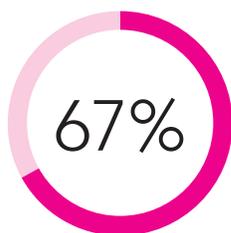


# Soutien pour la santé mentale et les études supérieures à l'Université d'Ottawa

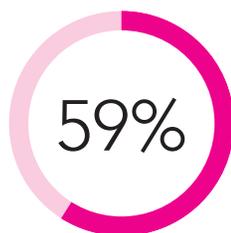
L'Association des étudiant.e.s diplômé.e.s (GSAÉD) de l'Université d'Ottawa fait partie d'un regroupement avec 12 autres syndicats étudiants des cycles supérieurs en Ontario dans le cadre de la Fédération canadienne des étudiantes et étudiants-Ontario. Ensemble, notre Fédération a entrepris un projet de recherche d'une durée de deux ans afin de documenter et d'identifier les expériences des étudiantes et des étudiants des cycles supérieurs de l'Ontario qui sont nuisibles à leur santé mentale. Par l'entremise du sondage Ça ne fait pas partie du programme, juste au-delà de 2000 étudiantes et étudiants des cycles supérieurs à travers l'Ontario ont été interrogés concernant leurs expériences d'intimidation ou de harcèlement sur leurs campus respectifs, et les effets sur leur santé mentale qui en résultaient. Cette info-fiche présente quelques-uns des résultats du sondage provincial et met en évidence les expériences de la population étudiante appartenant aux cycles supérieurs à l'Université d'Ottawa.

## Quels sont les facteurs qui influent sur la santé mentale des étudiantes et étudiants des cycles supérieurs?

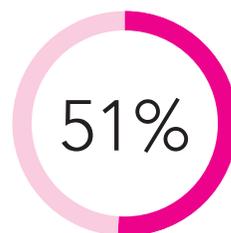
Les répondantes et répondeurs au sondage ont identifié les facteurs suivants comme ayant des répercussions négatives sur leur santé mentale :



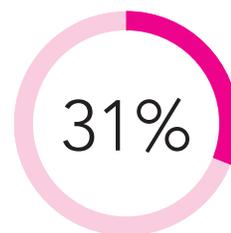
L'anxiété liée au temps qui reste dans le cadre des programmes des cycles supérieurs pour terminer les études



Payer les frais de scolarité et autres frais institutionnels associés aux études



Sentir qu'ils n'ont pas de soutien suffisant de la part de leur institution universitaire



Anxiété liée à la recherche de soutien en santé mentale, ou aux coûts liés à ces services

## les étudiantes et étudiants des cycles supérieurs de l'Ontario décrivent leurs expériences, transcrites mot à mot



Je suis Francophone et j'entends fréquemment des remarques désobligeantes sur ma culture.



J'ai reçu des insultes et menaces physiques de la part d'un collègue alors que nous n'étions pas d'accord sur un travail.



J'ai vécu de l'intimidation et de la violence verbale de la part de mon superviseur d'assistantat. J'étais constamment sous une pression de travail irréaliste qui allait à l'encontre des règlements de travail du syndicat et de l'Université.

## Dans leurs propres mots, les étudiantes et étudiants des cycles supérieurs de l'Ontario décrivent les répercussions de ces expériences sur leur santé mentale



Je me sens seule et sans pouvoir.



J'ai perdu confiance en mon jugement et mes capacités.



Je ressens de l'impuissance et de la honte de ne pas savoir quoi faire, de ne pas porter plainte officiellement.



J'étais détruite. J'ai pensé quitter la maîtrise.

L'Association des étudiant.e.s diplômé.e.s (GSAÉD) de l'Université d'Ottawa est pleinement consciente des effets sur ses membres qu'exercent les facteurs reliés au comportement et à l'environnement, et estime que l'Université d'Ottawa pourrait rehausser son soutien aux étudiantes et étudiants des cycles supérieurs en mettant en œuvre les recommandations suivantes :

- 1.** S'assurer que les services de santé mentale destinés aux étudiantes et étudiants des cycles supérieurs observent un horaire souple, incluant des heures d'ouverture en soirée. Cette condition est indispensable pour respecter l'horaire des étudiantes et étudiants des cycles supérieurs qui sont souvent sur le campus en soirée et pendant la fin de semaine, et qui ont également des cours, des laboratoires à faciliter et des tâches d'enseignement durant les heures de travail normales.
- 2.** S'assurer que les différents services de soutien sur le campus de l'Université d'Ottawa se concertent afin de fournir des soutiens plus complets et inclusifs pour la population étudiante qui s'adresse à l'intersectionnalité de leurs besoins.
- 3.** Embaucher une conseillère ou un conseiller pour le campus qui serait exclusivement disponible à la population étudiante des cycles supérieurs et posséderait une expertise concernant les défis particuliers auxquels s'affrontent les étudiantes et étudiants des cycles supérieurs, que ce soient des étudiantes/étudiants adultes, parents, étrangers, à temps plein, à temps partiel, ou ayant un statut spécial.