

April 2019

The Upsurge in Student Anxiety and Mental Health Challenges in Today's Postsecondary Climate / Une recrudescence de l'anxiété et des défis de santé mentale chez les étudiants de niveau postsecondaire

Florence Myrick
amyrick@ualberta.ca

Jacinthe I. Pepin
Université de Montréal, jacinthe.pepin@umontreal.ca

Follow this and additional works at: <https://qane-afi.casn.ca/journal>

Recommended Citation

Myrick, Florence and Pepin, Jacinthe I. (2019) "The Upsurge in Student Anxiety and Mental Health Challenges in Today's Postsecondary Climate / Une recrudescence de l'anxiété et des défis de santé mentale chez les étudiants de niveau postsecondaire," *Quality Advancement in Nursing Education - Avancées en formation infirmière*: Vol. 5: Iss. 1, Article 1.
DOI: <https://doi.org/10.17483/2368-6669.1210>

This Editorial is brought to you for free and open access by Quality Advancement in Nursing Education - Avancées en formation infirmière. It has been accepted for inclusion in Quality Advancement in Nursing Education - Avancées en formation infirmière by an authorized editor of Quality Advancement in Nursing Education - Avancées en formation infirmière.

The Upsurge in Student Anxiety and Mental Health Challenges in Today's Postsecondary Climate

Throughout Canada and globally, the evidence continues to emerge that university and college faculty are contending increasingly with a record level of anxiety and depression experienced by today's postsecondary students (Glauser, 2017). According to Glauser (2017), in a survey conducted by the Canadian Medical Association in 2016, it was reported that 15% of postsecondary students in Ontario indicated they had received treatment or had been previously diagnosed with depression with the experience of anxiety occurring at 18%. This result reflected a major increase from 10% for depression and 12% for anxiety that had been reported in previous years. More and more, we in nursing are also witnessing a similar upsurge. For example, in 2013 researchers at the University of Manitoba conducted a study investigating the stress, depression and anxiety levels of nursing students (Chernomas, W. M., & Shapiro) and found that many students experience anxiety related to clinical practice, coping with personal issues, the need to balance work with studying while attending university and their subsequent ability to cope with the various other stressors they encounter throughout their program. Globally, the UK (MacAskill, 2012), the United States (Kadison & Digeronimo, 2004), Australia (Stallman, 2008), Turkey (Guney, Kalafat & Boyson, 2010) and Sri Lanka (Rathnayake & Ekanayaka, 2016) have all reported issues concerning student mental health.

There is no disputing that university can be a challenging experience at the best of times. The environment for today's student is completely different than in previous times. One could posit that it has become much more complex. Intrinsic to this complexity is the highly competitive nature of today's work environment and the constant bombardment of stimuli through social media on which there is a ubiquitous reliance. It is, therefore, incumbent on nurse educators to question what we can do to best support the student in today's environment, recognizing the various triggers that may be contributing to the mental health issues with which they are being confronted. Currently, universities have established mental health programs and concomitantly some have established peer support groups in which students can share their experiences and engage with fellow students, often a less threatening proposition than sharing with their faculty. The key to this issue, for us as nurse educators, is to recognize that it exists and to adopt a proactive approach in addressing it. Learning and engaging in the process of becoming a competent professional may depend on such an approach in a profession whose clinical practice is daily confronted with the human condition and its many complexities.

The manuscripts in this particular issue of the QANE/ AFI, address a range of issues germane to the student learning experience. While these articles do not specifically focus on student anxiety per se, their contexts can elucidate for the reader the nature of the circumstances with which the student is confronted as they engage in learning and how such contexts can potentially trigger their anxiety. McMechan et al. discuss Canadian nursing students' experiences with medical assistance in dying; Alfaro et al. address near peer learning to facilitate nursing students' first medical surgical clinical experience; Stephen et al. broach the topic of Integrating quality of life assessments in student clinical learning experience while Oostra et al. pursue the fostering of clinical reasoning through structured learning from the perspectives of baccalaureate nursing students. In keeping with the current approaches involving technology, Theron et al. discuss a nursing informatics education strategy for undergraduate nursing students appraising Health Information on Social Networking Sites (SNS). Finally, Shortall addresses the timely topic of the teaching and evaluation/ assessment requirements for LGBTQI2S+ health and

wellness and calls for inclusion of content on this topic in Canadian English baccalaureate nursing curricula. In her interview, Dr Linda Ferguson, the 2018 Pat Griffin Scholar concludes her discussion by explicitly articulating her concern about the current trend in the upsurge of student anxiety and the need to engage in research to ascertain how we as educators can effectively mitigate the factors that contribute to such anxiety.

Une recrudescence de l'anxiété et des défis de santé mentale chez les étudiants de niveau postsecondaire

Partout au Canada et ailleurs dans le monde, les données ne cessent d'indiquer que les membres du corps professoral des universités et des collèges font face à un taux croissant d'anxiété et de dépression chez les étudiants de niveau postsecondaire (Glauser, 2017). Toujours selon Glauser (2017), une enquête menée par l'Association médicale canadienne en 2016 rapporte que 15 % des étudiants de niveau postsecondaire en Ontario disent avoir déjà reçu un traitement ou un diagnostic de dépression et 18 % des étudiants avoir déjà ressenti de l'anxiété. Ces résultats représentent une importante augmentation puisque, durant les années précédentes, ils étaient de l'ordre de 10 % pour la dépression et de 12 % pour l'anxiété. Cette tendance est également observée en sciences infirmières. En 2013, par exemple, des chercheurs de l'Université du Manitoba ont réalisé une étude sur le stress, la dépression et le niveau d'anxiété chez les étudiantes en sciences infirmières (Chernomas et Shapiro, 2013). Ils ont constaté que plusieurs d'entre elles éprouvaient de l'anxiété en lien avec la pratique clinique, vivaient des problèmes personnels et devaient concilier études-travail tout en gérant de nombreux stress rencontrés tout au long de leur programme d'études. Des défis de santé mentale parmi la population étudiante ont été rapportés dans de nombreux pays, dont au Royaume-Uni (MacAskill, 2012), aux États-Unis (Kadison et Digeronimo, 2004), en Australie (Stallman, 2008), en Turquie (Guney, Kalafat et Boyson, 2010) et au Sri Lanka (Rathnayake et Ekanayaka, 2016).

Tout le monde s'entend pour dire que les études universitaires peuvent constituer un défi même lorsque tout va bien. En effet, le milieu dans lequel les étudiantes en sciences infirmières évoluent a profondément changé, devenant beaucoup plus complexe au fil des années. Cette complexité est liée à l'environnement hautement compétitif qui caractérise les milieux de travail actuels, et également à la prévalence de stimuli provenant des médias sociaux dont la population dépend de plus en plus. Par conséquent, il incombe aux enseignantes en sciences infirmières de s'interroger sur les meilleurs moyens d'aider les étudiantes dans le contexte actuel, en reconnaissant les différents éléments déclencheurs qui peuvent contribuer aux problématiques de santé mentale. Les universités ont mis en place des programmes favorisant la santé mentale, voire parfois des groupes de soutien par les pairs qui permettent aux étudiantes de partager leurs expériences et de discuter avec d'autres étudiantes, une solution jugée moins intimidante que de se confier à un membre du corps professoral. En tant qu'enseignantes en sciences infirmières, nous devons d'abord reconnaître l'existence de cette situation et ensuite, adopter une approche proactive pour l'aborder. L'apprentissage et l'engagement dans un processus visant à devenir des professionnelles compétentes pourraient dépendre d'une telle approche, particulièrement dans un domaine au sein duquel la pratique clinique confronte quotidiennement à la condition humaine et à sa complexité.

Les articles de ce numéro de QANE-AFI traitent de nombreuses questions ayant trait à l'expérience d'apprentissage des étudiantes. Bien que ces articles n'abordent pas expressément l'anxiété de ces dernières, plusieurs éléments peuvent mettre en lumière la nature des contextes auxquels l'étudiante est confrontée au cours de ses apprentissages et comment de tels contextes pourraient possiblement susciter de l'anxiété. McMechan et al. discutent des expériences d'étudiantes canadiennes en sciences infirmières au regard de l'aide médicale à mourir; Alfaro et al., quant à eux, explorent l'apprentissage par les pairs proches de manière à faciliter les premières expériences cliniques en médecine-chirurgie pour les étudiantes en sciences infirmières. Stephen et al. abordent le sujet de l'intégration de l'évaluation de la qualité de vie des personnes dans l'expérience d'apprentissage clinique des étudiantes, tandis qu'Oostra et al. s'intéressent aux perceptions des étudiantes en sciences infirmières quant à leur apprentissage du raisonnement clinique grâce à un travail écrit. Suivant les tendances en matière de technologie, Theron et al. discutent d'une stratégie de formation visant le développement de la compétence numérique des étudiantes de premier cycle universitaire quant à l'évaluation de l'information sur la santé sur les sites de réseaux sociaux. Enfin, Shortall aborde un sujet d'actualité, les exigences en matière d'enseignement et d'évaluation pour la santé et le mieux-être des personnes de la communauté LGBTQI2S+, et appelle à l'inclusion de contenus sur ce sujet dans les programmes de baccalauréat en sciences infirmières de langue anglaise au Canada. Dans son entretien, Dr Linda Ferguson, la lauréate du poste de recherche en formation infirmière Pat Griffin de 2018, exprime sa préoccupation par rapport à l'augmentation de l'anxiété chez les étudiantes et la nécessité de mener des recherches pour déterminer comment nous pouvons, en tant qu'enseignantes, atténuer efficacement les facteurs qui y contribuent.

Florence Myrick, RN PhD, Co-Editor-in-Chief - Corédactrice en chef

Jacinthe Pepin, RN PhD, Co-Editor-in-Chief - Corédactrice en chef

References/ Références

- Chernomas, W. M., Shapiro, C. (2013). Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, Nov 7;10. pii: /j/ijnes.2013.10.issue-1/ijnes-2012-0032/ijnes-2012-0032.xml. doi: 10.1515/ijnes-2012-0032.
- Glauser, W. (2017). Postsecondary campuses responding to record anxiety and depression levels. *Canadian Medical Association Journal (CMAJ)* December 4;189:E1501-2. doi: 10.1503/cmaj.109-5512
- Guney, S., Kalafat, T., & Boysan, M. (2010). Dimensions of mental health: Life satisfaction, anxiety, and depression: A preventive mental health study in Ankara University student population. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 1210-1213.
- Kadison, R., & Digeronimo, T. F. (2004). *College of the overwhelmed: The campus mental health crisis and what to do about it*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

- MacAskill, A. (2012). The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance and Counselling*, 41 (4), 426-441.
- Rathnayake, S. Jeewanthika, E. Depression, Anxiety and Stress among Undergraduate Nursing Students in a Public University in Sri Lanka. *International Journal of Caring Sciences* September – December 2016 Volume 9 | Issue 3| Page 1020 -1031
- Stallman, H. M. (2008). Prevalence of psychological distress in university students: Implications for service delivery. *Australian Family Physician*, 37, 673-677.