



Nos enfants, ados et jeunes adultes: les proches aidants « invisibles » de notre société

Selon une étude récente, environ **21 pourcent** des étudiants de postsecondaire au Québec soutiennent un proche atteint d'une maladie ou d'un handicap

Montréal le 20 janvier 2025 – Selon **Aude Villatte**, professeure à l'unité de formation et de recherche de psychologie de l'**Université de Toulouse Jean Jaurès** (laboratoire PS-DT) et professeure associée au département de psychoéducation et de psychologie de l'**Université du Québec en Outaouais**, les jeunes personnes proches aidantes sont un phénomène émergent au Québec qui est reconnu comme un problème de santé publique en raison de sa prévalence élevée et de ses impacts sur nos jeunes. « Ce projet a permis de dresser un portrait de ces jeunes aidants au Québec et d'explorer les impacts de leur rôle d'aidant sur leur développement personnel, leur adaptation psychosociale et scolaire, ainsi que sur leur bien-être global, » explique la chercheuse. « L'étude conclut sur l'importance d'accompagner davantage les jeunes adultes aidants pour soutenir leur expérience scolaire, leur santé mentale et leur future vie d'adulte, d'où le défi de repérer ces jeunes aidants afin de leur offrir un soutien adapté à leurs besoins. »

L'impact du rôle d'aidant sur la scolarité

La recherche, intitulée *Étude sur les élèves et les étudiant.es soutenant un.e proche au Québec* (ES PQ), a été réalisée par le Laboratoire de recherche et d'actions pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale et leurs proches ([LaPProche](#)). L'étude visait à brosser le portrait de l'expérience scolaire des jeunes adultes aidants en les comparant à leurs pairs ayant un proche malade mais non-aidants et leurs pairs sans proche malade. « Nous avons voulu évaluer au moyen d'un questionnaire, les implications sur l'expérience scolaire d'être confrontés aux difficultés d'un proche en assumant le rôle d'aidant, » précise Aude Villatte. Les indicateurs objectifs utilisés étaient par exemple, le nombre de redoublements et d'interruption d'études, alors que les indicateurs subjectifs étaient basés sur une auto-évaluation des répondants de leur adaptation académique, sociale et émotionnelle.

La famille d'abord

Les jeunes personnes qui assument un rôle d'aidant soutiennent habituellement un parent atteint d'un trouble mental, d'une maladie physique, d'une invalidité ou de troubles liés au vieillissement. « Ces jeunes aident souvent leur mère par exemple, » note Aude Villatte, « mais peuvent aussi prendre soin d'un grand-parent, d'un frère, d'une sœur ou même d'un membre éloigné de la famille. » Les données de l'enquête ont également démontré qu'environ un tiers des jeunes personnes proches aidantes prennent soin d'au moins deux personnes de leur entourage, qu'un jeune sur trois consacre de 11 à 20 heures par semaine à soutenir un ou plusieurs proches avec certains atteignant même cinquante heures!

Les défis des jeunes adultes aidants

Si le rôle de proche aidant peut permettre de se sentir utile et d'apprendre sur soi, il expose les jeunes adultes aidants à des défis pouvant affecter leur santé et leur adaptation psychosociale et scolaire. Plusieurs répondants ont exprimé leurs difficultés à trouver un équilibre et à répondre à leurs propres besoins estimant que leur responsabilité pouvait limiter le temps et l'énergie disponibles pour leurs études, leurs amis, des loisirs et de saines habitudes de vie. Intégrer leur rôle de proche aidant dans leur identité en plein développement pose aussi problème quand vient le temps d'explorer d'autres intérêts et talents ou de se projeter dans l'avenir ou de se sentir à sa place parmi les autres jeunes. Enfin, un autre grand défi réside dans le manque de soutien dans leur milieu. « Plusieurs jeunes ne se sentent pas reconnus par leur entourage y compris les parents qui sous-estiment leur contribution, » note Aude Villatte. « Certains cachent même leur situation à l'école d'où cette invisibilité qui les affecte tant. »

Documenter la jeune proche aideance pour sensibiliser et outiller le milieu scolaire

« L'objectif de nos recherches est de documenter le phénomène des jeunes aidants au Québec en trois volets incluant le primaire (7 à 12 ans), le secondaire (12 à 18 ans) et le postsecondaire (18 ans et +) afin de sensibiliser les établissements scolaires et de les outiller face à cette réalité, » explique Aude Villatte. « Il est crucial que le milieu scolaire reconnaisse que nos jeunes aidants, quel que soit leur âge, ont besoin de soutien et doivent être entendus, compris et aidés. Savoir les repérer et leur offrir ce soutien, voilà notre défi. » Lors de la diffusion officielle des résultats, l'équipe de recherche dévoilera certains outils développés dans le cadre du projet dont une formation sur la jeune proche aideance destinée aux milieux postsecondaires et un questionnaire en ligne visant à aider l'identification des enfants à risque de jouer un rôle d'aidant.

Notons que l'étude a été mandatée par le ministère de l'Enseignement supérieur, en collaboration avec le ministère de l'Éducation et le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

À propos d'Aude Villatte, Ph. D.

Professeure des Universités en Psychologie du développement et de l'éducation au sein de l'Unité de Formation et de Recherche de Psychologie de l'Université de Toulouse Jean Jaurès en France depuis septembre 2023 et responsable scientifique de l'une des équipes de recherche du [Laboratoire de Psychologie de la Socialisation – Développement et Travail \(LPS-DT\)](#), Aude Villatte consacre ses travaux de recherche au vécu des adolescents et jeunes en transition vers l'âge adulte dit vulnérables (en raison d'un rôle d'aidant, d'une identité stigmatisée ou d'une adversité familiale). Elle a été professeure au Département de psychologie et de psychoéducation de l'Université du Québec en Outaouais (UQO) pendant dix ans avant d'occuper un poste de Professeure des Universités en France. Depuis son départ, elle occupe le poste de professeure associée à l'UQO, ce qui lui permet de poursuivre les travaux qu'elle avait entamés au Québec, notamment dans le domaine de la jeune aideance. Elle continue également à siéger sur le comité d'experts de l'*Observatoire* québécois de la Proche Aideance.

(30)

Pour informations et entrevues :

Nathalie Roy,

Relations de presse

nathalie.roy@bell.net

(514) 889-3622