

**Santé mentale et  
étudiants  
universitaires  
internationaux:  
regard sur deux années  
de pandémie.**

**PAR:  
Christiane B.-Leclerc  
Eve Boily  
Camille Mercure  
Isabelle Cloutier  
Danielle Maltais**



**Colloque virtuel de l'IRIPI  
7 avril 2022**

CHRISTIANE  
UQAC



DANIELLE  
UQAC



JACQUES  
UQAC



EVE  
UQAC



JACINTHE  
UQAC



MARIE-HÉLÈNE  
UQAR



JOSÉE  
UQO



MARIE-PIER  
UQTR



ANDRÉE-ANNE  
UQTR



ANNE RENÉE  
TÉLUQ



CATHY  
INRS



OSCAR  
UQAT



CLAUDIANE  
ÉTS



MYRIAM  
UQAM



LARA  
ÉNAP



SOPHIE  
POLYTECHNIQUE



Mise en  
contexte

L'étude en  
bref

Les résultats

Les  
perspectives

Mise en  
contexte

# Les facteurs influençant l'état de santé mentale des ÉI

- **COVID-19** : Disponibilité d'informations fiables sur la COVID-19, impacts économiques, incertitudes face au parcours académique futur, inquiétudes en lien avec la santé, stress perçu, type de stratégies d'adaptation utilisées.
- **Culturels** : Adaptation culturelle, difficultés à parler la langue de la région d'accueil, difficultés à s'adapter à la nourriture locale, difficultés avec les moyens de transport, stress d'acculturation.
- **Discrimination** : Discrimination raciale, attitudes ou comportements préjudiciables des autres.
- **Économiques** : Difficultés, insécurité/pressions financières, mauvaise conditions de vie.

# Les facteurs influençant l'état de santé mentale des ÉI

- **Individuels** : Stratégies d'adaptation négative ou non adaptée, ajustement psychologique, déménager à un jeune âge, état de santé, être étudiant-es de premier cycle (groupe d'âge de 20 à 24 ans), optimisme, résilience, utilisation élevé des médias sociaux.
- **Interpersonnels** : Appartenance sociale, isolement social, limites ou manque de soutien social, perception du soutien social, vivre seul comparativement à vivre avec des ami(e)s.
- **Universitaires** : Considérations ou incertitudes académiques, peu de coopération ou de mauvaises et/ou peu d'interactions avec les professeurs, plan académique futur (planifier de continuer à étudier à l'étranger), pression académique de succès et résultats scolaires, problèmes et/ou stress en lien avec les études.

Sources: Akhtar et Herwig, 2020; Brunsting et al., 2018; Kabir et al., 2021; Kawamoto et al., 2018; Kim et Kim, 2021; Kivela et al., 2022; Lai et al., 2020; Lu et al., 2022; Song et al., 2021; Wang et al., 2021).

L'étude en  
bref

# L'étude et ses caractéristiques

- Étude longitudinale :
  - 2020-2022 : 6 temps de mesure
  - Menée auprès des étudiant·es et des employé·es
  - Implique tous les établissements du réseau de l'Université du Québec
  - Implique Polytechnique Montréal depuis le printemps 2021.
- Sondage électronique (LimeSurvey) :
  - Questionnaire à propos de la santé physique, mentale, sociale et spirituelle
  - Questionnaire majoritairement quantitatif
  - Deux temps annuels de collecte : printemps et automne
  - Analyses statistiques descriptives et corrélationnelles (variance, régression)
- Étapes réalisées:
  - Avril 2020, Novembre 2020, Avril 2021, Novembre 2021, Avril 2022 (en cours)

Les résultats

# Portrait sociodémographique (n=703)

À quelle université êtes-vous rattaché(e) ?

**54% sont des femmes**

\*43% hommes et 3% autre

**75% ont entre 20 et 30 ans**

\*réponses variant de 18 à 65 ans

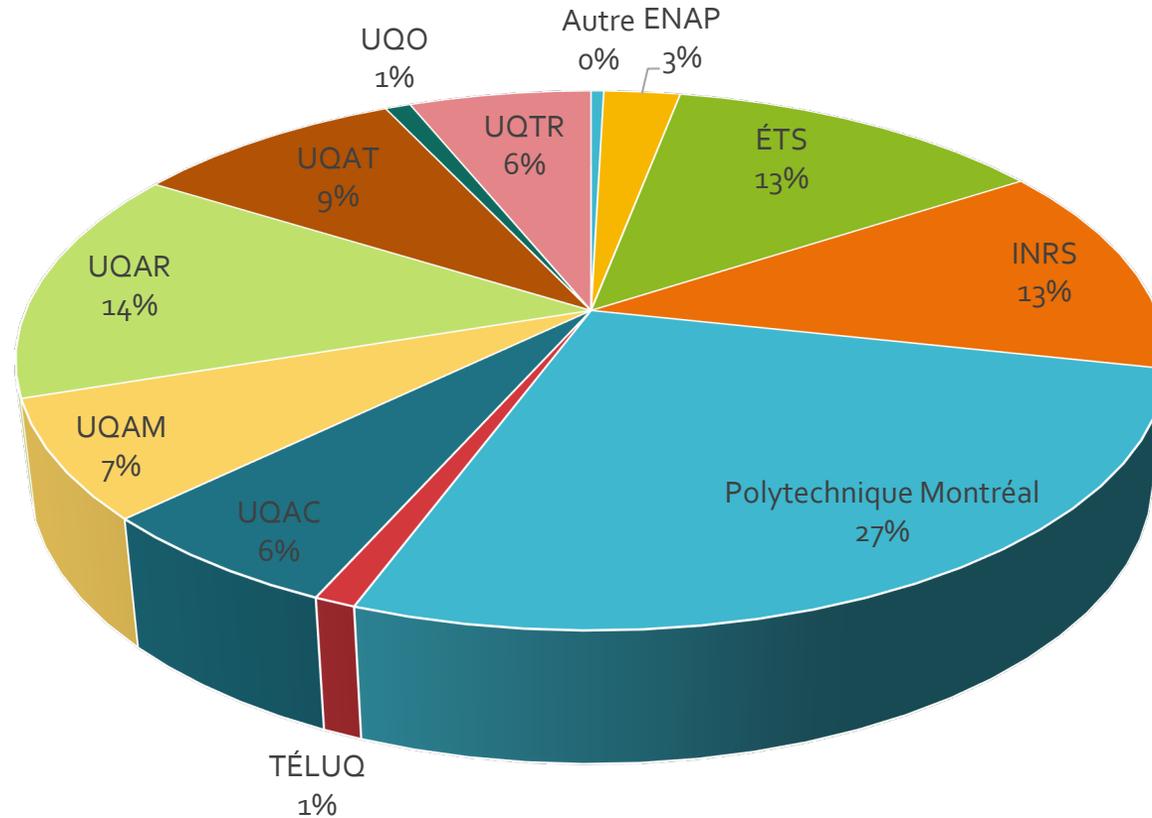
**96% étudient à temps plein**

**57% n'occupent pas d'emploi rémunéré**

\*32% temps partiel et 11% temps plein

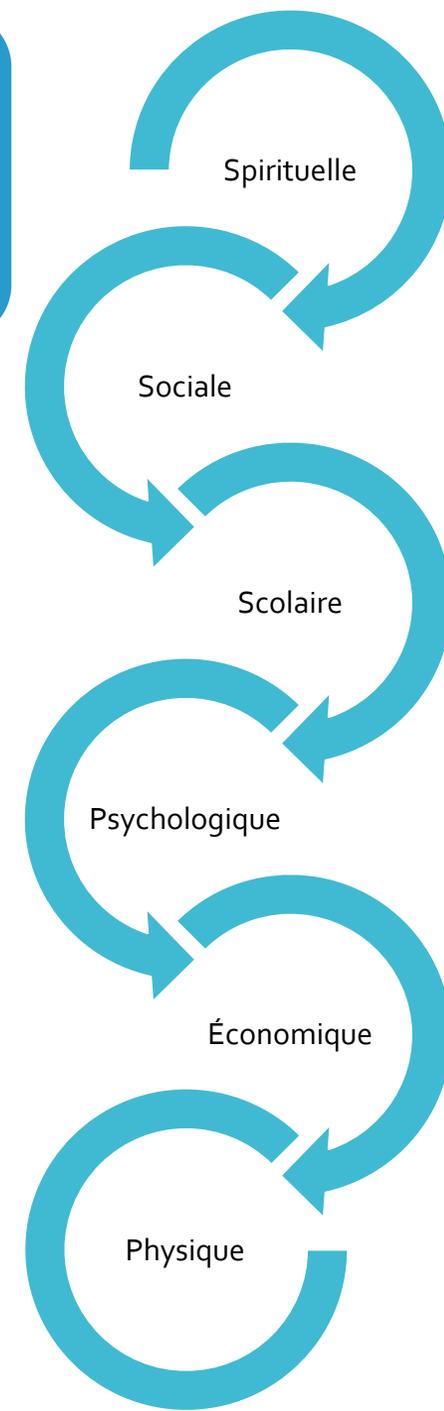
**10% ont au moins 1 enfant à charge**

**25% s'identifient comme** racisé-es  
ethnalisé-es ou membre d'une minorité visible



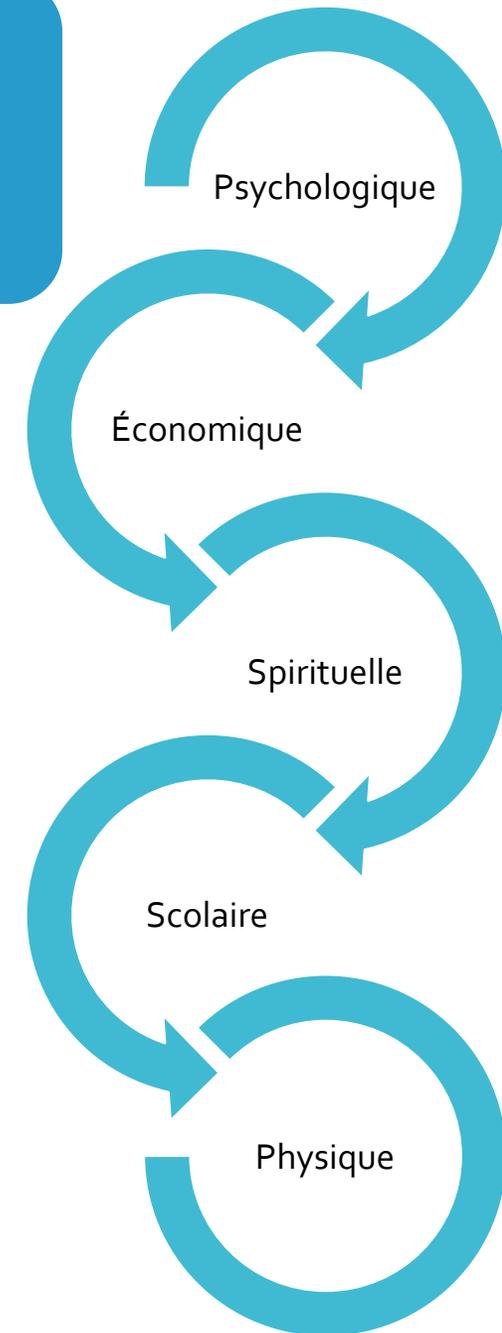
# Quels sont les facteurs qui accentuent le risque de DÉPRESSION ? (N=452) ?

- Faible qualité de vie spirituelle
- Faible niveau de soutien social
- Difficulté à se concentrer sur les tâches scolaires
- Difficulté à se motiver face aux tâches scolaires
- Se sentir dépassé face aux tâches scolaires
- Importance du stress quotidien
- Percevoir la pandémie comme:
  - Source de stress
  - Ayant engendré une perte importante
- Inquiétude face à sa subsistance
- Perception d'un état de santé physique détérioré



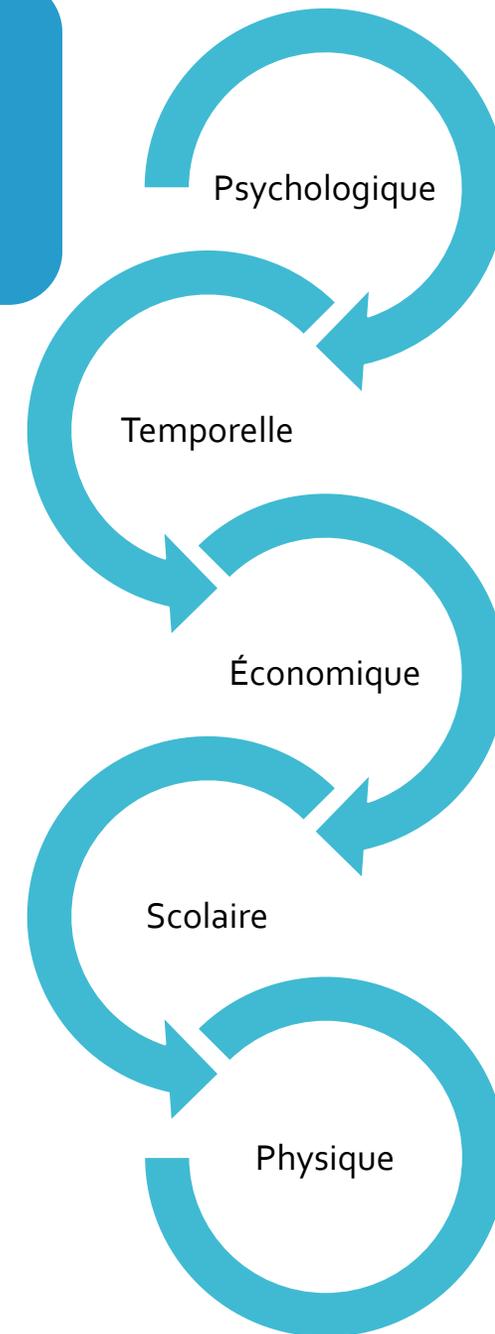
# Quels sont les facteurs qui accentuent le risque d'ANXIÉTÉ GÉNÉRALISÉE ? (N=453) ?

- Importance du stress quotidien
- Faible qualité de vie spirituelle
- Se sentir dépassé face aux tâches scolaires
- Percevoir la pandémie comme:
  - Ayant engendré une perte importante
  - Une source de défi considérable
- Inquiétude face à sa subsistance
- Qualité de sommeil diminuée



# Quels sont les facteurs qui accentuent le risque de TSPT? (N=501) ?

- Importance du stress quotidien
- Temps (+ près de mars 2020)
- Percevoir la pandémie comme:
  - Source de stress
  - Ayant engendré une perte importante
  - Une source de défi considérable
- Avoir craint d'être contaminé par la COVID-19
- Difficulté à se concentrer sur les tâches scolaires
- Inquiétude face à sa subsistance
- Perception d'un état de santé physique détérioré
- Qualité de sommeil diminuée



Les perspectives

# Quelques pistes d'action pour atténuer le risque

## Éléments sur lesquels on peut agir:

- ❑ Perception et outils de gestion du stress quotidien
- ❑ Perception de la pandémie, du virus et de l'efficacité des moyens de protection
- ❑ Outils de concentration, de motivation, aide à l'organisation scolaire
- ❑ Développer la qualité de vie spirituelle par des expériences significantes
- ❑ Offrir du soutien social (ou perception de celui-ci), alimentaire et logement
- ❑ Outils de développement des habitudes de vie (sommeil notamment)

# Références pertinentes

- Akhtar, M. et Herwig, B. K. (2020). Psychosomatic distress symptoms among international students in Germany: Role of academic stress and socio-demographic factors. *The Journal of the Pakistan Medical Association*, 70(7), 1119–1124. <https://doi.org/10.5455/JPMA.10448>
- Brunsting, N. C., Zachry, C. et Takeuchi, R. (2018). Predictors of undergraduate international student psychosocial adjustment to us universities: A systematic review from 2009-2018. *International Journal of Intercultural Relations*, 66, 22-33. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2018.06.002>
- Kabir, R., Isha, S. N., Chowdhury, M. T. H., Siddika, N., Jahan, S. S., Saha, A. K., Nath, S. K., Jahan, M. S., Sivasubramanian, M., Mahmud, I. et Hoque Apu, E. (2021). Depression among the non-native international undergraduate students studying dentistry in Bangladesh. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11) 5802. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115802>
- Kawamoto, A., Youn, S. J., Bartholomew, T. T., Castonguay, L. G. et Locke, B. D. (2018). Inter- and intra-group differences in psychological concerns among international students. *Counselling Psychology Quarterly*, 31(2), 186–204. <https://doi.org/10.1080/09515070.2016.1274962>
- Kim, H. R. et Kim, E. J. (2021). Factors associated with mental health among international students during the COVID-19 pandemic in South Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21) 11381. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111381>

# Références pertinentes

- Kivelä, L., Mouthaan, J., van der Does, W. et Antypa, N. (2022). Student mental health during the covid-19 pandemic: are international students more affected? *Journal of American College Health*, 1-9.  
<https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2037616>
- Lai, A. Y-K., Lee, L., Wang, M.-P., Feng, Y., Lai, T. T-K., Ho, L.-M., Lam, V. S.-F., Ip, M. S-M. et Lam, T.-H. (2020). Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on international university students, related stressors, and coping strategies. *Frontiers in Psychiatry*, 11(584240), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.584240>
- Lu, L., Wang, X., Wang, X., Guo, X. et Pan, B. (2022). Association of Covid-19 pandemic-related stress and depressive symptoms among international medical students. *BMC Psychiatry*, 22(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03671-8>
- Song, B., Zhao, Y. et Zhu, J. (2021). COVID-19-related traumatic effects and psychological reactions among international students. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 11(1), 117–123. <https://doi-org.sbiproxy.uqac.ca/10.2991/jegh.k.201016.001>
- Wang, X., Lu, L., Wang, X., Qu, M., Yuan, L., Gao, Y. et Pan, B. (2021). Relationships between cross-cultural adaption, perceived stress and psychological health among international undergraduate students from a medical university during the COVID-19 pandemic: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 783210.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.783210>

**SUIVEZ-NOUS !**

[www.uqac.ca/impactcovid](http://www.uqac.ca/impactcovid)

[www.uqac.ca/labvivant](http://www.uqac.ca/labvivant)

**POUR ME JOINDRE :**  
[cblecler@uqac.ca](mailto:cblecler@uqac.ca)

