



Mémoire de la Coalition des psychologues du réseau public québécois (CPRPQ)
présenté au Ministère de l'Éducation dans le cadre des
Rendez-vous pour la réussite éducative : l'éducation au-delà de la pandémie

9 avril 2021

La Coalition des psychologues du réseau public québécois (CPRPQ) est un organisme sans but lucratif qui a été créé afin d'augmenter l'accessibilité aux psychologues dans le réseau public, de freiner l'exode des psychologues du réseau public vers le privé et de réduire les préjudices que cet exode entraîne auprès de la population. Il est possible de nous contacter à l'adresse courriel suivante : coalition.psy@hotmail.com. Vous pouvez aussi consulter notre site web : www.coalitionpsy.org

Axe 1 : la réussite éducative et le rattrapage

Plusieurs élèves ont accumulé des retards académiques en raison de la fermeture des écoles. De plus, un bon nombre de jeunes rapportent qu'il est plus difficile pour eux de se concentrer lors des cours en ligne que lors de cours en classe. Les retards accumulés, en plus du stress général engendré par le contexte de la pandémie, interfèrent avec les apprentissages scolaires. En effet, le stress entraîne des préoccupations qui réduisent les capacités d'attention et de concentration et diminuent la disponibilité aux apprentissages. Le stress et l'anxiété générés ou exacerbés par la pandémie rendent donc l'étude plus difficile et peut favoriser des comportements d'évitement (par exemple, éviter d'étudier ou s'absenter de l'école). De plus, les jeunes présentant des difficultés d'apprentissage ont été particulièrement affectés par la fermeture des écoles. Ces derniers, ainsi que les autres élèves ayant accumulés des retards, devraient pouvoir avoir accès à du tutorat ou à des services en orthopédagogie pour assurer leur réussite. Des mesures plus spécifiques (par exemple, offrir du temps supplémentaire pour la rédaction des travaux et examens) pourraient également être indiquées selon les besoins.

Pour être en mesure de rattraper leurs retards académiques, les élèves doivent toutefois être psychologiquement disponibles. Les problèmes relatifs à la santé mentale, très répandus chez les jeunes, rendent le rattrapage, la rédaction de travaux scolaires et l'étude beaucoup plus ardues, voire quasiment impossible pour certains. Pour ces jeunes, l'accès à des services psychologiques devrait faire partie du plan de rattrapage scolaire.

Axe 2 : l'organisation scolaire et les encadrements pédagogiques

Manque de psychologues dans les écoles

Dans plusieurs centres de services scolaire à travers le Québec, il n'y a qu'un psychologue pour plus de 2 000 élèves. Par exemple, au Centre de services scolaire de Montréal, il y a seulement un psychologue pour environ 2 750 élèves, ce qui est grandement insuffisant considérant la prévalence importante des problèmes de santé mentale chez les jeunes. Depuis plusieurs années, les psychologues sont de moins en moins présents dans le réseau de l'éducation et quittent pour aller travailler au privé. Ils desservent souvent plusieurs écoles (parfois un même psychologue est responsable de plus de 5 écoles). Les psychologues reçoivent beaucoup de demandes et n'ont souvent pas le temps d'offrir de la psychothérapie aux jeunes, même lorsque cela est indiqué. En raison de la pénurie de psychologues dans les écoles, ceux qui restent doivent se concentrer sur la gestion de crises et les évaluations. Il y a donc urgence d'agir pour résoudre les problèmes majeurs de rétention et d'attraction des psychologues dans le réseau public de l'éducation. En attirant plus de psychologues dans les écoles, plusieurs souffrances et conséquences sociétales graves et coûteuses pourraient être évitées. Plusieurs problématiques de

santé mentale se développent à l'adolescence et plus le traitement psychologique est offert rapidement, plus les chances de rétablissement sont élevées.

Présentement, seulement **25%** des **nouveaux psychologues** choisissent de travailler dans le réseau public après leur doctorat. Il serait toutefois nécessaire de recruter l'ensemble des finissants pour combler les besoins de main-d'œuvre en psychologie d'ici 2023 (Morency & Roy-Lemire, 2018). Deux **sondages**, un effectué auprès des psychologues et un autre auprès des doctorants en psychologie, démontrent que la raison première pour laquelle les psychologues choisissent de travailler dans le secteur privé est le **salaire plus élevé** (sondages de la FIDEP (2020) et de l'APTS, CSQ, FTQ & CSN, (2019)).

Il est important de mentionner que tous les professionnels impliqués dans le milieu scolaire sont importants (travailleuses sociales, psychoéducatrices, éducatrices spécialisées, ergothérapeutes, etc.), mais ils ne sont pas interchangeables. Les psychologues et neuropsychologues jouent un rôle unique auprès des jeunes en effectuant des évaluations et en prodiguant des **traitements** pour des problématiques variées telles que les troubles alimentaires, l'automutilation, les troubles de stress post-traumatique, les idéations suicidaires, les troubles d'apprentissage, etc. Il s'agit d'un service essentiel auquel les jeunes devraient avoir accès. À défaut d'avoir accès aux psychologues, les jeunes obtiennent du soutien émotionnel ou une intervention de crise. Bien que ces interventions soient importantes et efficaces à court terme, elles ne constituent pas un traitement. Ceux qui ont besoin d'une **psychothérapie** et n'y ont pas accès verront leurs problèmes persister et s'aggraver puisqu'ils ne seront pas **traités**, pouvant mener au décrochage scolaire. Les difficultés d'apprentissage non diagnostiquées peuvent également pousser un jeune à abandonner l'école.

Il est donc important de faire la distinction entre la prévention, le dépistage et l'intervention. Ces trois composantes sont importantes, mais l'intervention psychologique et la psychothérapie doit absolument rester dans l'offre de service. Sinon, le phénomène des portes tournantes continuera d'augmenter, et cela ira de pair avec l'allongement des listes d'attente. Ce phénomène entraîne des coûts très élevés pour notre société. Le manque d'accès aux services des psychologues contribue également à l'augmentation des prescriptions d'antidépresseurs chez les jeunes. À titre d'exemple, une augmentation de 21 % des prescriptions d'antidépresseurs chez les adolescentes de 17 ans et moins est notée en comparant les mois de décembre 2019 et décembre 2020 (Le Devoir, mars 2021).

L'école est un milieu de vie de prédilection pour dépister et intervenir sur les problèmes de santé mentale. L'accès au psychologue au sein même de l'école fait en sorte que les jeunes les plus vulnérables et qui ont le plus besoin d'aide psychologique sont en mesure de recevoir des services (par exemple, ceux qui ont des parents moins impliqués ou trop occupés pour organiser des rendez-vous, ou encore ceux qui ne sont pas à l'aise de parler de leurs difficultés avec leurs parents).

Le psychologue scolaire est également formé pour agir à titre de consultant auprès des autres professionnels de l'équipe-école, ce qui peut favoriser le bien-être et la rétention des enseignants et des autres acteurs du milieu scolaire. L'arrivée d'un psychologue/neuropsychologue dans une école peut donc avoir un impact majeur pour les élèves, mais aussi pour les autres employés qui se sentiront plus soutenus pour aider les jeunes qui présentent des problèmes de santé mentale ou des difficultés d'apprentissage.

Actuellement, nous observons des inégalités se creuser dans la population. D'abord, les familles aisées obtiennent des services de psychologues au privé, alors que les jeunes plus démunis voient leur état ainsi que leurs résultats scolaires se détériorer. De plus, les jeunes qui présentent des problèmes de santé mentale complexes, ne pouvant être pris en charge au privé et requérant une équipe multidisciplinaire, comme cela serait possible dans le milieu scolaire, auront plus de difficulté à accéder à de tels services que les jeunes qui ont des problèmes moins sévères.

Il est important de mentionner qu'un sondage récent indique que 92 % des québécois veulent que l'accès aux psychologues soit amélioré dans le réseau public spécifiquement (CPA, CPAP & Nanos, 2020).

Axe 3 : le bien-être et la santé mentale

Pandémie et santé psychologique des jeunes

Plusieurs élèves, ayant perdu leurs repères pendant la pandémie, n'arrivent plus à se concentrer, peinent à dormir, perdent l'appétit, sont déprimés ou ont commencé à faire des attaques de panique. Tel que discuté précédemment, les problèmes de santé mentale interfèrent avec le fonctionnement scolaire des élèves et augmentent les risques de décrochage scolaire. Une étude récente démontre qu'actuellement la moitié des adolescents et des jeunes adultes présentent des symptômes compatibles avec un **épisode dépressif majeur** ou un **trouble d'anxiété généralisée** (Généreux, 2020).

Nous savons également que le nombre d'adolescents présentant une **détresse élevée** a doublé depuis le début de la pandémie, atteignant au moins 60% (La Tribune, 26 octobre 2020). Plusieurs jeunes sont grandement affectés par le manque de contacts sociaux et s'ennuient de leurs amis qui sont, à cet âge, essentiels à leur développement, autant cognitif qu'affectif.

Les élèves qui ont un suivi auprès d'un psychologue partagent leurs inquiétudes en lien avec leur réussite scolaire, leur avenir, les adultes qui les entourent, mais aussi leurs préoccupations par rapport à leurs amis qui ne sont pas en mesure d'obtenir un soutien psychologique. Certains de leurs amis leur confient qu'ils songent à s'enlever la vie ou qu'ils ne dorment presque plus. En plus du stress inhérent à la pandémie, certains jeunes vivent donc avec des préoccupations en lien avec leurs amis et vivent beaucoup d'impuissance dans ce contexte. Certains sont victimes ou témoins de violence à la maison.

La majorité des jeunes qui demandent un suivi auprès d'un psychologue du réseau public de l'éducation n'en obtiennent pas dans des délais raisonnables ou n'en obtiennent pas du tout. Les problématiques de santé mentale affectent la capacité de ces jeunes à réussir à l'école et à développer leur plein potentiel. Ces problèmes engendrent des coûts élevés au gouvernement en termes de visites médicales, d'hospitalisation, de médication, etc. Actuellement, au moins 40 % des visites médicales seraient reliées à des difficultés en lien avec la santé mentale, alors que la plupart des médecins sont très peu formés pour intervenir dans ce domaine.

Impact des problèmes de santé mentale des parents sur leurs enfants

Un adulte sur quatre présente des symptômes de dépression majeure et d'anxiété généralisée (Généreux, 2020). Malheureusement, un parent affligé d'un problème de santé mentale augmente le

risque que son enfant en soit lui-même affligé. Il serait également important que ces parents aient accès aux services appropriés pour ensuite être plus disponibles pour aider leurs enfants.

Conclusion

De multiples facteurs influencent la réussite éducative de nos jeunes québécois. Ce mémoire ne se veut pas une revue exhaustive de toutes ces variables. Il est toutefois essentiel que les élèves qui souffrent de problèmes de santé mentale ou de difficultés scolaires puissent bénéficier de l'expertise des psychologues/neuropsychologues. Cela évitera que leur souffrance devienne plus ancrée, plus complexe et finalement, chronique. Par exemple, des symptômes dépressifs légers qui n'ont pas pu être traités avec de la psychothérapie, peuvent s'intensifier et s'amalgamer avec un problème de dépendance. Cela changera complètement le cours de la vie de ce jeune et le rendra beaucoup moins disponible aux apprentissages. Il ne va sans dire que les problèmes de santé mentale ainsi que les troubles d'apprentissage non diagnostiqués contribuent au décrochage scolaire.

La pénurie de psychologues dans le réseau public contribue grandement aux difficultés d'accès des jeunes à ces professionnels. Il est primordial de s'assurer d'attirer et de retenir les psychologues dans le réseau public. Pour ce faire, il faut améliorer la reconnaissance de cette profession, autant au plan salarial que de l'autonomie professionnelle. Cela permettra aux jeunes de recevoir les services dont ils ont tant besoin et de diminuer significativement les dépenses de l'état engendrées par le décrochage scolaire, les visites médicales répétées, les hospitalisations et les médicaments psychotropes.

La Coalition des psychologues du réseau public québécois (CPRPQ) est disponible pour travailler en collaboration avec le gouvernement, afin d'assurer l'accessibilité aux services des psychologues dans le réseau scolaire et de permettre à tous les élèves de développer leur plein potentiel.

Références

CPA, CPAP & Nanos (2020). Strong majority want improved access to psychologists: Quebec, Provincial Survey, December 2020.

FIDEP, Rapport-Synthèse : Évaluation du programme de bourses pour les internats en psychologie au Québec. 2020.

Généreux, M. (2020). *Santé psychologique au Québec : trouver des solutions collectivement*. <https://www.usherbrooke.ca/actualites/nouvelles/nouvelles-details/article/44086/>, repéré en ligne le 8 décembre 2020.

La Tribune, 26 octobre 2020. Les ados du Québec en détresse, montrent les résultats préliminaires d'une étude.

Le Devoir, 11 mars 2021. Hausse marquée des prescriptions d'antidépresseurs chez les adolescentes.

Morency, C.-A. & Roy-Lemire, M.E. *Portrait de la main-d'oeuvre psychosociale*, Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, avril 2018.