



Laboratoire vivant  
sur la santé mentale  
en milieu universitaire

**UQAC**  
Université du Québec  
à Chicoutimi

# ÉQUITABLE LA SANTÉ MENTALE ? L'EXPO VIVANTE À L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE (UQAT)

*Principaux résultats du dispositif de vote sur les recommandations favorisant la santé mentale positive des groupes désignés<sup>1</sup>*



Crédit photo LUM design 2023

Crédit photo LUM design 2023

<sup>1</sup>Dans le cadre de cette étude, la notion de groupes désignés fait référence aux personnes Autochtones, de la diversité sexuelle et de genre, en situation de handicap, de l'international, racisées et aux femmes.



Merci à nos partenaires !



# ÉQUITABLE LA SANTÉ MENTALE ? L'EXPO VIVANTE À L'UQAT

Principaux résultats du dispositif de vote sur les recommandations favorisant la santé mentale positive des groupes désignés

## PASSAGE DE L'EXPO À L'UQAT !

Au total, **796 votes** ont été réalisés entre les 5 et 7 septembre 2023. La communauté étudiante et le personnel de l'UQAT se sont prononcés sur les recommandations favorisant la santé mentale positive à l'université à l'aide de nos **panneaux d'exposition interactifs**. Chaque personne était invitée à nouer plusieurs ficelles (*1 ficelle = 1 vote*) parmi **36 recommandations issues de la littérature scientifique**. Le code des couleurs des ficelles a permis l'**auto-identification** des visiteurs et visiteuses à l'un ou à plusieurs des groupes désignés.

Répartition des votes par groupe

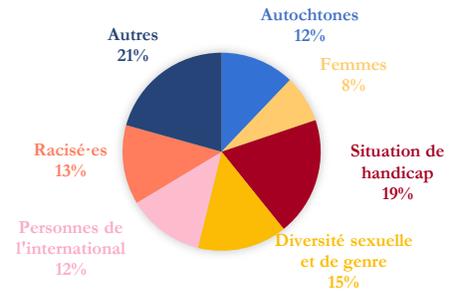


Figure 1 : Répartition des votes par groupe (UQAT)

## Recommandations ayant cumulé le plus grand nombre de votes

|  |   |  |
|--|---|--|
| 1. <b>Sensibilisation</b> aux réalités de la <b>diversité sexuelle et de genre</b> (7 %) | 2. <b>Jumelage et mentorat</b> par des pair·es aidant·es formé·es (6 %) | 3. <b>Langage inclusif</b> dans les publications académiques (6 %) |
|--|---|--|

## Recommandations les plus fréquentes en fonction des groupes désignés

| Autochtones  | Femmes  | Situation de handicap   |
|--|---|---|
| 1. <b>Jumelage et mentorat</b> par des pair·es aidant·es formé·es (12 %)                     | 1. <b>Système de signalement</b> et mesures contre le sexisme, l'homophobie, la biphobie, la transphobie et le capacitisme (59 %) | 1. <b>Jumelage et mentorat</b> par des pair·es aidant·es formé·es (12 %)                                |
| 2. Intégration de l' <b>histoire des luttes sociales</b> dans les programmes d'études (12 %) | 2. Espaces et événements de <b>rencontres</b> entre les personnes des <b>groupes désignés</b> et leurs <b>allié·es</b> (43 %)     | 2. <b>Études des impacts</b> de la Covid-19 <b>sur la réussite</b> étudiante des groupes désignés (7 %) |
| Diversité sexuelle et de genre   | Personnes de l'international  | Racisé·es   |
| 1. <b>Fonds d'urgence</b> pour la santé mentale (39 %)                                       | 1. <b>Jumelage et mentorat</b> par des pair·es aidant·es formé·es (10 %)  | 1. <b>Participation aux décisions</b> concernant les groupes désignés (18 %)                            |
| 2. <b>Lieux de rencontre sécurisant</b> culturellement (17 %)                                | 2. <b>Langage inclusif</b> dans les publications académiques (10 %)   | 2. <b>Sensibilisation</b> aux réalités de la <b>diversité sexuelle et de genre</b> (10 %)               |
| Autres   | 3. <b>Études des impacts</b> de la Covid-19 sur la réussite étudiante des groupes désignés (10 %)                                 |   |
| 1. <b>Sensibilisation</b> aux réalités de la <b>diversité sexuelle et de genre</b> (9 %)     | 4. <b>Horaires flexibles</b> et conciliation travail-famille (10 %)   |   |
| 2. <b>Compensation \$\$</b> pour les accommodements <b>technologiques</b> (9 %)              | 5. <b>Lutte contre les stéréotypes de genre</b> dans les pratiques pédagogiques (10 %)  |   |
| 3. <b>Lieux de rencontre sécurisant</b> culturellement (9 %)                                 |   |   |



Credit photo : UQAT, 2023

La catégorie **AUTRES** regroupe les personnes ne s'identifiant pas aux groupes désignés OU ne souhaitant pas préciser leur groupe d'appartenance.



## Les recommandations pour l'ensemble des groupes

La figure 2 ci-dessous illustre les recommandations classées en ordre d'importance : de celles ayant récolté le plus de votes (%) à celles en ayant reçu le moins. Il y a un faible écart entre les recommandations (min : 0,25 %, max : 6,66 %). Cela semble indiquer une répartition équitable où peu de recommandations se démarquent pour l'ensemble de la population. Toutefois lorsqu'analysées en fonction de chacun des groupes désignés (voir page 1), certaines recommandations semblent particulièrement significatives (ex. 59 % des votes du groupe femme pour privilégier un système de signalement et mesure contre le sexisme, l'homophobie, la biphobie, la transphobie et le capacitisme).

### Recommandations favorisant la santé mentale positive selon la fréquence (%) des votes pour l'ensemble des groupes



Figure 2 : Fréquence des recommandations pour l'ensemble des groupes

### LÉGENDE (les catégories de recommandations)

• **L'université nous soutient** : La catégorie "l'université nous soutient" représente les actions qui touchent les mesures administratives, politiques et de communication qui pourraient être mises en place à l'université.

• **Au travail** : Cette catégorie de recommandations regroupe les conditions d'études et de travail pouvant être mises en place en milieu universitaire pour favoriser la santé mentale des groupes désignés.

• **Éduquer et s'éduquer** : Les actions pouvant sensibiliser aux réalités des groupes désignés ainsi que les ajustements aux pratiques pédagogiques ou programmes d'étude se trouvent ici.

• **En recherche** : Les recommandations de cette catégorie sont relatives à la recherche et création en plus des publications scientifiques.

• **En groupe et en solo** : Les actions de prévention et de promotion de la santé mentale positive proposées sont regroupées dans cette catégorie.

• **À notre service** : La catégorie "À notre service" représente les ressources et les mesures de soutien psychosocial qui doivent être disponibles à l'université.



### De la formation aux politiques : catégories de recommandations

La figure 3 représente les **catégories de recommandations** qui ont été les **plus choisies** (%). La figure met en évidence une distribution plutôt équitable des votes entre les différentes catégories (**min** : 14,32 %, **max** : 19,60 %). Les catégories **À notre service** et **Éduquer et s'éduquer** sont celles qui cumulent le plus de votes.

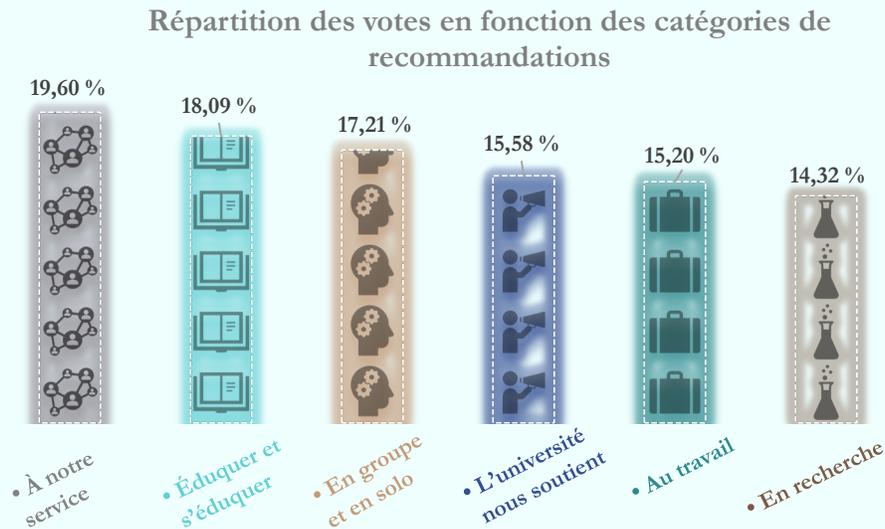


Figure 3 : Répartition des votes en fonction des catégories de recommandations

**À notre service** regroupe des recommandations relatives aux structures et aux services psychosociaux. Quant à **Éduquer et s'éduquer**, cette catégorie réfère à des activités de formations et à l'adaptation des programmes d'études aux réalités des groupes désignés. En ce sens, il pourrait être une **priorité de mettre en place des services psychosociaux ainsi que des mesures pédagogiques et de formations**. Toutefois, à la lumière de ces résultats, les autres catégories ont également reçu un nombre significatif de votes et seraient donc à considérer pour *agir de façon globale sur la santé mentale* des groupes désignés à l'UQAT.

### Les limites de la collecte de données

La démarche comporte des **biais** au niveau :

- De l'*auto identification aux groupes* à l'aide de ficelles (marge d'erreur dans la sélection du groupe approprié)
- De la difficulté à **estimer le nombre de personnes participantes** avec exactitude
- De la *non représentativité de l'ensemble des campus* de l'UQAT (l'exposition ayant été présente seulement à Rouyn-Noranda) qui fait qu'il ne serait pas possible de généraliser à l'ensemble de la population

Pour plus d'informations sur notre projet de recherche ainsi que sur les activités du Laboratoire, visitez :

Notre site web !

Notre page Facebook !



Merci à nos partenaires !

