



# Soutenir les étudiants internationaux

Les étudiants internationaux sont nombreux à hésiter à demander des services de soutien en santé mentale, malgré les multiples difficultés qu'ils rencontrent dans leur transition vers un nouveau pays et un nouveau système d'éducation. Voici certains des obstacles qui entravent leur accès aux services : la stigmatisation des problèmes de santé mentale, leurs causes et leur gestion; les diverses perceptions et définitions culturelles; ainsi que le peu de connaissance des mesures de soutien offertes sur et hors campus.



## Qui sont les étudiants internationaux?

Les étudiants internationaux sont :

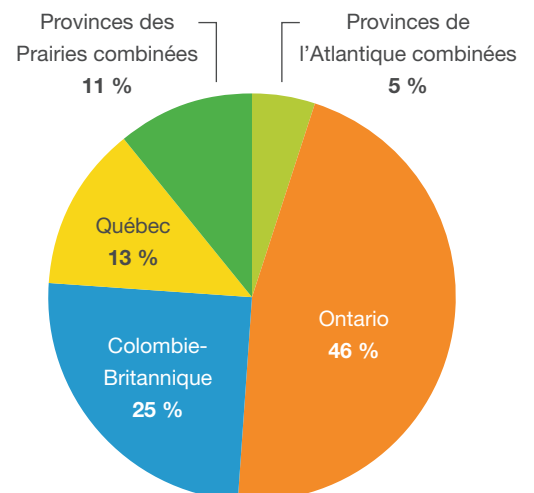
- des ressortissants étrangers titulaires d'un permis d'études valide délivré par IRCC

Un étudiant international :

- ne détient pas le statut de résident permanent au Canada
- ne détient pas la citoyenneté canadienne
- ne détient pas le statut de réfugié ou de personne protégée

De 2005 à 2015, le nombre d'étudiants internationaux a augmenté de 27 % dans les collèges ontariens et de 92 % dans les universités ontariennes.

## ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX PAR PROVINCE OÙ ILS ÉTUDIENT



Citoyenneté et Immigration Canada, 2017.



## Facteurs influant sur la santé mentale des étudiants internationaux

- Les étudiants internationaux ont tendance à sous-utiliser les services de soutien en santé mentale offerts, comparativement à leurs homologues canadiens.
- Les étudiants internationaux ont généralement une vision négative du counseling et se sentent souvent mal à l'aise de parler de leurs sentiments à des étrangers.
- Certains étudiants internationaux estiment que le counseling s'adresse uniquement aux personnes « faibles » ou « folles ».
- Certains étudiants internationaux ne voient pas l'intérêt de discuter de leurs problèmes avec un thérapeute canadien qui, à leur avis, pourrait ne pas comprendre leurs problèmes en raison de différences culturelles.
- L'impact d'un problème de santé mentale diagnostiqué sur leur statut d'immigrant et leur capacité à rester au Canada est une source d'inquiétude supplémentaire pour les étudiants internationaux



## Comprendre les étudiants internationaux

### UNIVERSITAIRE

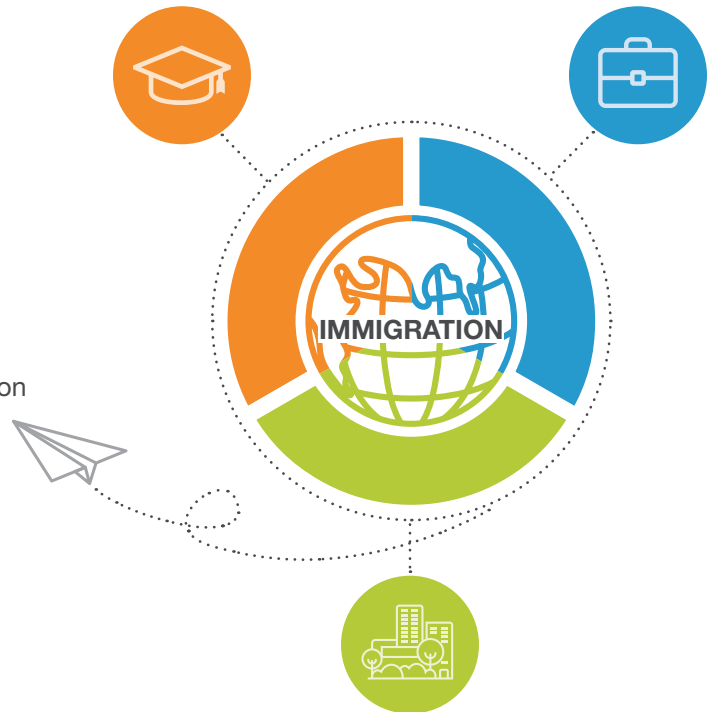
- Système d'éducation différents
- Charge de cours
- Études antérieures

### PROFESSIONNEL

- Pressions financières et familiales
- Choix de carrière imprécis
- Restrictions en matière d'immigration

### PERSONNEL

- Finances
- Santé et mieux-être
- Famille et relations
- Choc culturel



## Stratégies utilisées pour accroître la sensibilisation et l'accès aux services

1. Ateliers d'orientation sur la santé mentale et la gestion du stress
2. Brochures sur les services de counseling destinés aux étudiants internationaux
3. Intégration des services de counseling dans le bureau des étudiants internationaux
4. Groupes de discussion « Parlons-en » pour connaître les besoins des étudiants internationaux
5. Série d'ateliers sur les problèmes courants de cette population
6. Autres options de counseling — Allô, J'écoute, TranQool et Aspira



## Visionnez le webinar

Pour en apprendre davantage sur le soutien des étudiants internationaux, veuillez visionner l'enregistrement du webinar (en anglais seulement) à l'adresse : <https://campusmentalhealth.ca/webinars/supporting-international-students>

Nous remercions nos conférencières pour ce webinar collaboratif et son contenu : Nadia D'Lima et Miguel Litonjua, du Collège Centennial; et Ali Dohadwala et Ashley Sullivan du Collège George Brown.