

S'ENGAGER DANS UN DOCTORAT EN CONTEXTE DE PANDÉMIE

Quels enjeux pour la santé psychologique des doctorant·es?

Isabelle Skakni, PhD

Haute école spécialisée de Suisse occidentale
(HES-SO)

CAPRES

26.05.2021

**Les transitions interordres et intercycles en enseignement supérieur :
regard sur la santé mentale des étudiant·es**

○ PLAN

- S'engager dans un doctorat: principaux défis
- Doctorat et COVID: quels enjeux?
- Quelques pistes d'intervention





S'engager dans un doctorat: principaux défis



○ S'engager dans un doctorat: principaux défis

AVANT LA PANDÉMIE

Au cours des 10 dernières années

- 3 x plus de doctorant·es
- Profils hétérogènes
- Embauche de professeur·es en déclin
- Pression sur le système

Enjeux de santé mentale chez les doctorant·es à l'échelle internationale

☞ **Dépression 24%** (n=23'469)

☞ **Anxiété 17%** (n=15'626)

☞ **Femmes & minorités**

→ **Taux d'abandon 50%**



○ S'engager dans un doctorat: principaux défis

AVANT LA PANDÉMIE

Communauté universitaire

- Isolement social
- Problèmes avec des pairs
- Problèmes avec la direction de thèse



Processus doctoral

- Echéances & pression de performance
- Préoccupations liées aux évaluations et aux feedbacks
- Charge et conditions de travail



Devenir doctorant·e

- Difficultés d'ajustement
- Difficultés à décoder la culture de recherche
- Doutes concernant ses compétences
- Manque de préparation



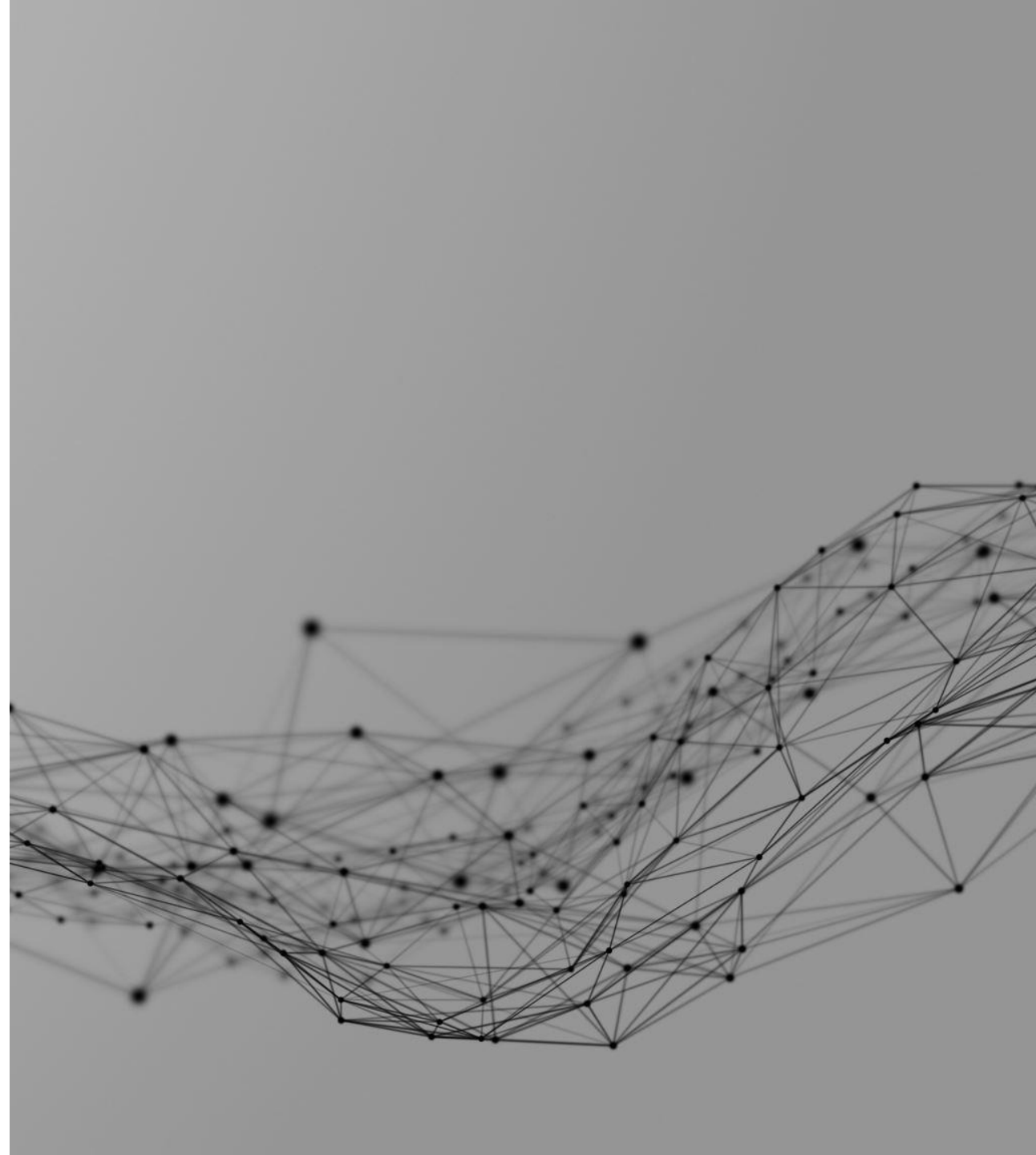
Situation personnelle

- Responsabilités familiales
- Difficultés financières
- Relations avec la famille
- Changement d'université, de ville ou de pays





Doctorat et COVID: quels enjeux?



○ Doctorat et COVID: quels enjeux?

IMPACT SUR LE DOCTORAT & LES CONDITIONS DE TRAVAIL

- ▶ Isolement exacerbé
- ▶ Contacts plus limités avec les directeurs/directrices de thèse
- ▶ Obstacles pour la réalisation de la recherche
- ▶ Assistant·es de recherche/d'enseignement hyper sollicité·es → faible reconnaissance
- ▶ Annulation ou fin prématurée de contrats → impact financier
- ▶ Difficulté à obtenir des délais institutionnels



Femmes, minorités, sciences humaines & sociales, doctorant·es internationaux



○ Doctorat et COVID: quels enjeux?

IMPACT SUR LA SANTÉ MENTALE

- ▶ Diminution de la motivation
- ▶ Questionnements sur la pertinence/le sens du projet doctoral
- ▶ REMISE EN QUESTION DE LA POURSUITE DU DOCTORAT
- ▶ Inquiétudes quant à un futur professionnel incertain



Détresse psychologique, stress & anxiété





Quelques pistes d'intervention



○ Quelques pistes d'intervention

FACTEURS DE PROTECTION



Soutien au sein de la communauté universitaire: encadrant·es, mentor·e, pairs, département



Prendre soin de soi: sport, loisirs, détente, gestion du stress, gestion du temps



Réseau de soutien externe: activités sociales, ami·es, conjoint·e, famille



○ Quelques pistes d'intervention

SOUTIEN INSTITUTIONNEL



Reconnaissance de la prévalence des problèmes de santé mentale au doctorat

- ▶ Programme d'accueil au doctorat avec suivi d'intégration (p.ex. séances d'info, café-rencontres)
- ▶ Mentorat par les pairs/programme de jumelage et réseau de soutien entre pairs (*Peer Wellbeing Ambassadors*)
- ▶ Événements sociaux pour construire des liens au sein d'une même cohorte
- ▶ Promotion régulière des services aux étudiant·es
- ▶ Promotion régulière des politiques de vacances, congés maladie, congés maternité/paternité
- ▶ Sensibilisation/formation des professeur·es concernant les enjeux de santé mentale au doctorat



○ Quelques pistes d'intervention

SOUTIEN INSTITUTIONNEL *POST-COVID*



Reconnaissance de la prévalence des problèmes de santé mentale au doctorat

- ▶ Impliquer les doctorant·es dans le développement de politiques de soutien
- ▶ Offrir un soutien ciblé aux doctorant·es ayant des responsabilités familiales
- ▶ Privilégier des formes de soutien collectives (p.ex. soutien par les pairs)



○ Réseau de chercheur·es juniors



Researchers Like Me
The first on-line community for
Early Career Researchers

Register Log in

Meet. Connect. Share.

<https://researchers-like-me.com/>



○ Pour aller plus loin



Webinar – Research Careers, Well-Being and Mental Health



Mental Health & Wellbeing of PGRs Project



The Wellbeing Thesis



Wellbeing and Mental Health Signposts for Doctoral Candidates

Contact: isabelle.skakni@hes-so.ch



○ Références

Byrom, N. (2020). COVID-19 and the Research Community: The challenges of lockdown for early-career researchers. *Elife*, 9, e59634.

Charmillot, M. & Crousaz, F. (sous presse). L'expérience doctorale en temps de crise sanitaire : épreuve, tensions, opportunités. *Le sujet dans la Cité*.

Jackman, T. (2021, May). Mental health and psychological wellbeing in the early stages of doctoral study: What do we currently know? Paper presented at the 2e International Conference on the Mental Health & Wellbeing of Postgraduate Researchers. Online conference organized by the UK Council for Graduate Education.

Johnson, R. L., Coleman, R. A., Batten, N. H., Hallsworth, D., & Spencer, E. E. (2020). *The Quiet Crisis of PhDs and COVID-19: Reaching the financial tipping point*. Retrieved from <https://www.researchsquare.com/article/rs-36330/v2>

Kumari, P., Gupta, P., Piyooosh, A. K., Tyagi, B., & Kumar, P. (2020). COVID 19: Impact on mental health of graduating and post graduating students. *Journal of Statistics and Management Systems*, 1-13. doi:10.1080/09720510.2020.1833449

Lane, L., Kalawsky, K., Sinclair, V., & Mellick, M. (n.d). *Mental health & wellbeing of PGRs pinch points & good practice. A timeline of challenges to candidates' wellbeing & good-practice support initiatives*. UK Council for Graduate Education.

Levine, F. J., Nasir, N. S., Rios-Aguilar, C., Gildersleeve, R. E., Rosich, K. J., Bang, M., Bell, N. E., & Holsapple, M. A. (2021). *Voices from the field: The impact of COVID-19 on early career scholars and doctoral students [Focus group study report]*. American Educational Research Association: Spencer Foundation. doi.org/10.3102/aera20211

McAlpine, L., Skakni, I., & Pyhältö, K. (2020). PhD experience (and progress) is more than work: Life-work relations and reducing exhaustion (and burnout). *Studies in Higher Education*, 1-15. doi:10.1080/03075079.2020.1744128

McCulloch, A., & Loeser, C. (2016). Does research degree supervisor training work? The impact of a professional development induction workshop on supervision practice. *Higher Education Research and Development*, 35(5), 968–982.

Mullen, C. A. (2020). Online doctoral mentoring in a pandemic: help or hindrance to academic progress on dissertations? *International Journal of Mentoring and Coaching in Education*, 10(2), 139-157. doi.org/10.1108/IJMCE-06-2020-0029



○ Références

- OECD (2021). *Reducing the precarity of academic research careers*. OECD Science, Technology and Industry Policy Papers, n° 113. Éditions OCDE, Paris. <https://doi.org/10.1787/0f8bd468-en>.
- Researcher Academy. (n.d.). *Supervising postgraduate researchers from diverse backgrounds*. University of Nottingham. Retrieved from <https://www.nottingham.ac.uk/edi/documents/researcher-academy-supervising-postgraduate-researchers-from-diverse-backgrounds.pdf>
- Schmidt, M. & Hansson, E. (2018). Doctoral students' well-being: a literature review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 13(1), 1508171. doi: 10.1080/17482631.2018.1508171
- Skakni, I. (2018a). [Reasons, motives and motivations for completing a PhD: A typology of doctoral studies as a quest. *Studies in Graduate and Postdoctoral Education*, 9, 197-212. doi:10.1108/SGPE-D-18-00004](#)
- Skakni, I. (2018b). [Doctoral studies as an initiatory trial: Expected and taken-for-granted practices that impede PhD students' progress. *Teaching in Higher Education*, 23, 927-944. doi:10.1080/13562517.2018.1449742](#)
- Statinsky, e. et al. (2021, May). Depression, anxiety, and suicidal ideation among graduate students in doctoral degree programs: systematic review and meta-analysis. Paper presented at the 2e International Conference on the Mental Health & Wellbeing of Postgraduate Researchers. Online conference organized by the UK Council for Graduate Education.
- Sverdlik, A., Hall, N. C., McAlpine, L., & Hubbard, K. (2018). The PhD experience: A review of the factors influencing doctoral students' completion, achievement, and well-being. *International Journal of Doctoral Studies*, 13(1), 361-388.
- Wichmann-Hansen, G., Godskesen, M., & Kiley, M. (2020). Successful development programs for experienced doctoral supervisors—What does it take? *International Journal for Academic Development*, 25(2), 176-188.

