, notamment en matière de collecte, d'analyse et de diffusion des données, ainsi que de coordination du travail en équipe (Wanat et al., 2022).

D'autres limites doivent toutefois être considérées dans l'interprétation des résultats. Tel que l'utilisation de questionnaires auto-rapportés qui peuvent introduire un biais de mémoire ou de désirabilité sociale, les participants pouvant avoir tendance à minimiser ou exagérer certains aspects de leur vécu (van de Mortel, 2008). En effet, selon un article de recherche ayant pour titre « Faire semblant : le biais de désirabilité sociale dans la recherche par autodéclaration », il est dit que les recherches en santé humaine abordent souvent des thèmes socialement sensibles (van de Mortel, 2008). Les données peuvent donc être systématiquement biaisées par la perception des répondants. Ceux-ci peuvent croire sincèrement à l'information qu'ils rapportent, ou bien vouloir « faire bonne figure » afin de

se conformer à des valeurs socialement acceptées, d'éviter la critique ou d'obtenir l'approbation sociale (van de Mortel, 2008).

De plus, l'échantillon, bien que large, peut ne pas être parfaitement représentatif de l'ensemble des étudiants universitaires québécois. En effet, dû à l'utilisation d'un échantillonnage volontaire, certaines sous-populations peuvent être sous-représentées, ce qui limite la généralisation des résultats (IFOD, 2023). En effet, il est possible de croire que les étudiants participants à l'étude ne sont peut-être pas ceux qui vivaient le plus de stress en lien avec la situation de la pandémie de la COVID-19 (IFOD, 2023). Ainsi, en général, les individus les plus concernés ou les plus motivés par le sujet ont davantage tendance à participer, tandis que d'autres groupes plus neutres ou moins disponibles restent sous-représentés. Ce déséquilibre peut nuire à la validité externe des résultats et limiter leur généralisation (IFOD, 2023).

Un autre élément à considérer est le caractère ponctuel de cette étude. En effet, seules les données liées à la première phase de la pandémie ont été retenues ici. Nous souhaitons pouvoir comparer entre elles, des personnes soumises à la même réalité, à savoir le confinement (Ooi et al., 2023). Juste ici présenté comme une force, le caractère ponctuel peut aussi être considéré comme une limite. En effet, comme ces résultats reposent sur des données transversales, il est impossible de tirer des conclusions de type causal. Ce type d'étude ne permet pas de suivre l'évolution des trajectoires de revenus et de santé mentale au fil du temps (Ooi et al., 2023).

6.3 LES PISTES DE RECHERCHES FUTURES

À la lumière de ces forces et de ses limites, plusieurs avenues de recherche méritent d'être explorées. D'une part, des recherches qualitatives pourraient offrir un éclairage plus nuancé sur l'expérience vécue par les étudiants, notamment en ce qui concerne les stratégies d'adaptation et les formes de soutien perçues comme aidantes. En effet, l'usage d'un devis qualitatif permet de donner la parole aux participants. Ainsi, les données recueillies seront utilisées afin de refléter le plus fidèlement possible les idées et les réflexions des participants par leur propre discours (Turgeon et al., 2023).

Il serait également pertinent d'examiner les effets différenciés des mesures de soutien gouvernementales, afin de mieux comprendre dans quelle mesure elles ont pu protéger certaines populations étudiantes tout en laissant persister des inégalités chez d'autres. En effet, divers facteurs contextuels ont pu influencer, voire fragiliser la situation financière des étudiants durant la pandémie de COVID-19. D'après Statistique Canada, la situation de logement constituait un déterminant important. En effet, les étudiants vivant seuls ou en colocation se disaient environ 20 points de pourcentage plus susceptibles, que ceux résidant avec leur famille, d'être très ou extrêmement préoccupés par leur capacité à assumer leurs dépenses courantes, à payer leurs frais de scolarité et de logement pour la session suivante, ainsi que par la possibilité d'avoir à accroître leur endettement ou d'épuiser leurs économies (Wall, 2020). Cet exemple met en évidence la diversité des situations vécues par les étudiants durant la pandémie, d'où l'importance d'analyser dans quelle mesure les politiques ou programmes de soutien mis en place ont pu modifier leurs perceptions et réduire ou augmenter leurs préoccupations d'ordre financier.

Enfin, une analyse comparative entre différents contextes provinciaux et internationaux permettrait de mieux saisir l'influence des politiques publiques sur le bien-être étudiant. Selon l'OMS, la pandémie de la COVID-19 aurait touché plus de 230 pays, territoires et zones (WHO, 2020). Il est donc évident que, d'un pays à l'autre, les mesures, politiques et approches adoptées ont généré à la fois des impacts positifs et négatifs. Il serait pertinent de réaliser une analyse comparative de ces différentes stratégies afin d'identifier les décisions les plus efficaces dans chaque pays et de dégager ainsi des pratiques exemplaires à adopter si une situation similaire venait à se reproduire à l'avenir.

6.4 LES IMPLICATIONS PRATIQUES ET POLITIQUES

Face aux défis financiers et psychologiques rencontrés par de nombreux étudiants, il devient impératif de mettre en place des mesures concrètes pour soutenir leur réussite et leur bien-être. Plusieurs actions peuvent être envisagées au niveau institutionnel, afin de réduire les impacts de la précarité sur la réussite académique et la santé mentale.

Il est essentiel de développer des fonds d'urgence permanents destinés aux étudiants vulnérables, accessibles rapidement et sans lourdes procédures administratives. Plusieurs universités ont déjà mis en place ce type de programme, utilisable tant en situation de crise, comme pendant la pandémie, que dans le quotidien des étudiants. Par exemple, lors de l'année 2023-2024, l'Université Laval a distribué près de 13 000 \$ en bons alimentaires à 501 étudiants (UL, 2023). D'autres établissements, comme l'UQAC, ont créé un fonds d'entraide spécifiquement destiné à soutenir les étudiants éprouvant des difficultés

financières pendant la pandémie, bien que ce fonds reste soumis à certains critères d'admissibilité (UQ, 2020).

La santé mentale des étudiants nécessite une coordination étroite entre établissements d'enseignement, gouvernements et communautés, afin de créer un environnement propice à la réussite et au bien-être. Les services de santé mentale universitaires doivent être renforcés, non seulement par l'augmentation du nombre de professionnels disponibles, mais également par la diversification des approches, incluant la psychologie, le travail social et la psychoéducation. Selon le Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (PASMÉ), chaque étudiant ayant besoin d'accompagnement devrait pouvoir accéder à des services adaptés à sa situation, dans un délai raisonnable (MES, 2021). Pour soutenir cette mission, le ministère de l'Enseignement supérieur (MES) met à la disposition des établissements, des ressources financières permettant de renforcer leurs équipes d'intervention en santé mentale (MES, 2021).

Parallèlement, la mise en place de groupes de soutien par les pairs constitue une stratégie complémentaire efficace. Ceux-ci offrent aux étudiants un espace d'entraide, accessible et flexible, en complément des services professionnels. Le PASMÉ souligne l'importance de proposer des services diversifiés, tels que des lignes d'écoute psychosociale disponibles en tout temps, un service de clavardage en ligne et des programmes de soutien par les pairs, afin de mieux répondre à la diversité des besoins de la population étudiante (MES, 2021). Il importe toutefois de réfléchir à la gratuité des services considérant qu'elle peut être un frein à la consultation comme nous le rappelle l'UÉQ (2020).

Au niveau gouvernemental, les mesures d'aide financière doivent être adaptées aux réalités spécifiques des étudiants-parents et des étudiants internationaux, souvent exclus des programmes existants. Il est recommandé de bonifier les prêts et bourses en fonction du coût réel de la vie, notamment en période de crise économique. L'Union étudiante du Québec (UEQ) souligne l'importance d'adapter le programme d'aide financière pour les étudiants à temps partiel, qui peuvent avoir des obligations familiales, des contraintes de santé ou des horaires atypiques (UÉQ, 2025). Ces étudiants poursuivent leurs études pour améliorer leur situation financière ou se perfectionner, et la précarité financière constitue souvent le principal facteur les poussant à opter pour des études à temps partiel.

Les étudiants internationaux sont particulièrement vulnérables face aux programmes d'aide financière. Dépendant souvent de sources de financement précaires comme les prêts, les bourses ou les emplois à temps partiel, ils sont confrontés à des frais de scolarité élevés et à des restrictions sur le marché du travail. Ces contraintes entraînent des répercussions significatives sur leur santé mentale et leur rendement académique, ce qui soulève des enjeux éthiques pour les établissements d'enseignement supérieur quant à leur capacité à offrir un soutien adéquat (Hoxhaj et al., 2025). Il est donc essentiel de repenser les mesures de soutien pour promouvoir l'inclusion, l'équité et la justice sociale, et mieux répondre aux besoins de cette population.

Enfin, l'information et la communication institutionnelles jouent un rôle clé dans la réduction du stress et de l'incertitude académique (MES, 2021). Le Plan d'action pour la réussite en enseignement supérieur (PARES) souligne que les programmes de soutien aux étudiants en situation de précarité, essentiels pour faciliter l'accès aux études, restent souvent

mal connus ou mal compris. Pour y remédier, le PARES propose de simplifier et de clarifier les informations destinées aux étudiants et à leurs proches sur les sites Web institutionnels, et de mettre en œuvre des campagnes de promotion pour améliorer la visibilité et l'accessibilité des programmes de prêts et bourses (MES, 2021).

En sommes, les résultats de ce plan d'action invitent à poursuivre la réflexion sur les politiques publiques et les pratiques institutionnelles visant à soutenir une population particulièrement vulnérable dans un contexte de crise et au-delà. L'amélioration des conditions économiques et académiques des étudiants constitue un levier essentiel pour favoriser leur bien-être et leur réussite. Les constats de ce mémoire plaident ainsi pour une action concertée entre les différents acteurs sociaux, universitaires et gouvernementaux.

CONCLUSION

Cette recherche s'inscrit dans le contexte exceptionnel de la pandémie de COVID-19 et repose sur les données recueillies auprès de 1 476 étudiants universitaires québécois. Elle avait pour objectif général de mieux comprendre les fluctuations de revenus vécues par cette population en période de crise. Plus précisément, ce mémoire visait d'abord à décrire les caractéristiques sociodémographiques, scolaires et relatives à la santé mentale des étudiants. Ensuite, le deuxième objectif était d'examiner les relations entre les fluctuations des revenus et ces caractéristiques. Enfin, le troisième et dernier objectif était d'identifier les facteurs qui prédisent les variations de revenus chez les étudiants.

À la lumière des résultats, une proportion importante des étudiants a connu des fluctuations de revenus durant la pandémie, phénomène qui s'inscrit directement dans le contexte économique instable engendré par les fermetures de milieux de travail, la perte d'emplois étudiants et la réorganisation rapide du marché du travail observées à cette période. Les analyses bivariées ont d'abord mis en évidence un ensemble de variables associées aux variations de revenus, tant sur le plan sociodémographique que scolaire et psychologique, suggérant que l'instabilité financière ne se distribue pas de manière aléatoire au sein de la population étudiante. Les analyses multivariées montrent que la précarité financière et le bien-être psychologique sont reliés. Les étudiants ayant subi une diminution de revenus présentent des niveaux significativement plus élevés de stress, d'anxiété et de symptômes dépressifs que ceux dont le revenu est demeuré stable ou a augmenté. Ces résultats s'inscrivent pleinement dans une lecture propre au travail social, qui considère les difficultés économiques comme des déterminants sociaux majeurs de la santé mentale et met en

évidence l'interdépendance entre conditions matérielles, santé psychologique et parcours de vie (OTSTCFQ, s. d.).

En documentant un phénomène encore peu étudié au Québec, soit les liens entre instabilité économique et santé mentale étudiante en contexte pandémique, ce mémoire contribue au renouvellement des connaissances en travail social, particulièrement dans les champs de la santé mentale, de l'intervention auprès des jeunes adultes et de la lutte contre les inégalités sociales (Segú-Odriozola, 2025). Il rappelle que les enjeux de santé mentale ne peuvent être abordés uniquement sous l'angle individuel, mais doivent être compris à la lumière des contextes sociaux, économiques et institutionnels dans lesquels évoluent les personnes, conformément aux approches socioécologiques privilégiées en travail social (Segú-Odriozola, 2025).

D'un point de vue des pratiques, ces résultats soulignent l'importance du rôle des travailleuses et travailleurs sociaux en milieu universitaire et communautaire, tant dans le repérage précoce des situations de vulnérabilité financière que dans l'accompagnement psychosocial des étudiants vivant de l'anxiété ou de la détresse liée à l'insécurité économique (Bergeron-Leclerc et al., 2019). Les interventions de travail social, centrées sur l'empowerment, la mobilisation des ressources, le soutien social et l'action sur les déterminants structurels, constituent des leviers essentiels pour prévenir l'aggravation des difficultés psychologiques en contexte de précarité (Bergeron-Leclerc et al., 2019).

Enfin, cette recherche met en lumière la pertinence de renforcer des interventions intégrées combinant soutien financier, accompagnement psychosocial et actions institutionnelles coordonnées. Dans une perspective de travail social, les résultats appellent également à une réflexion sur les politiques publiques et les dispositifs de soutien aux étudiants, afin de réduire les inégalités économiques et de promouvoir des environnements scolaires plus équitables et favorables à la santé mentale (Kim et Murphy, 2023). Poursuivre les recherches sur ces enjeux demeure essentiel pour soutenir les étudiants tout au long de leur parcours académique et favoriser leur bien-être, aujourd'hui comme pour l'avenir.

LISTE DE RÉFÉRENCES

- Agence de la santé publique du Canada (ASPC). (2020). Épidémiologie descriptive des cas décédés de COVID-19 signalés lors de la première vague de l'épidémie au Canada, du 15 janvier au 9 juillet 2020. *Relevé des maladies transmissibles au Canada* 2020;46(10):388-93. <https://doi.org/10.14745/ccdr.v46i10a06f>
- Agence de la santé publique du Canada (ASPC). (2023). *Suicides, blessures auto-infligées et comportements liés au suicide au Canada*. Gouvernement du Canada. <https://sante-infobase.canada.ca/sante-mentale/suicides-blessures-auto-infligees/blessures-auto-infligees.html>
- Agence de la santé publique du Canada (ASPC). (2024). *Mise à jour sur l'épidémiologie de la COVID-19 : mise à jour courante*. Gouvernement du Canada. <https://health-infobase.canada.ca/src/data/covidLive/Resume-epidemiologique-des-cas-de-COVID-19-au-Canada.pdf>
- Agence du revenu du Canada (ARC). (2022). *Prestations liées à la COVID-19 de l'ARC : prestation canadienne d'urgence (PCU)*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations/faire-demande-pcu-aupres-arc.html>
- Allard Massicotte, C. (2017). *Enjeux liés à la transition du milieu scolaire vers le marché du travail chez les jeunes adultes vivant avec une problématique de santé mentale* □ essai de mémoire, Université du Québec à Trois-Rivières □. Cognition - Dépôt UQTR. <https://depot-e.uqtr.ca/id/eprint/8261/1/031894434.pdf>
- Alonso, J., Mortier, P., Auerbach, R. P., Bruffaerts, R., Vilagut, G., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Ennis, E., Gutiérrez-García, R. A., Green, J. G., Hasking, P., Lochner, C., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M. et Kessler, R. C. (2018). *Severe role impairment associated with mental disorders: Results of the WHO World Mental Health Surveys International College Student Project*. *Depression and Anxiety*, 35(9), 802-814. <https://doi.org/10.1002/da.22778>
- Amaro, P., Fonseca, C., Afonso, A., Jacinto, G., Gomes, L., Pereira, H., José, H., Silva, C., Lima, A., Arco, H., Nabais, J., Lopes, M., Pereira, A., Fragoeiro, I. et Pinho, L. G. (2024). Depression and anxiety of Portuguese university students: A cross-sectional study about prevalence and associated factors. *Depression and Anxiety*, 2024(528350), 1-14. <https://doi.org/10.1155/2024/5528350>
- American College Health Association (ACHA). (2016). *National College Health Assessment II: Canadian reference group executive summary spring*. https://www.acha.org/wp-content/uploads/2024/07/NCHA-II_SPRING_2016_CANADIAN_REFERENCE_GROUP_EXECUTIVE_SUMMARY.pdf

- American Psychiatric Association (APA). (2026). *Social determinants of mental health: Economic Stability*.
<https://www.psychiatry.org/psychiatrists/diversity/education/social-determinants-of-mental-health/economic-stability>
- Association facultaire étudiante de science politique et droite (AFESPED-UQAM). (2020). *COVID-19 : résultats du sondage pour la faculté de science politique et de droit*. Université du Québec à Montréal. https://afesped.org/wp-content/uploads/2020/04/Analyse_Sondage_COVID-19_AFESPED.pdf
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arsandaux, J., Montagni, I., Macalli, M., Texier, N., Pouriel, M., Germain, R., Mebarki, A., Kinouani, S., Tournier, M., Schuck, S. et Tzourio, C. (2021). Mental health condition of college students compared to non-students during COVID-19 lockdown: The Confins study. *BMJ Open*, 11(8). e053231. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-053231>
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., Hwang, I., Kessler, R. C., Liu, H., Mortier, P., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L. H., Benjet, C., Caldas-de-Almeida, J. M., Demyttenaere, K. ... Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 46(14), 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Aucejo, E. M., French, J., Ugalde Araya, M. P. et Zafar, B. (2020). The impact of COVID-19 on student experiences and expectations: Evidence from a survey. *Journal of Public Economics*, 191, 104271. <https://doi.org/10.1016/j.jpubeco.2020.104271>
- Averitt Taylor, J., Macke, C., Ozaki, R., Lindsey, M. et Anderson, A. (2022). The intersection of sense of belonging and financial hardship among university students: Social work educators' response. *Advances in Social Work*, 22(2), 1–8. <https://doi.org/10.18060/24963>
- Bakour, C. et Ouassou, S. (2020). Les politiques sociales en contexte du COVID-19 : INDH « Le programme d'amélioration du revenu et inclusion économique des jeunes ». *Revue Internationale du Chercheur*, 1(2), 388–410. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3890004>

- Bardhoshi, G., Duncan, K., et Erford, B. T. (2016). Psychometric meta-analysis of the English version of the Beck Anxiety Inventory. *Journal of Counseling et Development*, 94(3), 356-373. <https://doi.org/10.1002/jcad.12090>
- Belghith, F., Ferry, O., Patros, T. et Tenret, É. (2020). Au temps de la pandémie de COVID-19 : incertitudes, transformations et fragilités. *OVE Infos*, 42(1), 1-12. <https://www.ove-national.education.fr/wp-content/uploads/2020/09/OVE-INFOS-42-La-vie-etudiante-au-temps-du-COVID-19.pdf>
- Benoit, M., Bell, J. et Lavoie, A. M. (2018). La santé mentale de jeunes étudiantes franco-ontariennes d'une université bilingue en Ontario Les effets de la double minorisation et du bilinguisme instrumental sur les études et l'entrée en carrière. *Minorités Linguistiques et Société*, (9), 207-226. <https://doi.org/10.7202/1043503ar>
- Bergeron-Leclerc, C., Morin, M.-H., Dallaire, B. et Cormier, C. (dir.). (2019). *La pratique du travail social en santé mentale : apprendre, comprendre, s'engager*. Presses de l'Université du Québec.
- Bergeron-Leclerc, C. et Cherblanc, J. (2019). Le yoga et le plein air comme façons de promouvoir la santé mentale des étudiants en travail social de l'Université du Québec à Chicoutimi : portrait d'une expérience pilote. *Intervention*, (149), 73-87. https://revueintervention.org/wp-content/uploads/2019/05/ri_149_2019.1_bergeron-leclerc_cherblanc.pdf
- Bergeron-Leclerc, C., Maltais, D., Cherblanc, J., Dion, J., Pouliot, E., Blackburn, A., Côté, R., Myriam, D., Gravel, A.-R., Grenier, J., Labra, O., Maillet, L., Marchand, A.-A., Morin, M.-J., Ouellet-Plamondon, C., Vaillancourt, C. et Vaillancourt-Morel, M.-P. (2020). *Les conséquences de la pandémie sur la santé globale des populations universitaires. Quelles sont les répercussions économiques et professionnelles de la pandémie sur les répondants? Faits saillants - Phase 1 - Feuillet No 6*. Université du Québec à Chicoutimi. https://constellation.uqac.ca/id/eprint/6133/1/PAP_Feuillet6.pdf
- Bergheul, S., Carole, C., Augustin, E., Oscar, L. et Bedoya Mejía, J. P. (2022). Facteurs prédictifs de l'anxiété des étudiants durant la pandémie (COVID-19). *Encéphale*, 48(6), 668-673. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2021.08.009>
- Bergheul, S., Labra, O., Castro, C., Ependa, A., Bedoya, J. et Marcotte-Beaumier, G. (2023). Étude comparative sur les facteurs prédictifs de l'anxiété d'étudiant(e)s québécois(-es) universitaires durant la pandémie (COVID-19). *Santé mentale au Québec*, 48(1), 49-68. <https://doi.org/10.7202/1106395ar>
- Bewick, V., Cheek, L. et Ball, J. (2005) Statistics review 14: Logistic regression. *Critical Care*, 9(1), 112-118. <https://doi.org/10.1186/cc3045>

- Boujut, E., Koleck, M., Bruchon-Schweitzer, M. et Bourgeois, M.-L. (2009). La santé mentale chez les étudiants : suivi d'une cohorte en première année d'université. *Annales Médico-Psychologiques*, 167(9), 662-668. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2008.05.020>
- Bourdon, S., Longo, M. E., Fleury, C., Lechaume, A., Gallant, N., Vultur M. et Lapointe-Garant, M.-P. (2020a). *Au Québec, les jeunes aux études postsecondaires sont très affectés par la crise sociosanitaire, mais moins qu'en Ontario. Feuille statistique La jeunesse en chiffres* (publication no 3). Chaire réseau de recherche sur la jeunesse du Québec. <https://certarecherche.ca/documentation/au-quebec-les-jeunes-aux-etudes-postsecondaires-sont-tres-affectes-par-la-crise-sociosanitaire-mais-moins-quen-ontario/>
- Bourdon, S., Vultur, M., Longo, M. E., Lechaume, A., Fleury, C., Gallant, N. et Vachon, N. (2020b). *Des pertes d'emploi plus importantes chez les jeunes moins diplômés, surtout les jeunes femmes, ainsi que chez ceux travaillant à temps partiel – Feuille statistique La jeunesse en chiffres*, n° 2 (juillet). Québec : Chaire-réseau de recherche sur la jeunesse du Québec. https://chairejeunesse.ca/sites/default/files/2020-07/CRJ_Feuillet-02.pdf
- Braën-Boucher, C. et Roberge, M.-C. (2023). *Santé mentale et troubles mentaux courants en contexte de pandémie de la COVID-19 : état des lieux* (publication no 3438). Institut national de santé publique du Québec. https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/2024-01/3438-sante-mentale-troubles-mentaux_covid-19.pdf
- Brewer, M., Cominetti, N. et Jenkins, S. P. (2025). What do we know about income and earnings volatility? *The Review of Income and Wealth*, 71(2), e70013. <https://doi.org/10.1111/roiw.70013>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. et Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. Dans W. Damon et R. M. Lerner (dir.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (6^e éd., p. 793-828). John Wiley & Sons, Inc.
- Browning, M. H. E. M., Larson, L. R., Sharaievska, I., Rigolon, A., McAnirlin, O., Mullenbach, L., Cloutier, S., Vu, T. M., Thomsen, J., Reigner, N., Metcalf, E. C., D'Antonio, A., Helbich, M., Bratman, G. N., Alvarez, H. O. et Lin, C.-Y. (2021). Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. *PLoS ONE*, 16(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245327>
- Bursac, Z., Gauss, C. H., Williams, D. K. et Hosmer, D. W. (2008). Purposeful selection of variables in logistic regression. *Source Code for Biology and Medicine*, 3, 17. <https://doi.org/10.1186/1751-0473-3-17>

- Canuel, M., Gosselin, P., Duhoux, A., Brunet, A. et Lesage, A. (2019). *Boîte à outils pour la surveillance post-sinistre des impacts sur la santé mentale : guide de pratique professionnelle* (publication no 2523). Direction de la santé environnementale et de la toxicologie. Institut national de santé publique du Québec. https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2523_boite_outils_surveillance_post_sinistre.pdf
- Caseau, A.-C., Mofakhami, M. et Rossignol-Brunet, M. (2025). Les conditions de vie des étudiant-es : pauvreté(s), précarités) et vulnérabilité(s). *Revue française des affaires sociales*, 2(1), 1-14. <https://obsjeunes.inrs.ca/wp-content/uploads/2024/04/RFAS-2025-2-AAC-Les-conditions-de-vie-des-etudiant%C2%B7es-pauvretes-precarites-et-vulnerabilites-1.pdf>
- Center for Collegiate Mental Health (CCMH). (2016). *2015 Annual Report* (publication no STA 15-108). Penn State University. https://bpb-us-e1.wpmucdn.com/sites.psu.edu/dist/3/3058/files/2017/10/2015_CCMH_Report_1-18-2015-yq3vik.pdf
- Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC). (2023). *La trousse d'outils sur les étudiants-es internationaux-ales*. Association canadienne pour la santé mentale. https://campusmentalhealth.ca/wp-content/uploads/2023/12/CICMH-IntStudent-Toolkit_FR_FINAL-v2.pdf
- Chen, W. et Nguyen, P. N. T. (2024). Academic motivations and the risk of not in employment, education or training: University and vocational college undergraduates comparison. *Education and Training*, 66(10), 91-105. <https://doi.org/10.1108/ET-05-2024-0203>
- Cherblanc, J., Dorais, P.-O., Tremblay, C. et Tremblay, S. (dir). (2020). *La COVID-19 : un fait social total. Perspectives historiques, politiques, sociales et humaines*. Groupe de recherche et d'intervention régionales. Université du Québec à Chicoutimi. <https://constellation.uqac.ca/id/eprint/6071/1/La%20COVID-19%20%20un%20fait%20social%20total.%20Perspectives%20historiques%20politiques%20sociales%20et%20humaines.2.pdf>
- Conseil supérieur de l'éducation. (2013). *Parce que les façons de réaliser un projet d'études universitaires ont changé... Avis au ministre de l'Enseignement supérieur, de la Recherche, de la Science et de la Technologie* (publication no 50-048). Gouvernement du Québec. https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2013/06/2013-06-parce-que-les-facons-de-realiser-un-projet-detudes-universitaires-ont-change...50-0480.pdf?utm_source=om
- Coquard, L., Mutonda Mwangaza, S., Renaud, J. et Renard, A. (2021). Les impacts du confinement sur la santé mentale des étudiants. *Pratiques en santé mentale*, 67(1), 15-21. <https://doi.org/10.3917/psm.211.0015>

- Commission de la santé mentale du Canada (CSMC). (2020). *La vie en confinement : les répercussions de la COVID-19 sur la santé mentale des jeunes au Canada*. Santé Canada. https://www.mentalhealthcommission.ca/wp-content/uploads/drupal/2021-02/lockdown_life_fr.pdf
- Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur (CAPRES). (2018). *Santé mentale des étudiants collégiaux et universitaires*. <https://oresquebec.ca/dossiers/sante-mentale-des-etudiants-collegiaux-et-universitaires/>
- Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur (CAPRES). (2019). *Étudiants internationaux en enseignement supérieur*. <https://oresquebec.ca/article-de-dossiers/enjeux/la-sante-mentale-des-etudiants-internationaux-enjeu/>
- Dallaire, B. et Desrosiers, M. (2019). Au cœur des compétences de contextualisation : la prise en compte des déterminants sociaux de la santé et de la maladie mentale. Dans C. Bergeron-Leclerc, M.-M. Morin, B. Dallaire et C. Cormier (dir.), *La pratique du travail social en santé mentale : apprendre, comprendre, s'engager* (p. 81-104). Presses de l'Université du Québec.
- Dieynaba Ndiaye, N. (2024). Étudiantes et étudiants étrangers : entre contribution économique et stigmatisation sociales. *Affaires universitaires*. <https://www.affairesuniversitaires.ca/opinion-fr/etudiantes-et-etudiants-etrangers-entre-contribution-economique-et-stigmatisation-sociale/>
- Direction régionale de santé publique de Montréal (DRSPM). (2024). *Outil synthèse : les facteurs d'influence de la santé mentale étudiante, des leviers pour agir!* Gouvernement du Québec. https://santepubliquemontreal.ca/sites/drsp/files/media/document/DRSP_Pub_2024_OutilSyntheseFacteursInfluenceSMEtudiante.pdf
- Doré, I. et Caron, J. (2017). Santé mentale : concepts, mesures et déterminants. *Santé mentale au Québec*, 42(1), 125-145. <https://doi.org/10.7202/1040247ar>
- Dubé, È., Hamel, D., Rochette, L., Dionne, M. et Tessier, M. (2020). *COVID-19 - Pandémie, emploi et télétravail. Sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise* (publication no 3035). Institut national de santé publique du Québec. <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/sondages-attitudes-comportements-quebécois/emploi-juillet-2020>
- Durand, B. (2019). Psychiatrie et santé mentale. *Perspective Psy*, 58(1), 7-10. <https://doi.org/10.1051/ppsy/2019581007>

- Dussault, E.-L. et Doray, P. (2021). *Une catastrophe « au ralenti » : la pandémie de COVID-19 et l'enseignement supérieur au Québec et ailleurs*. Chaire réseau de recherche sur la jeunesse du Québec (CIRST). https://chairejeunesse.ca/sites/default/files/2022-02/CRJ_PANDEMIE_ENS_SUP_VFF.pdf
- Egisdal, M., Montagni, I., Tournier, M. et Tzourio, C. (2016). Les services en santé mentale à disposition des étudiants inscrits dans l'enseignement supérieur : le cas de l'université de Bordeaux. *Revue française des affaires sociales*, 2(6), 105-122. <https://doi.org/10.3917/rfas.162.0105>
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E. et Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(4), 534-542. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.77.4.534>
- Emploi et Développement social Canada (EDSC). (2024). *Résumé de rapport : incidence immédiate de la pandémie de COVID-19 sur les étudiants postsecondaires* (publication no EM16-33). Gouvernement du Canada. https://publications.gc.ca/collections/collection_2024/edsc-esdc/Em16-33-2024-fra.pdf
- Emploi et Développement social Canada (EDSC). (2025). *Réforme du régime d'assurance-emploi du Canada*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/programmes/assurance-emploi/consultation-meilleur-regime-document-information.html>
- Estingoy, P., Fort, E., Normand, J.-C., Lerond, J. et D'Amato, T. (2013). Vulnérabilités psychiques chez les étudiants : à propos de deux enquêtes en santé mentale à l'université Lyon 1. *Annales Médico-Psychologiques, Revue de psychiatrie*, 171(6), 392-398. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.04.014>
- Fédération étudiante universitaire du Québec (FEUQ). (2011). *L'endettement étudiant : état des lieux, déterminants et impacts* (publication no CAO-15111). <https://www.yumpu.com/fr/document/read/17376508/lendettement-etudiant-etat-des-lieux-determinants-et-impacts>
- Firang, D. et Mensah, J. (2021). Exploring the effects of the COVID-19 pandemic on international students and universities in Canada. *Journal of International Students*, 12(1), 1-18. <https://doi.org/10.32674/jis.v12i1.2881>
- Flaudias, V., Iceta, S., Zerhouni, O., Rodgers, R. F., Billieux, J., Llorca, P. M., Boudesseul, J., de Chazeron, I., Romo, L., Maurage, P., Samalin, L., Bègue, L., Naassila, M., Brousse, G. et Guillaume, S. (2020). COVID-19 pandemic lockdown and problematic eating behaviors in a student population. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 826-835. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00053>

- Flaudias, V., Zerhouni, O., Pereira, B., Cherpitel, C. J., Boudesseul, J., de Chazeron, I., Romo, L., Guillaume, S., Samalin, L., Cabe, J., Bègue, L., Gerbaud, L., Rolland, B., Llorca, P. M., Naassila, M. et Brousse, G. (2021). The early impact of the COVID-19 lockdown on stress and addictive behaviors in an alcohol-consuming student population in France. *Frontiers in Psychiatry*, 12(1), 628631. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.628631>
- Fortin, M-F. et Gagnon, J. (2020). *Fondements et étapes du processus de recherche : méthodes quantitatives et qualitatives* (4^e éd.). Chenelière Éducation.
- Francis, E., Abdul Rashid, R., Muktar, Z. et Tassim, S. (2025). Balancing employment and education: A study on financial outcomes and academic performance in online learning. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, IX(XIV), 682-690. <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2025.914MG0053>
- Frenette, M., Messacar, D. et Handler, T. (2020). *Pertes de revenu potentielles chez les diplômés de niveau secondaire et postsecondaire en raison du ralentissement économique provoqué par la COVID-19* (publication no 11-626-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/11-626-x/11-626-x2020012-fra.pdf?st=5Jxwwxvp>
- Fu, W., Yan, S., Zong, Q., Anderson-Luxford, D., Song, X., Lv, Z. et Lv, C. (2021). Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China. *Journal of Affective Disorders*, 280(Pt A), 7-10. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.032>
- Gandré, C., Coldefy, M. et Rochereau, T.(2020). Les inégalités face au risque de détresse psychologique pendant le confinement. Premiers résultats de l'enquête COCLICO du 3 au 14 avril 2020. *Questions d'économie de la Santé*, (249), 1-7. <https://www.irdes.fr/recherche/questions-d-economie-de-la-sante/249-les-inegalites-face-au-risque-de-detresse-psychologique-pendant-le-confinement-premiers-resultats-enquete-coclico.pdf>
- Gingras, M.-È. et Belleau, H. (2015). *Avantages et désavantages du sondage en ligne comme méthode de collecte de données : une revue de la littérature*. Institut national de la recherche scientifique (INRS). Centre - Urbanisation Culture Société. <https://espace.inrs.ca/id/eprint/2678/1/Inedit02-15.pdf>
- Godin, L., Dionne, É., Langlois, J., Bastien, L., Saulais, L. et Provencher, V. (2023). La réponse à l'insécurité alimentaire au temps de la COVID-19 : distance physique et lien social. *Lien social et Politique*, (90), 265-288. <https://doi.org/10.7202/1105097ar>
- Gouvernement du Canada. (2023). *La maladie mentale pendant la pandémie: Enquête sur la COVID-19 et la santé mentale (ECSM) cycles 1, 2, et 3*. Infobase Santé. <https://sante-infobase.canada.ca/covid-19/enquete-sante-mentale/>
- Guay, J.-H. (2014). *Statistiques en sciences humaines avec R*. Éditions de Boeck.

- Guillette, M., Boulianne, R. et Couturier, Y. (2020). Une exploration des activités effectuées par les intervenants sociaux québécois pendant la première vague de COVID-19. *Intervention, HS(1)*, 7-25. https://revueintervention.org/wp-content/uploads/2020/12/ri_hs1_2020.2_Guillette_Boulianne_Couturier.pdf
- Hamel, S., Lavoie, A.-M., Morneau-Sévigny, F. et Belleville, G. (2021). Détresse psychologique chez les étudiants universitaires : recension systématique et méta-analyse. *Revue québécoise de psychologie*, 42(3), 197-226. <https://doi.org/10.7202/1084585ar>
- Hoxhaj, M., Muharremi, O. et Aarif, A. M. (2025). International students in Canadian higher education: Ethical challenges in employment and financial stability in the greater Toronto area. *Business Ethics and Leadership*, 9(2), 83-93. [https://doi.org/10.61093/bel.9\(2\).83-93.2025](https://doi.org/10.61093/bel.9(2).83-93.2025)
- Hoyt, L. T., Cohen, A. K., Dull, B., Maker Castro, E. et Yazdani, N. (2021). Constant stress has become the new normal: Stress and anxiety inequalities among U.S. College students in the time of COVID-19. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 270-276. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.10.030>
- Ihm, L., Zhang, H., van Vijfeijken, A. et Waugh, M. G. (2021). Impacts of the COVID-19 pandemic on the health of university students. *International Journal of Health Planning and Management*, 36(3), 618-627. <https://doi.org/10.1002/hpm.3145>
- Institut de formation ouverte à distance (IFOD). (2023). *L'échantillonnage et ses techniques en recherches quantitatives*. <http://foad.ugb.sn/mod/book/view.php?id=1195&chapterid=557>
- Institut national de la statistique et des études économiques (INSEE). (2024). *Niveau de vie et pauvreté des femmes et des hommes*. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/7941403?sommaire=7941491>
- Institut national de santé publique du Québec (INSPQ). (2022). *Ligne du temps COVID-19 au Québec*. <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/donnees/ligne-du-temps>
- Institut national de santé publique du Québec (INSPQ). (2025). *Données COVID-19 au Québec*. <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/donnees>
- Katz, V. S., Jordan, A. B., Ognyanova, K. et Motz, B. (2021). Digital inequality, faculty communication, and remote learning experiences during the COVID-19 pandemic: A survey of U.S. undergraduates. *PLoS ONE*, 16(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246641>
- Kendler, K. S., Myers, J. M., Maes, H. H. et Keyes, C. L. M. (2011). The relationship between the genetic and environmental influences on common internalizing psychiatric disorders and mental well-being. *Behavior Genetics: An International Journal Devoted to Research in the Inheritance of Behavior*, 41(5), 641-650. <https://doi.org/10.1007/s10519-011-9466-1>

- Keyes C. L. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Kim, Y. et Murphy, J. (2023). Mental health, food insecurity, and economic hardship among college students during the COVID-19 pandemic. *Health & Social Work*, 48(2), 124-132. <https://doi.org/10.093/hsw/hlad006>
- King, N., Pickett, W., Rivera, D., Byun, J., Li, M., Cunningham, S. et Duffy, A. (2023). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of first-year undergraduate students studying at a major Canadian university: A successive cohort study. *Canadian Journal of Psychiatry*, 68(7), 499-509. <https://doi.org/10.1177/07067437221094549>
- King, N., Pickett, W., Pankow, K., Dimitropoulos, G., Cullen, E., McNevin, S., Patten, S. B. et Duffy, A. (2024). Access to university mental health services: Understanding the student experience. *Canadian Journal of Psychiatry*, 69(12), 841-851. <https://doi.org/10.1177/07067437241295640>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L. et Williams, J. B. (2003). The Patient Health Questionnaire-2: Validity of a two-item depression screener. *Medical Care*, 41(11), 1284-1292. <https://doi.org/10.1097/01.MLR.0000093487.78664.3C>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B. W. et Löwe, B. (2009). An ultra-brief screening scale for anxiety and depression: The PHQ-4. *Psychosomatics*, 50(6), 613-621. <https://doi.org/10.1176/appi.psy.50.6.613>
- Labra, O., Ependa, A., Castro, C., Bergheul, S. et Bedoya Mejia, J. P. (2021). La détresse psychologique chez les étudiants universitaires en contexte de pandémie de COVID-19. Dans M. Morel, R. Bergeron et L.-P. Willis (dir.), *Penser la COVID-19 et penser le monde. Réflexion critique sur les effets de la pandémie du printemps 2020* (p. 243-258). JFD Éditions.
- Lachance, L., Cournoyer, L. et Richer, L. (2020). Enquêtes en ligne : exemple d'une étude longitudinale en ligne sur l'utilisation des technologies de l'information et de la communication auprès de travailleurs autonomes. Dans M. Corbière et N. Larivière (dir.), *Méthodes qualitatives, quantitatives mixtes : dans la recherche en sciences humaines, sociales et de la santé* (2e éd., p. 753-774). Presses de l'Université du Québec.
- Lange, R. S. (2014). [Pascarella, T. and Terenzin, P. (2005). How College Affects Students, A Third decade of Research (2^e ed.) San Francisco: Jossey-Bass]. Book review. *Journal of Student Affairs in Africa*, 2(2), 47-50. <https://doi.org/0.14426/jsaa.v2i2.70>
- Lavoie, K., Bonneli, H., Gauthier, J., Hamel, M., Raymond, V. et Villeneuve, C. (2010). *Portrait de santé des jeunes Québécois âgés de 15 à 24 ans*. Fédération des cégeps. https://fedcegeps.ca/wp-content/uploads/2011/06/25oct2010_portrait_de_sant%C3%A9.pdf

- Layton, J. (2020). *Les répercussions de la pandémie de COVID-19 sur la proportion de jeunes ni en emploi, ni aux études, ni en formation : une analyse régionale et une perspective internationale* (publication no 81-599-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/81-599-x/81-599-x2022001-fra.pdf?st=wu3vVEOU>
- Lebrun-Paré, F., Mantoura, P. et Roberge, M.-C. (2023). *Proposition d'un modèle conceptuel concernant la surveillance de la santé mentale, des troubles mentaux courants et de leurs déterminants au Québec* (publication no 3365). Institut national de santé publique du Québec <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/2023-07/3365-cadre-conceptuel-surveillance-sante-mentale-troubles-mentaux.pdf>
- Lechner, W. V., Laurene, K. R., Patel, S., Anderson, M., Grega, C. et Kenne, D. R. (2020). Changes in alcohol use as a function of psychological distress and social support following COVID-19-related University closings. *Addictive Behaviors*, 110(1), 106527. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106527>
- Lemay, C. (2023). *Le point de vue d'étudiants quant au stress et à l'anxiété vécus à l'université* [mémoire de maîtrise, Université du Québec à Chicoutimi]. Constellations. https://constellation.uqac.ca/id/eprint/9134/1/Lemay_uqac_0862N_10982.pdf
- Le Vigouroux, S., Goncalves, A. et Charbonnier, E. (2021). The psychological vulnerability of French university students to the COVID-19 confinement. *Health Education et Behavior*, 48(2), 123-131. <https://doi.org/10.1177/109019812098712>
- Li, Y., Wang, A., Wu, Y., Han, N. et Huang, H. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of college students: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 6699119. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.669119>
- Li, X., Pu, R. et Phakdeephirot, N. (2022). The influence of achievement motivation on college students' employability: A chain mediation analysis of self-efficacy and academic performance. *Frontiers in Psychology*, 13, 972910. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.972910>
- Lin, C., Tong, Y., Bai, Y., Zhao, Z., Quan, W., Liu, Z., Wang, J., Song, Y., Tian, J. et Dong, W. (2022). Prevalence and correlates of depression and anxiety among Chinese international students in US colleges during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *PLoS One*, 17(4), e0267081. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267081>
- Liu, L., Capaldi, C. A. et Dopko, R. L. (2021). Idées suicidaires au Canada pendant la pandémie de COVID-19. *Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada - Recherche, politiques et pratiques*, 41(11), 415-429. <https://doi.org/10.24095/hpcdp.41.11.06f>

- Longo, M. E., Fleury, C., Lechaume, A., Gallant, N., Bourdon, S. et Vultur, M. (2020). *La chute de l'emploi touche davantage les 15-24 ans et les femmes - Feuille statistique La jeunesse en chiffres, n° 1 (juin)*. Chaire réseau de recherche sur la jeunesse du Québec. <https://chairejeunesse.ca/documentation/la-chute-de-lemploi-chez-les-jeunes-touche-davantage-les-15-24-ans-et-les-femmes/>
- Longo, M. E., Bourdon, S., Fleury, C., St-Denis, X., Gallant, N., Lechaume, A., Vultur, M. et Vachon, N. (2021). *Du premier confinement au rebond partiel : l'impact de la première vague de la pandémie de la COVID-19 sur l'emploi des jeunes de 15 à 34 ans au Québec*. Institut national de la recherche scientifique (INRS). <https://chairejeunesse.ca/documentation/du-premier-confinement-au-rebond-partiel-limpact-de-la-premiere-vague-de-la-pandemie-de-la-covid-19-sur-lemploi-des-jeunes-de-15-a-34-ans-au-quebec/>
- Marcotte, J. et Richard, M. (dir.). (2023). *Construction de soi et appartenance dans la transition à la vie adulte*. Presses de l'Université du Québec.
- Martineau, M., Beauchamp, G. et Marcotte, D. (2017). Efficacité des interventions en prévention et en promotion de la santé mentale dans les établissements d'enseignement postsecondaire. *Santé mentale au Québec*, 42(1), 165-182. <https://doi.org/10.7202/1040249ar>
- Martins, N. et Paleja, R. (2024). *The state of student financial wellness: Challenges, opportunities, and solutions*. <https://forum.academica.ca/forum/the-state-of-student-financial-wellness-challenges-opportunities-and-solutions>
- Maska, L. (2025, sous presse). *Academic motivation, perceived employability, academic outcomes, and well-being in Greek higher education*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-6813096/v1>
- McCloud, T. et Bann, D. (2019). Financial stress and mental health among higher education students in the United Kingdom up to 2018: A rapid review of evidence. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 73, 977-984. <https://doi.org/10.1136/jech-2019-212154>
- Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2025). *Statistiques de santé et de bien-être selon le sexe - Tout le Québec*. <https://msss.gouv.qc.ca/professionnels/statistiques-donnees-sante-bien-etre/statistiques-de-sante-et-de-bien-etre-selon-le-sexe-volet-national/taux-d-emploi-selon-le-niveau-d-etudes/>
- Ministère de l'Enseignement supérieur (MES). (2021). *Plan d'action sur la santé mentale étudiante enseignement supérieur 2021-2026*. Gouvernement du Québec. <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/PASME.pdf>

- Ministère de l'Enseignement supérieur (MES). (2025). *Demande de prêt : prêts pour les études à temps partiel (automne 2025, hiver/été 2026)*. Gouvernement du Québec. <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/enseignement-superieur/aide-financiere-etudes/pre-temps-partiel/pre-temps-partiel-guide.pdf>
- Ministère des Finances du Canada. (2020). *Portrait économique et budgétaire 2020* (publication no F2-277/2020F). Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/content/dam/fin/publications/efs-peb/homepage/efs2020-fra.pdf>
- Mishara, B. L. (2018). Chapitre 11 - La violence auto-infligée : le suicide et les tentatives de suicide. Dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir.), *Rapport québécois sur la violence et la santé* (publication no 2380, p. 315-336). Institut national de la santé publique du Québec. https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2380_rapport_quebecois_violence_sante.pdf
- Monnot, C. (2018). Sociologie quantitative : quelques repères méthodologiques à l'usage de l'enquête en milieu ecclésial. *Études Théologiques et Religieuses*, 93(4), 543. <https://doi.org/10.3917/etr.934.0543>
- Moulin, F., Keyes, C., Liu, A. et Caron, J. (2017). Correlates and predictors of well-being in Montreal. *Community Mental Health Journal*, 53(5), 560-567. <https://doi.org/10.1007/s10597-017-0080-4>
- National Center for Education Statistics (NCES). (2022). *College student employment*. Condition of Education. U.S. Department of Education, Institute of Education Sciences. <https://nces.ed.gov/programs/coe/indicator/ssa/college-student-employment#top>
- Observatoire national de la vie étudiante (ONVE). (2020). *La vie d'étudiant-e confiné-e. Résultats del 'enquête sur les conditions de vie des étudiants pendant la crise sanitaire*. <https://www.ove-national.education.fr/enquete/la-vie-detudiant-confine/>
- Observatoire québécois des inégalités. (s. d.). *À propos de l'Observatoire*. <https://observatoiredesinegalites.com/a-propos/>
- Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur (ORES). (2024). *Facture salée : quand la précarité financière influe sur la santé mentale étudiante* [communication par affiche]. Journées annuelles de transfert sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur, en ligne. <https://ismequebec.ca/projets-et-mandats/journees-sme/>
- Office québécois de la langue française (OQLF). (2018). *Santé mentale*. Grand dictionnaire terminologique. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8873876/sante-mentale>

- Ooi, L. L., Liu, L., Roberts, K. C., Gariépy, G. et Capaldi, C. A. (2023). *Instantané de recherche : répercussions de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale des aînés : étude portant sur l'isolement social et la solitude*. Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal. <https://kmb.camh.ca/fr/eenet/documentation/instantane-de-recherche-repercussions-de-la-pandemie-de-covid-19-sur-la-sante-mentale-des-aines-etude-portant-sur-l-isolement-social-et-la-solitude>
- Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (OTSTCFQ). (2020). *La détresse sociale reliée à la pandémie de COVID-19*. <https://www.otstcfq.org/>
- Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (OTSTCFQ). (s. d.). *Mots sociaux – Dossier spécial. Les déterminants sociaux de la santé*. <https://www.otstcfq.org/mots-sociaux/dossiers/les-determinants-sociaux-de-la-sante/>
- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2021). *The state of higher education: One year into the COVID-19 pandemic*. https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2021/07/the-state-of-higher-education_19184d52/83c41957-en.pdf
- Organisation internationale du Travail (OIT). (2021). *Observatoire de l'OIT : le COVID-19 et le monde du travail. Septième édition - Estimations actualisées et analyses*. https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms_767223.pdf
- Organisation de coopération et de développement économique (OCDE). (2025). *Regards sur l'éducation 2025 : indicateurs de l'OCDE*. <https://doi.org/10.1787/b26d545c-fr>
- Organisation des Nations unies (ONU). (s. d.). *COVID-19 et enseignement supérieur : la voie à suivre après la pandémie*. <https://www.un.org/fr/impact-universitaire/covid-19-et-enseignement-sup%C3%A9rieur-la-voie-%C3%A0-suivre-apr%C3%A8s-la-pand%C3%A9mie-0>
- Organisation mondiale de la Santé (OMS). (2011). *Risques pour la santé mentale des jeunes: rapport du Secrétariat*. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/wha64/a64_25-fr.pdf
- Organisation mondiale de la Santé (OMS). (2022). *Les cas d'anxiété et de dépression sont en hausse de 25 % dans le monde en raison de la pandémie de COVID-19*. <https://www.who.int/fr/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Orpana, H., Lemyre, L. et Gravel, R. (2009). *Revenu et détresse psychologique : le rôle de l'environnement social* (publication no 82-003-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/82-003-x/2009001/article/10772-fra.pdf?st=SdV7pbbz>

- Pauzé, R. (2017). *Recension des écrits sur la transition vers l'âge adulte*. Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale. Université de Sherbrooke. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2020/10/Recension-finale-06-mars-2017.pdf>
- Poirier Grenier, J. (2015). *Étude longitudinale de l'impact de la satisfaction envers les avantages sociaux novateurs sur l'intention de rester chez les travailleurs du secteur des technologies de l'information et des communications* □mémoire de maîtrise, Université de Montréal□. Papyrus. <https://umontreal.scholaris.ca/items/f92d7cd5-21e4-455a-8db1-f0e61dc0e95e>
- Qui, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B. et Xu, W. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2), e100213. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Quirion, B. et Gautron, V. (2022). Introduction : les impacts de la COVID-19 sur les populations judiciarisées et vulnérables et sur les institutions de prise en charge. *Criminologie*, 55(2), 5-15. <https://doi.org/10.7202/1093862ar>
- Rashid, T. et Di Genova, L. (2022). *La santé mentale des étudiants sur les campus canadiens : les effets persistants de la COVID-19. Perspectives issues des responsables des affaires étudiantes et des spécialistes de la santé mentale sur les campus*. Commission de la santé mentale du Canada (CSMC). Association des services aux étudiants des universités et collèges du Canada (ASEUCC). http://cacuss-campusmentalhealth.ca/pdf/CMH-COVID-19-FR.pdf?_gl=1*9nnosx*_ga*MTI5NzM4NjUzOC4xNzU5NTEwNzIy*_ga_BCLMBVG0LB*cZ3E3NTk1MTA3MjEkbzEkZzEkdDE3NTk1MTA3NTIkajI5JGwwJGgw
- Réseau réussite Montréal. (2025). *La conciliation études-travail*. https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2013/06/2013-06-parce-que-les-facons-de-realiser-un-projet-detudes-universitaires-ont-change...50-0480.pdf?utm_source=om
- Roux, J., Lefort, M., Bertin, M., Padilla, C., Mueller, J. E., Garlantézec, R., Pivette, M., Le Tertre, A. et Crepey, P. (2021). *Impact de la crise sanitaire de la COVID-19 sur la santé mentale des étudiants à Rennes, France*. HAL Open Science. <https://hal.science/hal-03172226v1>
- Saïd, K. E. H., Bonnard, C. et Giret, J.-F. (2020). *Les conditions de vie étudiante en période de confinement : premiers résultats de l'enquête*. HAL Open Science. [Les conditions de vie étudiante en période de confinement : premiers résultats de l'enquête - HAL-SHS - Sciences de l'Homme et de la Société](https://hal.science/hal-03172226v1)
- Salters-Pedneault, K. (2025). *The use of self-report data in psychology*. <https://www.verywellmind.com/definition-of-self-report-425267>

- Sardon, J.-P. (2020). *De la longue histoire des épidémies au COVID-19. Les Analyses de Population et Avenir*, 26(8), 1-18. <https://doi.org/10.3917/lap.026.0001>
- Segú-Odrizola, M. (2025). The mental health of university students: A social ecology perspective. *Societies*, 15(4), 110. <https://doi.org/10.3390/soc15040110>
- Sicsic, M. (2024). Quelle est l'influence du milieu familial d'origine sur le revenu des jeunes adultes ? *Revue économique*, 75(2), 217-229. <https://doi.org/10.3917/reco.752.0217>
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. et Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092-1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Spiestersbach, A., Röhrig, B., du Prel, J. B., Gerhold-Ay, A. et Blettner, M. (2009). Descriptive statistics: The specification of statistical measures and their presentation in tables and graphs. Part 7 of a series on evaluation of scientific publications. *Deutsches Arzteblatt International*, 106(36), 578-583. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2009.0578>
- Statistique Canada. (2020). *La COVID-19 au Canada : le point sur les répercussions sociales et économiques après six mois* (publication no 11-631-x). <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-631-x/11-631-x2020003-fra.pdf>
- Statistique Canada. (2021). 3.2 Échantillonnage. 3.2.3 Échantillonnage non probabiliste. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/edu/power-pouvoir/ch13/nonprob/5214898-fra.htm>
- Statistique Canada. (2025). *Le taux de participation aux études des jeunes adultes affiche une faible hausse par rapport à 10 ans plus tôt*. https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/daily-quotidien/251024/dq251024d-fra.pdf?st=mel_nug-
- Strenna, L., Chahraoui, K. et Réveillère, C. (2014). Tracas quotidiens des étudiants de première année de grandes écoles : liens avec la santé mentale perçue et la qualité de vie. *Annales Médico-Psychologiques*, 172(5), 369-375. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2012.10.020>
- TeachThought. (s. d.). *How financial stress affects academic performance*. <https://www.teachthought.com/education-posts/how-financial-stress-affects-academic-performance/>
- Thoresen, S., Tambs, K., Hussain, A., Heir, T., Johansen, V. A. et Bisson, J. I. (2010). Brief measure of posttraumatic stress reactions: Impact of Event Scale-6. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 45(3), 405-412. <https://doi.org/10.1007/s00127-009-0073-x>

- Turgeon, L., Thouin, É., Ayotte, E., Marion, É., Vaillancourt, J., Nault-Brière, F. et Plusquellec, P. (2023). Étude qualitative sur la santé psychologique d'étudiantes en psychoéducation. *Revue de psychoéducation*, 52(1), 190-220. <https://doi.org/10.7202/1099293ar>
- Union étudiante du Québec (UÉQ). (2019). *Enquête « Sous ta façade ». Enquête panquébécoise sur la santé psychologique étudiante, automne 2018*. <https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/Rapport-enquete-sous-ta-facade.pdf>
- Union étudiante du Québec (UÉQ). (2020). *Enquête courte sur la santé psychologique étudiante au Québec en temps de pandémie de la COVID-19*. <https://unionetudiante.ca/fr/un-plan-pour-nous#:~:text=%C3%A0%20partir%20des%20r%C3%A9sultats%20de,de%20la%20session%20d'automne>
- Union étudiante du Québec (UÉQ). (2025). *Programme d'aide financière aux études pour la communauté étudiante à temps partiel : enjeux du programme de prêt pour la population étudiante à temps partiel*. <https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/81f4a10d-5492-48fe-bef6-4b733af417d9.pdf>
- Université du Québec (UQ). (2020). *Fonds d'entraide COVID-19 pour la communauté étudiante de l'UQAC*. <https://reseau.uquebec.ca/fr/a-propos/salle-de-presse/actualites/fonds-dentraide-covid-19-pour-la-communaute-etudiante-de-luqac>
- Université du Québec (UQ). (2024). *Présentation générale*. <https://reseau.uquebec.ca/fr/a-propos/presentation-generale>
- Université Laval (UL). (2023). *Fonds de bourses pour étudiants en précarité financière*. <https://www.dprd.ulaval.ca/donner/fonds/0282/>
- van Ballegooijen, W., Riper, H., Cuijpers, P., van Oppen, P. et Smit, J. H. (2016). Validation of online psychometric instruments for common mental health disorders: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 16,(1) 45-57. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0735-7>
- van de Mortel, T. F. (2008). Faking it: Social desirability response bias in self-report research. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 25(4) 40-48. <https://doi.org/10.37464/2008.254.1817>
- Veilleux, N., Leblanc-Pageau, R. et Lévesque, C. (2021). *Rapport de l'enquête nationale Derrière ton écran : une enquête de la FECQ sur les impacts de la COVID-19 sur la condition étudiante collégiale*. Fédération étudiante collégiale du Québec (FECQ). https://stationsme.ca/wp-content/uploads/2023/11/Rapport-final-DTE_109eCo_Zoom.pdf

- Viau, R. (2008). *La motivation des étudiants à l'université : mieux comprendre pour mieux agir* [conférence]. Journée pédagogique du service d'animation et de soutien à l'enseignement de l'Université de Moncton, Moncton, QC, Canada.
- Voltmer, E., Kösllich-Strumann, S., Walther, A., Kasem, M., Obst, K. et Kötter, T. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on stress, mental health and coping behavior in German University students - A longitudinal study before and after the onset of the pandemic. *BMC Public Health*, 21(1), 1385. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11295-6>
- Wall, K. (2020). *Pandémie de COVID-19 : répercussions financières sur les étudiants du niveau postsecondaire au Canada* (publication no 45280001). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/45-28-0001/2020001/article/00016-fra.pdf?st=CqPdI4Ug>
- Wall, K. (2021). *Répercussions de la pandémie de COVID-19 sur la proportion de jeunes ni en emploi ni aux études au début de l'année scolaire selon le genre* (publication no 75-006-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/75-006-x/2021001/article/00003-fra.pdf?st=AFnLUrbr>
- Wanat, M., Borek, A. J., Pilbeam, C., Anthierens, S. et Tonkin-Crine, S. (2022) Conducting rapid qualitative interview research during the COVID-19 pandemic—Reflections on methodological choices. *Frontiers in Sociology*, 7(1), 953872. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.953872>
- White, H. R., Stevens, A. K., Hayes, K. et Jackson, K. M. (2020). Changes in alcohol consumption among college students due to COVID-19: Effects of closure and residential change. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 81(6), 725-730. <https://doi.org/10.15288/jsad.2020.81.725>
- Worae, J. et Edgerton, J. D. (2023). A descriptive survey study of international students' experiences at a Canadian university: Challenges, supports, and suggested improvements. *Comparative and International*, 51(2), 16-67. <https://doi.org/10.5206/cie-eci.v51i2.14223>
- World Health Organization (WHO). (2020). *Rolling updates on coronavirus disease (COVID-19)*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>
- World Health Organization (WHO). (2025). *COVID-19 dashboard: COVID-19 cases, World*. <https://data.who.int/dashboards/covid19/cases>
- Xu, T. et Wang, H. (2023). High prevalence of anxiety, depression, and stress among remote learning students during the COVID-19 pandemic: Evidence from a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13(1), 1103925. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1103925>

- Zerhouni, O., Flaudias, V., Brousse, G. et Naassila, M. (2021). L'impact de la Covid-19 sur la santé mentale des étudiants : mini-synthèse de la littérature actuelle. *Revue de neuropsychologie*, 13(2), 108-110. <https://doi.org/10.1684/nrp.2021.0664>
- Zhu, J., Racine, N., Xie, E. B., Park, J., Watt, J., Eirich, R., Dobson, K. et Madigan, S. (2021). Post-secondary student mental health during COVID-19: A meta-analysis. *Frontiers in psychiatry*, 12, 777251. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.777251>

CERTIFICATION ÉTHIQUE

Ce mémoire a fait l'objet d'une certification éthique auprès du CER-UQAC. Le numéro du certificat est le 2020-1491 (UQAC).