

Selon une enquête menée par la Fédération des associations étudiantes du campus de l'UdeM (FAÉCUM) mené en octobre 2016, plus de la moitié des participants au sondage ont rapporté des symptômes dépressifs de modérés à graves<sup>1</sup>. D'après une autre étude menée en 2014 auprès d'étudiants de la Polytechnique de Montréal et des Hautes Études commerciales (HEC), 29% des répondants sont d'avis que la consommation excessive d'alcool fait partie du parcours universitaire<sup>2</sup>. D'ailleurs, 24% de ceux-ci croient que l'usage d'alcool est un problème chez les étudiants universitaires. La relation causale entre le stress, la dépression et les problèmes de consommation n'a plus à être démontrée. Ces trois problématiques sont étroitement reliées alors que chacune d'entre elles accroît les probabilités de souffrir de l'une des deux autres. Les étudiants de notre faculté de droit ne sont pas épargnés par ces enjeux de santé mentale. J'en suis un exemple parfait. Tout en parsemant ma réflexion de parcelle de ma propre histoire, je vais aborder les problèmes de dépression, de stress et de consommation reliés aux études en droit.

Plusieurs facteurs amènent les étudiants en droit à souffrir de dépression. Le facteur principal est celui du stress causé par la compétition entre étudiants. Dès la première semaine du baccalauréat, tous les élèves de première année ont déjà entendu parler de l'importance de la course au stage. Celle-ci serait la voie vers la «grosse job», le «gros char» et la «grosse maison». Ainsi, rapidement, les nouveaux élèves adhèrent à une mentalité déplorable présente à la faculté de droit. Une culture où la pratique du droit des affaires en grand cabinet est perçue comme supérieure au détriment d'autres pratiques

---

<sup>1</sup> Martine Letarte. (12 novembre 2018). *Comment se porte les étudiants?*. Repéré à <https://nouvelles.umontreal.ca/article/2018/11/12/comment-se-portent-les-etudiants/>

<sup>2</sup> Andréanne Charbonneau. (Juin 2014). *La consommation sur les campus universitaires, une responsabilité collective*. Repéré à <http://www.uquebec.ca/colloquesae/wp-content/uploads/2014/06/B3-Portrait-d%C3%A9marche-et-initiatives-porteuses-%C3%A0-IUDM.pdf>

toutes aussi dignes du titre de juristes. Cette culture est, en outre, renforcée par l'omniprésence publicitaire des grands cabinets dans les événements de la faculté. Dès la première année, les élèves se retrouvent donc à étudier dans un baccalauréat où les débouchés professionnels sont variés et infinis, alors que toute leur énergie est consacrée à l'obtention d'un poste dans une avenue précise où les postes sont limités. Malheureusement, ce faisant, plusieurs portent préjudice à leur propre santé mentale. En effet, en considérant le droit des affaires comme la pratique suréminente du droit, il est tout à fait normal qu'un échec à la course au stage soit déclencheur de symptômes de dépression ou d'anxiété. La racine du problème n'est donc pas la course au stage en soi, mais la prétention que la pratique en droit des affaires est synonyme de l'ultime réussite pour un étudiant en droit. Ceci étant dit, il est évident qu'une refonte des valeurs de réussite perpétrées par la faculté et, plus particulièrement, par les étudiants de celle-ci soit à la base d'une amélioration de la santé mentale de ces derniers. Par contre, ceci ne se fera pas en criant lapin. Dans une société capitaliste où le compte bancaire est souvent perçu, à tort, comme l'indicateur de la réussite personnelle (lire «bonheur»), les étudiants aspireront toujours à l'emploi le mieux rémunéré, c'est-à-dire, le droit des affaires en grand cabinet.

Un autre facteur prépondérant venant amplifier la compétition entre les élèves, et ainsi les problèmes de santé mentale, est le principe d'évaluation courbée. Le fondement même de cette technique d'évaluation est la comparaison entre pairs. Ainsi, elle accroît grandement la compétition toute en diminuant l'entraide entre les élèves. Pourtant, l'entraide entre élèves ne serait pas l'un des piliers de l'éducation? Une éducation qui serait plus saine et où le principal objectif serait l'apprentissage et non l'obtention d'un stage dans un grand cabinet. Qui n'a pas déjà choisi un cours ou un professeur en fonction de la facilité du cours au détriment d'un apprentissage plus exigeant? Je plaide coupable. Cela donne lieu à se demander si le principe même de l'éducation est mis de côté afin de s'assurer des meilleures chances à la course au stage.

Le deuxième aspect que je veux aborder en est un qui m'a particulièrement affecté : la dépendance à l'alcool et aux drogues. Une dépendance que je maîtrise depuis maintenant près de 7 mois. À la faculté de droit, la consommation sociale est, d'une certaine façon, bien vue. Que ce soit lors des initiations, du Carnaval, des 4 à 7 ou des vins et fromages, chaque événement est relié à la consommation. De plus, la consommation lubrifie les compétences sociales ce qui est extrêmement pratique pour les nouveaux élèves dans les premiers jours du baccalauréat. En effet, en 2014, 35% des répondants (HEC et Polytechnique) à une étude ont affirmé qu'il était difficile de s'intégrer socialement à l'école si on ne boit pas d'alcool<sup>3</sup>. La problématique est qu'une consommation sociale peut facilement devenir incontrôlable. En effet, dans un contexte universitaire très compétitif, l'alcool et les drogues sont susceptibles d'évoluer en échappatoire. Dans un contexte où le stress causé par la compétition est immense, un échec à un examen peut mener un élève à la consommation afin d'oublier celui-ci. Le hic est que cette consommation, bien que relaxante à court terme, ne fait qu'empirer la situation. Tel un cercle vicieux, la consommation nuit aux résultats scolaires ce qui amplifie le stress et ainsi la consommation. C'est ce que m'est arrivé. Il y a bien sûr beaucoup d'autres facteurs en jeu, mais il n'en reste pas moins que la compétitivité de la faculté de droit peut être un élément accélérant le déclenchement de la dépendance. Sachant cela, est-ce qu'il y a place à l'amélioration à la faculté de droit en ce qui a trait à la prévention et à l'aide apportée aux étudiants souffrant de problème de dépendance? Je suis d'avis que oui. Par contre, cette aide doit provenir du contingent étudiant et, non, d'un contrôle plus serré de la part de l'administration de la faculté. En effet, la consommation reste un choix personnel et ce n'est pas en empêchant, par exemple, les initiations qu'on va combattre les problèmes de dépendance. La grande difficulté est que les étudiants aux prises avec un problème de consommation ont beaucoup de difficulté à s'en rendre compte et lorsqu'ils le font, ils sont souvent trop gênés pour en parler. Cela complique énormément la tâche des amis et d'un comité comme la PADUM qui pourraient aider ces étudiants. Qu'est-il donc possible de faire pour aider les étudiants

---

<sup>3</sup> Andréanne Charbonneau. (Juin 2014). *La consommation sur les campus universitaires, une responsabilité collective*. Repéré à <http://www.uquebec.ca/colloquesae/wp-content/uploads/2014/06/B3-Portrait-d%C3%A9marche-et-initiatives-porteuses-%C3%A0-IUDM.pdf>

ayant des problèmes de consommation? La solution, à mon avis, serait d'arrêter de propager l'idée que la consommation, et encore plus la consommation abusive, doit faire partie du parcours universitaire. Aucun diplôme ne s'obtient en pouvant caler une bière plus vite que son voisin. Vénérer celui qui peut le faire ne peut qu'accentuer le problème.

Étant interreliés, le stress, la dépression et la consommation sont des enjeux qui doivent être surveillés parallèlement. Un changement de perception doit se faire chez les étudiants de la faculté de droit en ce qui a trait à l'importance de la course au stage et de la consommation. En effet, un environnement sain est nécessaire pour une éducation saine et, incidemment, un esprit sain.

Julien Filiatrault