



Usages des mesures liées à la compétence et au bien-être numériques par les personnes étudiantes du collégial à besoins particuliers au Québec

Use of Digital Well-Being and Competence Supports by College Students With Special Needs in Quebec

<https://doi.org/10.18162/ritpu-2024-v21n2-11>

Marie-Eve GONTHIER ✉ Université du Québec à Rimouski, Canada

Edith JOLICOEUR ✉ Université du Québec à Rimouski, Canada

Séverine PARENT ✉ Université du Québec à Rimouski, Canada

Mis en ligne : 19 novembre 2024

Résumé

Cet article aborde l'usage des mesures de soutien au développement de la compétence numérique des personnes étudiantes d'un établissement collégial du Québec. Il s'intéresse notamment aux étudiantes et étudiants à besoins particuliers (EBP) et au bien-être numérique, qui est un aspect intégré à la compétence numérique. Les personnes répondantes ($N = 91$) ont rempli un questionnaire en ligne afin de nous informer de leur connaissance et de leur utilisation des mesures de soutien mises à leur disposition, notamment celles susceptibles de soutenir leur compétence et leur bien-être numériques. Des entretiens ont également permis d'approfondir leurs propos. Les résultats montrent que les personnes étudiantes ont peu tendance à utiliser les mesures, incluant celles qui pourraient favoriser leur bien-être, et préfèrent se diriger vers un soutien de nature humaine.

Mots-clés

Compétence numérique, bien-être numérique, personnes étudiantes à besoins particuliers, mesures de soutien

Abstract

This article discusses the use of measures to support Quebec college students in developing of digital competence. It focusses on students with special needs and on digital well-being, which is an integral aspect of digital competence. Respondents ($N = 91$) completed an online survey about their awareness and use of the available supportive measures, particularly those likely to support their digital competence and well-being. Interviews also explore their responses in more detail. Results show that students are not very likely to use the supportive measures, including those that could enhance their well-being, and prefer to seek personal support.



Keywords

Digital competence, digital well-being, students with special needs, supportive measures

Introduction

Cet article s'intéresse au développement de la compétence et du bien-être numériques des personnes étudiantes du collégial en accordant une attention particulière à celles qui éprouvent des besoins particuliers. Il dresse un portrait des besoins des étudiantes et étudiants d'un cégep du Québec, ainsi que des mesures de soutien, également nommées dispositifs de soutien, mises à leur disposition dans leur établissement. D'après le Cadre de référence de la compétence numérique (Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur [MEES], 2019) :

La compétence numérique est définie par un ensemble d'aptitudes relatives à une utilisation confiante, critique et créative du numérique pour atteindre des objectifs liés à l'apprentissage, au travail, aux loisirs, à l'inclusion dans la société ou à la participation à celle-ci. (p. 7)

Ce cadre de référence propose 12 dimensions. Parmi celles-ci, celle d'*agir en citoyen éthique à l'ère du numérique* aborde la notion de bien-être. Elle implique selon le cadre notamment d'avoir conscience des répercussions du numérique sur son bien-être physique et psychologique. Pour cette recherche, nous nous sommes intéressées aux divers cadres de référence abordant la ou les compétences numériques. Il apparaît que les cadres recensés abordent tous le bien-être, plus spécifiquement en lien avec une notion d'équilibre et de détection d'une dépendance.

Cette recherche s'inscrit au sein du projet de l'Université du Québec *Transitions réussies vers les études supérieures : un défi interordres*, qui regroupe plusieurs établissements universitaires du Québec et dont l'objectif est de construire un modèle de soutien aux transitions interordres. Il s'agit d'une initiative du Plan d'action pour la réussite en enseignement supérieur (PARES) du ministère de l'Enseignement supérieur du Québec. Notre regroupement régional, par l'entremise du projet Compétence numérique interordres (CNIO), s'intéresse au développement de la compétence numérique. Notre objectif est ainsi de documenter, d'identifier et d'évaluer les mesures de soutien favorisant le développement de la compétence et du bien-être numériques mises en place dans un établissement collégial.

Ce projet de recherche accorde une attention particulière aux étudiantes et étudiants à besoins particuliers (EBP), qui éprouvent différents types de difficultés (p. ex., trouble du langage, dyslexie, dysorthographe, anxiété, déficience auditive). Le ministère de l'Enseignement supérieur (2023) fait la distinction entre les EBP et les personnes en situation de handicap. Selon l'Office des personnes handicapées du Québec, le terme « personne en situation de handicap » désigne les personnes qui font face à des obstacles dans leur vie quotidienne. Ainsi, un individu peut être en situation de handicap de façon temporaire, selon sa situation et les obstacles rencontrés. Les personnes en situation de handicap sont de plus en plus nombreuses dans les établissements collégiaux (Fédération nationale des enseignantes et des enseignants du Québec [FNEEQ-CSN], 2022). Effectivement, entre 2012-2013 et 2019-2020, le nombre d'étudiantes et étudiants en situation de handicap est passé d'un peu plus de 8 000 à près de 22 000, ce qui représente une hausse importante. Cette situation a des répercussions sur les besoins des EBP, ce qui amène une augmentation des demandes de soutien pour les services adaptés des collèges selon la FNEEQ-CSN (2022). Dans cette recherche, les personnes considérées comme EBP connaissent des difficultés d'apprentissage, diagnostiquées ou non (p. ex., dyslexie, dysorthographe, autre trouble

spécifique d'apprentissage) ou toute autre situation de handicap engendrant des défis dans leur cheminement scolaire (p. ex., anxiété, déficience auditive, handicap physique). Les EBP vivent certains défis au cours de leur cheminement aux études supérieures (FNEEQ-CSN, 2022). Ces difficultés ne sont pas nécessairement attribuables à une condition physique ou psychologique. Elles sont liées, entre autres, à la mise en relation de diverses caractéristiques (socioéconomiques, relatives à l'identité, à l'établissement, etc.) qui peuvent agir sur la personne.

Dans cet article, nous aborderons d'abord la question du développement de la compétence et du bien-être numériques tout en établissant des liens avec la population ciblée dans le cadre de cette recherche, c'est-à-dire les EBP.

Puis, le concept de bien-être numérique, en lien avec divers modèles de développement de la compétence numérique, sera défini. La méthodologie, les résultats, obtenus par l'entremise d'un questionnaire et d'entretiens, et la discussion seront ensuite présentés. Nous concluons l'article par des suggestions de pistes pédagogiques favorisant le développement de la compétence et du bien-être numériques.

Problématique

Le développement de la compétence et du bien-être numériques chez les personnes étudiantes du collégial

Le développement de la compétence numérique occupe une place primordiale dans l'ensemble de la communauté éducative du Québec (MEES, 2019). En ce sens, le Cadre de référence de la compétence numérique du ministère souligne l'importance de la compétence numérique dans le parcours scolaire de la personne étudiante. Une de ses dimensions propose d'*agir en citoyen éthique à l'ère du numérique* et aborde le bien-être numérique. Le bien-être numérique peut être défini comme la capacité de concilier la santé, la sécurité et le bonheur en prenant en compte les multiples aspects de nos vies numériques. Il est lié à nos agissements en mode virtuel (Feerrar, 2022). La capacité de gérer les exigences liées au numérique et à l'utiliser sans distraction sont des aspects incontournables du bien-être numérique (Jisc, 2006). Le numérique fait maintenant partie intégrante de la vie des jeunes, ce qui peut avoir un impact sur leur bien-être. Leurs relations sociales peuvent également être influencées par l'utilisation qu'ils en font, puisque leurs relations avec leurs pairs se déroulent à la fois dans un contexte numérique et dans un contexte en présentiel (Bruggeman *et al.*, 2019). D'ailleurs, des initiatives ont vu le jour au Québec afin de promouvoir une utilisation saine du numérique. C'est par exemple le cas de la fondation Bien-être numérique du Centre pour l'intelligence émotionnelle en ligne (CIEL, <https://leciel.ca/>), qui offre une variété de services éducatifs de prévention et de sensibilisation concernant les enjeux associés au numérique, dont des ateliers et des conférences dans les milieux scolaires.

L'usage du numérique chez les EBP

Les personnes étudiantes, qu'elles éprouvent des besoins particuliers ou non, possèdent des habiletés et des compétences numériques variables selon leurs parcours et leurs expériences (Collin *et al.*, 2020; Vincent *et al.*, 2019). Certaines éprouvent des difficultés en lien avec la maîtrise de la compétence numérique. Les inégalités numériques ont également des répercussions sur les habiletés numériques. Collin (2013) met de l'avant le fait que divers facteurs ont une influence sur les probabilités d'inégalités numériques. Parmi ceux-ci se trouvent les facteurs technologiques (accès aux outils numériques, habiletés numériques développées, représentations

face au numérique) ainsi que les facteurs socioculturels tels que le genre, l'âge, le niveau d'éducation, l'emploi des parents et les variables ethnoculturelles.

Les personnes étudiantes ne sont pas nécessairement familiarisées avec le numérique ou habituées à l'utiliser pour apprendre. Le fait qu'elles sachent utiliser les outils numériques ne signifie pas qu'elles sont en mesure d'apprendre par l'entremise de ces outils. Il faut donc faire la distinction entre le numérique pour apprendre, en contexte scolaire, et le numérique dans un contexte personnel de loisir (Lemieux, 2021).

Par le fait même, Lemieux (2021) met en évidence trois types de difficultés liées à l'apprentissage par le numérique. D'abord, on retrouve des difficultés pédagogiques, qui concernent notamment les stratégies d'enseignement et d'apprentissage mises de l'avant pour enseigner ou apprendre avec le numérique (dont la méconnaissance et les habiletés déficitaires). Ensuite, des difficultés didactiques peuvent également se présenter. Celles-ci sont liées aux ressources offertes aux personnes étudiantes afin de soutenir leur usage du numérique, ce qui peut être mis en lien avec les mesures de soutien offertes dans les établissements. Enfin, le troisième type de difficulté est d'ordre organisationnel et concerne l'infrastructure en place pour l'utilisation du numérique, comme la qualité de la connexion Internet.

Selon le Conseil supérieur de l'éducation (2020), « dans une perspective d'apprentissage tout au long de la vie, apprendre aujourd'hui passe donc nécessairement par la maîtrise d'outils et de compétences qui ont pris une importance nouvelle au 21^e siècle » (p. 3). De plus, les habiletés numériques occupent une place importante dans le parcours de formation de la personne étudiante, autant dans un contexte de formation à distance que de façon générale (CAPRES, 2020). Bien que les outils numériques puissent contribuer à ce que les personnes apprenantes aient une certaine motivation pour les tâches scolaires (MEES, 2019), ces dernières ne sont pas toujours en mesure de concrétiser des apprentissages signifiants grâce à leur utilisation, entre autres étant donné que leurs habiletés numériques sont développées de façon hétérogène. Il est d'ailleurs ardu pour plusieurs de faire appel à leur compétence numérique afin de réaliser des apprentissages scolaires (Parr, 2019), d'où l'importance de leur offrir du soutien.

Les mesures de soutien favorisant le développement de la compétence et du bien-être numériques

Les mesures de soutien peuvent avoir diverses fonctions, dont celle de favoriser la réussite des personnes étudiantes et le développement de la compétence et du bien-être numériques. Le soutien à la réussite dont peuvent bénéficier les personnes étudiantes est primordial afin de favoriser leur réussite (Cabot et Facchin, 2020) et leur bien-être, incluant le soutien lié au développement de la compétence numérique.

Au sein des établissements collégiaux, une variété de mesures de soutien au développement de la compétence numérique sont mises à la disposition des étudiantes et étudiants. Ces mesures correspondent à un ensemble de ressources institutionnelles, par exemple : humaine (rencontre avec un aide pédagogique), écrite (affiches) et virtuelle (informations sur un site Web). Certaines de ces ressources sont couramment utilisées, mais d'autres sont peu consultées par les personnes étudiantes. Cela peut par exemple être causé par une surcharge de travail, la peur de montrer des faiblesses et de se voir accoler l'étiquette d'élève en difficulté ainsi qu'un manque d'intérêt et de disponibilité (Cabot et Facchin, 2020). Parmi les mesures de soutien les plus souvent énoncées se trouve le soutien direct des ressources enseignantes. Ces dernières jouent d'ailleurs un rôle primordial relativement à l'éducation au numérique (Bruggeman *et al.*, 2019). Des études ont

montré un lien entre la perception du soutien social de la part du personnel enseignant et le bien-être des élèves (Chu *et al.*, 2010).

Par ailleurs, les personnes étudiantes se sentent parfois submergées d'informations numériques, notamment parce qu'elles reçoivent un nombre de courriels élevé. Lors de leurs études collégiales, elles gagnent à faire une utilisation équilibrée des technologies (Park, 2019), un aspect central du bien-être numérique. Ainsi, il importe de s'assurer que les mesures de soutien favorisant le développement de la compétence et du bien-être numériques répondent à leurs besoins, que ce soutien est à leur disposition et facile d'accès dans leur établissement et qu'elles sont informées de l'existence de ces ressources.

Cadre théorique

Les cadres de référence de la compétence et du bien-être numériques

Cette recherche s'appuie sur une dimension spécifique du développement de la compétence numérique qui s'intéresse au bien-être. Cet élément est présent dans tous les cadres théoriques recensés dans le cadre de cette recherche. Au Québec, dans le Cadre de référence de la compétence numérique (MEES, 2019), la dimension *agir en citoyen éthique à l'ère du numérique* traite de la notion de bien-être. En effet, le deuxième élément de cette dimension rappelle d'être conscient des répercussions de l'usage numérique sur le bien-être physique et psychologique. Or, d'autres cadres numériques abordent la notion du bien-être sous des angles complémentaires dont il est intéressant de tenir compte. Les prochains paragraphes en présentent six.

Dans le cadre du Conseil de l'Europe (2019), le domaine sur le bien-être en ligne aborde la santé et le bien-être dans sa deuxième dimension. Cette compétence aborde les aspects liés à la dépendance en ligne, à l'utilisation excessive des appareils numériques, à l'ergonomie et à la posture.

Le cadre du DQ Institute (Park, 2019) est composé de 24 compétences classées en trois niveaux qui croisent huit domaines. La compétence qui semble le plus se rapprocher du bien-être est à la croisée de la citoyenneté numérique et de l'utilisation du numérique, soit utiliser de façon équilibrée la technologie. Celle-ci se décrit notamment comme l'habileté à gérer sa vie à la fois en ligne et hors ligne en exerçant un contrôle de soi et de son temps d'écran, et en évitant le multitâche.

Dans le Cadre de référence de la compétence numérique du Centre de compétences numériques (CCN) de la Haute école spécialisée de Suisse occidentale (Groupe de travail « Compétence numérique », 2021), la dimension en lien avec la santé et la sécurité indique que les personnes utilisatrices doivent veiller à la santé et au bien-être. Plus spécifiquement, les individus doivent reconnaître et prévenir la fatigue et le stress, mettre en pratique le droit à la déconnexion et gérer les distractions.

Dans le cadre de la littératie numérique postsecondaire de la Colombie-Britannique (Digital Learning Advisory Committee, s.d., p. 23-33), la composante sur la compréhension des enjeux humains, culturels et sociétaux liés à la technologie et à la pratique de comportements éthiques aborde le fait d'avoir une attitude équilibrée envers l'utilisation de la technologie. Plus spécifiquement, cela signifie d'éviter ou de réduire les menaces pour sa santé, de gérer les aspects distrayants, de varier ses activités, de limiter son temps d'écran et de ne pas être cyberdépendant des médias sociaux.

Dans le cadre pour l'Asie-Pacifique produit par l'UNESCO (2019), le domaine de la sécurité numérique et la résilience aborde la promotion et la protection de la santé et du bien-être. Plus spécifiquement, il s'agit de développer l'habileté à identifier et à gérer les risques pour la santé liés à l'utilisation du numérique afin de protéger sa santé et son bien-être physique et psychologique.

Dans le DigComp 2.2 (Vuorikari *et al.*, 2022), le bien-être est abordé dans le domaine de la sécurité où l'une des trois compétences porte sur la protection de la santé et du bien-être. Plus spécifiquement, la personne doit être capable d'éviter les risques pour la santé et les menaces pour le bien-être physique et psychologique lors de l'utilisation des technologies numériques. Elle doit développer un équilibre entre l'utilisation des technologies et sa non-utilisation et connaître les signes d'une dépendance numérique ou encore de l'impact de visionner des images idéalisées.

Le tableau 1 synthétise certains aspects liés au bien-être numérique tirés des cadres numériques.

Tableau 1

Résumé des aspects des cadres numériques reliés au bien-être

Cadres de référence	Aspects des cadres			
	Trouver un équilibre et développer des stratégies d'utilisation du numérique telles que l'évitement du multitâche et la déconnexion	Être conscient des risques de fatigue, de stress et de dépendance	Être conscient des effets de voir des images idéalisées	Porter attention à l'ergonomie et à la posture
MEES, 2019		X		
Conseil de l'Europe, 2019	X	X		X
DQ Institute (Park, 2019)	X			
Groupe de travail « Compétence numérique », 2021	X	X		
Digital Learning Advisory Committee, s.d.	X			
UNESCO, 2019		X		
DigComp 2.2 (Vuorikari <i>et al.</i> , 2022)	X	X	X	

En résumé, tous les cadres abordent le bien-être. L'importance de développer des stratégies pour trouver un équilibre entre activités connectées et non connectées ainsi que celle d'être conscient des risques liés à la fatigue, au stress et à la cyberdépendance semblent des éléments particulièrement importants.

Ainsi, les personnes étudiantes doivent bénéficier d'un soutien en lien avec le développement de leur compétence numérique (MEES, 2019) et leur bien-être numérique, qui est considéré par les cadres de référence qui abordent la compétence numérique. Dans cette optique, cette recherche vise à identifier et évaluer les mesures de soutien au développement de la compétence et du bien-être numériques mises en place dans un établissement collégial.

Méthodologie

Ce projet s'inscrit dans un plus large projet de recherche-action, dans lequel les activités de recherche se sont réalisées de façon conjointe avec le milieu où a eu lieu la collecte de données qui s'est déroulée en 2022-2023. Dans ce contexte, le milieu est un établissement collégial du Québec. Dans le but d'atteindre notre objectif, nous avons identifié les mesures de soutien mises à la disposition des personnes étudiantes et nous avons évalué l'utilisation qu'elles en font, par l'entremise d'un questionnaire et d'entretiens.

Pour débiter, une recherche documentaire des mesures de soutien mises à la disposition des personnes étudiantes a été réalisée au sein de l'établissement collégial. De plus, une table de discussion a été réalisée au printemps 2022 avec quatre personnes professionnelles (deux conseillères pédagogiques et deux orthopédagogues) afin d'être au fait de ce qui était rendu accessible au sein des établissements pour l'ensemble de la population étudiante, en accordant une attention particulière au soutien aux EBP. Les mesures de soutien, dans le contexte de cette recherche, sont de trois ordres : favoriser la réussite, favoriser le développement de la compétence numérique et favoriser le bien-être.

Questionnaire

Les étudiantes et étudiants de l'établissement collégial ont été invités à répondre à un questionnaire en ligne centré sur leur connaissance et leur utilisation des ressources mises à leur disposition, majoritairement des ressources pouvant avoir une influence sur leur compétence numérique et leur bien-être. Quelques répondantes ($N = 3$) ont également participé à un entretien afin d'approfondir certaines questions. Cinq chercheuses et une coordonnatrice de recherche ont contribué à concevoir le questionnaire, qui a aussi fait l'objet d'une relecture par une personne professionnelle de l'établissement collégial, qui avait répertorié l'ensemble des mesures accessibles. La plateforme LimeSurvey a été utilisée pour la réalisation des questionnaires.

Quelques questions générales concernant le profil des personnes répondantes ont d'abord été intégrées au questionnaire, par exemple leur âge, leur région d'origine, leurs études antérieures et le nombre d'heures consacrées aux études et au travail. Les questions de la deuxième partie du questionnaire étaient à choix multiples et concernaient leur utilisation des mesures (au nombre de 27). Les personnes répondantes devaient aussi répondre à deux questions ouvertes visant à connaître plus spécifiquement les mesures jugées aidantes et ce qui aurait pu les soutenir davantage. La figure 1 montre le visuel d'une question du questionnaire qui concerne les mesures de soutien à la réussite.

Environ 1 000 étudiantes et étudiants étaient inscrits au cégep au moment de la recherche. Un total de 178 personnes, peu importe leur année d'études, ont répondu en tout ou en partie au questionnaire. Les questionnaires incomplets ont été écartés, faisant en sorte que 91 questionnaires ont été analysés. Cela correspond à approximativement 9 % de la population étudiante.

Afin d'avoir une meilleure connaissance de la proportion de personnes étudiantes à besoins particuliers, nous avons posé la question suivante : « Considérez-vous avoir des difficultés d'apprentissage (p. ex., dyslexie, dysorthographe, autre trouble spécifique d'apprentissage ou toute autre situation de handicap qui engendre des défis importants dans votre cheminement scolaire)? Ces difficultés d'apprentissage peuvent être diagnostiquées ou non ». À la question suivante, les personnes répondantes devaient cocher une case pour indiquer si elles avaient reçu un diagnostic associé à ces difficultés ou non.

Figure 1

Visuel d'une question du questionnaire soumis aux personnes étudiantes

* Le cégep met les ressources suivantes à votre disposition. Pour chacune d'elles, dites si vous la connaissez et l'utilisez.

	Je <u>ne connais pas</u> cette ressource	Je la <u>connais</u> mais je ne l' <u>ai pas utilisée</u>	Je l' <u>ai utilisée</u>
Les ordinateurs mis à la disposition des étudiant(e)s dans les laboratoires informatiques.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le logiciel Antidote sur les ordinateurs mis à la disposition des étudiant(e)s dans les laboratoires informatiques.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le soutien ponctuel des enseignant(e)s durant les cours concernant l'usage du numérique.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le soutien ponctuel des services informatiques (environnement numérique d'apprentissage, installation et utilisation de logiciels, aide technique, etc.).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Entretiens

Nous avons également réalisé trois entretiens. Après avoir rempli le questionnaire, les 91 personnes répondantes avaient la possibilité d'inscrire leur adresse courriel afin de manifester leur intérêt à participer à un entretien. Il n'était pas possible de lier leur adresse courriel à leurs réponses aux questions étant donné que celle-ci devait être entrée sur une nouvelle page indépendante du questionnaire. Les personnes participant aux entretiens recevaient une rétribution, c'est-à-dire une carte-cadeau d'une librairie virtuelle. Ainsi, trois étudiantes, toutes en deuxième année d'études et ne se considérant pas comme ayant des besoins particuliers, ont participé à un entretien. Il ne nous a pas été possible de rencontrer des personnes étudiantes à besoins particuliers, ces dernières ne s'étant pas présentées aux entretiens. Ces rencontres avaient pour objectifs d'approfondir certaines réponses, de revenir sur les faits saillants du questionnaire, de recueillir des idées sur des mesures qui pourraient contribuer au développement de leur compétence numérique et de mieux comprendre leur réalité et les mesures susceptibles de les soutenir dans le développement de leur compétence et de leur bien-être numériques. Les questions visaient à connaître leur perception concernant les ressources mises à la disposition des EBP.

Résultats

Nous exposerons d'abord les résultats des questions fermées du questionnaire, puis ceux des questions ouvertes. Enfin, les résultats des entretiens seront présentés. En lien avec nos objectifs, les questionnaires et les entretiens nous ont permis d'identifier les mesures les plus utilisées par les personnes étudiantes, ainsi que d'évaluer cette utilisation.

Résultats des questions fermées

Les personnes répondantes ($N = 91$) ont une moyenne d'âge de 23 ans. Parmi celles-ci, on compte 75 % de femmes ($n = 68$), 21 % d'hommes ($n = 19$) et 3 % de personnes non binaires ($n = 3$). Une

personne a préféré ne pas s'exprimer à ce sujet. Près du tiers (27 personnes étudiantes, 30 %) considèrent avoir des difficultés d'apprentissage. De ce 30%, 82 % (22 personnes étudiantes) ont reçu un diagnostic professionnel. Les difficultés nommées par les personnes participantes sont les suivantes : trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité, dyslexie, dysorthographe, trouble du langage, trouble du spectre autistique et anxiété. Une proportion de 40 % des étudiantes et étudiants interrogés ($n = 36$) en sont à leur premier trimestre d'inscription dans leur programme.

Les étudiantes et étudiants ont été questionnés concernant leur connaissance des ressources mises à leur disposition. Il leur a été demandé s'ils connaissaient les mesures offertes. En moyenne, il apparaît que 38 % des réponses au questionnaire par rapport aux mesures offertes sont : « Je ne connais pas cette ressource ». De même, en moyenne, 55 % des personnes participantes déclarent les connaître, mais ne pas les utiliser.

Le tableau 2 présente les pourcentages d'utilisation reliés à certaines mesures mises en place afin de soutenir les personnes étudiantes, et majoritairement le développement de la compétence numérique. Certaines mesures mises à la disposition des personnes étudiantes ne sont pas nommées puisque nous avons choisi de présenter dans le cadre de cet article les mesures les plus connues et utilisées.

Tableau 2

Mesures de soutien les plus connues par les personnes étudiantes (N = 91) ayant répondu au questionnaire au sein de l'établissement

Mesures	Je connais cette ressource	Je l'ai utilisée	Je la connais, mais je ne l'ai pas utilisée
Rencontres avec un(e) aide pédagogique individuel(le) (API)	91 %	57 %	34 %
Soutien ponctuel des enseignant(e)s lors des cours concernant l'usage du numérique	85 %	56 %	29 %
Premières pages de l'agenda présentant de l'information sur le cégep	84 %	47 %	36 %
Carton de la rentrée présentant des informations pour la rentrée	65 %	44 %	21 %
Périodes de soutien à la réussite de groupe offertes par les répondant(e)s à la réussite (Repcar)	67 %	30 %	37 %
Soutien ponctuel du Centre d'aide méthodologique et numérique	71 %	26 %	45 %
Tutorat d'étudiant(e)s afin de développer la compétence numérique	53 %	11 %	40 %

Si une personne répondante s'est abstenue de répondre, le pourcentage total des mesures utilisées et des mesures connues mais non utilisées n'atteindra pas le pourcentage des mesures connues.

Comme mis en évidence dans le tableau 2, les mesures les plus utilisées par les personnes répondantes sont les rencontres avec un ou une API (leur permet de choisir leurs cours, d'avoir des informations sur les programmes, etc.) (57 %), le soutien ponctuel des enseignantes et enseignants durant les cours pour des besoins liés au développement de la compétence numérique (56 %), les premières pages de l'agenda (informations de base sur l'établissement, les ressources) (47 %) et le carton de la rentrée (reçu par la poste et contenant les informations de base pour la rentrée) (44 %).

Parmi les mesures bien connues mais peu utilisées par les personnes étudiantes se retrouvent les périodes de soutien à la réussite offertes par les répondantes et répondants à la réussite (Repcar) (30 %), les centres d'aide (en français, méthodologique et numérique) (26 %) et le tutorat d'étudiantes et étudiants pour développer la compétence numérique (11 %).

Concernant le nombre de mesures utilisées par les personnes répondantes, il s'avère que 32 % d'entre elles ($n = 29$) utilisent au moins dix ressources et que 52 % (soit 15) de ces grands utilisateurs et utilisatrices de ressources considèrent avoir des difficultés d'apprentissage. Les mesures les plus utilisées sont le soutien ponctuel des enseignantes et enseignants concernant l'utilisation du numérique (64 %), les rencontres avec une ou un API (61 %) et l'utilisation d'Antidote dans les laboratoires informatiques (55 %).

Le tableau 3 présente des mesures liées au bien-être et au bien-être numérique.

Tableau 3

Mesures de soutien associées au bien-être et au bien-être numérique par les personnes étudiantes ayant répondu au questionnaire (N = 91) au sein de l'établissement

Mesures	Je connais cette ressource	Je l'ai utilisée	Je la connais, mais je ne l'ai pas utilisée
Rencontres avec un(e) éducateur(-trice) spécialisé(e)	69 %	26 %	43 %
Zenétudes	44 %	18 %	26 %
Outil de gestion du temps	44 %	13 %	31 %

Ces résultats mettent en lumière le fait que peu de mesures sont associées au bien-être, qu'il soit spécifique à l'utilisation du numérique ou non. De plus, ces mesures sont peu connues et utilisées par les personnes répondantes. Entre autres, celles-ci ont la possibilité de rencontrer une personne technicienne en éducation spécialisée afin d'avoir accès à des stratégies pour se concentrer, prendre des notes, étudier ou encore gérer leurs courriels, ce qui peut les soutenir dans leur bien-être numérique. Il apparaît que 26 % d'entre elles y ont fait appel.

Zenétudes est un programme de prévention qui concerne la santé mentale au collégial et offre des outils pédagogiques au personnel enseignant et aux personnes professionnelles. Il a pour objectif de diminuer les risques de décrochage scolaire et le développement de symptômes anxieux ou dépressifs lors de la transition vers les études collégiales, par la réalisation d'activités par les personnes étudiantes en classe. D'après les personnes répondantes, il est également peu utilisé. Ce programme incite la population étudiante à réaliser davantage d'activités non connectées, ce qui est en lien direct avec le bien-être numérique. Les résultats du questionnaire mettent en évidence le fait que les personnes étudiantes sont peu nombreuses (18 %) à avoir vécu des activités avec Zenétudes dans le cadre de leurs cours d'éducation physique.

Enfin, l'établissement collégial met à la disposition des personnes étudiantes un outil de gestion du temps, offert en version numérique, afin de les aider à visualiser le temps requis pour leurs différentes tâches. Cette ressource a été utilisée par 13 % des étudiantes et étudiants qui ont rempli le questionnaire.

Résultats des questions ouvertes

Les étudiantes et étudiants ont d'abord répondu à la question ouverte suivante : « À votre avis, quelles seraient les mesures qui auraient pu vous aider à favoriser la transition du secondaire vers vos études collégiales actuelles? ». Il s'agit ici de mesures qui concernent leur réussite de façon générale. Dans leurs réponses (71), certaines personnes étudiantes (12) ont mentionné qu'elles aimeraient être davantage préparées au collégial lors de leurs études secondaires, par exemple en ayant une meilleure idée de la charge de travail du programme collégial dans lequel elles comptent s'inscrire. Six personnes étudiantes indiquent qu'elles aimeraient avoir accès à des mentores ou mentors étudiants de leur programme pour les guider. Parmi les commentaires figurent un accompagnement plus serré pour l'arrivée au collégial et la possibilité de bénéficier de conseils méthodologiques pour la rédaction de travaux et pour une meilleure gestion de leur temps.

Puis, la question suivante, liée au numérique, leur a été proposée : « À votre avis, quelles seraient les mesures qui auraient pu vous aider à développer votre compétence numérique? ». Nous avons obtenu 60 réponses. Certaines personnes étudiantes (23) mentionnent qu'un cours ou des ateliers sur le développement du numérique et les outils mis à leur disposition (comme Antidote, Omnivox, Office 365) au début des études collégiales leur seraient utiles. D'autres (3) ont mentionné qu'elles aimeraient avoir de l'aide concernant la recherche documentaire et la présentation des travaux.

Résultats des entretiens

Lors des entretiens, les étudiantes interrogées ($N = 3$) ont eu l'occasion de préciser certains points du questionnaire et sur leur perception des raisons pour lesquelles elles sollicitent peu les ressources accessibles. D'abord questionnée sur les raisons pour lesquelles les personnes étudiantes sollicitent peu d'aide bien qu'elles semblent éprouver des besoins, une participante mentionne que selon elle, elles sont timides ou ne sont pas au courant de l'éventail des mesures offertes. Une étudiante a mentionné que la lecture des premières pages de l'agenda est aidante. Selon elle, les informations nécessaires ainsi que les locaux des personnes-ressources y sont mentionnés, faisant en sorte que l'information est facile à trouver. Cela permet de savoir à qui se référer au besoin.

De même, les étudiantes ont soulevé le fait que certaines mesures seraient peu ou pas utilisées étant donné que le partage se fait de façon indirecte (envoi de courriel, affichage sur les murs de l'établissement, etc.), ce qui ne les amène pas nécessairement à prendre le temps de consulter les ressources partagées.

Ensuite, d'après une étudiante, l'envoi d'un courriel présentant des services destinés à l'ensemble de la population étudiante et le dépôt d'informations sur le site de cours (Moodle, Omnivox) n'aura pas un impact similaire à une présentation en classe lors de laquelle la ressource enseignante communique oralement les informations et s'assure que le groupe prend le temps d'aller les consulter dans le cours. Elle estime que ce moment peut favoriser les échanges et permettre aux étudiantes et étudiants de verbaliser leurs besoins et de comprendre où aller chercher l'information concernant l'usage des outils numériques de l'établissement.

En ce sens, lorsque nous leur avons demandé ce qui pourrait être mis en place pour faire connaître davantage les ressources, une des étudiantes rencontrées suggère que les enseignantes et enseignants prennent le temps de parler des mesures et des ressources accessibles à chaque début de trimestre. Elle ajoute que, pour elle, le contact humain est nécessaire. Une étudiante interrogée a mentionné que sans l'intervention de son enseignant, elle n'aurait pas été informée de la possibilité d'accéder à des mesures de soutien, même si certaines d'entre elles sont affichées dans

l'établissement et transmises par courriel. Elle suppose que ses pairs ne prennent pas nécessairement le temps de lire les informations qui leur sont communiquées par écrit. Il est suggéré un partage des outils et des mesures accessibles en classe, idéalement lors duquel les personnes étudiantes sont invitées à parcourir les sites Web ou les plateformes présentant ces informations numériques.

Toujours selon celle-ci, les personnes étudiantes sont submergées d'informations numériques et reçoivent de nombreux courriels de leur établissement collégial, ce qui rendrait ardue la tâche d'aller récupérer les informations pertinentes le temps venu.

Discussion

De façon générale, les résultats de notre recherche montrent que malgré plusieurs besoins énoncés, les étudiantes et étudiants interrogés ont peu tendance à solliciter les ressources mises à leur disposition pour les soutenir. Cela est notamment le cas pour les mesures visant le développement de la compétence numérique et pour celles qui sont associées au bien-être. Le soutien à dimension humaine demeure incontournable pour les personnes étudiantes. Aussi, ces dernières vivent certaines difficultés de gestion du temps.

Soutien à dimension humaine par la ressource enseignante

Ces résultats montrent que le soutien de l'API est la mesure la plus utilisée. Cela s'observe dans les résultats aux questions fermées (plus de 56 %). Le fait de savoir à qui s'adresser en cas de besoin semble aidant. D'après les personnes répondantes, la meilleure façon de leur faire connaître les mesures de soutien qui sont mises à leur disposition demeure que l'enseignante ou l'enseignant leur en parle pendant les cours. Le soutien ponctuel des ressources enseignantes concernant le numérique est d'ailleurs la deuxième mesure la plus utilisée (56 %). Il apparaît donc primordial que le personnel enseignant consacre du temps en classe à faire connaître les mesures, notamment celles liées au développement de la compétence et du bien-être numériques. Toutefois, pour ce faire, la ressource enseignante doit elle-même être au fait des mesures offertes. Dans le même sens, Bruggeman *et al.* (2019) ont mis en évidence le fait que les membres du personnel enseignant sont des personnes importantes en lien avec l'éducation au numérique des étudiantes et étudiants.

Dans le même ordre d'idées, toujours concernant le soutien à dimension humaine, l'étude de Cabot et Facchin (2020) a aussi démontré que les personnes étudiantes préfèrent solliciter la ressource enseignante lorsqu'elles ont besoin de soutien et ainsi être guidées par une personne qu'elles jugent plus compétente qu'elles-mêmes, ce qui va dans le sens de nos résultats, qui montrent que leur soutien direct et les informations données en classe sont des ressources essentielles. Dans le contexte de cette recherche, le fait que ce cégep possède un nombre restreint d'étudiantes et étudiants favorise ces échanges directs.

Un autre aspect qui contribue à ce que les étudiantes et étudiants connaissent et sollicitent peu les mesures est le nombre important de courriels reçus et la multiplicité des plateformes numériques utilisées au sein d'un même établissement. Il devient alors difficile de se retrouver parmi la multitude d'informations partagées, ce qui peut avoir un impact direct sur le bien-être des personnes étudiantes étant donné qu'elles sont alors en situation d'infobésité, terme se définissant comme une « surabondance d'informations caractéristique à l'ère du numérique, essentiellement attribuable aux technologies de l'information et de la communication et à l'hyperconnectivité qui en découle » (Office québécois de la langue française, 2023). Cette infobésité peut également avoir des impacts psychologiques défavorables tels que de l'anxiété et de l'épuisement, contribuant à un

traitement de l'information moins efficace, toujours selon l'Office. Les écrans occupant déjà une place importante dans la vie des personnes étudiantes, il semble approprié de limiter lorsque possible leur utilisation et de favoriser le contact humain pour partager les informations importantes et ainsi viser une utilisation équilibrée de la technologie (Park, 2019). Enfin, sachant que les personnes étudiantes vivent différents types de difficultés liées au numérique (pédagogiques, didactiques et organisationnelles) (Lemieux, 2021), une avenue pour contrer l'infobésité serait de simplifier le plus possible l'accès et les informations associées au numérique afin de favoriser leur réussite et leur bien-être.

Difficultés liées à la gestion du temps

Les difficultés associées à la gestion du temps doivent également être prises en compte et sont directement liées au bien-être. L'établissement collégial met à la disposition des cégépiennes et cégépiens un outil virtuel de gestion du temps que ceux-ci utilisent peu, même s'ils mentionnent qu'ils désirent de l'accompagnement pour cet aspect. L'étude de Cabot et Facchin (2020) a mis en évidence le fait que les personnes étudiantes se réfèrent peu à certaines ressources en raison d'une surcharge de travail, de la peur de montrer leurs faiblesses et d'un manque d'intérêt. En outre, dans le cadre de notre recherche, les résultats montrent que le centre méthodologique et numérique est fréquenté par moins de 30 % des personnes étudiantes qui ont répondu au questionnaire. Pourtant, ce dernier a le potentiel de les outiller en vue de développer leur compétence numérique et de les aider à bien gérer leur temps.

De plus, les personnes étudiantes ont mentionné qu'elles auraient aimé avoir une meilleure idée de la charge de travail du programme collégial dans lequel elles sont inscrites et bénéficier d'ateliers sur la gestion du temps et la méthodologie ainsi que sur les outils numériques utilisés lors des activités d'enseignement et d'apprentissage au cégep. Entre autres, l'organisation, la planification et le suivi des tâches demeurent des activités ardues pour eux (Gilbert Tremblay et Paquet, 2010). Celles-ci sont d'ailleurs liées aux fonctions exécutives, notamment à la planification et à l'organisation. Selon ces auteurs, elles constituent des défis pour les personnes étudiantes éprouvant des difficultés. Le recours à l'outil de gestion du temps ou à un meilleur accompagnement à ce niveau pourrait avoir un impact favorable sur leur bien-être numérique, étant donné qu'elles pourraient être conscientisées au temps qu'elles consacrent au numérique et à leurs autres activités quotidiennes. Devoir jongler avec les exigences de plusieurs cours et chercher l'information dans différentes plateformes peut être considéré ici comme du multitâche. Dans un contexte de bien-être numérique, cela peut aussi représenter des défis pour les EBP ainsi que pour l'établissement qui doit trouver une façon de les outiller en tenant compte de leur réalité et de leurs besoins.

Conclusion

Afin de favoriser le développement de la compétence et du bien-être numériques de l'ensemble des personnes étudiantes, dont les EBP, certains moyens peuvent être mis en place par les établissements postsecondaires. Il est suggéré de mettre l'accent sur le soutien à dimension humaine et le partage des ressources par les ressources enseignantes. Il faut aussi s'assurer que les informations sont accessibles facilement, notamment sur le site Web de l'établissement, ce qui pourrait entraîner une diminution du nombre de communications envoyées par courriel aux personnes étudiantes et serait susceptible d'avoir une influence positive sur leur bien-être. Il est également nécessaire de développer des moyens pour contrer l'infobésité et de prendre en compte le bien-être numérique dans le soutien offert aux personnes étudiantes.

Références

- Bruggeman, H., Van Hiel, A., Van Hal, G. et Van Dongen, S. (2019). Does the use of digital media affect psychological well-being? An empirical test among children aged 9 to 12. *Computers in Human Behavior*, 101, 104-113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.015>
- Cabot, I. et Facchin, S. (2020). Identification des raisons de non-fréquentation des centres d'aide en français du postsecondaire au Québec. *Revue internationale de pédagogie de l'enseignement supérieur (RIPES)*, 36(1). <https://doi.org/10.4000/ripes.2406>
- CAPRES. (2020). *Transitions interordres et intercycles en enseignement supérieur* [dossier thématique]. Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur. <https://oresquebec.ca/...>
- Chu, P. S., Saucier, D. A. et Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6), 624-645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Collin, S. (2013). Les inégalités numériques en éducation : une synthèse. *Adjectif.net*, 2013(T4). <http://adjectif.net/...>
- Collin, S., Myre, V., Parent, S., Cambefort, N., Gagnon, V., Plante, P., Duchaine, S., Lemieux, M.-M., et Roy-Boulangier, C. (2020). *L'automne 2020 à distance – Quel bagage numérique pour nos étudiants et étudiantes universitaires?* [infographie]. Université du Québec, Pédagogie universitaire. <https://pedagogie.quebec.ca/...>
- Conseil de l'Europe. (2019). *Digital citizenship education handbook: Being online, well-being online, rights online*. <https://rm.coe.int/16809382f9>
- Conseil supérieur de l'éducation. (2020). *Éduquer au numérique. Rapport sur l'état des besoins de l'éducation 2018-2020*. Gouvernement du Québec. <https://cse.gouv.qc.ca/...>
- Digital Learning Advisory Committee. (s.d.). *B.C.'s post-secondary digital learning strategy*. Government of British Columbia. Récupéré le 17 mars 2024 de <https://www2.gov.bc.ca/...>
- Fédération nationale des enseignantes et enseignants du Québec – CSN. (2022). *Augmentation du nombre d'étudiantes et d'étudiants en situation de handicap, diversification des profils d'étudiants et impacts sur la tâche enseignante*. Comité école et société. <https://fneeq.qc.ca/...>
- Feerrar, J. (2022). Bringing digital well-being into the heart of digital media literacies. *Journal of Media Literacy Education*, 14(2), 72-77. <https://doi.org/10.23860/JMLE>
- Gilbert Tremblay, P.-L. et Tremblay, F. (2010). *Évaluation des fonctions exécutives chez les étudiants du collégial* [rapport de recherche]. Association des collèges privés du Québec. <https://eduq.info/...>
- Groupe de travail « Compétence numérique ». (2021). *Cadre de référence de la compétence numérique de la HES-SO*. Centre de compétences numériques de la HES-SO (CCN). <https://hes-so.ch/...>
- Jisc. (2016). *Digital capabilities: The 6 elements defined*. <https://digitalcapability.jiscinvolve.org/...>

- Lemieux, M.-M. (2021). Inégalités, compétences et conditions numériques. *Revue internationale des technologies en pédagogie universitaire*, 18(1), 157-169.
<https://doi.org/10.18162/ritpu-2021-v18n1-14>
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2019). Cadre de référence de la compétence numérique.** Gouvernement du Québec. <http://education.gouv.qc.ca/...>
- Ministère de l'Enseignement supérieur. (2023). *Inclusion des étudiantes et des étudiants ayant des besoins particuliers. Guide pratique à l'intention du personnel des établissements d'enseignement supérieur. Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026, mesure 2.3.* Direction des affaires étudiantes et interordres.
<https://numerique.banq.qc.ca/...>
- Office québécois de la langue française. (2023). Infobésité. Dans *Le grand dictionnaire terminologique*. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/...>
- Park, Y. (dir.). (2019). *DQ global standards report 2019 – Common framework for digital literacy, skills and readiness.* DQ Institute. <http://dqinstitute.org/...>
- Parr, M. (2019). *Pour apprivoiser la distance – Guide de formation et de soutien aux acteurs de la formation à distance.* Réseau d'enseignement francophone à distance du Canada (REFAD). <http://refad.ca/...>
- UNESCO. (2019). *Digital kids Asia-Pacific: Insight into children's digital citizenship.*
<https://unesdoc.unesco.org/...>
- Vincent, F., Fontaine, S., Peters, M. et Boies, T. (2019). Les stratégies d'écriture universitaire numérique : pratiques déclarées d'étudiants et d'enseignants québécois. *Revue internationale des technologies en pédagogie universitaire*, 16(2), 5-23.
<https://doi.org/10.18162/ritpu-2019-v16n2-03>
- Vuorikari, R., Kluzer, S. et Punie, Y. (2022). *DigComp 2.2: The digital competence framework for citizens – With new examples of knowledge, skills and attitudes.* Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2760/490274>