

# L'effet de la pandémie du Covid-19 sur le niveau d'anxiété chez les étudiants universitaires

Annabelle Emma Pitre, Alissa Hachey, Amélie Rousselle et Crystal Comeau-Boulay  
Étudiantes de 3<sup>e</sup> année en sc. infirmière à l'UMCS, site de Bathurst

## Résumé

Depuis mars 2020, la déclaration de la pandémie s'est faite et les étudiant(e)s universitaires auront besoin d'aide plus qu'auparavant au niveau de leur anxiété. En tant qu'étudiante en 3<sup>e</sup> année du baccalauréat en science infirmière, cette pandémie nous affecte également de plusieurs façons à ce niveau. La difficulté des cours universitaires, la santé physique et la vie sociale sont des choses qui touchent au déclin de la santé mentale, soit plus spécifiquement l'anxiété chez ces derniers<sup>1</sup>. Comme de fait, des statistiques démontrent que 71,26% des étudiant(e)s universitaires ont exprimé un niveau d'anxiété plus élevé depuis la pandémie<sup>1</sup>. Nous avons choisi de faire une étude de type qualitative descriptive dans le but d'explorer la perception des étudiant(e)s universitaires sur comment la vie étudiante universitaire pendant la pandémie de la Covid-19 a affecté leur niveau d'anxiété.

## Méthodologie

**Question :** Quelle est l'expérience de la vie universitaire pendant la pandémie de la Covid-19 sur le niveau d'anxiété des étudiants universitaires?  
**Recrutement :** Échantillonnage par réseaux (boule de neige)  
**Critère d'inclusion :** Fréquente un des trois campus de l'université de Moncton depuis le 16 mars 2020 à présent.  
**Critère d'exclusion :** ne doivent pas avoir un diagnostic de trouble d'anxiété ou un autre trouble afférent.  
**Déroulement :** Entrevue semi-dirigée (durée de 10 à 15 minutes)  
**Éthique :** les trois principes, soit le respect de la personne, la préoccupation pour le bien-être et la justice ont été appliqués  
**Sujet pour l'entrevue :** la perception et le niveau d'inquiétude face à la Covid-19 en général ; la vie universitaire avant et après la pandémie ; l'affect de la diminution des activités universitaires ; les résultats académiques avant et après la pandémie ; l'impact de l'environnement de l'étudiant(e) ; perception du niveau d'anxiété avant et après la pandémie en générale ; perception du niveau d'anxiété avant et après la Covid-19 sur la vie universitaire.

## Analyse des résultats

Voici les thèmes ressortis dans chacune des catégories d'après les cinq entrevues faites

### La perception et le niveau d'inquiétude face à la Covid-19 en général

- Inquiétude de l'inconnue
- ↓ inquiétude avec mesures sanitaires
- Soulagement

### La vie universitaire avant et après la pandémie

- ↓ de la vie sociale associée aux études
- ↓ d'interaction physique
- ↑ la socialisation en ligne

### L'affect de la diminution des activités universitaires

- ∅ affect généralement
- ∅ temps pour participation
- ↓ interactions avec les ami(e)s
- retrait de sport affect négativement la morale et la socialisation.

### Les résultats académiques avant et après la pandémie

- Résultats similaires ou meilleures
- ↓ motivation
- Format des tests changés
- Période d'adaptation au début.

### L'impact de l'environnement de l'étudiant(e)

- ∅ séparation de vie personnelle et scolaire
- Appartement (↑ productivité, concentration, ↓ distraction)
- Maison (↑ support morale, ↓ coût)

### La perception du niveau d'anxiété avant et après la pandémie en générale

- Avant : anxiété gérable
- Après: anxiété liée aux pertes des capacités sociales et crises anxieuses plus fréquentes.
- Généralement l'anxiété augmente après.

### La perception du niveau d'anxiété avant et après la Covid-19 sur la vie universitaire

- Adaptation technologique
- ↓ temps disponible pour faire les travaux
- Travail d'équipe plus stressant en ligne qu'en présentiel
- Charge de travail ↑
- Examen plus difficile
- Sentiment d'isolation
- ↓ des connexions avec étudiants

## Recommandation

À la suite de notre recherche sur comment la vie étudiante universitaire pendant la pandémie de la Covid-19 a affecté leur niveau d'anxiété, nous recommandons en tant qu'étudiantes infirmières que la promotion de la santé mentale soit augmentée et que des outils de socialisation soient disponibles. Également, les infirmières qui travaillent en milieux universitaires pourraient parler davantage des ressources disponibles pour les étudiants(e)s afin que ces derniers soient au courant et qu'ils ne soient pas gênés d'utiliser ces outils pour diminuer leurs anxiétés. Finalement, l'infirmière et l'université pourraient mettre en place sur le site internet universitaire un endroit où les étudiant(e)s peuvent partager leur recommandation pour améliorer les cours en ligne ou d'autres aspects de la vie universitaire qu'ils leur causent du stress. Nous suggérons qu'une autre recherche pourrait être effectuée chez des étudiant(e)s qui fréquentent le campus de Shippagan ou d'Edmundston, car nos participants fréquentaient tous le campus de Moncton.

## Remerciement

Nous voudrions remercier sincèrement les étudiant(e)s universitaires de Moncton d'avoir participé à notre recherche, car sans eux celle-ci n'aurait pas été possible. Nous voulons également remercier notre professeure Natacha LeBreton pour le bel encadrement tout au long du projet.

*Référence :* 1. Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A. et Sasangohar, F. (2020). Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: cross-sectional survey study. *Journal of medical Internet research*, 22(9), e22817. doi: 10.2196/22817