



Le bien-être des jeunes adultes prestataires de soins poursuivant des études postsecondaires au Québec

Quel est l'objet de cette recherche?

Bien que l'on associe souvent la proche aidance aux adultes, plusieurs enfants, jeunes et personnes en début de vie adulte assurent aussi des soins informels. Or, les jeunes adultes qui jonglent avec des études postsecondaires, des responsabilités continues de soins, et parfois un emploi rémunéré, s'exposent davantage à des difficultés sur les plans émotionnel, psychologique et scolaire que les autres personnes aidantes. Les données disponibles sur ce groupe demeurent toutefois limitées.

La présente étude a comparé l'adaptation scolaire, émotionnelle et sociale de trois groupes de jeunes adultes poursuivant des études postsecondaires : les personnes offrant des soins sur une base régulière, celles ayant un proche malade, mais assumant peu ou pas de responsabilités de soins, et celles ne comptant aucun proche malade.

Ce qu'ont entrepris les chercheuses

Les chercheuses ont recruté 436 personnes de 18 à 30 ans poursuivant des études postsecondaires au Québec (Canada). La majorité (72,4 %) se disait de genre féminin, 22,8 %, de genre masculin et 4,7 % ont indiqué être transgenres, non binaires ou de genre fluide. Environ les deux tiers (64,4 %) habitaient avec au moins un parent, et un peu moins du quart (23,2 %) vivaient avec leurs deux parents. La majorité était aux études à temps plein (91,7 %) et occupait un emploi (71,3 %). L'échantillon était représentatif de l'ensemble des domaines d'études.

Les chercheuses ont eu recours à un questionnaire en ligne pour recueillir des informations sur le statut socio-économique des personnes participantes, l'état de santé de leurs proches et le soutien ou les soins qu'elles leur apportaient. Les expériences d'apprentissage ont été évaluées à l'aide

Informations importantes

La présence d'un proche malade ou en situation de handicap nécessitant des soins continus à domicile peut compromettre le bien-être émotionnel et la réussite scolaire des jeunes adultes qui lui apportent de l'aide. Cette étude s'intéresse aux conséquences de la proche aidance continue sur le parcours des jeunes adultes qui poursuivent des études postsecondaires. Les chercheuses ont observé que, malgré une autoévaluation positive de leur adaptation scolaire et sociale, les jeunes adultes ayant une charge de soins présentaient un risque plus élevé d'éprouver des difficultés émotionnelles et de connaître des perturbations dans leurs études, comparativement aux jeunes adultes qui côtoyaient un proche malade ou ayant une incapacité, sans toutefois lui offrir des soins, et aux jeunes adultes n'ayant aucun proche exigeant des soins. Les jeunes adultes ayant soin d'un proche étaient également plus susceptibles que les autres groupes de cohabiter avec la personne aidée, d'être des femmes et de poursuivre des études en travail social ou en éducation.

d'indicateurs objectifs (p. ex. redoublements, abandons) et de mesures subjectives autodéclarées portant sur l'adaptation scolaire, sociale et émotionnelle. Les personnes participantes ont été réparties en trois groupes en fonction de leur statut d'aidantes ou d'aidants : jeunes adultes prestataires de soins (JAPS), jeunes adultes ayant un proche malade, mais aucune responsabilité de soins (JASRS), et jeunes adultes sans proche malade (JASPM). Les réponses ont ensuite fait l'objet d'une comparaison entre les groupes.

Les constats des chercheuses

De l'échantillon, 122 personnes ont été classées dans le groupe JAPS, 105 dans le groupe JASRS et 209 dans le groupe JASPM. Un peu plus de la moitié des personnes participant à l'étude (227) disaient avoir un proche dont le fonctionnement était limité par une maladie ou une incapacité physique, un trouble mental ou des problèmes de santé mentale, une déficience intellectuelle ou un autre trouble neurodéveloppemental, une dépendance liée à l'âge, un problème de consommation de substances ou toute autre difficulté affectant son autonomie ou sa capacité à prendre soin de ses proches. Il y avait une proportion plus importante de femmes dans le groupe JAPS comparativement au groupe JASPM, et les personnes des groupes JAPS et JASRS étaient plus susceptibles de poursuivre des études en travail social ou en éducation.

Comparativement au groupe JASRS, les JAPS étaient plus susceptibles de cohabiter avec leur proche malade, le plus souvent leur mère ou leur partenaire. Les JAPS mentionnaient aussi plus fréquemment compter plus d'un proche nécessitant des soins (généralement les deux parents). En examinant les indicateurs objectifs, les chercheuses ont constaté que les JAPS étaient davantage susceptibles que les JASPM de signaler des interruptions ou une diminution de leur charge d'études, mais aucune différence notable n'a été observée entre les groupes quant au risque d'échec à un cours ou de redoublement.

Pour ce qui est de l'autoévaluation en matière d'adaptation scolaire, sociale et émotionnelle, les JAPS présentaient des scores inférieurs à ceux des groupes JASRS et JASPM sur l'indicateur d'adaptation personnelle et émotionnelle. C'étaient les JASPM qui affichaient les scores les plus élevés à cette mesure. Aucune différence importante n'a toutefois été observée entre les groupes en ce qui concerne la motivation et l'engagement scolaires autodéclarés ainsi que l'adaptation sociale. Dès lors, bien que leur engagement envers leurs études soit comparable à celui des autres groupes, les personnes du groupe JAPS ont connu davantage de

perturbations dans leurs études et de difficultés sur le plan émotionnel.

Ces conclusions rejoignent celles de travaux antérieurs selon lesquels les JAPS poursuivant des études postsecondaires courent un risque plus important que leurs pairs d'éprouver des difficultés émotionnelles et psychologiques. Dans l'ensemble, les personnes du groupe JAPS se révélaient les plus fragilisées sur le plan émotionnel, et celles du groupe JASRS étaient en moins bonne posture sur ce plan que celles du groupe JASPM. Les JAPS étaient également plus susceptibles que les JASRS de prodiguer des soins à leur mère ou à leur partenaire et de cohabiter avec leur bénéficiaire. Les résultats confirment les tendances observées dans les travaux de recherche antérieurs, à savoir que les femmes sont surreprésentées parmi les personnes aidantes. Ces observations suggèrent que la prise en charge par les jeunes adultes est façonnée par les attentes en matière de responsabilités familiales, par la proximité avec les proches nécessitant des soins ainsi que par les normes de genre.

Quelle est l'utilité de cette recherche?

Les établissements d'enseignement postsecondaire pourraient adopter des stratégies non stigmatisantes pour repérer les jeunes adultes qui ont une charge de soins, proposer des programmes flexibles et assurer un accompagnement scolaire ponctuel lorsque la personne prise en charge traverse une période difficile. De brèves interventions offrant des stratégies pour gérer le stress, organiser son temps et favoriser le bien-être émotionnel pourraient être mises en place, tout en éliminant les contraintes pratiques susceptibles d'entraver la réussite des jeunes prestataires de soins.

À propos des chercheuses

Aude Villatte est affiliée au Laboratoire de Psychologie de la Socialisation – Développement et Travail (LPS-DT) de l'Université Toulouse – Jean Jaurès, en France. **Marjorie Biau**, **Geneviève Piché**, **Rima Habib** et **Kelly Vetri** sont affiliées au Campus de Saint-Jérôme de l'Université du Québec en Outaouais, au Canada.

Pour de plus amples informations au sujet de cette étude, veuillez communiquer avec Aude Villatte à l'adresse aude.villatte1@univ-tlse2.fr.

Citation

Villatte, A., Biaud, M., Piché, G., Habib, R., et Vetri, K. (8 octobre 2025). Balancing care and academic goals: How young adult carers navigate higher education. *Frontiers in Education*, 10, 1645073. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1645073>

Financement de la recherche

L'étude a bénéficié d'une aide financière du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec (Canada).

Coup d'œil sur la recherche par Erika Cao

À propos de l'Institut Vanier de la famille

L'Institut Vanier de la famille s'est associé à l'Unité de mobilisation des connaissances de l'Université York dans le but de produire des publications de la série « Coup d'œil sur la recherche ».

L'Institut Vanier de la famille est un cercle de réflexion national et indépendant voué à l'amélioration du bien-être des familles en favorisant l'accessibilité et la pertinence de l'information. Occupant une place centrale au carrefour des réseaux éducatifs, de recherche, de politiques publiques et d'organismes qui s'intéressent à la famille, l'Institut s'emploie à communiquer des données factuelles et à accroître la compréhension à l'égard des familles au Canada dans toute leur diversité. Ce faisant, il contribue à la prise de décisions fondées sur des éléments probants pour améliorer leur bien-être.

Pour en savoir davantage au sujet de l'Institut Vanier, rendez-vous à l'adresse institutvanier.ca ou envoyez un courriel à info@institutvanier.ca.