



SAVOIR CONCILIER

ÉTUDES ET TRAVAIL



Travailler pendant les études peut être bénéfique pour les jeunes, qu'ils soient au secondaire, au collégial ou à l'université. Mais ce n'est pas toujours le cas! Si certaines conditions ne sont pas respectées, le cumul des études et du travail peut avoir des retombées négatives non négligeables, incluant une diminution du rendement scolaire, un désengagement à l'égard des études, voire le décrochage scolaire.

Un trop grand nombre d'heures hebdomadaires consacrées au travail est souvent pointé comme le grand responsable des effets négatifs associés au fait d'occuper un emploi pendant l'année scolaire. Certains estiment que travailler un nombre limité d'heures (par exemple entre 5 et 15 heures) ne serait pas néfaste et pour d'autres, 20 heures est le maximum admissible. Qu'en est-il vraiment? Faut-il limiter le nombre d'heures? Y a-t-il d'autres aspects liés au travail qu'il faut considérer? Comment assurer une bonne conciliation entre les études et le travail?

Proposé par les *Instances régionales de concertation sur la persévérance scolaire et la réussite éducative* (IRC), ce feuillet tente de répondre à ces questions en présentant une synthèse de leur vision inspirée des études les plus récentes sur le sujet. Il s'adresse à toute personne ou organisation qui souhaite agir pour favoriser la conciliation études-travail.



INSTANCES RÉGIONALES DE CONCERTATION
SUR LA **PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE**
ET LA **RÉUSSITE ÉDUCATIVE** DU QUÉBEC

UN DOSSIER IMPORTANT POUR LES IRC

Les IRC se préoccupent depuis plusieurs années de la conciliation études-travail (CÉT), parfois nommée conciliation travail-études (CTÉ). Elles ont notamment conçu une vaste gamme d'outils de sensibilisation destinés aux jeunes, aux parents, aux employeurs, aux établissements scolaires et à toutes autres organisations concernées.

Plus récemment, les IRC ont réalisé une recension de la littérature sur la conciliation études-travail, en collaboration avec le Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ). Cette recension a permis d'identifier les facteurs qui contribuent à une bonne conciliation entre les études et le travail et qui peuvent, par conséquent, avoir un impact positif sur la réussite éducative des jeunes. Visitez le site des IRC pour consulter la recension de la littérature qui a permis la réalisation de ce feuillet (bibliographie et résumés des articles).

Pour les IRC, il importe de bien connaître les facteurs pouvant favoriser cette conciliation. Les personnes et les organisations concernées doivent en saisir tous les enjeux et se mobiliser pour faire en sorte que la conciliation études-travail soit adéquate et qu'elle ne nuise pas à la réussite éducative.

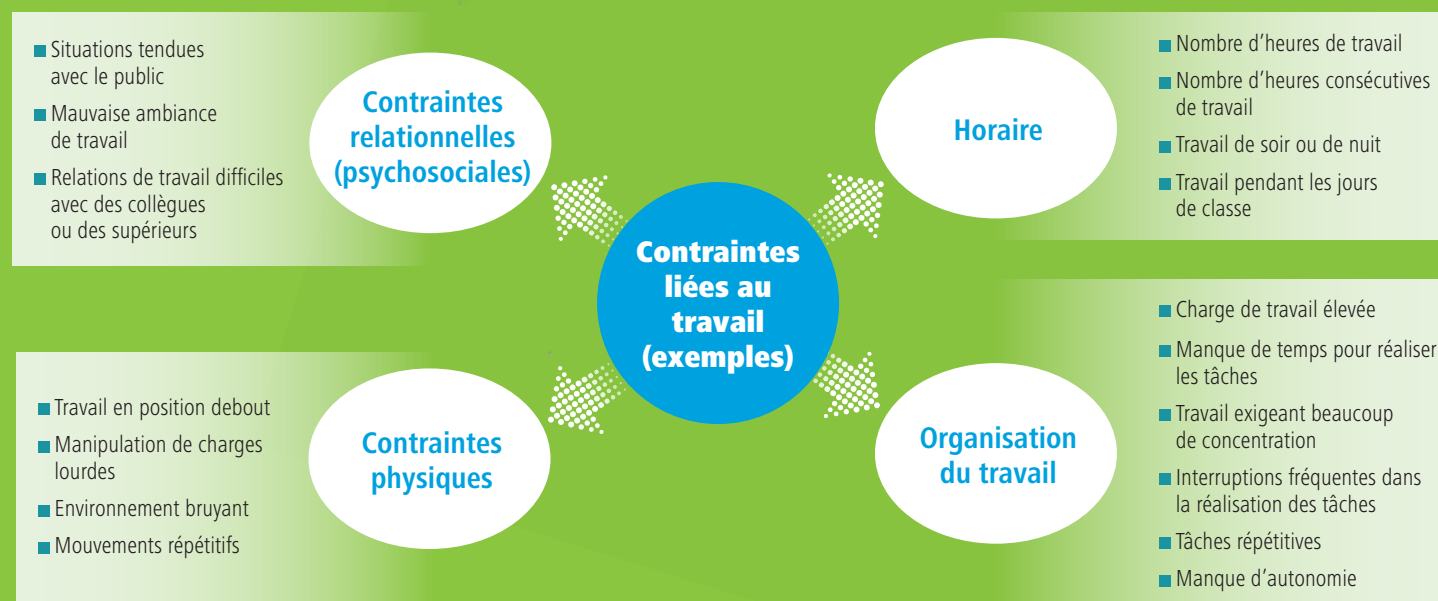
COMMENT CONCILIER



ÉTUDES ET TRAVAIL

Les études les plus récentes suggèrent qu'une bonne conciliation entre les études et le travail ne se limite pas au nombre d'heures travaillées par semaine. En fait, plusieurs caractéristiques de l'emploi occupé sont considérées par les chercheurs : les contraintes relationnelles, les contraintes physiques, les contraintes liées à l'horaire et les contraintes liées à l'organisation du travail (voir figure 1 ci-dessous). De manière générale, plus le nombre et l'importance de ces contraintes augmentent, plus les répercussions négatives peuvent être grandes sur les études, la santé et le bien-être des jeunes (voir tableau 1 page suivante).

Figure 1 – Exemples de contraintes liées au travail



Y A-T-IL UN NOMBRE D'HEURES MAXIMAL À RESPECTER ?

Le nombre d'heures n'est pas le seul facteur à considérer. Mais y a-t-il tout de même un nombre maximal d'heures de travail à respecter ? Certaines recherches avancent qu'au-delà du seuil de 20 heures par semaine, les inconvénients pour l'élève ou l'étudiant sont plus importants. En fait, il n'existe pas de consensus par rapport à un seuil critique associé au nombre d'heures de travail. Le nombre d'heures de travail doit varier en fonction :

- de l'âge et du sexe du jeune;
- de la période de l'année (période d'examens, relâche scolaire);
- du niveau scolaire (secondaire, collégial ou universitaire);
- des contraintes liées au travail et de leurs inconvénients (fatigue, stress, manque d'énergie, etc.).

BÉNÉFICES ET INCONVÉNIENTS

Une bonne conciliation entre les études et le travail peut être accompagnée de bénéfices pour les jeunes, pourvu que le nombre et l'importance des contraintes liées au travail ne soient pas trop élevés.

Le tableau 1 ci-dessous illustre les bénéfices et les inconvénients potentiels associés au fait d'exercer un emploi en cours d'année scolaire.



TABLEAU 1

Bénéfices et inconvénients potentiels liés au cumul études-travail

BÉNÉFICES (Faible nombre de contraintes associées au travail)		INCONVÉNIENTS (Nombre élevé de contraintes associées au travail)	
- Développement du sens de l'organisation - Développement du sens des responsabilités - Développement d'une discipline personnelle	Milieu scolaire (études)	- Moins d'énergie et de temps pour les études - Baisse de la concentration - Retards et absentéisme - Diminution de la motivation	
		- Diminution du rendement - Hausse du risque de blessures et d'accidents	
		Retards et absentéisme	
- Expérience du marché du travail et de sa culture (ex. : arriver à l'heure, utiliser un langage approprié) - Développement de liens avec des adultes significatifs - Valorisation et reconnaissance - Connaissance de soi et de ses intérêts professionnels - Développement de connaissances et compétences (expérience pratique)	Milieu du travail (emploi)		
- Autonomie financière accrue - Meilleure estime de soi - Transition plus harmonieuse entre les études et le marché de l'emploi	Santé et vie personnelle	- Stress, fatigue, etc. - Privation de sommeil - Diminution de l'activité physique - Hausse des mauvaises habitudes alimentaires, de la consommation de cigarettes, d'alcool et de drogues - Diminution des activités sociales	

LES JEUNES TRAVAILLENT-ILS PLUS QU'AUTREFOIS ?

55 %
des élèves de
5^e secondaire
travaillent

Selon des études récentes, les élèves du secondaire et les étudiants du collégial et de l'université travaillent plus que jamais. Au secondaire, le pourcentage d'élèves qui travaillent augmente selon le degré scolaire (tableau 2). En 1^{re} secondaire, ils sont plus du tiers à exercer un emploi et en 5^e secondaire, une majorité travaille (55 %). Près des trois quarts des élèves de 5^e secondaire travaillent plus de 6 heures par semaine et plus du quart (27 %) consacrent plus de 16 heures par semaine à leur emploi.

TABLEAU 2 - Nombre d'heures travaillées par semaine chez des élèves du secondaire

Degré	Sans emploi %	Avec emploi %	% des jeunes (parmi les élèves qui travaillent)			
			- de 6 h/sem.	6 à 10 h/sem.	11 à 15 h/sem.	16 h et + /sem.
Secondaire 1	62	38	72	17	6	5
Secondaire 2	61	39	68	21	6	6
Secondaire 3	60	40	58	20	10	12
Secondaire 4	56	43	43	22	17	17
Secondaire 5	45	55	25	22	26	27
Total	57	43	52	21	13	14

Source : Institut de la statistique du Québec, 2012

Les étudiants québécois de 15-24 ans détiennent le record canadien du plus grand nombre d'heures de travail rémunéré par semaine avec 14,7 h/sem.

LE CUMUL DES ACTIVITÉS

Les travaux d'ÉCOBES — Recherche et transfert ont révélé que le total des heures consacrées aux études et au travail par des jeunes de 18 ans peut être très élevé, voire inquiétant.

Le cumul des activités (nombre total d'heures consacrées aux cours, aux travaux scolaires et au travail rémunéré) peut atteindre :

- environ **34 h/sem.** chez les jeunes qui consacrent moins de **10 h/sem.** au travail rémunéré;
- plus de **60 h/sem.** chez ceux qui consacrent plus de **20 h/sem.** au travail rémunéré.

POURQUOI LES JEUNES

TRAVAILLENT-ILS?

Les raisons invoquées pour travailler varient selon l'âge et le niveau scolaire. Les jeunes affirment travailler pour assurer leurs besoins de base (nourriture, logement), pour s'adonner à leurs loisirs, pour payer leurs droits de scolarité et le matériel scolaire ou pour acheter des biens.

Au secondaire, le travail à temps partiel est un élément de valorisation qui peut occuper une place aussi importante que l'école. Selon certaines études, 43 % des élèves du secondaire considèrent que travailler est aussi important qu'étudier.

Au cégep et à l'université, le travail est souvent un moyen pour poursuivre ses études (ex. payer ses droits de scolarité, assurer sa subsistance).

RECHERCHER L'ÉQUILIBRE

Le rôle d'élève ou d'étudiant et le travail rémunéré ne sont pas incompatibles, à condition que le travail rémunéré occupe une place raisonnable dans la vie du jeune, et que les contraintes liées au travail soient limitées.

Il importe donc de trouver un équilibre entre la vie scolaire et le travail rémunéré, et cet équilibre ne dépend pas exclusivement du nombre d'heures par semaine consacrées à l'emploi. Ainsi, un jeune qui travaille 6 heures par semaine, dans des conditions stressantes ou qui comportent des risques physiques élevés, pourra vivre plus d'inconvénients qu'un jeune qui travaille 18 heures par semaine dans de bonnes conditions.

DES JEUNES RESPONSABLES

Les élèves et les étudiants ont aussi leurs responsabilités. Ils doivent identifier les contraintes liées à leur emploi et les analyser en fonction de leurs capacités, de leurs besoins et de leurs priorités.

Les jeunes doivent pouvoir communiquer avec leur patron afin d'établir une entente tenant compte de l'importance qu'ils accordent à leurs études. Ils doivent aussi informer leur patron des périodes durant lesquelles ils sont moins disponibles.

LE SAVIEZ-VOUS?

En 2011, plus de la moitié des élèves et étudiants québécois au travail (15-24 ans) disaient travailler dans le secteur Hébergement et restauration (20,7 %) et dans le secteur Commerce de détail (32,5 %).





NOUS AVONS TOUS UNE RESPONSABILITÉ!

La conciliation études-travail joue un rôle important dans notre société. Elle interpelle directement les élèves et les étudiants, mais aussi tous les acteurs qui gravitent autour d'eux : employeurs, parents, enseignants, intervenants, amis, etc.

VOUS ÊTES EMPLOYEUR? FAITES PREUVE DE FLEXIBILITÉ.

L'élève ou l'étudiant donnera un meilleur rendement au travail s'il n'est pas stressé par ses études. Comme employeur, vous devriez vous informer du cheminement scolaire des jeunes que vous employez et vous préoccuper de leur intégration au travail. Vous devez connaître les contraintes de travail inhérentes aux emplois que vous proposez aux jeunes et tenter de réduire ces contraintes. Vous pouvez, par exemple, modifier ou faire varier les tâches d'un jeune travailleur ou diminuer son temps de travail à l'approche des examens.

Un bon employeur saura faire preuve de flexibilité à l'égard des élèves ou des étudiants qu'il embauche.

VOUS ÊTES PARENT? INFORMEZ-VOUS.

Informez-vous du type de travail que votre enfant effectue. Quelles tâches doit-il réaliser? Combien d'heures y consacre-t-il? Bien informés, vous serez en mesure d'évaluer les contraintes organisationnelles, relationnelles, physiques et liées à l'horaire qui caractérisent l'emploi qu'occupe votre enfant. Vous pourrez le soutenir et le sensibiliser à l'importance de se fixer des limites en fonction de ses besoins et capacités.

VOUS TRAVAILLEZ DANS UNE ÉCOLE ? SENSIBILISEZ LES JEUNES À LA CÉT.

Avec votre rôle d'influence, vous pouvez sensibiliser les jeunes à l'importance de leurs études — qui devraient être leur priorité — et d'une conciliation études-travail adéquate. Vous pouvez amener les jeunes à prendre conscience des contraintes liées au travail et les encourager à agir pour diminuer les effets potentiellement négatifs sur leur réussite scolaire.

VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS?
www.perseverancescolaire.com