

LE DÉVELOPPEMENT DE SYMPTÔMES DÉPRESSIFS AU SECONDAIRE : LA CONTRIBUTION DE L'ATTACHEMENT DES ADOLESCENTS AUX PARENTS

Comment les symptômes dépressifs des adolescents évoluent-ils durant le secondaire? Est-ce que l'attachement aux parents permet de prévenir le développement des symptômes dépressifs du jeune? Les données de 414 adolescents sont utilisées pour répondre à ces questions.



Les résultats montrent qu'il existe quatre trajectoires de développement des symptômes dépressifs durant l'adolescence : modéré et stable (55% des adolescents), faible et stable (27%), modéré et en augmentation (11%) et élevé et en diminution (7%). Généralement, les adolescents ayant un attachement sécurisant aux deux parents, et tout spécialement à la mère, sont moins à risque de rapporter des symptômes dépressifs en 6^e année et tout au long du secondaire. Ce sentiment de sécurité fait en sorte qu'ils peuvent puiser dans le soutien psychologique fourni par leurs parents, ce qui réduit le risque de vivre des symptômes dépressifs. De plus, les adolescents qui vivent moins d'anxiété et qui se sentent compétents sur le plan scolaire sont moins à risque de connaître des symptômes dépressifs durant le secondaire.

Pour en savoir plus : Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2014). Attachment security to mothers and fathers and developmental trajectories of depressive symptoms in adolescence: Which parent for which trajectory? *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 641-654. doi: [10.1177/0272431608325502](https://doi.org/10.1177/0272431608325502)

Faits saillants :

- L'intensité et l'évolution des symptômes dépressifs varient d'un jeune à l'autre au cours du secondaire. Les filles sont plus à risque d'avoir des symptômes dépressifs qui augmentent durant le secondaire que les garçons.
- Les adolescents ayant un attachement sécurisant avec leurs parents et qui se sentent compétent sur le plan scolaire sont moins à risque de développer des symptômes dépressifs.
- Les jeunes anxieux sont plus à risque de développer des symptômes dépressifs.

Implications pratiques :

Pour les parents

- Reconnaître que le début de l'adolescence est une période stressante pour votre enfant et être à l'écoute de ses besoins en se montrant disponible pour discuter avec lui de ses inquiétudes.
- Prendre le temps de faire des activités plaisantes en famille afin de favoriser la communication avec votre enfant.

Pour les intervenants et les enseignants

- Informer les jeunes des services de soutien psychologiques offerts dans leur établissement.
- Être disponible et à l'écoute et les référer, au besoin, à des ressources spécialisées.