

Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

TDAH, santé mentale, cognition et scolarité en temps de pandémie de la COVID-19

Chercheure étudiante

Pénélope Pelland-Goulet, M. Sc., Candidate au PhD en psychologie¹

Chercheuses principales

Hélène Brisebois, PhD²

Nathalie Gosselin, PhD¹

Affiliations

¹Département de psychologie, Faculté des Arts et des Sciences, Université de Montréal; Centre de recherche interdisciplinaire sur le cerveau et l'apprentissage (CIRCA); Laboratoire international de recherche sur le cerveau, la musique et le son (BRAMS); Centre de recherche sur le cerveau, le langage et la musique (CRBLM); ²Centre Alpha-Neuro, Collège Montmorency

Établissement gestionnaire de la subvention

Université de Montréal

Numéro du projet de recherche

2019-PZ-264929

Titre de l'Action concertée

Action Concertée du Programme de Recherche sur la persévérance et réussite scolaire

Partenaires de l'Action concertée

Le ministère de l'Éducation du Québec
et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

Remerciements

Nous tenons à exprimer notre gratitude envers le FRQSC et le ministère de l'Éducation du Québec de nous avoir donné l'opportunité de mener cette étude.

Merci également au CIRCA pour son financement à Pénélope Pelland-Goulet dans le contexte de ses études doctorales.

Un grand merci à nos collègues qui nous ont soutenu tout au long du parcours de la recherche.

Des sincères remerciements à tous les participants ayant accepté de s'impliquer dans ce projet.

En terminant, on tient à remercier les Collèges Montmorency et André-Grasset pour leur implication dans cette recherche.

Contexte et historique du projet

L'âge adulte émergent est une période développementale s'étendant de 18 à 25 ans. Durant cette période, les capacités de gestion du temps, d'organisation et de prise de responsabilité sont davantage sollicitées (Abecassis et al., 2017; Wolf, 2001), alors que l'encadrement parental et scolaire diminue (Arnett, 2007). Ainsi, l'arrivée aux études postsecondaires constitue un grand défi pour ces jeunes adultes (Arnett, 2007), défi qui est amplifié pour ceux qui présentent des difficultés d'autorégulation et d'organisation liées au trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Ce trouble neurodéveloppemental touche 3 à 4% des adultes canadiens (Hesson & Fowler, 2018; Polanczyk et al., 2007). Entre 2002 et 2012, le nombre de collégiens à besoins particuliers, largement représenté par le TDAH, s'est accru de 20% (Arim & Frenette, 2019; Ducharme & Montminy, 2015). Malgré l'importance de cette population dans les institutions d'enseignement postsecondaire, la recherche portant sur les collégiens ayant un TDAH reste limitée. En effet, la littérature scientifique sur le TDAH porte largement sur les enfants, et les recherches concernant les adultes n'isolent que rarement ceux âgés de 18 à 25 ans. Par ailleurs, les études explorant les fonctions cognitives des adultes émergents ayant un TDAH ne s'entendent pas toutes sur les atteintes liées au trouble. Quant à la santé mentale et au fonctionnement académique, cette population semble particulièrement à risque d'avoir une santé mentale fragile, notamment des symptômes anxiodépressifs (Caci et al., 2014; Rabiner et al., 2008; Weyandt et al., 2017) et de rencontrer de difficultés scolaires (Biederman et al., 2006; Green & Rabiner, 2012; Lewandowski et al., 2008; Reaser et al., 2007). La pandémie de COVID-19, en s'ajoutant au tableau, accentue le besoin de mieux comprendre cette population vulnérable.

Principales questions de recherche

Afin de combler ces lacunes, l'étude visait à établir un portrait du TDAH chez les adultes émergents collégiens selon quatre sphères: (1) les symptômes d'inattention, d'hyperactivité et d'impulsivité, (2) le fonctionnement cognitif, (3) la santé mentale, et (4) le fonctionnement académique, le tout en temps de

pandémie de COVID-19. Elle vise également à détailler les liens possibles entre les variables mesurées aux quatre objectifs spécifiques. Les collégiens ayant un TDAH ont été comparés aux collégiens neurotypiques à l'aide de questionnaires autorapportés, de tests neuropsychologiques et des bulletins scolaires des participants.

Principaux résultats

Symptômes associés au TDAH et fonctionnement cognitif. Les résultats indiquent que les participants ayant un TDAH ont rapporté plus de symptômes de TDAH que ceux ayant un développement neurotypique, et ces différences ont été corroborées par des tests mesurant l'inhibition motrice et l'attention soutenue. Cette dernière est notamment rapportée de façon consistante comme étant déficitaire chez les individus ayant un TDAH (Avisar & Shalev, 2011; Tucha et al., 2017).

Fonctionnement psychologique. Chez les deux groupes, les participants rapportent vivre de l'anxiété, qui est en moyenne tout juste sous le seuil clinique. Plus l'anxiété est élevée, plus les participants rapportent des symptômes d'inattention et d'hyperactivité. Cependant, le portrait est différent entre les groupes en ce qui concerne les relations entre l'anxiété et les scores au test d'attention soutenue. Chez les participants neurotypiques, plus l'anxiété est élevée, moins l'attention soutenue est efficace. Au contraire, chez les participants ayant un TDAH, plus l'anxiété est élevée, meilleure est l'attention soutenue. Ces différences sont importantes, puisqu'elles laissent entrevoir des divergences entre la manière dont la perception de ses propres capacités est associée à la réalité de celles-ci. Par ailleurs, la pandémie aurait eu un impact chez les deux groupes sur les plans de l'anxiété, de la solitude, de l'irritabilité et de la fatigue. Toutefois, chez les collégiens ayant un TDAH, les analyses corrélationnelles font ressortir plus d'associations entre la solitude et différents états, tels que l'anxiété, la fatigue, les inquiétudes et l'irritabilité. Nos résultats indiquent enfin des symptômes dépressifs légers chez les deux groupes.

Fonctionnement académique. Les résultats scolaires aux bulletins de l'automne 2019 à l'hiver 2021 sont équivalents entre les groupes et ont augmenté au début de la pandémie (hiver 2020), puis sont restés plus élevés jusqu'à l'hiver 2021. Il est possible que cette augmentation des notes soit liée à une diminution du cursus scolaire durant la pandémie. Chez les participants neurotypiques, de bonnes attitudes (p. ex., croire en des méthodes de travail efficaces) et habitudes scolaires (p. ex., poser des questions lorsque la matière est incomprise) sont associées à des résultats plus élevés. À l'inverse, chez les participants ayant un TDAH, les attitudes et comportements scolaires ne sont pas liés aux notes. Dans leur cas, on observe plutôt que plus les symptômes de TDAH sont perçus comme élevés, meilleurs sont les résultats scolaires. Des études supplémentaires seront nécessaires pour mieux comprendre les liens entre les symptômes de TDAH et les résultats scolaires.

Enfin, la majorité des participants ayant un TDAH sont inscrits aux Services d'aide aux étudiants (SAE), mais ont comme seule mesure le temps supplémentaire aux examens. Aucune différence n'est observée entre les résultats scolaires (moyenne des résultats scolaires et taux de réussite des cours) des participants inscrits ou non aux SAE. Ces données concordent avec certains résultats dans la littérature qui indiquent que le temps supplémentaire aux examens a peu d'impact sur la performance (Lovett & Leja, 2015).

Retombées et pistes d'action

La présente étude a permis de contribuer à l'avancement des connaissances à propos d'une population vulnérable et peu étudiée; les adultes émergents collégiens ayant un TDAH, en particulier quant à leurs symptômes de TDAH, leur fonctionnement cognitif, psychologique et académique, comparés à des collégiens neurotypiques. Des bilans d'évaluation neuropsychologique de recherche ont été remis aux participants ayant un TDAH qui en ont fait la demande pour transmettre les résultats à leur intervenant ou médecin. Ceux-ci avaient donc accès à un portrait des forces et faiblesses cognitives des étudiants et pouvaient ainsi dresser un plan d'accommodements personnalisé et efficace en ciblant spécifiquement

les besoins de chaque étudiant. À moyen terme, les résultats de nos travaux devraient contribuer à favoriser le cheminement et la réussite scolaire chez ceux-ci, notamment via l'évaluation de l'efficacité des mesures fournies par les SAE, et en créant un lien direct avec les intervenants.

Les données concernant les mesures d'aide offertes aux étudiants ayant un TDAH ne suggèrent pas qu'elles soient tout à fait efficaces. Plutôt que fournir une aide de type “*one-size fits all*”, il serait préférable d'évaluer les étudiants individuellement afin d'identifier leurs forces et faiblesses et de dresser un plan personnalisé d'accommodements (p. ex., utilisation de correcteurs pour réduire les erreurs d'inattention). Il serait également pertinent de mettre l'accent sur des mesures permettant d'améliorer leur fonctionnement académique (p. ex. séances d'enseignement des méthodes d'étude efficace).

Sur le plan de la santé mentale, les collégiens ayant ou non un TDAH démontrent des difficultés importantes. L'anxiété est au premier plan, mais il est également important de tenir compte des impacts de la pandémie de COVID-19 sur les états émotionnels (irritabilité, solitude, etc.). De plus, la perception des étudiants ont de leurs capacités cognitives et à performer dans un milieu académique ne seraient pas tout à fait représentatives de leurs capacités réelles et pourraient affecter tant leur santé mentale que leur réussite scolaire. Actuellement, une minorité des étudiants évalués utilise les services d'aide psychosociale des cégeps, qui sont peu accessibles et connus, et qui se limitent à la gestion de crise. Il est primordial de promouvoir et de bonifier l'offre de suivi psychosocial pour les étudiants. De plus, l'établissement de ponts entre les institutions d'enseignement et de santé serait à mettre en place afin d'établir un filet social pour favoriser le fonctionnement optimal des collégiens.

Enfin, la solitude marquée des participants en période de pandémie et les impacts de celle-ci sur la santé mentale, surtout chez les participants ayant un TDAH, démontre l'importance de faciliter les liens interpersonnels entre les étudiants. Des activités d'intégration pourraient être bonifiées afin de favoriser la socialisation des étudiants entre eux. De plus, la mise de l'avant du tutorat par les pairs, service existant

déjà dans les SAE mais qui est peu utilisé, pourrait se montrer efficace (Plumer & Stoner, 2005). Non seulement les étudiants pourraient apprendre dans un contexte hors classe et améliorer leur réussite, mais ils auraient également l'occasion d'avoir des contacts sociaux avec leurs pairs de manière régulière.

Afin de mettre en place ces propositions, il importe d'évaluer à large échelle la dimension émotionnelle, dont l'anxiété et la solitude, les attitudes et comportements scolaires, et les difficultés neuropsychologiques afin d'identifier les étudiants à risque, qu'ils aient un TDAH ou non. Ceux-ci devraient être rencontrés afin de cibler leurs difficultés et les outils personnalisés à mettre en place pour les aider à améliorer leur fonctionnement scolaire. Étant donné les liens étroits entre les symptômes émotionnels, les symptômes de TDAH et le fonctionnement scolaire, il va de soi qu'une collaboration entre les différentes instances des établissements d'enseignement s'impose afin de répondre de manière concertée aux besoins des étudiants et pour leur permettre de se développer à leur plein potentiel. Ainsi, les neuropsychologues, les intervenants psychosociaux, les orthopédagogues et le corps professoral devraient être mis à contribution pour offrir un suivi personnalisé adapté aux besoins individuels des étudiants. À noter l'importance de l'évaluation personnalisée à la base de la mise en place des ressources efficaces. La neuropsychologie scolaire est toujours peu présente dans les institutions d'enseignement collégiaux alors qu'elle fait partie des services offerts au primaire, au secondaire et à l'université.