

# IMPACTS GLOBAUX DE LA PANDÉMIE CHEZ LES ENFANTS ET ADOLESCENT.E.S QUÉBÉCOIS.E.S :

## RÉSULTATS PRÉLIMINAIRES DE L'ÉTUDE RÉACTIONS

par **Sophie Doucet**<sup>1</sup>, **Christine Gervais**<sup>2</sup> et **Isabel Côté**<sup>3</sup>

1- Doctorante en Science de la famille à l'Université du Québec en Outaouais et membre-étudiante au PRFM

2- Professeure au département de Science infirmière de l'Université du Québec en Outaouais et chercheure au PRFM

3- Professeure au département de Travail social de l'Université du Québec en Outaouais, titulaire de la CRC sur la Procréation assistée et les liens familiaux, et chercheure au PRFM

Dès le début de la pandémie de COVID-19, des études, principalement quantitatives, ont mis en lumière les bouleversements importants vécus par les enfants, adolescent.e.s et leurs familles. En effet, les mesures sanitaires instaurées pour contrer la pandémie (ex.: fermeture des écoles et des services de garde éducatifs) ont transformé le quotidien des jeunes et perturbé le fonctionnement de presque tous les systèmes (ex. : soins de santé, éducation) qui permettent d'assurer le bien-être des individus) (Ellis *et al.*, 2020; Gayatri et Irawaty, 2021; Jiao *et al.*, 2020; O'Reilly *et al.*, 2020; Prime, Wade et Browne, 2020). Si les parents, les chercheur.e.s, les intervenant.e.s et les décideur.e.s sont inquiets des impacts de la pandémie sur les jeunes, on ignore si les jeunes sont aussi inquiets pour eux-mêmes. Normal, puisque peu d'études ont questionné les enfants et les adolescent.e.s sur leurs perceptions des impacts de la pandémie.

Démarrée dès les premières semaines de la pandémie, l'étude *RÉACTIONS* veut combler cette lacune en examinant de façon longitudinale l'expérience des enfants et adolescent.e.s d'âge scolaire de la pandémie de la COVID-19 ainsi que ses effets sur eux-elles-

mêmes et leurs parents. Ce texte a pour but de présenter la perception des enfants et des adolescent.e.s des impacts de la pandémie sur leur vie après un an de mesures sanitaires.

### IMPACTS DE LA PANDÉMIE CHEZ LES JEUNES

De nombreuses études ont examiné des impacts de la pandémie sur les jeunes. Dans le cadre d'une revue systématique portant sur les effets de la pandémie sur la santé mentale des enfants et des adolescent.e.s, Singh *et al.* (2020) rapportent que la pandémie engendre davantage de conséquences négatives au niveau du développement émotionnel et social chez les enfants et adolescent.e.s que chez les adultes. L'humeur et les émotions des adolescent.e.s sont particulièrement affectés par la pandémie, puisque l'adolescence est une période formative sur le plan du développement social où l'anxiété est souvent présente et que la pandémie exacerberait cette anxiété (Green *et al.*, 2021). La durée de la pandémie a d'ailleurs affecté davantage les adolescent.e.s plus jeunes, contribuant aux symptômes dépressifs qu'ils.elles manifestent (Green *et al.*, 2021).

Le passage à l'enseignement en ligne constitue un des grands défis de la pandémie, causant du stress et de l'anxiété chez les étudiant.e.s en plus de nécessiter d'importants changements rapides dans les façons d'enseigner pour lesquels les enseignant.e.s n'étaient pas préparé.e.s (ex. : Middleton, 2020). Dans un rapport de la Commission européenne portant sur les effets de la pandémie sur l'éducation, di Pietro *et al.* (2020) soulignent que l'apprentissage des étudiant.e.s a été affecté négativement dans la plupart des pays européens. Ce rapport avance aussi l'idée que la pandémie affectera les habiletés cognitives et non cognitives des étudiant.e.s à court et long terme (di Pietro *et al.*, 2020).

Par ailleurs, de nombreux parents rapportent s'inquiéter des impacts à long terme sur le bien-être émotionnel et le développement de leurs enfants en raison de la perte de services éducatifs jugés comme essentiels et des opportunités réduites de socialisation (Neece, McIntyre et Fenning, 2020). Certains parents ont des craintes pour l'avenir de leurs enfants, notamment en raison de l'incertitude concernant le futur engendré par la pandémie (Neece, McIntyre et Fenning, 2020).

Finalement, plusieurs études confirment que la pandémie a accentué les inégalités sociales. En effet, les conséquences de la pandémie dans la vie des jeunes sont exacerbées lorsque ceux-ci composent déjà avec des contextes de vulnérabilité, notamment les jeunes qui vivent en contexte de précarité socio-économique, les jeunes racisé.e.s et les jeunes en situation de handicap. Par exemple, de nombreux programmes offrant l'aide de professionnel.le.s aux enfants en situation de handicap et à leur famille ont été mis sur pause en raison des mesures sociosanitaires (Neece, McIntyre et Fenning, 2020).

### MÉTHODOLOGIE

L'étude RÉACTIONS a pour but de recueillir le point de vue des jeunes et d'un de leur parent sur la pandémie de la COVID-19 et ses effets.

Quatre temps de mesure combinant des méthodes qualitatives et quantitatives ont permis de rejoindre plus de 600 participant.e.s (enfants, adolescent.e.s et parents) lors de moments charnières de la pandémie : pendant le 1<sup>er</sup> confinement (avril-mai 2020), lors du déconfinement de l'été 2020, pendant la 2<sup>e</sup> vague (novembre 2020) et lors de la 3<sup>e</sup> vague de la pandémie (mai 2021).

Au total, l'équipe du projet RÉACTIONS a rencontré 199 enfants et adolescent.e.s dans le cadre d'entrevues semi-dirigées, soit 122 filles et 77 garçons. Ils sont âgés de 6 à 17 ans ( $X = 11,08$  ans) et grandissent majoritairement dans des familles assez favorisées économiquement et socialement.

Les données présentées dans ce texte proviennent du volet qualitatif de l'étude, recueillies par le biais d'entrevues semi-dirigées réalisées à distance via les logiciels Zoom étant donné les mesures de distanciation physique. Les entrevues ont duré en moyenne 45 minutes et ont permis d'aborder quatre thèmes : 1) les représentations de la COVID-19 et des mesures de prévention; 2) l'expérience individuelle et familiale de la pandémie; 3) les stratégies d'adaptation et le soutien reçu; et 4) les représentations de l'avenir. Les données analysées pour cet article sont celles recueillies au 4<sup>e</sup> temps de mesure (3<sup>e</sup> vague) lorsqu'il a été demandé aux jeunes de faire un bilan de leur expérience globale de la pandémie.

### IMPACTS GLOBAUX DE LA PANDÉMIE SELON LES ENFANTS ET ADOLESCENT.E.S

Trois thèmes principaux émergent du discours des jeunes quant aux impacts de la pandémie dans leur vie. Premièrement, ils/elles mentionnent que la pandémie a affecté leurs relations sociales. En effet, les jeunes ont pris conscience de l'importance des contacts en personne grâce au temps passé en ligne. Cependant, le temps passé en ligne a aussi engendré des difficultés de socialisation chez certain.e.s. Deuxièmement, la pandémie a été riche en apprentissages pour les jeunes et leur

a permis de prendre le temps de se concentrer sur soi. Troisièmement, la pandémie semble avoir changé, surtout de façon négative, les représentations de l'avenir des jeunes. Notamment, ils.elles affirment que la pandémie aura des impacts négatifs sur l'environnement, l'économie et, entre autres, la cohésion sociale.

### Relations sociales

La pandémie a affecté les habiletés sociales, soit la facilité ou la difficulté à socialiser, et la quantité d'interactions des jeunes avec les membres de leur entourage. Notamment, les jeunes évoquent avoir moins de contacts avec certaines personnes qui sont plus vulnérables et à risque d'attraper la COVID-19. Par ailleurs, les relations sociales qu'entretiennent les jeunes semblent être impactées de différentes façons selon leur âge.

En effet, le confinement semble avoir affecté de façon importante la sphère sociale des adolescent.e.s (14-17 ans). Si les premiers mois de la pandémie furent marqués par de nombreuses coupures sociales pour les adolescent.e.s, plusieurs jeunes affirment avoir de la difficulté à socialiser même lors du relâchement des mesures en raison du temps considérable passé en confinement. Rappelons que durant cette période, la majorité des interactions avaient lieu en ligne. À cet effet, les jeunes racontent que leurs interactions en ligne et hors ligne sont différentes, tout en soulignant l'importance des contacts en personne :

« Je dirais que le contact humain en vrai, pas devant l'écran, c'est rendu très précieux. » - Lucien, 16 ans

D'autres jeunes mentionnent plutôt que la pandémie a rendu la société plus individualiste, ce qui affecte leur capacité à entrer en contact avec les autres :

« Je n'ose plus aller vers les gens... Au début de la pandémie, je trouve qu'on était beaucoup plus solidaire, parce que maintenant on est plus solitaire. Tout le monde, c'est du chacun pour soi. Comme j'ai dit, c'est une peur collective, tout le monde a peur de tout le monde en quelque

sorte. » - Léo, 14 ans

La difficulté à socialiser se retrouve aussi dans le discours des pré-adolescent.es (11-13 ans) :

« C'est sûr qui en a qui vont peut-être avoir de la misère à ressortir... Il y en a déjà que socialiser ils n'aiment pas trop ça alors en plus maintenant qu'ils passent du temps seuls, ressortir et parler à des personnes comme en vrai. » - Pénélope, 12 ans

Quant aux enfants (7-10 ans), ils.elles évoquent les effets des mesures de distanciation sociale sur leurs relations, notamment avec les personnes vulnérables de leur entourage. Particulièrement, ils.elles évoquent la difficulté de ne pas pouvoir passer du temps avec leurs grands-parents et s'inquiéter que des gens de leur entourage attrapent la COVID :

« Il y a une de mes amies que son grand-père est malade, ça fait qu'elle a été se faire vacciner, parce qu'elle a douze ans. Elle a été se faire vacciner pour pouvoir aller le voir, mais c'est un peu bizarre, parce qu'il faut attendre un peu avant que ça fasse effet. Elle veut vraiment aller voir son grand-père, parce qu'il est mourant. C'est un peu triste. » - Amber, 11 ans

Ainsi, la distanciation physique imposée pour protéger les personnes vulnérables est évoquée comme un impact de la pandémie ayant engendré des conséquences en ce qui concerne les relations sociales entretenues par les jeunes.

### Apprentissages

Les jeunes des trois groupes d'âge soulignent que la pandémie n'a pas eu que des effets négatifs dans leur vie. En effet, certain.e.s mentionnent que la pandémie a affecté de façon positive leur façon de voir les choses. Les jeunes rencontrés dans le cadre de notre étude affirment qu'ils.elles ont pris conscience de la fragilité de leur mode de vie pré-pandémique et que cet apprentissage les amènera à davantage apprécier leur vie après la pandémie. Randy (7 ans) nous explique la situation de cette façon :

« [J]e vais plus profiter parce que j'ai appris en un temps que tout peut basculer. Je vais probablement prendre le temps de plus faire les activités qui sont des loisirs et qui n'ont pas été possibles pour la pandémie. »

Selon certain.e.s, la pandémie a permis aux jeunes de gagner en maturité et de travailler sur eux.elles-mêmes. Ils.elles ont ainsi pu développer une meilleure connaissance de soi :

« Gérer mieux mes sentiments, avoir plus de prise sur moi-même, parce que cette année, j'ai beaucoup appris. [Il réfléchit quelques secondes]. Je me suis beaucoup plus organisé. Je vois une grande différence entre moi d'il y a un an et demi et moi d'en ce moment. » - Kaleb, 11 ans

Ainsi, les jeunes ont su utiliser le temps libre engendré par le confinement afin de développer de nouvelles habiletés et se développer en tant qu'individus. Plusieurs partagent des apprentissages importants pendant cette période, dont ils.elles sont fier.e.s.

### Représentations de l'avenir

Finalement, le discours de plusieurs jeunes rencontrés témoigne de la façon dont la pandémie a transformé leurs représentations de l'avenir. Ainsi, certain.e.s croient que nous serons collectivement préoccupés par la possibilité de nouvelles pandémies, auxquelles la société se préparera :

« [P]our les 50 ans à venir probablement, on va être beaucoup plus axé sur se protéger parce qu'on sait que ça peut arriver que ça peut réarriver à n'importe quel moment ce qu'on a vécu qui n'était pas le fun. - Randy (7 ans)

De nombreux adolescent.e.s expriment des représentations de l'avenir teintées de pessimisme. Selon eux.elles, les répercussions économiques de la pandémie se feront sentir pendant longtemps et les masques et bouteilles de plastique de désinfectants à mains contribueront à la pollution de la planète. Un jeune nous résume sa vision du futur de la

façon suivante :

« L'humain étant l'humain je ne suis pas sûr que ça (la pandémie) va nous rallier comme certaines personnes positives croient. Je pense qu'on va continuer de se faire la guerre et de se taper dessus à journée longue, ça c'est clair. Ça ne va pas nous empêcher. » - Roman (13 ans)

À l'inverse, la pandémie ne semble pas être vue comme un élément qui aura un grand impact sur la vie future pour plusieurs jeunes, et ce malgré qu'elle ait bouleversé leur quotidien pendant une longue période. Ces jeunes croient plutôt qu'elle sera un « souvenir », partagé par tous.tes ceux.celles l'ayant vécu :

« C'est sûr qu'on va beaucoup en parler, mais sinon je pense que ça pourrait redevenir exactement comme avant. » - Tommy (8 ans)

Selon ces jeunes, la pandémie aura donc eu des impacts négatifs sur l'économie, l'environnement et sur la cohésion sociale, conséquences qui se feront ressentir pendant de nombreuses années, et qui nourrissent des représentations de l'avenir plutôt négatives.

### Discussion

Le récit des jeunes rencontrés dans le cadre de l'étude RÉACTIONS témoignent de la capacité d'adaptation de ces dernier.e.s en situation de crise. En effet, bien que la pandémie de COVID-19 soit un événement marquant dans leur vie, les jeunes arrivent à l'intégrer dans leur trajectoire de vie. Il ne s'agit pas, selon leur perspective, d'un événement catastrophique qui changera leur vie à tout jamais, comme plusieurs le laissent entendre. Si certain.e.s identifient la pandémie de COVID-19 comme étant la plus grande tragédie de notre siècle (Gautma et Hens, 2020), les jeunes rencontrés n'y accordent pas autant d'importance.

Ces résultats mettent en lumière l'importance de s'intéresser à l'opinion des jeunes et de récolter leurs perspectives. En effet, même si la pandémie a engendré de très graves conséquences pour eux.elles et la société

(Gautman et Hens, 2020), les jeunes arrivent à donner un sens à cette situation et à l'intégrer à leur compréhension du monde qui les entoure. Les apprentissages réalisés par les jeunes pendant la pandémie sont révélateurs des stratégies d'adaptations qu'ils ont mises en place afin de tirer le meilleur de la situation. En effet, apprécier les temps libres et la liberté dont ils.elles ont disposés pendant cette période, de même que les rapprochements familiaux qui en découlent semblent leur permettre de composer avec les impacts de la pandémie sur leur quotidien. D'autres études ont d'ailleurs aussi signalé des effets positifs de la pandémie dans la vie des jeunes, notamment en raison du temps passé à pratiquer des passe-temps et du relâchement de la pression de performance à l'école avec l'arrivée de la scolarité en ligne (Chawla et al., 2021).

Il importe cependant de mentionner que les retombées positives de la pandémie perçues par les jeunes diminuent au fil du temps. En effet, la fatigue et les doutes liés aux mesures sanitaires, les regrets face à l'école que plusieurs n'apprécient plus en raison des trop nombreuses règles et contraintes qu'elle représente, le découragement et le manque d'espoir sont de plus en plus mentionnés par les jeunes au fil du temps (Gervais et al., 2022). Leurs récits laissent entrevoir un épuisement des ressources adaptatives de plusieurs jeunes qu'il importerait de considérer dans l'éventualité d'autres vagues de la pandémie.

### Conclusion

Pour conclure, les enfants et adolescent.e.s québécois perçoivent de façons diversifiées les nombreux impacts de la pandémie, tant sur le plan individuel que sociétal. Bien qu'ils.elles ont eu plus de difficulté à socialiser (ou craignent que ce soit le cas dans le futur) et qu'ils.elles s'inquiètent pour leurs proches affectés par une infection à la COVID-19, les jeunes rencontrés dans la cadre de notre étude perçoivent aussi des impacts positifs à cette période.

### Références

- Chawla, N., Sharma, P. et Sagar, R. (2021). « Psychological Impact of COVID-19 on Children and Adolescents: Is There a Silver Lining? », *Indian Journal of Pediatrics*, vol. 88, n° 1, p. 91.
- Di Pietro, G., Biagi, F., Costa, P., Karpiński Z., Mazza, J. (2020). *The likely impact of COVID-19 on education: Reflections based on the existing literature and international datasets*, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 50p.
- Ellis, W. E., T.M. Dumas et L.M. Forbes. (2020). « Physically Isolated but Socially Connected: Psychological Adjustment and Stress Among Adolescents During the Initial COVID-19 Crisis », *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, vol. 52, n° 3, p. 177-187.
- Gautamn, S. et Hens, L. (2020). « COVID19: impact by and on the environment, health and economy », *Environment, Development and Sustainability*, vol. 22, p. 4953-4954.
- Gayatri, M. et Irawaty, D. K. (2021). « Family Resilience during COVID-19 Pandemic: A Literature Review », *The Family Journal*, vol. 30, n° 2, p. 132-138.
- Gervais, C., Côté, I. et Miljus, M. (2022). *Étude Réactions : Récits d'enfants et d'adolescents sur la COVID19*. Rapport final, Soumis au ministère de la Famille, Université du Québec en Outaouais, St-Jérôme, Canada.
- Green, K.H., van de Grope, S., Sweijen, S.W., Becht, A.I., Buijzen, M., de Leeuw, R.N.H., Remmerswaal, D., van der Zanden, R., Engels, Rutger, C.M.E. et Crone, E.A. (2021). « Mood and emotional reactivity of adolescents during the COVID19 pandemic: shortterm and longterm effects and the impact of social and socioeconomic stressors », *Scientific reports*, vol. 11, n° 1, p. 11563.

Jiao, W. Y., L.N. Wang, J. Liu, S.F. Fang, G.Y. Jiao, M. Pettoello-Mantovani et E. Somekh. (2020). « Behavioral and Emotional Disorders in Children During the COVID-19 Epidemic », *The Journal of Pediatrics*, vol. 221, p. 264-266.

McBride, E., Arden, M.A., Charter, A. et Chilcot, J. (2021). « The impact of COVID-19 on health behaviour, well-being, and long-term physical health », *The British Journal of Health Psychology*, vol. 26, n° 2, p. 259-270.

Middleton, K.W. (2020). « The impact of COVID-19 on health behaviour, well-being, and long-term physical health », *Educational Measurement*, vol. 29, n° 3, p. 41-44.

Neece, C., McIntyre, L.L. et Fenning, R. (2020). « Examining the impact of COVID-19 in ethnically diverse families with young children with intellectual and developmental disabilities », *Journal of Intellectual Disability Research*, vol. 64, n° 10, p. 729-749.

O'Reilly, A., M. Tibbs, A. Booth, E. Doyle, B. McKeague et J. Moore. (2020). « A Rapid Review Investigating the Potential Impact of a Pandemic on the Mental Health of Young People Aged 12-25 Years », *Irish Journal of Psychological Medicine*, vol. 38, n° 3, p. 1-16.

Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). « Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic », *American Psychologist*, vol. 75, n° 5, p. 631-643.

Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G. et Joshi, G. (2020). « Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations », *Psychiatry Research*, vol. 293, p. 113429.