



« Mon étudiant.e va mal, comment réagir ? »

D'une préoccupation commune à la  
conception d'un espace de sensibilisation et  
de partage de pratiques.

**Julie Lecoq**, conseillère en pédagogie universitaire au Louvain  
Learning Lab (UCLouvain)

**Anne-Sophie Masureel**, chargée de mission en santé publique au Service  
d'aide (UCLouvain)

## Contexte



## Chiffres de Nightline

[www.nightline.fr](http://www.nightline.fr)



## Chiffres OMS



Chiffres du  
référentiel  
d'intervention:  
Promouvoir la  
santé mentale des  
étudiants  
mai 2023, IREPS, Bourgogne  
franche conté

## PRÉVALENCE ET TRAITEMENT DES TROUBLES DE LA SANTÉ MENTALE AU SEIN DE LA POPULATION ÉTUDIANTE

Sur 10 étudiants



**6 étudiants  
ne présentent  
aucun trouble**



**3 sont concernés  
par un trouble  
de la santé mentale**



Parmi les étudiants  
présentant un trouble  
de la santé mentale,  
**1 sur 4** bénéficiera  
d'un traitement dans  
l'année

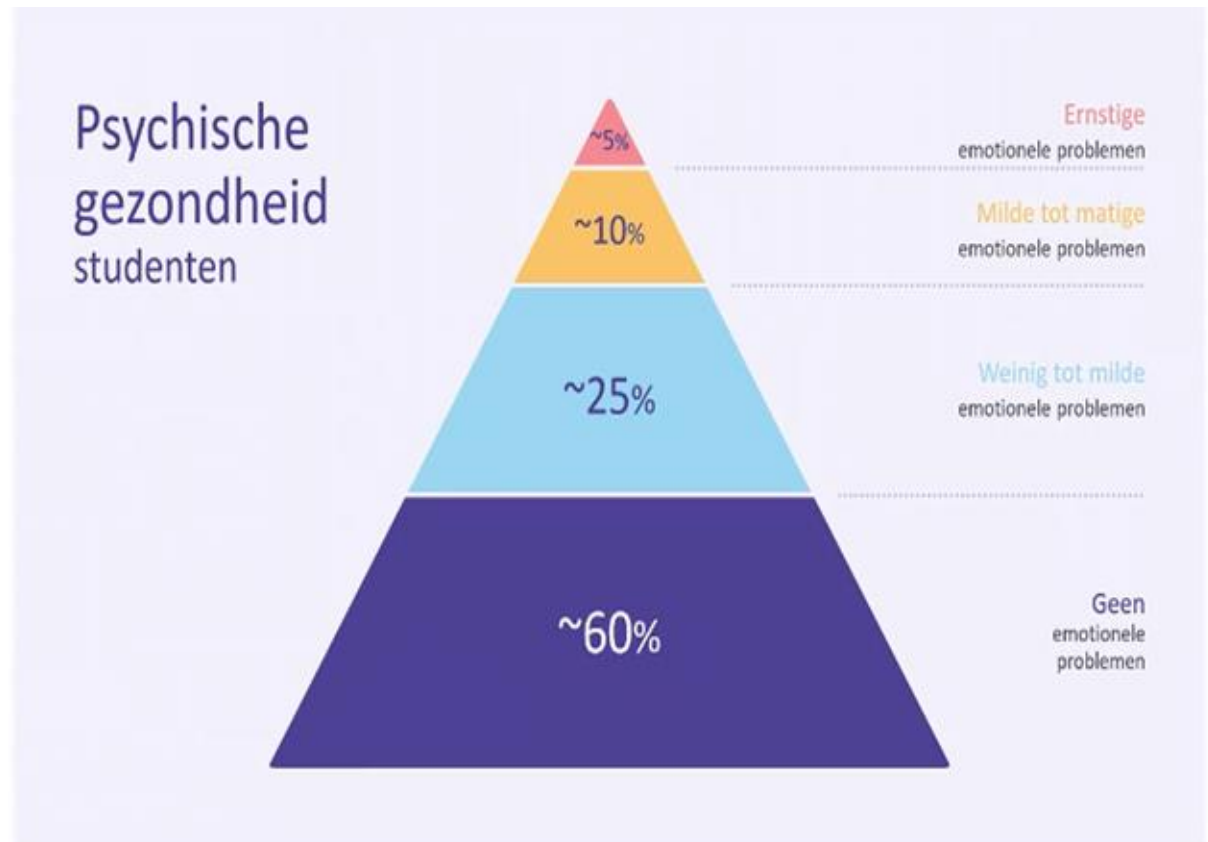


**1 est concerné par des troubles de la santé mentale  
et des comportements suicidaires**

Figure 2

Chiffres Prof.  
Ronny  
Bruffaerts  
KULeuven

[www.mindmates.be](http://www.mindmates.be)  
[www.moodspace.be](http://www.moodspace.be)



Angst & depressie



\*anxiété et dépression

Angst & depressie





“ Mon assistant me demande que faire face à un étudiant qui ne peut assister au TP obligatoire en raison de son agoraphobie ? ”

“ Dans un travail de groupe, des étudiants en sont venus aux mains suite au harcèlement d'un des membres du groupe, comment gérer ces conduites agressives ? ”



“ Un de mes mémorants ne donne plus aucune nouvelle. J'ai entendu dire qu'il souffre d'éco anxiété et ne voit plus le sens de terminer ses études... Il ne répond plus à rien . ”

“ Une étudiante a fait une attaque de panique à mon examen, j'étais complètement désemparé ! ”

## EXEMPLE

### Vignette 3 - Arthur



« Arthur vient me voir en fin de  
qu'un de ses amis d'auditoire, c  
(pour la Xième fois au TP) ne va  
s'isole, qu'il ne vient plus au cou  
voit plus jamais en ville, que ça l'

# MISE EN SITUATION

- **Choix d'une vignette**

- **Individuellement (5')**

- Qu'est-ce que je ressentirais si j'étais confronté à cet.te étudiant.e ?
- Qu'est-ce que je dirais ?
- Qu'est-ce que je ferais ?

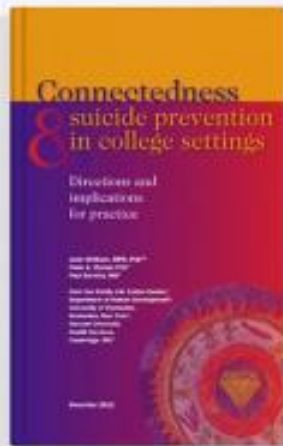
- **Echange en sous-groupe (20')**

- Mise en commun des ressentis, des propos, des actions
- Chaque sous-groupe prépare une brève synthèse pour rapporter au grand groupe.





Sanders et al., 2013; Sanders, 2013; Sanders et al., 2013



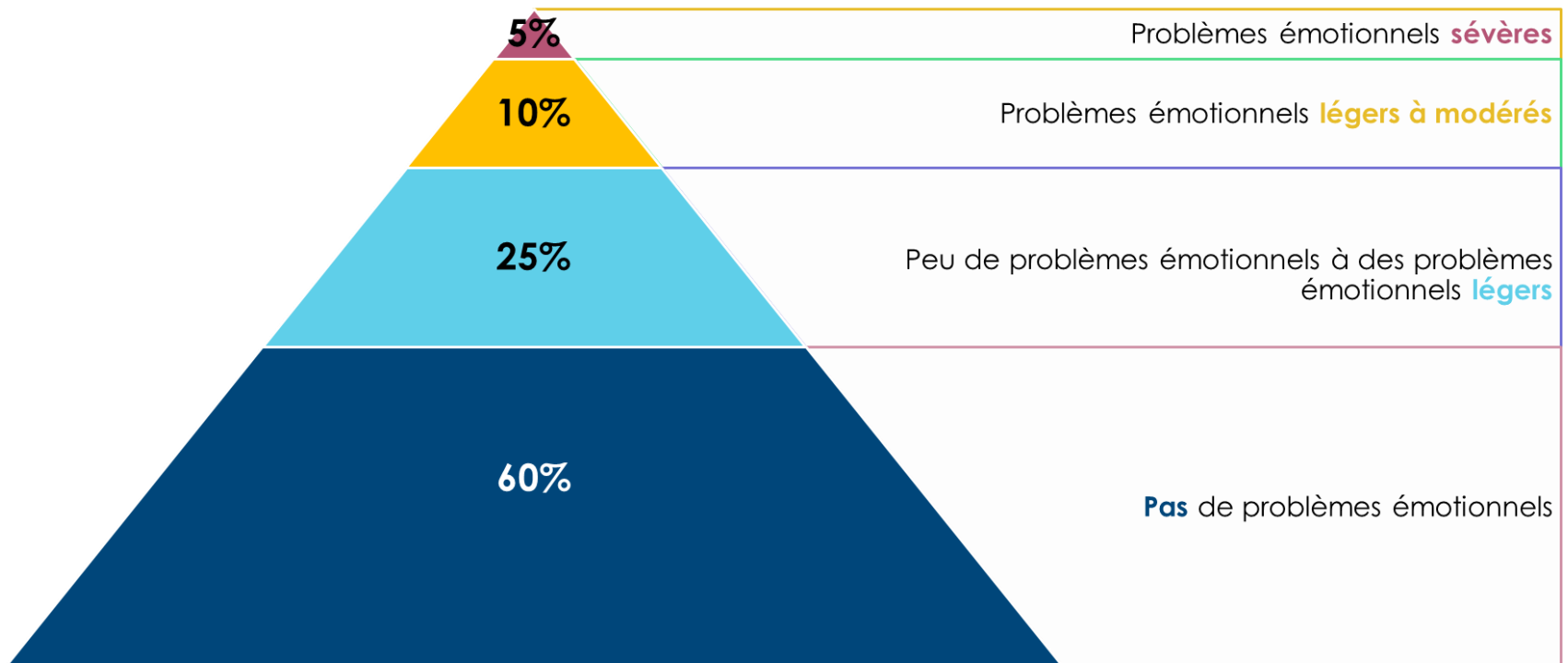
Sanders et al., 2013; Sanders et al., 2013; Sanders, 2013; Sanders et al., 2013

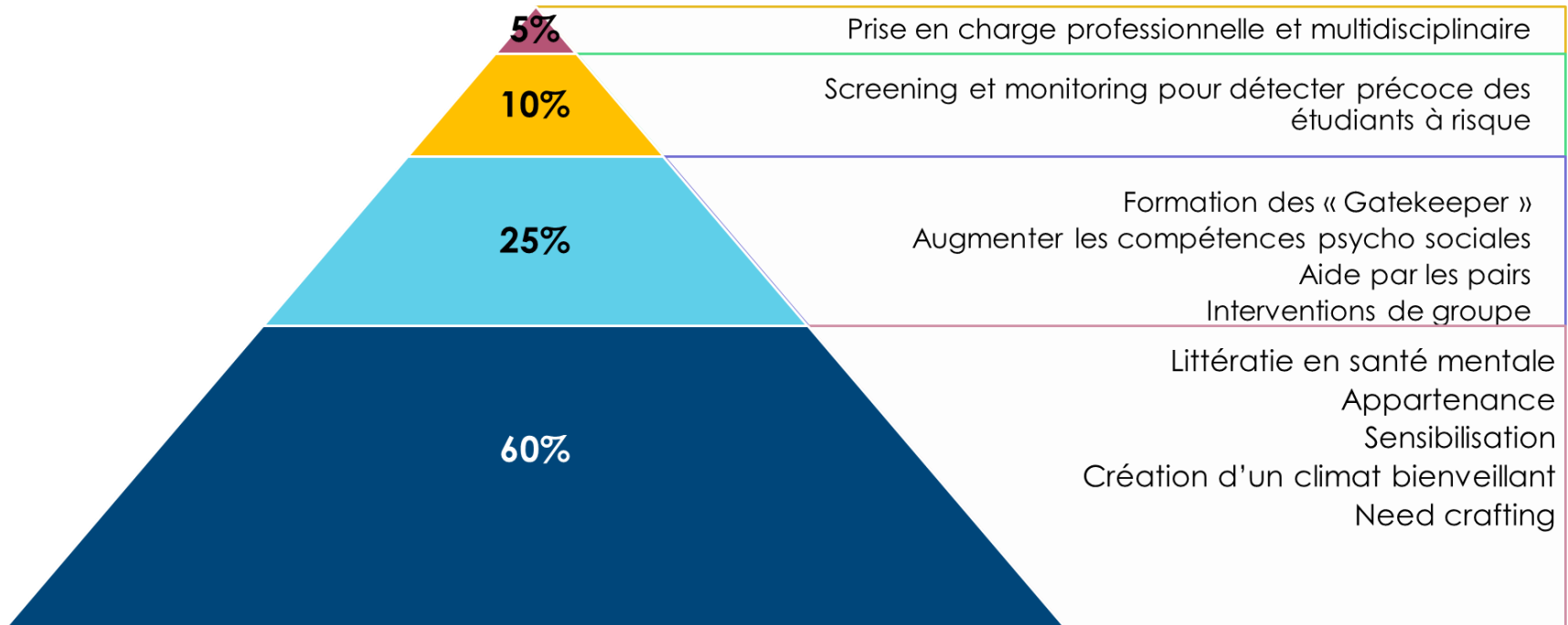
## Deux facteurs de protection majeurs

- **Le lien social** l'amitié, la solidarité, la connectivité, l'attachement à un/des pair/s
  - Plus de 2 fois la survenue de problèmes émotionnels; donne une plus grande capacité de résilience
- **Le sentiment d'appartenance à son institution d'enseignement**
  - Environ de 2 fois la survenue de problèmes émotionnels; protège contre le sentiments de dépression et d'anxiété

## Psychische gezondheid studenten







MindMates



MoodSpace



Projets inspirants pour et par les étudiants



**AXE 1:** Créer un environnement favorable à une santé mentale positive

**AXE 2:** Favoriser le développement des connaissances et des compétences en matière de santé mentale chez les membres du personnel et des étudiants des établissements de l'enseignement supérieur



**AXE 3:** Renforcer l'accès aux soins



Attention à connaître ses limites/donner des limites pour éviter qu'une surcharge émotionnelle\* s'ajoute à une surcharge de travail.



- Augmentation du nombre d'étudiants
- Baisse des interactions
  - Augmentation des tâches administratives
- Manque de temps pour la recherche et l'enseignement
  - Culture de la performance
- Pression

\*Voir les recherches de Nancy Goyette sur la psycho pédagogie du bien-être

<https://pedagogie.quebec.ca/le-tableau/la-psychopedagogie-du-bien-etre-lart-dapprendre-se-sentir-bien-pour-enseigner-mieux>

## Créer un environnement favorable à une santé mentale positive...une question pédagogique ?



- 1** *Utiliser des stratégies d'enseignement efficace. Ainsi, les étudiants et les étudiantes sont motivés et sentent qu'ils apprennent réellement.*



- 2** *Favoriser le sentiment d'appartenance et d'inclusion. Les étudiants et les étudiantes se sentent ainsi reliés à leurs pairs et à leurs professeurs et leurs professeures.*



- 3** *Considérer les étudiants et les étudiantes dans leur intégralité.*

OBJECTIFS  
DE DÉVELOPPEMENT  
DURABLE

3

PERMETTRE À TOUS DE VIVRE EN BONNE SANTÉ  
ET PROMOUVOIR LE BIEN-ÊTRE  
À TOUT ÂGE



ELYX/ABC

