

# Les sources et manifestations du stress et les stratégies d'adaptation chez les élèves francophones vivant en milieu minoritaire linguistique



Patrick Gravel et Dr. Cameron Montgomery  
Faculté d'éducation, Université d'Ottawa

## Introduction

Le **stress** touche une grande proportion des adolescents au Canada. Or, les adolescents sont particulièrement vulnérables aux effets du stress et les conséquences négatives du stress sur leur santé sont nombreuses. À l'heure actuelle, aucune étude ne s'est penchée sur la question du stress chez les adolescents en milieu minoritaire francophone. Pourtant, cette question est fondamentale: non seulement parce que le stress touche de nombreux jeunes et que les conséquences du stress sont lourdes, mais aussi parce que le stress pourrait être un facteur explicatif des moins bons résultats scolaires et de la moindre perception de santé des adolescents francophones en milieu minoritaire.

**Nous chercherons à répondre à cette question :**

**Comment les élèves francophones vivant en milieu minoritaire linguistique vivent-ils le stress (source de stress et manifestations) et quelles sont les stratégies d'adaptation qu'ils mobilisent pour le gérer?**

## Participants

Dans le cadre de cette étude, la population correspond aux adolescents âgés de **14 à 18 ans vivant en situation minoritaire linguistique francophone en Ontario et qui étudient dans une école de langue française.**

Les participants à cette recherche seront donc des élèves de la **7<sup>e</sup> année à la 12<sup>e</sup> année** qui désirent participer à la recherche et qui fréquentent une des deux écoles choisies de deux conseils scolaires francophones de l'Ontario différents dans lesquels nous effectuerons la recherche: le Conseil scolaire de district catholique de l'Est ontarien et le Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario. Nous allons effectuer notre collecte de données dans seulement deux écoles, car nous voulons, entre autres, évaluer nos questionnaires.

## Taille de l'échantillon

La **taille de l'échantillon optimal** nécessaire à la réalisation de cette étude a été déterminée en fonction des analyses statistiques envisagées (t-test,  $\chi^2$ , Anova, analyses factorielles) et des paramètres suivants: une puissance statistique de 0.8, un niveau de significativité de 0.05, une ampleur de l'effet moyen de 0.5 et un ratio entre groupes (fille - garçon) de 1. Ainsi, compte tenu de ces différents paramètres, la taille de l'échantillon optimal serait de 168 élèves. Compte tenu des non-réponses, des absences, des formulaires de consentement non signés, il est prudent d'augmenter ce chiffre de 20%, ce qui nous amène à un échantillon de **202 élèves.**

Nous visons un **recrutement représentatif** de la population, en nous appuyant sur un échantillon stratifié. Nous mettrons en place une stratification qui prendra en compte la taille et la composition des conseils scolaires publics et catholiques participant à cette étude. La taille de l'échantillon et sa représentativité permettront d'avoir des données robustes pour nos analyses statistiques.

## Instruments de mesure

*Questionnaire sur les sources de stress et sur les stratégies d'adaptation*

Nous proposons d'évaluer plusieurs dimensions du stress chez les élèves francophones en situation minoritaire afin de dresser un état des lieux complet. Un **questionnaire papier en cinq parties** sera distribué aux élèves. La longueur estimée de ce test est de **30 minutes.**

Ce questionnaire comprendra :

- 1 - Des questions sociodémographiques portant sur le genre, l'âge, la langue maternelle, le parcours scolaire des élèves.
- 2 - « *Daily stress inventory* » (Brantley, Waggoner, Jones & Rappaport, 1987) (11) : ce test servira à quantifier les événements stressants survenus au cours des dernières 24h
- 3 - « *Perceived stress scale* » (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) (12) : ce test servira à mesurer le degré de stress engendré par des situations vécues au cours du dernier mois
- 4 - Un test portant sur les symptômes psychosomatiques du stress (les manifestations émotionnelles, de fatigue, cardiovasculaires, gastriques, comportementales).
- 5 - « *Brief COPE* » (Carver, 1997) (13): Ce test évalue les réponses au stress sur une échelle allant de réponses adaptées et appropriées à des réponses dysfonctionnelles. Ce test sera utilisé afin de savoir quelles sont les stratégies d'adaptation utilisées généralement par les élèves pour faire face au stress.

## Calendrier des activités

	2016						2017									
	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
PRÉ-ANALYSES																
Conception des outils																
Contact avec les commissions scolaires																
Formation à la passation des outils																
Passation des questionnaires																
Formation au codage et à la saisie de données																
Codage et saisie																
Nettoyage de la base de données																
ANALYSES STATISTIQUES																
Analyses statistiques : objectif 1																
Analyses statistiques : objectif 2																
Analyses statistiques : objectif 3																
POST-ANALYSES																
Rédaction de manuscrit																
Préparation pour les conférences																
Rapport pour le CNFS, transfert de connaissance																
Rédaction pour application pour financement extérieur																

Les activités engagées pour accomplir ce projet se décomposent en **trois phases** : une phase **pré-analyse**, les **analyses statistiques** et une phase **post-analyse**.

- Durant la phase **pré-analyse**, l'accent sera porté sur l'adaptation et la passation d'outils de mesure du stress;
- Les **analyses statistiques** serviront à valider les outils, dresser un portrait détaillé du stress chez les adolescents et permettront de mettre à jour les stratégies d'adaptation mobilisées;
- Enfin, la phase **post-analyse** sera centrée sur la diffusion des résultats.

## Plan d'analyse

**Objectif #1.** Afin de valider le questionnaire, on procèdera à un ensemble d'analyses statistiques avec SPSS vs. 22. Nous examinerons tout d'abord la cohérence interne des sous-échelles des différents tests en réalisant des  $\alpha$  de Cronbach et des Rho de Joreskog. La validité des construits sera déterminée via des analyses factorielles exploratoires. Ces analyses nous permettront de valider les outils.

**Objectif #2.** Afin de répondre à l'objectif 2, on effectuera des analyses descriptives sur les réponses des adolescents aux différents tests et ceci en lien avec des informations démographiques (p. ex., le genre, l'âge, le milieu urbain ou rural, etc.). Ainsi, elle quantifiera le nombre d'événements stressants survenus au cours de 24h (moyenne, mode, médiane, étendue, écart-type), le degré de stress engendré par des situations vécues au cours du dernier mois, le nombre et la nature des symptômes de stress, ainsi que des stratégies d'adaptation. Des comparaisons de moyennes (t-tests et Anova) ainsi que d'échantillon (X<sup>2</sup>), permettront de comparer les réponses selon les caractéristiques des élèves.

Enfin, on effectuera une modélisation par équations structurales à variables latentes sous MPlus. Cette analyse permettra de déterminer la nature de la relation entre sources de stress, stratégies d'adaptation fonctionnelles et dysfonctionnelles et manifestations du stress. Une comparaison fille garçon du modèle sera effectuée. Veuillez noter que le professeur Montgomery a déjà utilisé cette procédure auprès de stagiaires francophones en enseignement ainsi que des professeurs universitaires francophones et a publié dans deux revues scientifiques de renom: (1) la Revue canadienne de l'Enseignement supérieur et (2) la Revue canadienne de l'Éducation (Montgomery et al. 2010a et b).

## Hypothèses

Il s'agit d'une **étude épidémiologique** qui permettra de déterminer la prévalence du stress et de ses manifestations chez les élèves francophones en milieu minoritaire linguistique.

Nos hypothèses sont les suivantes :

- Le questionnaire est efficace et efficient dans la recherche des sources du stress et des manifestations du stress;
- Une grande proportion d'élèves francophones vivant en milieu minoritaire linguistique subissent le stress et en subissent ses manifestations.

## Références

- Statistiques Canada (2014), Stress perçu dans la vie, *Feuillets d'information de la santé* (82-625-X) [http://www.statcan.gc.ca/pub/82-625-x/2015001/article/14187-fra.htm]
- Pratt, S., & George, R. (2005). Transferring Friendships: Girls' and Boys' Friendships in the Transition from Primary to Secondary School. *Children and Society*, 19, 16–26.
- Zeedyk, S., Gallacher, J., Henderson, M., Hope, G., Husband, B., & Lindsay, K. (2003). Negotiating the Transition from Primary to Secondary School: Perceptions of Pupils, *Parents and Teachers. School Psychology International*, 24(1), 67–79.
- Egido, J. A., Castillo, O., Roig, B., Sanz, I., Herrero, M. R., Garay, M. T., ... & Fernandez, C. (2012). Is Psycho-physical Stress a Risk Factor for Stroke? A Case-control Study. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 83(11), 1104-1111.
- Kirmayer, L. J. (2012). Changing Patterns in Suicide Among Young People, *CMAJ*, 184(9), 1015-1016.
- Dumont, M., Leclerc, D., & Deslandes, R. (2003). Ressources personnelles et détresse psychologique en lien avec le rendement scolaire et le stress chez des élèves de quatrième secondaire. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 35(4), 254.
- Lazarus, R. et Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Montgomery, C., Trumpower, D., McMurtry, A., Ghani, S., Daubney, A. & Guerin, E. (July, 2014). Adolescent Stress and Coping: A Meta-Analysis. *Ontario Health Promotion E-Bulletin (OHPE)*.
- Buissière P, Cartwright F, & Knighton T. (2004). À la hauteur: Résultats canadiens de l'étude PISA de l'OCDE. La performance des jeunes du Canada en mathématiques, en lecture, en sciences et en résolution de problèmes. Premiers résultats de 2003 pour les canadiens de 15 ans. *Ministre de l'Industrie*.
- Bouchard, L. et Desmeules, M. (2011). Minorités de langue officielle du Canada [electronic resource] : égales devant la santé? Québec [Que.]: Presses de l'Université du Québec, 2011 (Saint-Lazare, Québec : Canadian Electronic Library, 2011).
- Brantley, P. J., Waggoner, C. D., Jones, G. N., & Rappaport, N. B. (1987). A Daily Stress Inventory: Development, Reliability, and Validity. *Journal of Behavioral Medicine*, 10(1), 61-73.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 385-396.
- Fimian, M. J. (1984). The Development of an Instrument to Measure Occupational Stress in Teachers: The Teacher Stress Inventory. *Journal of Occupational Psychology*, 57(4), 277-293.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.

## Remerciements

Je tiens tout particulièrement à remercier Dr Cameron Montgomery pour son appui tout au long des démarches de la mise en œuvre du projet, ainsi que le bureau du PIRPC. La participation du Conseil scolaire de district catholique de l'Est ontarien (CSDCEO) et du Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario (CEPEO) est grandement appréciée.