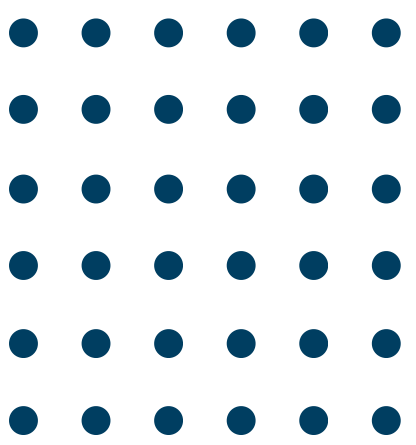




Visaj

Chaire UQAC-Cégep de Jonquière
sur la vie et la santé des jeunes



Colloque VISAJ

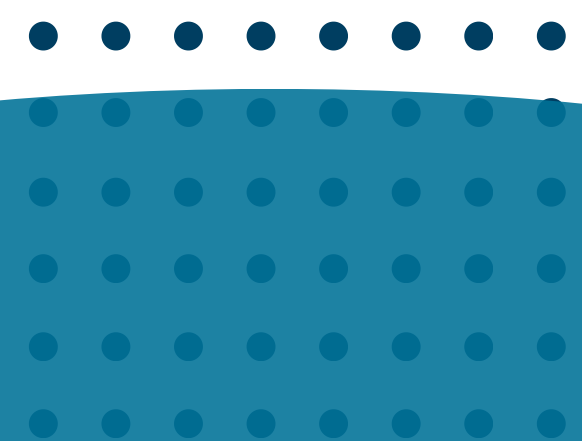
Vivre, grandir et se construire en contexte numérique?

26 mars 2026

Université du Québec à Chicoutimi

Auditorium (P0-5000)

De 8h à 18h00





Chaire UQAC-Cégep de Jonquière
sur la vie et la santé des jeunes

Colloque VISAJ Vivre, grandir et se construire en contexte numérique?

Organisé par la Chaire de recherche VISAJ, ce rassemblement scientifique vise à stimuler les échanges, le réseautage et la valorisation des recherches centrées sur la jeunesse, tout en mettant en lumière les travaux réalisés par la communauté étudiante.

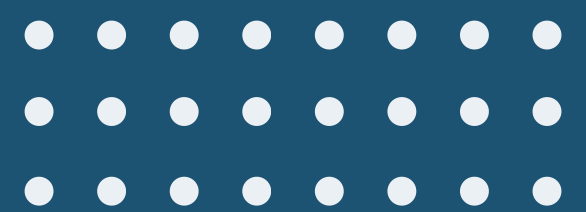
La journée s'ouvrira avec une conférence de **Maude Bonenfant**, professeure titulaire au Département de communication sociale et publique de l'UQAM, titulaire de la Chaire de recherche du Canada en jeu, technologies et société, et codirectrice du Laboratoire de recherche en médias socionumériques et ludification. Sa présentation, intitulée **La santé mentale des jeunes en contexte vidéoludique**, proposera une réflexion sur les enjeux actuels liés aux pratiques numériques des jeunes.

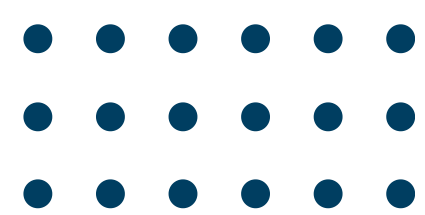
En clôture, **Emmanuelle Parent**, directrice générale et cofondatrice du Centre pour l'intelligence émotionnelle en ligne (Le CIEL), offrira une conférence intitulée **Bien-être numérique : sensibiliser et outiller les enfants et les adolescents**, mettant de l'avant des stratégies concrètes pour soutenir de saines habitudes numériques.

Tout au long de la journée, les conférenciers et conférencières invité(e)s aborderont divers enjeux en lien avec le thème « Vivre, grandir et se construire en contexte numérique ».

Une séance d'affiches étudiantes se tiendra sur l'heure du dîner, suivie d'un cocktail de clôture de 16 h à 18 h offert par le Centre intersectoriel en santé durable (CISD).

Cet événement est rendu possible grâce au soutien de l'UQAC et du Cégep de Jonquière.





PROGRAMMATION DE L'ÉVÉNEMENT

8h00 Accueil

8h30 à 8h40 Mot de bienvenue des trois cotitulaires

Marie-Ève Blackburn, *chercheuse principale, ÉCOBES, Cégep de Jonquière*,
Jacinthe Dion, *professeure associée, DSHS, UQAC* et Eve Pouliot, *professeure titulaire, DSHS, UQAC*

8h40 à 8h45 Allocution d'ouverture des représentants institutionnels

Luigi Bouchard, *vice-recteur à la recherche, à la création et à l'innovation, UQAC*
Sylvain Gaudreault, *directeur général, Cégep de Jonquière*

8h45 à 9h40 Conférence d'ouverture: La santé mentale des jeunes en contexte vidéoludique

Maude Bonenfant, *professeure au Département de communication sociale et publique, UQAM*

9h45 à 10h15 Accompagner des jeunes hommes ayant développé une dépendance à la pornographie en ligne : une question de sexualité, de pathologie ou de fonctionnement social?

Jean-Martin Deslauriers, *professeur à l'École de travail social, Université d'Ottawa*

PAUSE (10h15 à 10h35)

10h40 à 11h10 Vers une progression numérique équilibrée et équitable chez les jeunes

Séverine Parent, *professeure en technologie éducative et en littératie numérique, UQAR*

11h15 à 11h45 Le sommeil des adolescents à l'ère numérique

Luc Laberge, *chercheur principal, ÉCOBES, Cégep de Jonquière*

DÎNER (11h45 à 13h15) Séance d'affiches étudiantes

13h20 à 13h50 Les normes de l'amour et de la sexualité à l'ère du numérique chez des jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Yann Zoldan, *professeur de psychologie, UQAC*, Laura Molzan et Gabrielle Gagné-Dechamplain, *étudiantes au baccalauréat en psychologie, UQAC*

13h55 à 14h25 Interdiction des cellulaires...Quoi en penser? Comment l'école peut jouer son rôle pour encadrer les jeunes?

Patrick Giroux, *professeur, département des sciences de l'éducation, UQAC* et Yan Bilodeau, *directeur adjoint aux services éducatifs, CSS De La Jonquière*

PAUSE (14h35 à 14h55)

15h00 à 16h00 Conférence de fermeture : Bien-être numérique : sensibiliser et outiller les enfants et les ados

Emmanuelle Parent, *directrice générale et cofondatrice, Le C.I.E.L.*

16h00 à 18h00 (P0-7500) Cocktail et bouchées gracieuseté du Centre intersectoriel en santé durable (CISD) et remise des prix des affiches



DÉTAILS DE LA PROGRAMMATION

Conférence d'ouverture: *La santé mentale des jeunes en contexte vidéoludique*

Maude Bonenfant est professeure titulaire au Département de communication sociale et publique de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) et docteure en études sémiotiques. Elle est titulaire de la *Chaire de recherche du Canada en jeu, technologies et société*, codirectrice du *Laboratoire de recherche en médias sionumériques et ludification* et directrice du groupe de recherche *Homo Ludens sur le jeu et la communication*.

Résumé : Selon l'Institut de la statistique du Québec (2024), la majorité des jeunes jouent aux jeux vidéo. De nombreux effets positifs sur leur développement sont relevés dans la littérature scientifique: réalisation de soi, création de liens sociaux, stimulation cognitive, etc. En même temps, l'évolution des modèles économiques au sein de l'industrie a mené à des changements dans la manière dont les jeux sont conçus, ce qui provoque des effets négatifs, particulièrement chez les jeunes: développement de comportements compulsifs, perte de contrôle, rapports sociaux toxiques, etc. Dans le cadre de cette présentation, des exemples de jeux et de mécaniques ludiques seront présentés afin d'illustrer les apports et les risques de la pratique vidéoludique sur la santé mentale des jeunes.

Accompagner des jeunes hommes ayant développé une dépendance à la pornographie en ligne : une question de sexualité, de pathologie ou de fonctionnement social?

Jean-Martin Deslauriers est travailleur social et professeur à l'École de travail social de l'Université d'Ottawa.

Résumé : Les écrits sur la pornographie en ligne et les jeunes hommes sont souvent teintés par des biais moraux, politiques et pathologiques. Cette conférence interactive vise à réfléchir à notre posture professionnelle et personnelle sur le sujet, en donnant la parole à de jeunes hommes qui se questionnent sur leur utilisation de la pornographie. Leurs témoignages portent sur la honte qui les empêche de parler de leurs préoccupations à ce sujet, leur regard sur eux, leurs relations amoureuses, leur mode de vie, leurs liens avec leur entourage, ainsi que le regard de la société sur la pornographie. Leurs réflexions sur leurs rapports avec les services donnent des indications sur les pratiques prometteuses à mettre de l'avant avec eux. La première clé est notre positionnement professionnel!

Vers une progression numérique équilibrée et équitable chez les jeunes

Séverine Parent est professeure à l'Unité départementale des sciences de l'éducation de l'Université du Québec à Rimouski.

Résumé : Le développement de la compétence numérique chez les jeunes se heurte à un obstacle majeur : bien qu'officiellement encouragé, son statut demeure administrativement facultatif dans l'évaluation. Cette situation entraîne une intégration à vitesse variable dans les milieux d'enseignement. Cette situation risque de créer ou de renforcer des inégalités numériques dès le primaire. Des établissements ont opté pour miser sur des progressions numériques locales pour structurer l'apprentissage du numérique par les élèves. L'analyse de trois progressions d'apprentissage révèle un déséquilibre : la citoyenneté éthique et les habiletés technologiques dominant au détriment de la pensée critique, de la créativité et de la résolution de problèmes numériques. Pour y remédier, différentes avenues seront proposées, dont l'établissement d'un socle minimal de compétences numériques ou la simplification du cadre actuel.

Le sommeil des adolescents à l'ère numérique

Luc Laberge est chercheur principal à ÉCOBES - Recherche et transfert du Cégep de Jonquière.

Résumé : La puberté entraîne une véritable tempête biologique qui bouleverse le sommeil de nos adolescents. Entre les besoins de repos qui augmentent et une horloge biologique qui se décale naturellement vers la nuit, le manque de sommeil devient souvent inévitable.

Cette présentation propose de décoder les mystères de la biologie adolescente : du phénomène de « jet-lag social » aux effets de la lumière bleue des écrans, en passant par les limites du sommeil de rattrapage le week-end. Au-delà des constats, nous explorerons des solutions concrètes pour favoriser la réussite et le bien-être des jeunes, notamment l'impact positif du report des heures de classe. Enfin, des conseils pratiques seront offerts aux parents, enseignants et décideurs pour transformer ces connaissances en alliées du quotidien et optimiser le repos de la nouvelle génération.

Les normes de l'amour et de la sexualité à l'ère du numérique chez des jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Yann Zoldan est professeur de psychologie à l'Université du Québec à Chicoutimi, Laura Molzan et Gabrielle Gagné-Dechamplain sont étudiantes au baccalauréat en psychologie à l'UQAC

Résumé : Des signaux inquiétants de la part des milieux éducatifs, scientifiques et communautaires nous alertent concernant les dynamiques relationnelles, amoureuses et sexuelles chez les jeunes au Québec. Ces milieux observent la réémergence de représentations plus traditionnelles des rôles de genre et des diversités sexuelles et de genre, accompagnées de discours sexistes, masculinistes, homophobes et transphobes. Une explication avancée concerne le rôle des médias sociaux dans la propagation de la haine et de la désinformation.

Face à ces constats, nous avons mené une démarche de recherche-action communautaire participative avec des jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Nous avons recueilli les représentations et discours des jeunes dans des écoles régulières, alternatives et dans des centres de formation pour adultes pour ensuite coconstruire des ateliers afin de favoriser la flexibilité psychologique (empathie, décentrage, reconnaissance) autour des relations et de la sexualité.

Les jeunes nous ont permis d'avoir un regard plus optimiste et ont offert des solutions pour transformer la situation. Ils ont évoqué une distance critique face aux réseaux sociaux ainsi qu'une volonté de mieux se comprendre et comprendre les diversités malgré le peu d'espace d'expérimentation et d'expression qui leur étaient offerts.

Interdiction des cellulaires...Quoi en penser? Comment l'école peut jouer son rôle pour encadrer jeunes?


Patrick Giroux est professeur au département des sciences de l'éducation à l'UQAC et Yan Bilodeau est directeur adjoint aux services éducatifs du Centre de Services scolaire De La Jonquière

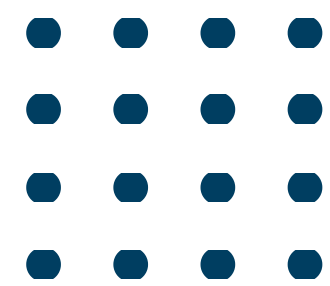
Résumé : Dans un dialogue entre chercheur et praticien, nous ferons le point sur les impacts de l'interdiction des téléphones portables à l'école et soulèverons différentes questions qui nous semblent importantes. Quelles sont les retombées à court, moyen et long termes de cette mesure politique pour les directions, les enseignants, les élèves et leurs parents? A-t-on déplacé le problème ailleurs? Pourrait-on faire différemment?

Conférence de fermeture: Bien-être numérique : sensibiliser et outiller les enfants et les ados

Emmanuelle Parent est docteure en communication, cofondatrice et directrice générale du Centre pour l'intelligence émotionnelle en ligne (Le CIEL)

Résumé : La présentation Bien-être numérique passe en revue les problématiques les plus courantes du numérique chez les jeunes : l'attention, l'hygiène de vie, les relations sociales et le fonctionnement des plateformes. À l'aide d'exemples basés sur des milliers de conversations avec enfants et ados, la présentation suggère plusieurs ressources et stratégies pour favoriser de saines habitudes de vie chez les jeunes.





SÉANCE D’AFFICHES ÉTUDIANTES

1- Maman, papa, pourquoi on n’entend pas ma voix ? La méthode d’entrevue dyadique pour mieux comprendre l’expérience de jeunes exposés à une inondation

Ann-Sophie Simard, Université du Québec à Chicoutimi

2- Bouger pour le mieux... ou pour le pire ? Image corporelle et expériences sportives chez les jeunes adultes

Maritza Gauthier, ÉCOBES - Recherche et transfert, Cégep de Jonquière

3- Comment le numérique influence-t-il l’exercice du rôle parental auprès de jeunes âgés de 10 à 14 ans ?

Pascale Jean, Université du Québec à Chicoutimi

4- Clarifier le capital numérique pour analyser le rapport des adolescents à l’éducation au numérique : une revue de portée

Pascal Gauthier, Université du Québec à Chicoutimi

5- Perspectives comparatives nord/sud des représentations sociales des jeunes de 14 à 17 ans sur les impacts du changement climatique

Alexandra Laliberté, Université du Québec à Chicoutimi

6- Construire la figure des jeunes proches aidants : une analyse discursive de la presse francophone

Virginie Houle, Université du Québec à Chicoutimi



SÉANCE D’AFFICHES ÉTUDIANTES - SUITE

7- Les représentations sociales des parents à l’égard d’un diagnostic dont l’enfant d’âge scolaire est ciblé par un processus de médicalisation

Sophie Bouchard, Université du Québec à Chicoutimi

8- Entre attachement au lieu et inquiétudes climatiques : comprendre l’éco-anxiété chez les jeunes du Pontiac ayant été exposés à des inondations

Noémie Potvin-Hudon, Université du Québec à Chicoutimi

9- Les habitudes de vie des jeunes vivant en milieu rural en contexte pandémique

Olivia Maltais-Dufour, Université du Québec à Chicoutimi

10- Usage parental des écrans : les perceptions des adolescents et les conséquences associées

Clémentine Teillon, Université du Québec à Chicoutimi

11- Au-delà de la dichotomie : nuancer les effets des réseaux sociaux numériques à l’adolescence

Fatoumata Diadiou, Université Laval

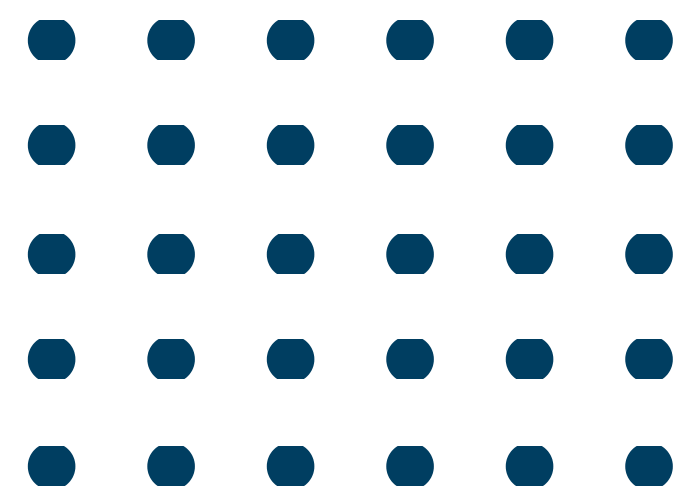
12- Entre contrôle et autonomie, les adolescents au cœur des technologies numériques en contexte post-pandémique : une recension des écrits

Gabrielle Dallaire, Université du Québec à Chicoutimi

13- Point de vue de familles suivies pour troubles de comportement sur les retombées d’un programme d’intervention familiale en protection de la jeunesse

Catherine Lacelle, Université du Québec à Chicoutimi

MERCI AU LABORATOIRE D’INNOVATION EN
COMMUNICATION SCIENTIFIQUE POUR LA FORMATION
OFFERTE AUX PERSONNES ÉTUDIANTES



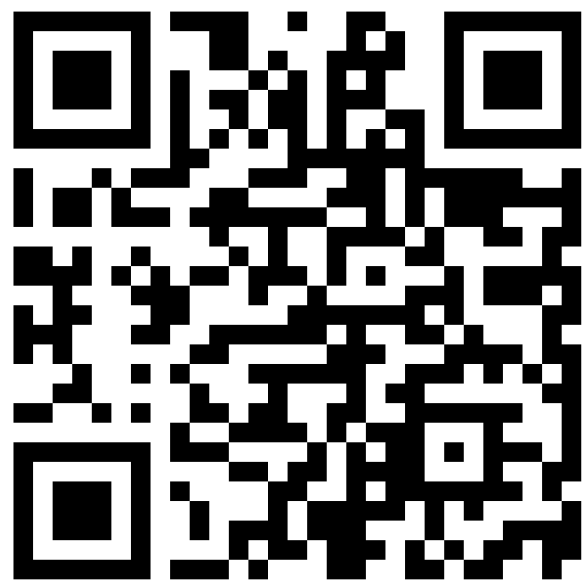
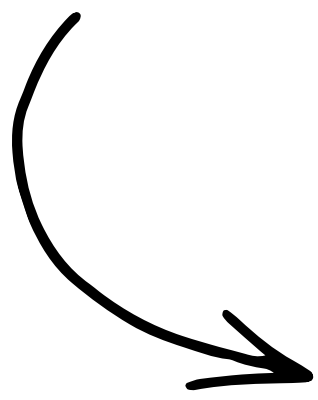
Visaj

Chaire UQAC-Cégep de Jonquière
sur la vie et la santé des jeunes

Colloque VISAJ

Vivre, grandir et se construire en contexte numérique?

Suivez les activités de la Chaire VISAJ :



Merci de votre participation!

