

Les Souffrances Psychologiques Vécues par les Étudiants: L'Analyse Thématique du Discours d'Un Échantillon de 20 Étudiants Primo-Inscrits à l'Université de Sfax

Safia Azi Kammoun

Faculté des Sciences Humaines et Sociales de Tunis et Psychologue
clinicienne principale, Chef de service de l'aide psychologique auprès des
étudiants, Office des Œuvres Universitaires Sfax, Tunisie,
ECOTIDI – UR16ES10 - Education, Cognition, Tice et Didactique

Naceur Abdelmajid

Professeur, Université virtuelle de Tunis, Tunisie,
ECOTIDI – UR16ES10 - Education, Cognition, Tice et Didactique

[Doi: 10.19044/esipreprint.5.2023.p422](https://doi.org/10.19044/esipreprint.5.2023.p422)

Approved: 27 May 2023

Posted: 29 May 2023

Copyright 2023 Author(s)

Under Creative Commons BY-NC-ND

4.0 OPEN ACCESS

Cite As:

Azi Kammoun S. & Abdelmajid N. (2023). *Les Souffrances Psychologiques Vécues par les Étudiants: L'Analyse Thématique du Discours d'Un Échantillon de 20 Étudiants Primo-Inscrits à l'Université de Sfax*. ESI Preprints.

<https://doi.org/10.19044/esipreprint.5.2023.p422>

Résumé

Contexte : La transition du lycée aux études supérieures est considérée comme une étape cruciale et stressante. Il s'agit d'une double transition : passage du lycée aux études supérieures et passage de l'âge adolescent à l'âge adulte avec des enjeux identitaires complexes. Ce passage est parsemé de difficultés et de changements bouleversants surtout au niveau psychologique. Intérêt et objectif de l'étude. Notre recherche s'inscrit dans le cadre de notre recherche doctorale. Elle s'intéresse à la santé psychologique chez les étudiants de première année. Notre étude vise à explorer le vécu psychologique et ressenti chez les étudiants primo-inscrits à l'université de Sfax et à identifier les principales difficultés rencontrées, les stratégies qui ont été déployées pour faire face à ce nouvel environnement. En s'intéressant plus en profondeur aux facteurs de cette détresse psychologique. Méthodes : Notre étude est qualitative, elle s'est déroulée à Sfax. Notre échantillon est composé de 20 étudiants (12 étudiantes et 8 étudiants) primo-inscrits dans des filières scientifiques et Humaines qui ont été sollicités au début de

l'année universitaire 2017. Résultats : Cette étude qualitative a permis de révéler le ressenti des étudiants au cours de l'accès à l'enseignement supérieurs. L'analyse thématique a mis en évidence les symptômes de détresse psychologique et qui concernent la moitié des étudiants interviewés. Les résultats indiquent que les étudiants qui perçoivent le passage à l'université comme stressant et éprouvant sont principalement affectés par des signes de détresse psychologique. Les préoccupations des interviewés se focalisent sur plusieurs thématiques à savoir : le métier à apprendre à l'université, les difficultés à se familiariser avec la charge du travail académique, le sentiment d'être entre deux âges, les étudiants évoquent une liberté piégée car des responsabilités d'adultes sont à assumer et des décisions à prendre, ils sont soucieux par rapport à un avenir incertain avec des objectifs flous dans un climat socio économique morose en Tunisie. Par ailleurs, la satisfaction du soutien social perçu (familial et amical) et la résilience ou le coping religieux apparaissent comme des facteurs de protection. Conclusion : Le vécu psychologique comprend des aspects positifs et négatifs. Les problématiques de déprime, de solitude, de souffrance, démotivation, ressortent de notre étude. Ceci ouvre des pistes de prévention et l'importance de lever les freins de la stigmatisation qui empêchent les étudiants à dévoiler leurs inquiétudes et anxiété et demander l'aide d'un professionnel

Mots-clés: Adulthood- Détresse psychologique- Étudiant –Métier étudiant- Résilience- Santé mentale – Soutien social- Stratégies d'ajustement – Stress perçu

Psychological suffering experienced by students: Thematic analysis of the discourse of a sample of 20 first-time students enrolled at the University of Sfax

Safia Azi Kammoun

Faculté des Sciences Humaines et Sociales de Tunis et Psychologue clinicienne principale, Chef de service de l'aide psychologique auprès des étudiants, Office des Œuvres Universitaires Sfax, Tunisie, ECOTIDI – UR16ES10 - Education, Cognition, Tice et Didactique

Naceur Abdelmajid

Professeur, Université virtuelle de Tunis, Tunisie, ECOTIDI – UR16ES10 - Education, Cognition, Tice et Didactique

Abstract

Context: The transition from high school to higher education is considered a complex and crucial step. It is a double transition: passage from high school to higher education and passage from adolescent age to adulthood. This passage is strewn with difficulties and upsetting changes, especially at the psychological level. Interest and objective of the study : The following study is part of the field of research on the psychological health of first-year students. Our study aims to explore the psychological experience and feelings among first-time students enrolled at the University of Sfax and to identify the main difficulties encountered, the strategies that have been deployed to cope with this new environment. By taking a deeper look at the factors of this psychological distress. **Methods:** Our study is qualitative, it took place in Sfax. Our sample is made up of 20 students (12 female students and 8 male students) first-time students enrolled in scientific and human subjects who were contacted at the beginning of the 2017 academic year. **Results:** This qualitative study revealed the feelings of students during access to higher education. The thematic analysis highlighted the symptoms of psychological distress and which concern half of the students interviewed. The results indicate that students who perceive the transition to university as stressful and trying are mainly affected by signs of psychological distress. The concerns of the students interviewed focus on the profession to be learned at university: the profession of student and the difficulties in becoming familiar with the workload of academic work, the feeling of being between two ages, they evoke a trapped freedom because adult responsibilities are to be assumed and decisions to be made, they are concerned about an uncertain future with vague objectives in a gloomy socio-economic climate in Tunisia. In addition, satisfaction with perceived

social support (family and friends) and resilience or religious coping appear to be protective factors. Conclusion: The psychological experience includes positive and negative aspects. The problems of depression, loneliness, suffering, demotivation, emerge from our study. This opens up avenues for prevention and the importance of removing the barriers of stigma that prevent students from disclosing their concerns and anxiety and seeking professional help.

Keywords: Adolescence- Psychological distress- Student – Student job-Resilience- Mental health – Social support- Coping strategies – Perceived stress

Introduction

Le nombre croissant de publications scientifiques sur la santé mentale des étudiants révèle combien elle est devenue une question complexe et d'actualité (Boujut, Koleck, Bruchon-Schweitzer, & Bourgeois, 2009 ; Lassare, Giron, & Paty, 2003) .Des constats préoccupants sont affirmés. Avec l'accès aux études supérieures, les étudiants, malgré une bonne santé physique en apparence, sont affectés par la détresse psychologique qui se traduit par une symptomatologie dépressive et anxieuse, un stress chronique, des difficultés d'endormissement, des problèmes de concentration. Le contexte universitaire est loin d'être un fleuve tranquille et la vie d'étudiant n'est pas de tout repos. Il s'agit d'un environnement déstabilisant porteur de plusieurs ruptures : nouveau rapport au savoir éloignement du cocon familial, perte du réseau social, quête identitaire (Reveillère, Nandrino, Saily, Mercier et Moreel, 2001 ; Strenna , 2014) .

1. Cadre théorique

1.1 L'entrée à l'université : une période fragilisante

L'accès aux études supérieures constitue un changement social, environnemental, économique et psychologique éprouvant pour les jeunes adultes (Boujut, Koleck, Bruchon-Schweitzer, & Bourgeois , 2009 ; Strenna , 2014). Par ailleurs, des problèmes psychiques (anxiété, troubles alimentaires, état dépressif, idées suicidaires) et comportementaux (conduites addictives) sont très fréquents chez les étudiants (Boujut et al., 2009).En effet, les étudiants appartiennent à la catégorie d'âge où le suicide représente la seconde cause de mortalité après les accidents de la route (boujut et al.,2007, 2009). D'ailleurs, une étude longitudinale de Boujut et al. (2009) a été menée en France auprès d'un échantillon de 556 étudiants primo-inscrits dévoile des résultats préoccupants : La prévalence inquiétante des symptômes dépressifs (détresse émotionnelle, dépression, idées suicidaires et

sentiment de solitude), des symptômes anxieux, la consommation de substances psychoactives et des troubles du comportement alimentaire. Dans cette étude, 27 % des étudiants avaient obtenu un score correspondant à une dépression légère, 18 % à une dépression modérée ou sévère et 4,3 % présenteraient une tendance suicidaire selon l'Inventaire de Dépression de Beck. Enfin, nous mentionnons que 6,6 % avaient obtenu un score élevé à l'EAT-26, suggérant la présence d'un trouble du comportement alimentaire.

Partout dans le monde, les chercheurs s'accordent à dire que l'état psychologique des étudiants est questionnant et constitue un problème majeur de santé publique. En effet, de part leur âge, les jeunes étudiants se déclarent en bonne santé et pleins d'énergie mais leur état de santé psychologique est loin d'être satisfaisant d'où l'appellation «le paradoxe de la jeunesse» (Van de Velde, 2008 ; Cicchelli & Galland, 2013). La jeunesse est souvent décrite comme le plus bel âge de la vie et en même temps présentée comme étant l'âge de la fragilité et de l'apparition des comportements à risque (Marcelli & Braconnier, 1995, 2013). Les études tunisiennes qui ont été réalisées jusqu'à ce jour concernent souvent les étudiants inscrits dans les filières médicales et paramédicales. Or, ces dernières sont souvent décrites comme des spécialités stressantes et compétitives. Les thèmes qui ont été abordés par ces études sont liés au stress, au burn-out, au tabagisme, aux conduites addictives et aux troubles alimentaires (Aissa et al., 2014 ; Maatouk et al., 2013 ; Masmoudi et al., 2014; Charfi et al., 2015 ; Ellouz et al ., 2015; Nakhli et al., 2016 ; Rejeb et al., 2016, Kacem et al., 2017).

Notre article porte alors sur les difficultés et les souffrances vécues par les étudiants tunisiens primo-inscrits à l'arrivée à l'université en s'appuyant sur les discours des étudiants rencontrés lors de cette recherche. Même si cette expérience est pour beaucoup d'étudiants une occasion exceptionnelle pour s'épanouir et s'accomplir, certains d'entre eux peinent à trouver leurs chemins et sombrent dans la difficulté.

1.2 Les ruptures et les bouleversements : une transition difficile

La transition du lycée aux études supérieures est considérée comme une étape complexe. Il s'agit d'une double transition : passage du lycée aux études supérieures et passage de l'âge adolescent à l'âge adulte. Ce parcours est marqué par des changements bouleversants. L'étudiant doit s'adapter à un nouvel environnement qui implique de nouvelles relations sociales, un nouveau rapport à soi et aux enjeux cognitifs, psychologiques et identitaires multiples et complexes (Erlich, 2001; Cohen Scali, 2001 ; Gruel, Galland & Houzel, 2009 ; Van de Velde, 2014). Dans une étude réalisée par l'Université du Québec à Montréal (UQAM) les résultats indiquent que les déclencheurs du stress chez les étudiants peuvent être parfois des situations

externes bien identifiables. Par exemple, cela peut relever du stress relationnel (tensions, difficultés à créer des liens, le stress financier (difficultés à payer son loyer, dettes d'études) et même du stress scolaire (examen, présentation orale, remise de travail) (UQAM, 2019). Concernant, les soucis des étudiants, un premier souci est lié aux relations sociales puis à la situation financière et par la suite aux difficultés liées au parcours académique des étudiants.

2. Problématique :

Malgré l'abondance de la littérature scientifique sur la question, les études qui ont été recensés en Tunisie sur la santé mentale des étudiants restent limitées. Globalement, celles qui ont été réalisées concernent les étudiants en médecine, une filière reconnue stressante et compétitive. Les études sur les prévalences et les facteurs associés à la détresse psychologique sont importantes pour mettre en place des dispositifs innovants pour la prévention des échecs académiques, et le basculement vers des pathologies psychiatriques. Notre recherche se veut qualitative, dans une démarche compréhensive et exploratoire à l'aide d'un guide d'entretien élaboré pour répondre aux objectifs de la recherche, des entretiens semi directifs ont été réalisées auprès d'une vingtaine d'étudiants pour explorer ce vécu psychologique, et identifier les difficultés rencontrées lors de ce passage à l'université

Par ailleurs, bien que les travaux consacrés à la santé chez les étudiants soient assez nombreux, ils demeurent transversaux et plus descriptifs qu'explicatifs. Cet article se veut une étude qualitative qui explore ce malaise psychologique ressenti chez les étudiants, ses sources, les contraintes rencontrées, les stratégies d'adaptation mises en place et présente les résultats d'une recherche dans le cadre de notre étude doctorale qui s'est déroulée à Sfax auprès d'une vingtaine d'étudiants résidant dans les cités universitaires. Des entretiens ont été réalisés en se référant aux questions du guide d'entretien qui ont été élaborées à partir de différents thèmes prédéfinis basés sur la littérature scientifique, tels que leur situation économique, relationnelle, scolaire et familiale.

Chaque entretien a été enregistré, avec l'accord de la personne interrogée, et a été ensuite retranscrit dans son intégralité. Les données récoltées ont été anonymisées, et sont utilisées strictement dans le cadre de cette étude. La durée des entretiens varie entre 30 et 50 minutes en moyenne. Au total, 20 entretiens ont été réalisés : 12 étudiantes et 8 étudiants. Le discours des étudiants sur leurs perceptions et leurs vécus psychologiques de cette première année à l'université est très riche en enseignements. Il nous permettrait d'explorer ce vécu et libérer des mots sur les maux. L'analyse thématique des entretiens semi-directifs apporterait une dimension plus

compréhensive des vécus psychologiques des étudiants tunisiens primo-entrants. Cette analyse nous permettrait de saisir les difficultés rencontrées lors de ce premier semestre dans la mesure où chaque vécu est imbibé d'émotions et de fortes affects et qu'il renvoie à des références de pensées, de valeurs qui sont propres à chaque étudiant.

3. Méthodologie de l'étude :

3.1 Objectif :

L'enjeu est d'explorer le vécu psychologique des étudiants primo-inscrits à l'université de Sfax afin de repérer leurs présentations lors de ce passage à l'université, les sources du stress auxquelles ils étaient confrontés ainsi que les signes de détresse psychologiques qui les ont marqués. Nous avons réalisé des entretiens semi-directifs pour mieux cerner les enjeux de l'expérience universitaire. Il s'agit de comprendre le vécu des étudiants durant cette période, mais aussi la façon dont ils ont consenti des efforts pour s'adapter à ce nouvel environnement. Pour ce qui est de la souffrance psychique, il sera également question d'explorer le soutien de leurs proches et/ou le cercle d'amis.

3.2 Procédure :

La phase qualitative s'est déroulée du novembre 2017. Les participants ont tous signé un formulaire de consentement éclairé, après information orale et écrite concernant l'étude. Les entretiens, d'une durée moyenne de 35 minutes, ont été réalisés dans la résidence universitaire. Les entretiens étaient enregistrés à l'aide d'un dictaphone puis retranscrits.

Notre recherche est qualitative. Elle aborde le discours des étudiants sur leurs perceptions et leurs vécus psychologiques durant la première année à l'université. Le lancement de la recherche est réalisé au mois d'octobre 2017. Nous avons rencontré une vingtaine d'étudiants dans les résidences universitaires. Nous les avons sollicités pour participer à notre étude. Après avoir pris le consentement des étudiants sur cette condition, nous avons précisé que les données de l'enquête vont être exploitées dans le cadre de notre recherche et resteront confidentielles.

3.3 Participants :

Il s'agit aussi d'une étude qualitative où nous avons rencontré une vingtaine d'étudiants, au mois de novembre 2017, pour des entretiens semi-directifs sur des questions qui portent sur les événements auxquels ils ont été exposés en début d'année. Nous avons opté pour une approche qualitative de la recherche au moyen de 20 entretiens (12 étudiantes et 8 étudiants) semi-directifs et d'une analyse thématique des discours. En effet, nous avons souhaité interroger directement les étudiants pour mieux comprendre leurs

détresses psychologiques. Nous avons voulu comprendre les facteurs associés à cette souffrance et ses symptômes à travers le discours des étudiants. Cela apparaît d'une manière spontanée dans le discours des sujets en complémentarité avec les résultats obtenus aux questionnaires liés à la partie quantitative

Les étudiants impliqués dans cette étude appartiennent à la catégorie d'âge de 18-20 primo-inscrits, non redoublants et inscrits dans des filières scientifiques et Humaines à Sfax (Faculté des lettres et des Sciences Humaines, Faculté des sciences). Une vingtaine d'étudiants ont accepté de participer à la recherche a été amené à répondre aux différents questionnaires au début d'année universitaire 2017-2018, un guide d'entretien a été élaboré pour aborder le vécu psychologique lié à cette transition.

3.4. Protocole et outils de l'étude :

Dans le cadre de cette étude qualitative, et pour accéder à l'expérience subjective des étudiants, l'entretien semi-directif est un outil de prédilection, puisqu'il « s'inscrit dans une conception compréhensive des fonctionnements humains en cherchant à atteindre un vécu ou des représentations propres à chaque sujet interrogé » (chakhraoui, 2007).

Pour évaluer le stress, nous avons posé des questions de type « Comment se passent ces deux premiers mois à la faculté ? Est-ce que le passage à la faculté était pour vous un événement important ? Préciser en quoi ? Notons que la première partie du guide nous a permis d'aborder les facteurs associés à cette détresse et ses symptômes, à savoir le vécu du stress durant les deux premiers mois des études, les différentes sources du stress, les ressources psychologiques déployées pour s'ajuster à ce nouvel environnement et le soutien social perçu, amical et familial. Les deux dernières questions ont porté sur le choix de la filière et le thème de l'espoir pour apprécier si l'étudiant tunisien porte un objectif à réaliser dans un projet d'avenir, que ce soit sur le plan professionnel ou dans autre domaine et comment il compte contourner les obstacles dans un avenir professionnel incertain.

L'analyse de contenu des entretiens a été réalisée manuellement. Il s'agit d'une analyse de contenu catégorielle qui consiste à découper le texte résultant des entretiens en unités et ensuite de classifier celles-ci en catégories selon des associations d'idées. Cette analyse thématique s'est déroulée selon des étapes classiques : retranscription intégrale des entretiens, lecture globale des entretiens, réalisation de la grille d'analyse classée en sept thèmes issus principalement de la théorie, mais également des discours des étudiants, sélection des verbatim au sein du texte, Classification dans la grille d'analyse en fonction des verbatims sélectionnés, et enfin synthèse analytique pour chaque thème.

Concernant la méthode d'analyse, nous avons enregistré et retranscrit les entretiens. Nous avons d'abord réalisé une « lecture flottante », puis nous avons effectué une analyse des entretiens et nous avons pu dégager les différents éléments de détresse psychologique puis les facteurs de protection ou de résilience qui sont liés, à notre sens, soit aux caractéristiques personnelles, soit à l'entourage familial ou à l'environnement, à savoir la formation poursuivie subie ou choisie.

Le traitement des résultats s'est effectué par l'analyse statistique des pourcentages en prenant en considération la fréquence de chaque thème abordé pendant les entretiens. Les résultats ont pu ainsi servir de base à une analyse approfondie et plus fine du ressenti des étudiants. Nous avons relevé certaines phrases des discours des étudiants dans des encadrés pour illustrer chacun des thèmes catégorisés.

4. Présentation des résultats

Au final de la lecture approfondie des vingt entretiens menés auprès des étudiants, les thèmes principaux relevés sont les suivants :

- Le vécu du stress
- Les sources du stress
- Les stratégies d'ajustement
- Le soutien social
- Les symptômes de la détresse et le recours à un professionnel de la santé
- L'orientation : filière choisie ou subie
- L'espoir et la poursuite d'un but dans la vie

Chacun de ces thèmes a été abordé par l'ensemble des participantes bien que certains soient plus développés que d'autres. Les entretiens montrent tout d'abord que le passage à l'université a sollicité les capacités d'adaptation des étudiants en évoquant des perceptions positives et négatives : pour certains le vécu était traumatisant alors que pour d'autres, il s'agit d'un nouveau départ, une expérience excitante.

4.1. Le vécu du stress

Les étudiants ont pointé du doigt la complexité du vécu du stress des deux premiers mois une fois installé à la cité universitaire. La moitié des étudiants 10 sur 20 évoquent une expérience douloureuse.

Samia dévoilait : « *Je pleurais souvent, j'appelais ma mère très souvent je n'ai jamais été aussi triste, je n'ai jamais pensé que le fait de couper le cordon ombilical était si douloureux ; malgré que c'est moi qui a choisi d'étudier à Sfax. Les études universitaires à Sfax sont jugées très sérieuses donc j'ai du supporter cette douleur [...]* »

Les étudiants évoquent la séparation de façon particulièrement chargée d'émotion

En fait Nassima nous révélait que : *«le passage à la fac, pour moi, ça a été un passage difficile, parce que ça a été le passage où, comme beaucoup d'étudiants, où tu passes de ton univers familial dans lequel, j'ai été très protégée par mes parents, donc ils avaient peur, parce qu'ils habitaient une petite ville alors que dans une grande ville, il y a de la drogue, la mauvaise fréquentation, des trucs qui font peur un peu[...] »*, Et Nassima poursuit en disant : *« j'ai jamais été séparée de mes parents, j'ai toujours vécu près d'eux, donc ça a été une séparation assez difficile, le départ à la gare pour prendre le train était triste surtout au moment des adieux »*

La moitié des étudiants décrivent cette expérience comme positive un nouveau départ et un événement crucial

Ahmed déclarait : *« A partir de l'entrée à la fac, on commence à avoir des projets bien précis. Les études font partie de ce que je veux faire dans l'avenir...au début je me sentais seule et je ne connaissais personne ... Ma vie s'est transformée, un nouveau cadre, un nouveau espace, de nouvelles relations c'est vraiment excitant tout ce changement, une vraie métamorphose [...] »*

*« Cette expérience nous rendra plus fort, plus confiant, et capable de gérer les situations nouvelles [...] un défi à relever et être fier de soi de l'avoir soulevé [...] »*es moments d'angoisse assez importants».

4. 2. Les sources du stress :

4.2.1. Nouveau réseau social à construire : 13 étudiants sur 20 ont indiqué qu'ils arrivaient à construire un nouveau réseau social

Naima exprimait que c'était difficile pour elle de construire de nouvelles relations *« On ne connaît personne, au lycée tout le monde se connaît on a passé quatre ans ensemble qu'on soit à la fac, dans la rue, dans la cité on se sent isolé on ne connaît personne. Pour certains même quand tu dis bonjour on te répond pas comme si on n'a pas la même langue [...]»*.

4.2.2. La surcharge du travail : 13 étudiants sur 20 ont été impactés par la charge du travail académique et à la nouvelle manière d'étudier à la faculté).

Nourhen rapportait : *« Au début je ne savais pas comment étudier et prendre des notes, l'expérience de l'amphi était angoissante. Le prof donne le cours et ne se soucie même pas si on a compris et c'est vraiment gênant de lever le doigt pour demander des explications. On est crevé le soir »*. *« Je suis déboussolée et je ne sais plus comment travailler les cours, les polycopies, les études à la faculté c'est autre chose un autre enfer [...]. Il n'y a plus*

papa ou maman qui donnent des conseils, c'est la liberté totale. On peut sortir comme on veut, quand on veut, dépenser comme on veut, donc c'est là le piège. Oui, c'est un gros piège parce que nous sommes libres, déjà ce sera assez difficile déjà de faire la différence entre sortir et travailler. Là vraiment je crois qu'on prend son indépendance sur tous les plans [...] ».

4.2.3. Les conditions précaires des campus universitaires : La majorité des étudiants se plaignent des conditions précaires des campus universitaires.

Nourhen expliquait : Les blocs sanitaires, les douches, la chambre? C'est sale [...]. On doit tout le temps les nettoyer [...]. J'ai eu peur de choper une saleté malgré que j'utilise toujours de l'eau de javel [...]. Chacun jette la responsabilité de la propreté sur les autres alors que c'est la responsabilité de chacun de nous. L'hygiène manque, trop de saleté, les douches c'est un jour sur deux, pas d'eau chaude au quatrième étage, trop de bruit la nuit [...].

4.2.4. Les difficultés financières : la majorité des étudiants déclarent que l'argent est un grand souci à gérer au quotidien. Ils sont impactés par le manque et la mauvaise gestion des ressources financières.

Ahmed : « je n'ai pas le temps pour cuisiner [...]. Avec les cours et la bibliothèque j'arrive crevé le soir je mange un sandwich et une boisson tout ça chiffre en fin de semaine, puis les frais des photocopies et les documents ; prendre un café avec les copains et les cigarettes. La nourriture, les frais des déplacements [...]. A la fin de la semaine je n'ai aucun sou [...].

4.2.5. Le manque d'activités de loisirs : la moitié des étudiants soulignent le manque d'activité de loisirs et le manque de moyens de distractions

Ahmed : À huit heures du soir la porte du foyer est fermée et on a plus le droit de sortir. Sinon il faut se justifier devant le directeur du foyer. Le soir il n'ya rien , le foyer est petit , pas de salle pour les activités, ni télé, ni gala, ni activité sportive.....

4. 3. Les stratégies du coping

4.3.1. Le recours au coping religieux ou résilient : 9 étudiants sur 10 déclarent que la prière et le recours à l'aide de dieu est un réel réconfort et apaisement des angoisses ressenties surtout au début de cette aventure.

Selma : « La prière est très importante pour moi. Depuis le collège, la prière est ma source d'inspiration et un moyen pour communiquer avec dieu et lui demander de la force pour pouvoir supporter cette dure épreuve [...] »

4.3.2. L'organisation et de la planification : la moitié des étudiants verbalisent l'intérêt de s'organiser et de planifier les tâches à réaliser.

Selma : « Ma binôme est très organisée [...], dès le début on s'est mis d'accord pour réviser ensemble [...], organiser les cours [...], faire des fiches [...], le soutien de mon amie m'a énormément aidée [...]. Trouver refuge dans le sommeil [...]. Ça soulage la souffrance.

4.3.3. Le recours aux pleurs et au sommeil : « pleurer et dormir » nous présentons les extraits des discours suivants :

Amel : « Ma mère m'appelait souvent pour avoir de mes nouvelles mais je ne pouvais pas lui annoncer dans quel état j'étais de peur qu'elle s'inquiète plus [...]. Déjà que je suis loin [...]. Je dois lui montrer que je suis devenue responsable [...] Après une journée de pleurs [...]

4.3.4. Le recours aux achats, le fait de sortir pour changer les idées. Notons que 50% des étudiants aiment sortir pour changer les idées et faire quelques achats.

Amel : « J'ai essayé de changer les idées, de marcher, d'inviter des copines et de me rendre en ville, de prendre une douche se relaxer [...]. J'aime m'offrir un cadeau quand je suis triste [...]. Je crois que j'ai fait des dépenses inhabituelles durant le premier mois [...].

4.3.5. Le recours aux réseaux sociaux : la totalité des étudiants trouvent que les réseaux sociaux sont un excellent moyen pour se distraire et oublier ses difficultés.

Houda : « La première semaine [...] Je contactais ma mère toute les heures, ça me réconfortait d'entendre sa voix. Mais vite je pleurais c'était dur les premiers jours mais avec le temps le soutien et les conseils de mes parents m'ont permis d'être plus fort pour vivre cette nouvelle aventure. Maintenant ça va mieux.

4.4. Le soutien familial et amical : Les étudiants se sentent en général soutenus par leur famille, leurs amis. 80% des étudiants déclarent que le soutien familial et amical a été bénéfique et rassurant

Nawel : « La première semaine [...] c'était difficile malgré que j'appelais ma famille et mes copines de classes assez souvent .c'est dur de se trouver dans un endroit ou on connaît personne mais en fin il faut s'habituer pour pouvoir se concentrer sur les études et nos parents que dieu les protège sont rassurant et nous aide avec leurs prières

4. 5. Les symptômes de la détresse psychologique : 50% des étudiants ont présenté des signes de détresse intense surtout les deux premières semaines type : déprime, pleurs, isolement, démotivation,

Naima : « Je me suis souvent sentie triste, irritable à la moindre contrainte [...] à la faculté j'avais des problèmes de concentration [...] malgré mes efforts [...]. Je pensais assez souvent à ma famille. Je me sentie étrange dans cette chambre de cité universitaire, j'avais du mal à m'endormir, et je pleurais souvent sur mon oreiller. Le matin j'étais fatiguée et j'avais du mal à me préparer pour aller à l'université [...]. Je manque d'appétit et je suis devenue insupportable je crie à la moindre chose »

4. 6. Le choix de l'orientation: la moitié des étudiants ont choisi la filière alors que l'autre moitié a subi l'orientation

Mahdi : Mes parents n'étaient pas d'accord, mais c'est mon avenir et enseigner c'est ce que je veux. Je ne veux pas rater mon avenir, je ne peux pas rester dans cette filière j'ai eu une mauvaise note en physique au bac [...]. J'ai eu le dernier choix et je me suis trouvée à la faculté des sciences [...]. Je pense que je dois me préparer au concours de réorientation dès maintenant.

4. 7. Thème de l'espoir : 40% des étudiants évoquent l'espoir en termes de buts clairs et d'objectifs à atteindre avec une bonne volonté et une motivation.

Wassim : « Jusqu'à ce jour, j'ai toujours réalisé mes objectifs. J'ai obtenu les moyennes que je voulais, j'ai passé l'épreuve du bac avec succès et j'ai obtenu la moyenne nécessaire pour obtenir la filière tant convoitée [...]. Quand j'ai un objectif je m'organise à fournir les efforts nécessaires pour y arriver [...]. La joie de la réussite est excitante et nous rend heureux [...] et je compte poursuivre mes efforts pour décrocher mon diplôme d'ingénieur. Pour moi l'avenir appartient à ceux qui travaillent avec intelligence [...] On se fera remarquer par notre énergie et nos buts à réaliser.

4.7.1. Manque d'objectifs clairs : 11 étudiants sur 20 des étudiants interrogés déclarent que jusqu'à ce jour ils peinent à se fixer des objectifs, pas de buts précis dans le futur, l'avenir est incertain et on ne sait pas trop ce qu'on veut faire.

Adel : « J'ai beaucoup galéré et ça continue jusqu'à nos jours, je ne sais pas trop ce que je veux faire dans la vie, mes parents ne peuvent pas me conseiller. Ils me disent que l'essentiel c'est d'avoir un diplôme et sortir de l'université pour faire n'importe quel boulot [...]. Je ne sais pas trop. Ces idées sont très floues pour moi.

5. Discussion des résultats de l'étude qualitative : analyse des discours des étudiants

L'analyse des données met en évidence un vécu des étudiants comparable à celui constaté dans la littérature. Les fragilités psychologiques se dévoilent en termes :

- De symptômes de détresse psychologique : déprime, anxiété, difficulté d'endormissement.....
- Des difficultés à apprendre le métier d'étudiant dans le sens de Coulon (2005)
- Des difficultés d'assumer les responsabilités d'adultes et abandonner son giron familial et l'insouciance de l'enfance
- Une quête identitaire se poursuit avec ses tourments et ses préoccupations.

5.1. Les symptômes de détresse psychologique sont évoqués chez la moitié des étudiants surtout chez les étudiants qui ont une mauvaise perception de ce passage .Ceci dit, les étudiants qui perçoivent leur environnement comme menaçant et traumatisant se sentent anxieux et déprimés beaucoup plus que les étudiants qui ont une perception positive de la situation .Lazarus et Folkman (1984) précisent que les individus vulnérables perçoivent leur environnement comme pénible et dépassant leur ressources ce qui affecte leur bonne adaptation et utilise un coping dysfonctionnel. Le coping est défini comme « l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux, mis en œuvre pour gérer des demandes externes ou internes spécifiques qui sont évaluées comme menaçant ou excèdent les ressources de la personne » (Lazarus & Folkman, 1984).En effet, les étudiants seront impliqués directement au sein du processus d'amélioration de leur bien-être physique et mental, en tenant compte de leurs propres efforts cognitifs et comportementaux .L'étude menée par Saleh (2018) indique que les symptômes du stress présents chez les étudiants au sein de cette enquête de santé mentale, 29,8% des étudiants présenteraient des tremblements ou des mouvements involontaires . Les céphalées reviennent avec un pourcentage à 39,1%, les douleurs à la poitrine qui apparaissent très souvent dans 23,9% des cas ainsi que les douleurs gastro intestinales qui surviennent toujours pour 34,8% des étudiants. Enfin, pour 35,6% d'entre eux, les étudiants se disent toujours, dans une situation stressante dormir mal ou peu (Saleh, 2018).

5.2. Le métier d'étudiant évoqué par (Coulon, 2005) : En effet les résultats de notre recherche indiquent que nos étudiants sont principalement affectés par le stress académique ce qui se traduit par la mauvaise gestion du

temps, la charge du travail et la mauvaise organisation du travail universitaire. Les étudiants rencontrés lors des entretiens ont verbalisé cette difficulté de comprendre ce qu'on attend d'eux sur le plan pédagogique et ne se sentent pas bien préparés et prêts pour réaliser un travail bien ficelé, une prise de notes correcte, fiches de synthèse, un travail de consolidation des acquis, gérer un volume important de travail, rapport de stage, exposés et recherche bibliographique. Tout ce travail exige un temps d'adaptation pour comprendre le travail exigé. Au départ, ils parlent de cette phase déroutante pendant laquelle ils ne comprennent rien et se sentent complètement perdus dans un amphi. Puis ce processus progressif qui s'effectue lentement au cours duquel l'étudiant commence à décoder le monde universitaire et apprend à apprendre.

L'enquête de santé mentale et gestion du stress auprès des étudiants réalisée par Dalia Saleh en (2018) a permis d'identifier les différentes sources de stress chez les étudiants les présentations orales représentant 88% des étudiants suivies du stress lié aux examens, représentant à son tour 84% d'entre eux le stress lié à un ou plusieurs échecs aux matières, ensuite nous avons la compétition entre les étudiants et le droit au meilleur résultat. Pour terminer, en cinquième position, il y a les travaux effectués à domicile ou en groupes (Saleh, 2018).

Les réflexions évoquées par Coulon (1997) sont ressenties dans les discours des étudiants. Coulon nous précise que les taux d'échecs et d'abandons constatés au cours du premier cycle universitaire témoignent de la difficulté de ce passage aux études supérieures. Selon Coulon (1997), il s'agit d'un passage au sens ethnologique du terme, au cours duquel s'effectue une initiation fondamentale, qui permet aux étudiants d'acquérir progressivement leur « métier d'étudiant » et de s'affilier au nouvel univers dans lequel ils sont entrés.

Les premiers mois à l'université, lors de l'inscription ou au début des cours, représentent pour les primo-inscrits un « parcours de combattant ». Ces premiers contacts avec le monde universitaire sont désignés comme « traumatisants, angoissants, révoltants, inquiétants ». De cette manière, l'accès à l'université signifierait vouloir explorer et avoir la volonté pour s'initier aux codes définissant l'organisation universitaire. Or, ces codes sont souvent « opaques, voire illisibles » (Coulon, 1997) pour certains étudiants qui peinent à tracer leurs parcours universitaire.

5.3. L'adulthood :

Le sentiment d'être entre deux une adolescence qui s'achève et un âge adulte qui débute. Les entretiens avec certains étudiants ont bien dévoilé ce sentiment d'être entre deux âges. Ce besoin de devenir autonome, se prendre en charge et assumer ses responsabilités en tant qu'adulte et en

même temps, ce besoin d'être protégé par les parents en s'appuyant sur leurs conseil, soutiens dans des différents détails de la vie quotidienne. Arnett (2000) décrit le sentiment qui caractérise cet âge. Il s'agit d'un « entre- deux » puisque comme nous le savons, il ne s'agit ni de l'adolescence, ni de l'âge adulte à part entière.

D'un côté, un lien affectif fort et une dépendance aux parents qui s'entend dans leur discours et de l'autre cette envie d'assumer des responsabilités et de gérer leur nouvelle autonomie. Cette réflexion est bien traduite dans la théorie du développement proposée par Arnett (2000), la période de *l'emerging adulthood* (18-25) se caractérise par l'instabilité, la focalisation sur soi-même, les explorations identitaires et des possibilités ce qui renforce l'ambiguïté de leur statut et permet de comprendre pourquoi certains étudiants peuvent décider de s'absenter des cours, de ne pas fournir les efforts nécessaires pour bien s'organiser dans le travail universitaire ou de s'engager ou non dans des comportements nuisibles à leur santé . Ils ne se sentent pas encore prêts pour réfléchir sur des engagements sérieux dans une vie d'adulte et d'assumer leurs nouvelles responsabilités.

5.4. Une liberté piégée : Entre douleur et plaisir de gérer son autonomie. L'âge de 20 ans marque la fin de l'adolescence et le début de l'âge adulte. Les étudiants verbalisent cette difficulté de sortir du monde protecteur familial et faire face à de nouvelles responsabilités. L'entrée dans le monde des adultes marque une confrontation avec la société, le traçage d'un chemin, la recherche de sa place, la construction d'une identité sociale, le choix de la filière adéquate qui va mener au métier désiré et la confrontation à un choix amoureux. D'un autre côté, on veut préserver l'insouciance de l'enfance, on veut préserver le giron familial, on veut s'amuser, découvrir, expérimenter de nouvelles pistes. En revanche, on doit très vite faire face à nos responsabilités et prendre notre avenir au sérieux.

Le vécu de ce passage est relativement paradoxal : entre une liberté tant désirée et une envie de revenir au cocon familial où l'on se sent protégé et en sécurité. Nous pouvons conclure comme le précise Ramos (2002) que le passage à l'âge adulte se fait d'une manière progressive et s'effectue douloureusement pour certains étudiants qui se traduit par des allers et retours entre le domicile parental et le nouvel logement. Ce processus révèle la facette complexe de la construction de l'autonomie, de la construction d'un chez soi et l'identité personnelle entre la séparation et son achèvement tout un cheminement délicat qui est parsemé de difficultés et marqué d'ambiguïté.

5.6. Un avenir incertain avec des objectifs flous : Certains étudiants verbalisent leurs préoccupations quant à leur avenir .Ils ont du mal à se

projeter dans un avenir clair. Le contexte économique, politique et social tunisien est très instable. Ils ont de sérieuses craintes quant à leur insertion dans le monde du travail. Du coup, les alternatives proposées par les étudiants sont diverses. Certains pensent qu'ils veulent continuer les études et se projettent dans un Master ou dans un parcours doctoral. D'autres avancent qu'ils sont prêts à quitter les études à tout moment, si une opportunité de travail se présente (un concours national ou une proposition suite à un stage ou une occasion d'aller étudier à l'étranger...). Dans le discours de certains étudiants, nous ressentons cette difficulté de frayer un chemin dans la vie, entre les attentes et les aspirations et la réalité économique et sociale tunisienne, et entre les engagements dans choix basés sur une mure réflexion sur soi et les opportunités de l'environnement semblent conflictuelles

Des préoccupations ont été formulées quant au choix de la discipline étudiée qui est une étape importante, car il s'agit d'emprunter la voie la plus adaptée pour concrétiser son projet professionnel. Certains étudiants sont animés par une aspiration profonde pour réussir leur insertion dans le monde du travail, et pour cela ils développent des compétences. Il s'agit pour chaque étudiant de trouver des études et un métier à travers lequel il pourra s'épanouir, et pour ce faire il doit bénéficier d'informations et de conseils adaptés. L'entrée dans l'enseignement supérieur est une continuation logique de la scolarité qui a pour conséquence que certains étudiants ne s'interrogent pas d'une manière profonde, critique et réfléchie sur leurs projets professionnels. Cette catégorie de la population étudiante s'inscrit dans une filière à titre d'essai sans avoir défini au préalable de projet précis et comme résultats, ils risquent de se mettre en situation d'échec ou d'abandon et se trouvent expulsés de l'univers universitaire (Paivandi, 2015)

Des facteurs de protections qui apparaissent :

5.7. Le soutien social perçu

Erlich (1998) s'est attardée sur les aspects psychosociaux de la vie étudiant. Elle a montré comment les étudiants construisent leur autonomie vis-à-vis de leur entourage familial et amical et optent un nouveau mode de vie et un nouveau réseau social. Elle évoque un double processus de socialisation et d'émancipation. Ce passage est parsemé d'obstacles et beaucoup d'étudiants sont confrontés à des moments difficiles à vivre quelle que soit leur situation financière.

L'environnement social est constitué de la famille, du cercle d'amis, des nouvelles rencontres à l'université, des professeurs et du personnel administratif. En effet, le passage à l'enseignement supérieur s'accompagne d'un déménagement, non seulement hors du foyer familial, mais souvent dans une autre ville. Les étudiants quittent de ce fait, leurs anciens amis, d'où

la rupture affective et le sentiment de solitude qui en résultent. Ces derniers peuvent être vécus douloureusement, un nouveau réseau relationnel est à reconstruire. Le nouvel étudiant devra se familiariser avec le milieu universitaire qui peut lui procurer un sentiment d'étrangeté, particulièrement au début. Passer d'une classe de quarante élèves que l'on connaît depuis longtemps à des amphithéâtres de plus de six cents étudiants est certainement une expérience inhabituelle voire éprouvante pour certains étudiants. La majorité des interviewés déclarent que la présence d'un soutien social rassurant apportant des informations sur le cursus universitaires, les méthodes de travail exigées à l'université, un soutien moral est essentielle pour leur bonne adaptation à cet nouvel environnement.

5.8 La résilience ou le coping religieux :

La religion dans la société tunisienne occupe une place primordiale. Elle permet d'expliquer les épreuves difficiles auxquelles les individus sont confrontés ; destin, fatalité ou volonté de dieu. Le sens spirituel donné aux événements vécus douloureusement aide les personnes à prendre en patience leurs maux et puiser des efforts de la bonne volonté divine pour dépasser les caps difficiles. Patience, prière et jeûne pour certains ces pratiques religieuses sont très répandues dans une société arabo-musulmane qui proclame l'Islam comme pilier spirituel de l'Etat.

Les rencontres avec les étudiants en difficulté au début de l'année universitaire dans les séances d'écoute et de prise en charge psychologique dévoilent ce recours au coping religieux. En effet, certains étudiants expriment clairement dans leurs discours comment ils se protègent en demandant réconfort et paix de la bonté divine pour faire face à cet environnement hostile, caractérisé selon leurs mots par un déchirement et rupture difficile avec le cocon familial, perte du cercle des amis habituel et anonymat dans un univers complètement étrange dans lequel on ne connaît personne. C'est le quotidien des étudiants qui ont des origines différentes du Sud au Nord de la Tunisie, ayant des habitudes de vie différentes des uns et des autres, dans une cité universitaire. Cette cohabitation s'avère très complexe et dure à gérer. La religion et le recours au spirituel en ces moments de fragilité donne des forces et les ressources nécessaires pour faire face à cet univers menaçant selon leurs perceptions.

Conclusion

A l'issue de ce travail, il faut souligner que le mal-être chez les étudiants est une problématique de santé publique qui connaît une prise de conscience de la part des pouvoirs publics depuis quelques années, comme le souligne la littérature sur la question. Ceci dit, les problématiques psychologiques continuent à être mal comprises, sous-estimées et

stigmatisés. Donc il est primordial de lever le tabou et le sentiment de stigmatisation dont se sentent atteints les étudiants en souffrance, de leur montrer qu'ils ne sont pas seuls dans cette situation. La stigmatisation est une barrière potentielle à la recherche de traitement et peut entraver l'intégration de l'individu dans la société et l'empêcher de s'épanouir. Plusieurs perspectives d'intervention peuvent être envisagées. Dans ce sens, les entretiens menés auprès des étudiants ont été riches en enseignements. Notons que pour plusieurs étudiants, cet entretien impliquait un récit de vie et avait permis une mise en perspective et une prise de conscience des difficultés vécues et une libération d'une douleur non révélée jusqu'à présent. Il est important d'offrir aux étudiants la possibilité d'avoir des entretiens au cours de l'année universitaire pour mettre des mots sur les maux. Cette opportunité s'avère plus que nécessaire pour ceux qui sont en souffrance afin d'éviter que cette détresse ne bascule vers des pathologies psychiatriques.

Conflits d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de conflits d'intérêt en relation avec cet article

References:

1. Aissa, S. K., Latiri, H. S., Rejeb, M. B., Chebil, D., & Dhidah, L. (2014). Comportements tabagiques chez les étudiants infirmiers de Sousse, Tunisie: étude préliminaire. *Revue des Maladies Respiratoires*, 31(3), 248-254
2. Anatrella, T. (2003). Les « adolescents ». *Études*, 399(7), 37-47. doi:10.3917/etu.991.0037.
3. Arnett, J., (2000). Emerging Adulthood : a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 5, 469-480
4. Bardin, L. (1977). *L'analyse de contenu*. Paris : Presses Universitaires de France
5. Bénony, H., & Chahraoui, K. (1999). *L'entretien clinique*. Dunod.
6. Bonnaud-Antignac, A., Tessier, P., Quere, M., Guihard, É., Hardouin, J. B., Nazih-Sanderson, F., & Alliot-Licht, B. (2015). Stress, qualité de vie et santé des étudiants. Suivi de cohorte en première année commune d'étude en santé (PACES). *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 25(2), 58-65.
7. Boujut, E. (2007). Facteurs prédisant le développement de symptômes dépressifs, de symptômes organiques, de troubles des conduites alimentaires et de l'échec académique chez des étudiants de première année: une étude prospective en psychologie de la santé. (Thèse de doctorat. Université Victor Segalen. Bordeaux).

8. Boujut, É., & Bruchon-Schweitzer, M. (2007). Rôle de certains facteurs psychosociaux dans la réussite universitaire d'étudiants de première année. *L'orientation scolaire et professionnelle*, (36/2), 157-177.
9. Boujut, E., Koleck, M., Bruchon-Schweitzer, M., & Bourgeois, M. L. (2009) . La santé mentale chez les étudiants: suivi d'une cohorte en première année d'université. In *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*. 167(9), 662-668).
10. Boujut, E., & Bruchon-Schweitzer, M. (2010). Les troubles des comportements alimentaires chez des étudiants de première année: une étude prospective multigroupes. *Psychologie française*, 55(4), 295-307
11. Bruchon-Schweitzer, M., & Boujut, E. (2014). *Psychologie de la santé : Modèles, concepts et méthodes*. Paris : Dunod
12. Charfi, N., Trigui, D., Thabet, J. B., Hajbi, K., Zouari, N., Zouari, L., & Maalej, M. (2015). Étude du rapport des troubles des conduites alimentaires avec le niveau de stress et l'estime de soi chez les étudiants en médecine . *La tunisie medicale*, 93(11).
13. Chérif, L., Ayedi, H., Sahnoun, F., Walha, A., Moalla, Y., Rekik, N., & Ghribi, F. (2012). Psychopathologie des tentatives de suicide chez les adolescents. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 60(6), 454-460.
14. Cicchelli, V. (2001). *La construction de l'autonomie: Parents et jeunes adultes face aux études*. Paris : Presses universitaires de France.
15. Cicchelli V., Galland O., Maillard J. de, Misset S. (2007), « Les jeunes émeutiers de novembre 2005. Retour sur le terrain », *Le Débat*, 145, 165-181.
16. Cicchelli, V., & Galland, O. (2013). *L'autonomie des jeunes. Questions politiques et sociologiques sur les mondes étudiants*. Documentation Française
17. Cohen-Scali, V. (2000). Chapitre Premier - La transition de l'école au travail : une période aux multiples changements. In Cohen-Scali, *Alternance et identité professionnelle* . Paris : Presses Universitaires de France.
18. Cohen-Scali, V. (2001). Le rôle des composantes de la personnalité dans le processus de transition de l'école au travail. *Connexions*, 76 (2), 41-59
19. Costantini ML, Spitz E, Desprat P, Montier V. (2001). Processus d'adaptation chez l'étudiant de première année, santé physique, santé psychique. Communication au 1er congrès français de psychologie de la santé, Bordeaux, 5 - 6 octobre

20. Coulon A. (1997). Le métier d'étudiant. L'entrée dans la vie universitaire. Psychologie d'aujourd'hui. Paris: PUF
21. Doron, J., Stephan, Y., & Le Scaff, C. (2013). Les stratégies de coping: une revue de la littérature dans les domaines du sport et de l'éducation. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 63(5), 303-313.
22. Dugué, M., Garnarczyk, C., & Dosseville, F. (2018). Déterminants psychologiques du stress chez les étudiants en soins infirmiers. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 66(6), 347-354.
23. Ellouze, F., Rajhi, O., Robbena, L., El Karoui, M., Arfaoui, S., & M'rad, M. F. (2015). Cyberaddiction chez les étudiants. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 63(8), 504-508.
24. Endrizzi, L. (2010). Réussir l'entrée dans l'enseignement supérieur. Dossier d'actualité de la VST, n° 59. 1-23.
25. Erickson, E. (1972). Adolescence et crise. Paris :Flammarion Éditeur.
26. Erlich, V. & Verley, É. (2010). Une relecture sociologique des parcours des étudiants français : entre segmentation et professionnalisation. *Education et sociétés*, 26, (2), 71-88. doi:10.3917/es.026.0071.
27. Estingoy, P., Fort, E., Normand, J. C., Lerond, J., & D'Amato, T. (2013) . Vulnérabilités psychiques chez les étudiants: à propos de deux enquêtes en santé mentale à l'université Lyon 1. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 171(6), 392-398.
28. Fakhfakh, R., Hsairi, M., Romdhane, H. B., Achour, N., Ammar, R. B., Zouari, B., & Nacef, T. (1996). Le tabagisme des étudiants en médecine en Tunisie: tendances des comportements et des attitudes. *Cahiers d'études et de recherches francophones/Santé*, 6(1), 37-42.
29. Galland, O. (1991), *La sociologie de la jeunesse*, Paris, Armand Colin.
30. Galland, O. (1994). Adolescence et post-adolescence: la prolongation de la jeunesse. *Jeunesses et sociétés*, 71-77.
31. Galland, O., & Oberti, M. (1996), *L'expérience universitaire*. Repères. 31-57.
32. Galland, O. & Oberti, M. (1996). *Les étudiants*. Paris: La Découverte
33. Galland, O. (2009). Une nouvelle adolescence. *Revue française de sociologie*, 49(4). 819-826.
34. Grebot, E., & Barumandzadeh, T. (2005). L'accès à l'Université: une situation stressante à l'origine de certaines stratégies d'ajustement dysfonctionnelles. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 163(7), 561-567.
35. Grignon, C., & Gruel, L. (1999). *La vie étudiante*. Paris : Presses universitaires de France

36. Gruel, L., Galland, O., & Houzel, G. (2009). *Les étudiants en France. Histoire et sociologie d'une nouvelle jeunesse*. Rennes : Presses Universitaires Rennes
37. Guagliardo, V., Gilbert, F., Rouillon, F., Kovess-Masfety, V., & Verger, P. (2009). Troubles psychiatriques chez les étudiants universitaires de première année: prévalence annuelle, retentissement fonctionnel et recours aux soins en région Paca, France. *Revue de l'Institut de Veille Sanitaire, BEH*, 29. 7
38. Haut comité de la Santé Publique, H. C. (1997). Santé des enfants, santé des jeunes. In *Rapport adressé à la Conférence nationale de santé*.
39. Kacem, I., Kalboussi, H., Ayoub, N., Brahem, A., Maoua, M., Boughattas, W., ... & Mrizak, N. (2017). Burn-out chez les jeunes médecins: étude réalisée dans la région de Sousse. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 175(4), 332-338
40. Lafay, N., Manzanera, C., Papet, N., Marcelli, D., & Senon, J. L. (2003). Les états dépressifs de la post-adolescence. Résultats d'une enquête menée chez 1521 étudiants de l'université de Poitiers. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 161(2), 147-151.
41. Lassarre, D., Giron, C., & Paty, B. (2003). Stress des étudiants et réussite universitaire: les conditions économiques, pédagogiques et psychologiques du succès. *L'orientation scolaire et professionnelle*, 32/4, 669-691
42. Lazarus, R. S., & Folkman, S., (1984). *Stress, appraisal and coping*. New-York : Springer
43. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. *Dynamics of stress: Physiological, psychological, and social perspectives*, 63-80.
44. Maatouk, F., Barkallah, M., & May, W. (2013). Le tabagisme chez les étudiants de médecine dentaire à Monastir (Tunisie)/Smoking among dental students in Monastir, Tunisia. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 19(3), S32.
45. Marcelli D, Braconnier A. (2013). L'adolescence et les pathologies somatiques. In : *Adolescence et Psychopathologie*. Issy-les-Mx : Elsevier Masson.
46. Masmoudi-Soussi, J., Bellaaj-Lachtar, F., Aloulou-Bouguecha, J., Amami, O., Halouani, A., & Jarraya, A. (2006). Vie sexuelle des adolescents (enquête auprès de 352 étudiants tunisiens). *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 164, (5), 395-401.
47. Masmoudi, J., Sonda, T., Uta, O., Inès, F., Rim, S., Imene, B., & Abdelaziz, J. (2014). Troubles des conduites alimentaires et

- tempérament cyclothymique: étude transversale à propos de 107 étudiants Tunisiens. *The Pan African Medical Journal*, 18
48. Mazé, C., & Verliac, J. F. (2013) . Stress et stratégies de coping d'étudiants en première année universitaire: rôles distinctifs de facteurs transactionnels et dispositionnels. *Psychologie française*, 58(2), 89-105.
 49. Mucchielli R. (1972). L'entretien de face à face dans la relation d'aide. Paris: ESF.
 50. Mucchielli, A., & Paillé, P. (2003). L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales. Paris : Armand Colin.
 51. Nakhli, J., Bouhlel, S., El Kissi, Y., Hassini, R., Nasr, S. B., & Ali, H. (2016). Les conduites alcooliques chez les étudiants infirmiers de Sousse. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 174(5), 380-384.
 52. Nandrino, J. L., Reveillere, C., Saily, F., Moreel, V., & Beaune, D. (2003). Sensibilité aux tracas quotidiens et personnalité des étudiants: importance du facteur névrosisme. *European review of applied psychology*, 53(3-4), 239-244.
 53. Paillé, P., & Mucchielli, A. (2012). Chapitre 11—L'analyse thématique. U, 231-314.
 54. Paivandi, S. (2015). Apprendre à l'université. Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur. doi:10.3917/dbu.vandi.2015.01.
 55. 56. Paulhan, I. (1992). Le concept de coping. *L'Année psychologique*, 92(4), 545-557. <https://doi.org/10.3406/psy.1992.29539>.
 56. Ramos, E. (2002). Rester enfant, devenir adulte: la cohabitation des étudiants chez leurs parents. Éditions L'Harmattan.
 57. Rejeb, M. B., Abroug, H., Khefacha-Aissa, S., Fredj, M. B., Dhidah, L., & Said-Latiri, H. (2016). Comportement tabagique, connaissances et attitudes relatives à la lutte anti-tabac des étudiants infirmiers de la ville de Sousse, Tunisie. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 64(2), 121-127.
 58. Réveillère, C., Nandrino, J. L., Saily, F., Mercier, C., & Moreel, V. (2001) . Étude des tracas quotidiens des étudiants: liens avec la santé perçue. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* ,159(6), 460-465.
 59. Saleh, D., Camart, N., & Romo, L.(2017) Intervention de gestion du stress par Internet chez les étudiants : revue de la littérature. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* , 175 (4), 327-331
 60. Saleh, D. (2018). Santé mentale et gestion du stress chez des étudiants à l'université : Mise en place et évaluation d'un programme de gestion du stress par internet. 126.

61. Spitz, E., Costantini, M. L., & Baumann, M. (2007). Détresse psychologique et stratégies de coping des étudiants en première année universitaire. *Revue francophone du stress et du trauma*, 7(3), 215-225.
62. Strenna, L., Chahraoui, K., & Vinay, A. (2009). Santé psychique chez les étudiants de première année d'école supérieure de commerce: liens avec le stress de l'orientation professionnelle, l'estime de soi et le coping. *L'orientation scolaire et professionnelle*, (38/2), 183-204.
63. Stenna, L., Chahraoui, K., & Réveillère, C. (2014). Tracas quotidiens des étudiants de première année de grandes écoles: liens avec la santé mentale perçue et la qualité de vie. In *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 172(5), 369-375.
64. UQAM. (2019, septembre 30). Sources de stress. Services à la vie étudiante (SVE).<https://vie-etudiante.uqam.ca/conseils-soutien/psycho/stress-anxiete/26-conseils-etsoutien/soutien-psychologique/857-sources-stress.html>
65. Van de Velde, C., (2008), Devenir adulte : sociologie comparée de la jeunesse en Europe. Paris : Presses Universitaires de France.
66. Van de Velde, C. (2016). Réussites et déclassements. Les étudiants face à leur avenir. Les vies étudiantes. Tendances et inégalités. La Documentation française, Paris.
67. Vinciguerra, A., Réveillère, C., Potard, C., Lyant, B., Cornu, L., & Courtois, R. (2019). Étudiants à risque de décrochage selon le profil de personnalité: Resilients, Overcontrollers et Undercontrollers. *L'Encéphale*, 45(2), 152-161.
68. Vitaliano, P. P., Russo, J., Carr, J. E., Maiuro, R. D. & Becker, J. (1985). The Ways of Coping Checklist: Revision and Psychometric Properties. *Multivariate Behavioral Research*, 20 (1), 3-26.