Santé Québec Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal - Universitaire

PORTRAIT MONTRÉALAIS DE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Faits saillants de l'Enquête québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur

À RETENIR :

1. Une part importante des personnes étudiantes répondantes présentent des résultats favorables au niveau de la santé mentale. Toutefois, certains indicateurs révèlent des enjeux qui sont préoccupants.

2. Montréal semble se distinguer défavorablement du reste du Québec dans plusieurs domaines, particulièrement au niveau du stress financier et de la santé mentale positive.

3. Un fort sentiment d'appartenance envers l'établissement d'enseignement anime la majorité des personnes étudiantes, tant au niveau collégial qu'universitaire, constituant une assise favorable à leur bien-être et à leur réussite.

Contexte

Ce fascicule présente une sélection de résultats montréalais issus de l'enquête québécoise de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (OSMÉES) réalisée en novembre 2024. Il met en lumière différentes dimensions de la santé mentale des personnes répondantes du collégial et de l'université, ainsi que certains aspects de leurs conditions de vie et de leur expérience scolaire. Cette lecture régionale, enrichie par la littérature, vise à soutenir les milieux d'enseignement montréalais et leurs partenaires sur les moyens de favoriser le bien-être et la réussite des personnes étudiantes.

Santé Québec

Notes méthodologiques

À Montréal, 5 197 personnes du collégial et 7 253 personnes de l'université ont répondu à l'enquête. L'échantillonnage étant non probabiliste, les résultats décrivent les réponses des personnes ayant participé à l'enquête et pourraient ne pas être représentatifs de l'ensemble de la population étudiante montréalaise. Ils doivent donc être interprétés avec prudence.

Les résultats reposent également sur des mesures autodéclarées. Ils peuvent être influencés par différents biais et doivent être interprétés en tenant compte des limites des données autorapportées. De plus, les analyses, de nature descriptive, ne permettent pas d'établir des relations causales.

En raison de la méthode d'échantillonnage, nous ne présentons aucun test statistique de comparaison. Par conséquent, les écarts observés entre Montréal et le reste du Québec, ou entre les ordres d'enseignement, pourraient ne pas être statistiquement significatifs. Ils pourraient notamment refléter des différences dans la composition des populations répondantes ou dans les contextes d'études.

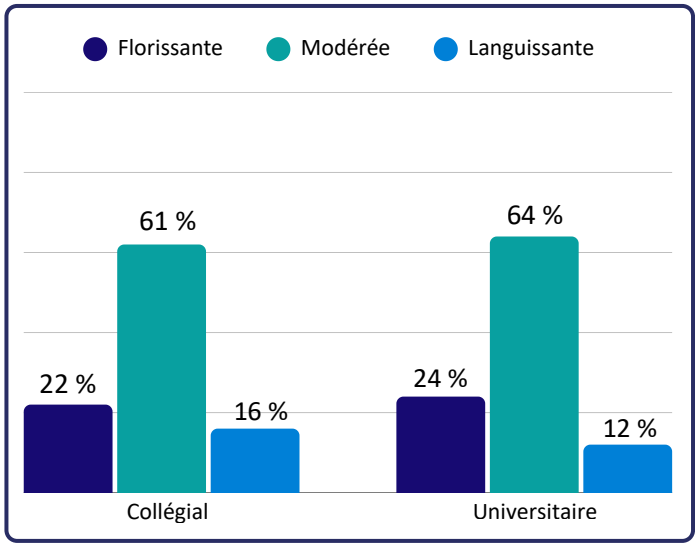
Pour en savoir plus sur la méthodologie, les indicateurs ou les résultats provinciaux, voir le rapport scientifique de l'OSMÉES.

Résultats de santé mentale

Cette première section présente les résultats de la santé mentale positive, de la santé mentale perçue et des idées suicidaires. Ensemble, ils offrent un éclairage complémentaire sur l'état de santé mentale des personnes étudiantes.

SANTÉ MENTALE POSITIVE

Répartition des étudiant.es selon le niveau de santé mentale positive et le type d'établissement, Montréal, 2024

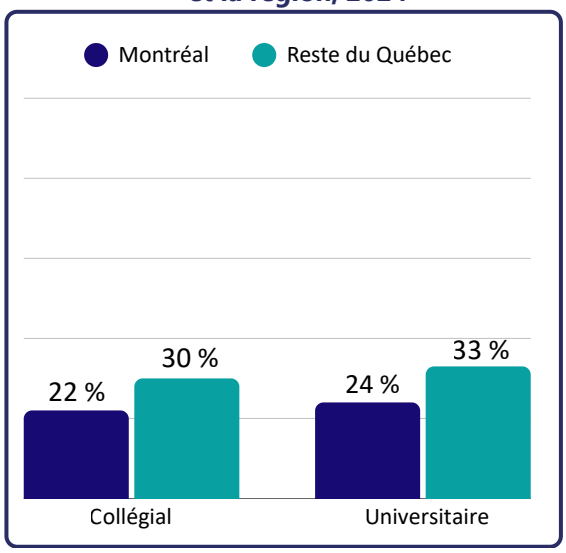


Bien qu'à Montréal, près d'une personne répondante sur 4 au collégial et d'une sur 5 à l'université présentent une santé mentale florissante, une proportion importante des personnes répondantes du collégial (16 %) et de l'université (12 %) présente une santé mentale languissante.

La santé mentale est une disposition qui permet à chacun de ressentir, de penser et d'agir de manière à jouir de la vie, à faire face aux difficultés du quotidien et à contribuer à sa communauté (1). Elle est influencée par une combinaison complexe et dynamique de facteurs et elle ne se limite pas à l'absence ou à la présence de troubles mentaux, qui est un concept différent, mais lié. Pour les distinguer, on fait souvent référence au concept de santé mentale positive (2), qui peut être définie comme un sentiment subjectif de bien-être, qui se caractérise par la présence de sentiments positifs envers la vie ainsi que par un bon fonctionnement psychosocial (3). La santé mentale florissante représente un niveau élevé de bien-être et un niveau optimal de fonctionnement psychologique et social. À l'opposé, une santé mentale languissante représente de faibles niveaux de bien-être et de fonctionnement, et peut se traduire par un sentiment de stagnation, de vide ou de faible épanouissement. Entre les deux, le niveau modéré de santé mentale positive correspond à un état intermédiaire (2-4-5).

SANTÉ MENTALE FLORISSANTE

Proportion des étudiant.es ayant une santé mentale florissante, selon le type d'établissement et la région, 2024



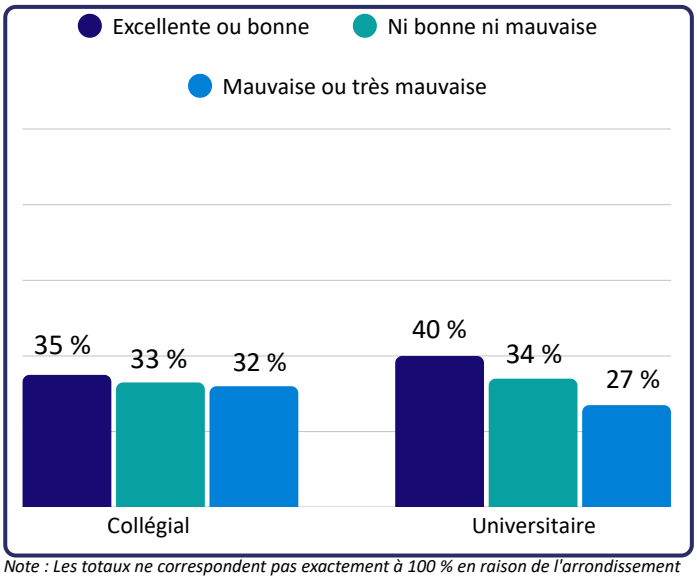
Note : Interpréter les écarts entre Montréal et le reste du Québec avec prudence, voir note méthodologique pour en savoir plus.

Les résultats observés à Montréal semblent moins favorables que ceux du reste du Québec en matière de santé mentale positive. Tant au collégial qu'à l'université, les personnes répondantes montréalaises sont proportionnellement moins nombreuses à présenter une santé mentale florissante. L'écart semble particulièrement marqué à l'université, où la proportion de personnes présentant une santé mentale florissante est près de dix points de pourcentage plus faible qu'ailleurs au Québec.

Ces résultats mettent en lumière l'importance de porter attention à l'ensemble des facteurs qui favorisent le bien-être et la santé mentale étudiante et de considérer la promotion du bien-être et la création d'environnements favorables comme des compléments essentiels aux stratégies de prévention et de soutien en santé mentale (1-5-6-7-8).

SANTÉ MENTALE PERÇUE

Répartition des étudiant.es selon le niveau de santé mentale perçue et le type d'établissement, Montréal, 2024



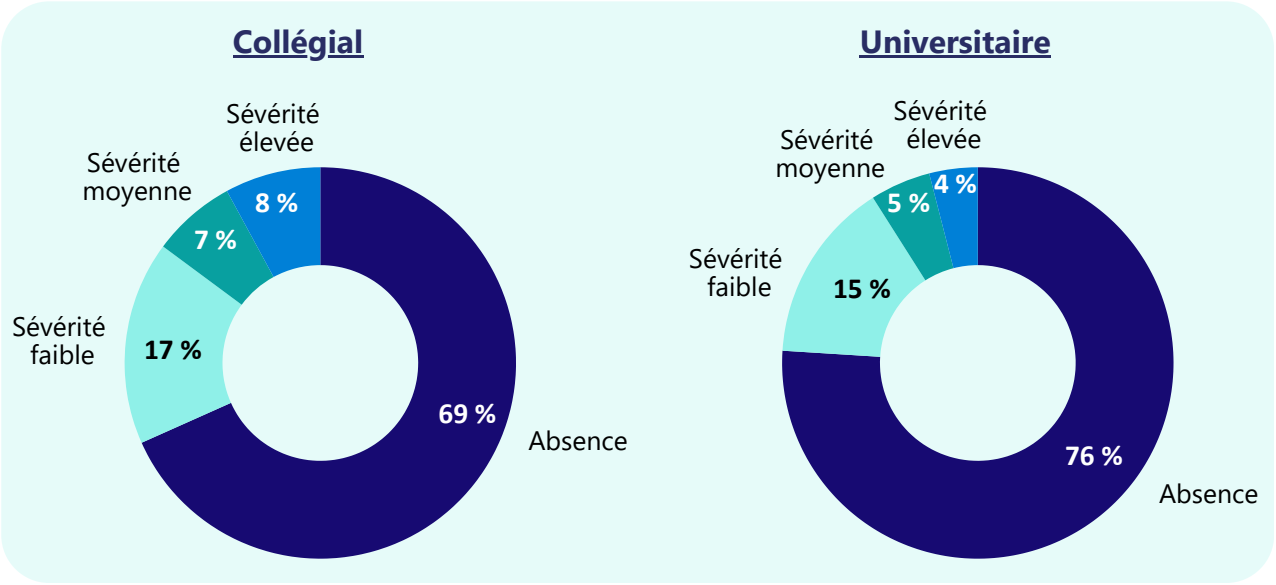
Note : Les totaux ne correspondent pas exactement à 100 % en raison de l'arrondissement des données.

À Montréal, 35 % des personnes répondantes du collégial et près de 40 % de celles de l'université évaluent leur santé mentale comme étant bonne ou excellente. Ces résultats apparaissent nettement moins favorables que ceux observés pour la santé globale ou la santé physique. Par exemple, 66 % des personnes répondantes au collégial et 72 % à l'université ont évalué leur santé globale comme étant excellente ou bonne.

Bien qu'elle soit subjective, la santé mentale autoévaluée constitue un indicateur reconnu pour suivre l'évolution du bien-être d'une population et reflète généralement plusieurs dimensions de la santé mentale positive (3-7-9-10-11). La littérature suggère également qu'elle peut influencer le recours aux services (10), ce qui témoigne de l'importance d'une offre de soutien diversifiée.

IDÉATIONS SUICIDAIRES

Répartition des étudiant.es selon la sévérité des idéations suicidaires et le type d'établissement, Montréal, 2024



La majorité des personnes répondantes indique ne pas avoir eu d'idées suicidaires au cours du dernier mois. Toutefois, les catégories de sévérité moyenne ou élevée concernent environ une personne répondante sur 10 au collégial et à l'université, dont près de 8 % des personnes répondantes du collégial et 4 % de celles de l'université se situent dans la catégorie de sévérité élevée.

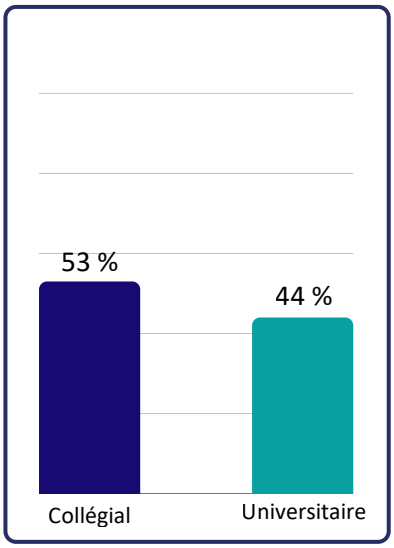
Les idées suicidaires correspondent à des pensées liées au fait de mettre fin à sa vie et traduisent généralement une souffrance importante ainsi qu'un sentiment d'absence de solutions perçues (12-13). La littérature souligne qu'il s'agit d'un phénomène complexe et multifactoriel, associé à plusieurs dimensions de la santé mentale et du bien-être (14-15). Bien que leur présence ne permette pas à elles seules de prédire les comportements suicidaires, elles constituent un signal de détresse nécessitant une attention (13), appuyant notamment l'importance des actions de repérage et de référence vers les ressources, de même que l'accès aux services psychosociaux (16).

Facteurs d'influence de la santé mentale

La santé mentale est influencée par une diversité de facteurs, notamment des facteurs personnels, sociaux et même scolaires. Certains de ces facteurs semblent déterminants pour la santé mentale étudiante en enseignement supérieur et vous sont présentés dans cette deuxième section.

CAPACITÉ À PARLER DE CE QUE L'ON RESSENT

Proportion des étudiant.es qui se déclarent en général incapables de parler aux autres de ce qu'ils et elles ressentent, selon le type d'établissement, Montréal, 2024

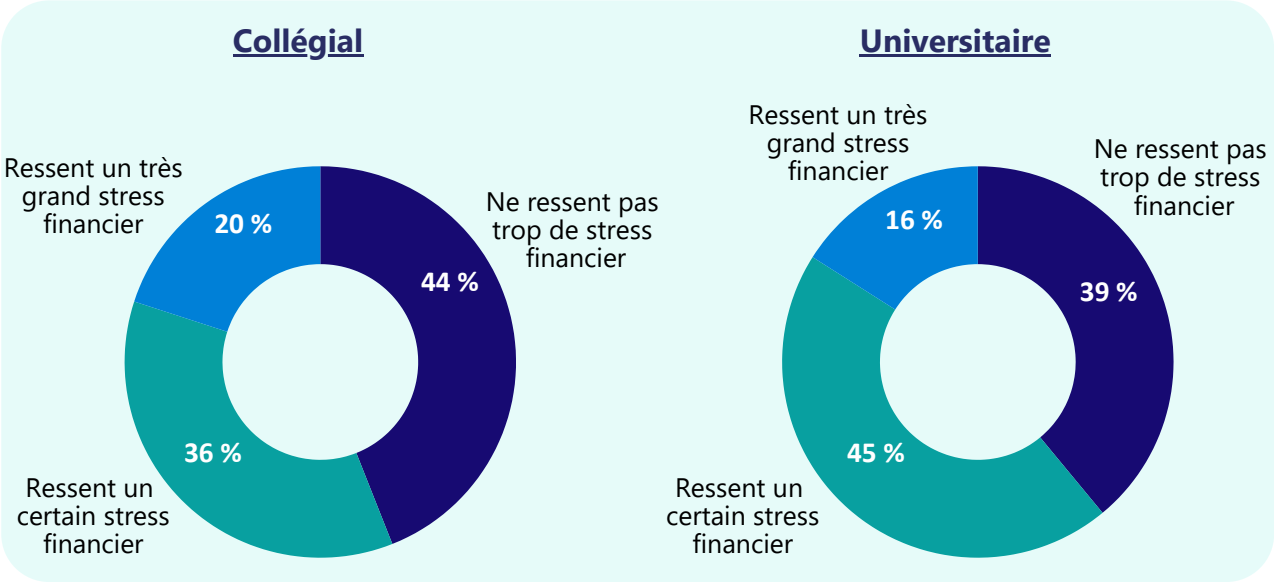


À Montréal, près de la moitié des personnes répondantes du collégial et de l'université rapportent ne pas être capables de parler aux autres de ce qu'elles ressentent. Cette difficulté peut limiter l'expression de la détresse et freiner la recherche de soutien lorsque des besoins émergent. D'ailleurs, l'enquête de l'OSMÉES indique que plus de la moitié des personnes étudiantes ayant ressenti un besoin d'aide n'ont pas eu recours à des services (17).

La littérature montre que plusieurs facteurs peuvent influencer la capacité à demander de l'aide ou à exprimer ses émotions, notamment la peur du jugement ou de la stigmatisation, le désir de préserver son autonomie, la méconnaissance des ressources disponibles, une faible littératie en santé mentale ou encore la culture de performance souvent présente dans les milieux d'étude (17-18-19). Ces résultats rappellent l'importance des environnements qui favorisent l'ouverture et l'entraide entre personnes étudiantes, normalisent la recherche d'aide et facilitent l'accès à des ressources, en assurant qu'elles sont connues, accessibles et adaptées à la diversité des réalités étudiantes (17-19).

STRESS FINANCIER

Répartition des étudiant.es selon le niveau de stress financier et le type d'établissement, Montréal, 2024

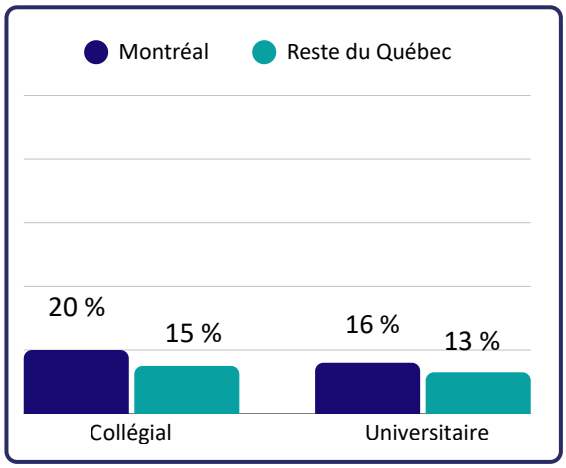


Plus de la moitié des personnes répondantes montréalaises du collégial (56 %) et de l'université (61 %) rapportent vivre un certain ou un très grand stress financier. Les résultats indiquent également que les personnes étudiantes universitaires sont plus nombreuses, en proportion, à déclarer devoir fréquemment se priver en raison de leur situation financière, tandis que le très grand stress financier est légèrement plus fréquent chez les personnes répondantes du collégial.

L'insécurité financière peut limiter la capacité des personnes étudiantes à couvrir les frais liés aux besoins essentiels, tels que l'alimentation et les déplacements, ou encore les frais associés à l'achat de matériel scolaire (20). La littérature l'associe notamment à des niveaux de stress plus élevés, à une moins bonne santé mentale et à davantage de difficultés scolaires (21-22-23). Elle peut également affecter la participation à la vie sociale et contribuer à des sentiments de gêne ou d'isolement (22). Ces résultats rappellent les liens étroits entre les conditions de vie, la santé mentale et la réussite éducative.

TRÈS GRAND STRESS FINANCIER : MONTRÉAL ET RESTE DU QUÉBEC

Proportion des étudiant.es vivant un très grand stress financier, selon le type d'établissement et la région, 2024



Note : Interpréter les écarts entre Montréal et le reste du Québec avec prudence, voir note méthodologique pour en savoir plus.

Le très grand stress financier semble être plus fréquent à Montréal que dans le reste du Québec, tant au collégial qu'à l'université.

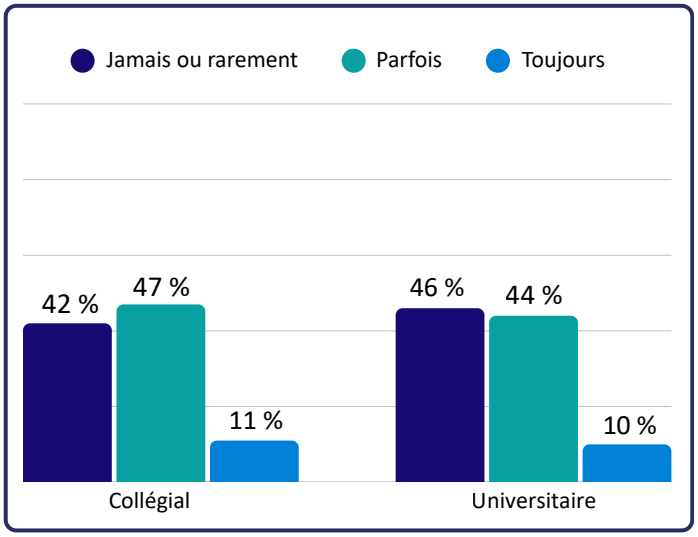
L'enquête ne permet pas d'identifier les causes de tels écarts. Toutefois, la littérature montre que les coûts liés au logement, à l'alimentation et aux frais de scolarité peuvent représenter une source importante de pression financière, particulièrement dans les grands centres urbains comme Montréal (24-25-26-27).

Ces constats mettent en lumière les effets potentiels des enjeux économiques sur la santé et la réussite des populations étudiantes, et rappellent l'importance d'adopter une approche à l'échelle de l'institution qui intègre l'ensemble des acteurs concernés. Des pratiques institutionnelles qui tiennent compte de la situation financière des personnes étudiantes, la promotion des ressources internes et externes et la concertation avec les différents acteurs sur et hors campus peuvent contribuer à contrer l'insécurité financière et à la pérennisation des actions (20-22).

DIFFICULTÉS LIÉES À LA RÉUSSITE SCOLAIRE

Depuis le début de la session, environ une personne répondante sur 10 du collégial et de l'université à Montréal déclare éprouver « toujours » des difficultés liées à sa réussite scolaire. En incluant les personnes qui en éprouvent « parfois », ces proportions atteignent respectivement 58 % et 54 %.

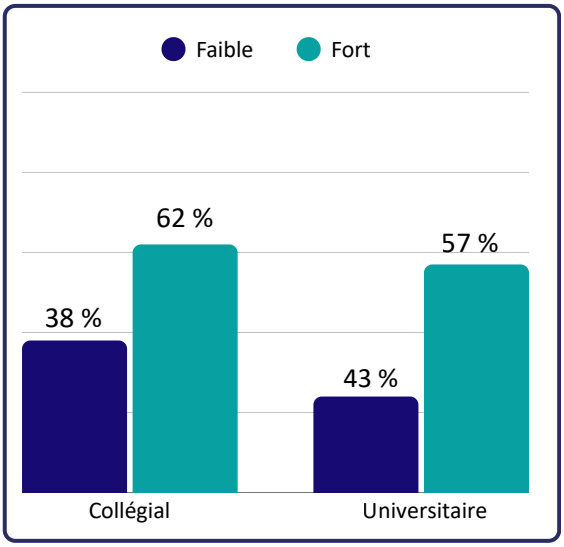
Répartition des étudiant.es selon le niveau de difficulté scolaire et le type d'établissement, Montréal, 2024



Il importe de rappeler que cet indicateur reflète une perception subjective de la réussite et non une mesure du rendement scolaire. La littérature met néanmoins en évidence une relation étroite entre les expériences scolaires et la santé mentale (28-29). Cette relation peut être bidirectionnelle : les difficultés psychologiques peuvent nuire aux études, alors que le stress académique, la pression de performance, un climat d'études perçu comme très compétitif ou les difficultés rencontrées dans le parcours scolaire peuvent à leur tour fragiliser le bien-être (29-30-31). Ces résultats soulignent l'importance de considérer conjointement les dimensions pédagogiques et psychosociales de l'expérience étudiante, notamment par la mise en place de mesures d'atténuation des pressions académiques et de renforcement de la résilience et des compétences personnelles (ex. : soutien entre pair.es, pratiques pédagogiques favorables au bien-être, atelier de gestion du temps ou du stress) (28-32).

SENTIMENT D'APPARTENANCE À L'ÉTABLISSEMENT

Répartition des étudiant.es selon leur niveau de sentiment d'appartenance et le type d'établissement, Montréal, 2024



Un fort sentiment d'appartenance est rapporté par 62 % des personnes répondantes du collégial et par 57 % de celles de l'université. À l'inverse, plus du tiers des personnes répondantes au collégial et plus de quatre sur dix à l'université présentent un faible sentiment d'appartenance à leur établissement.

Le sentiment d'appartenance renvoie notamment au fait de ressentir de l'acceptation, du respect, du soutien, de l'inclusion et de la reconnaissance au sein de sa communauté.

La littérature l'associe à plusieurs dimensions favorables de l'expérience étudiante, dont le bien-être, l'engagement, la motivation, la persévérance et la réussite (33-34-35). Les résultats observés rappellent que les occasions de créer des liens significatifs avec les personnes étudiantes et le personnel, de participer à la vie institutionnelle et d'évoluer dans un environnement sécuritaire et inclusif constituent des dimensions importantes du vécu étudiant que les milieux peuvent favoriser (34).

INÉGALITÉS SOCIALES DE SANTÉ

Les inégalités sociales de santé (ISS) sont des écarts de santé entre différents groupes de la population qui sont considérés comme injustes et évitables. Elles découlent notamment de différences dans leurs conditions de vie, leur accès aux services et aux ressources ainsi que leur exposition à la discrimination et à l'exclusion. Certains groupes sont davantage exposés à des conditions sociales et subissent les effets cumulés de ces iniquités sur leur santé (36-37-38-39).

Les données montréalaises de l'enquête montrent que les personnes répondantes issues de la diversité sexuelle et de genre, autochtones ou en situation de handicap ont présenté, dans l'ensemble, des résultats de santé mentale qui semblent moins favorables que les autres groupes (santé mentale positive, santé mentale perçue et idéations suicidaires). Ces résultats reproduisent les tendances observées pour l'ensemble du Québec (17). Pour des portraits plus détaillés, consulter le rapport provincial.

Les milieux d'enseignement supérieur peuvent contribuer à réduire les inégalités sociales de santé, notamment en offrant une diversité de mesures de soutien adaptées aux réalités des différentes populations étudiantes. Ils peuvent également mettre en place des environnements inclusifs qui facilitent la participation des groupes de populations étudiantes faisant face à plus d'obstacles et de discrimination à la conception de ces mesures (40-41).

En conclusion

Ce portrait met en lumière des enjeux touchant la santé mentale chez les personnes étudiantes répondantes à Montréal, tout en faisant ressortir des résultats favorables pour une part non négligeable d'entre elles. Les constats invitent à des actions de promotion du bien-être et à porter attention aux conditions de vie et d'études des personnes étudiantes, en complément aux actions préventives et de soutien clinique. Ils offrent ainsi un point d'appui à une réflexion concertée entre les milieux d'enseignement, les personnes étudiantes et leurs partenaires pour renforcer les environnements favorables à la santé mentale et à la réussite.

Références

1. Institut national de santé publique du Québec [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec. Interventions pour promouvoir la santé mentale de la population; 26 juin 2024 [cité le 28 sept 2026]. Disponible: Institut national de santé publique du Québec [En ligne]. Interventions pour promouvoir la santé mentale de la population; 26 juin 2024 [cité oct 2026]. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/interventions
2. Institut national de santé publique du Québec [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec. Qu'est-ce que la santé mentale?; 26 juin 2024 [cité le 28 sept 2026]. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/definition
3. Julien D, Bordeleau M. La santé mentale positive : étude du concept et de sa mesure [En ligne]. Institut de la statistique du Québec, Gouvernement du Québec; 2021 [cité le 28 sept 2026]. Disponible: https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/sante-mentale-positive-concept-et-mesure.pdf
4. Mjøsund NH. A Salutogenic Mental Health Model: Flourishing as a Metaphor for Good Mental Health. Dans: Haugan G, Eriksson M, rédacteurs. Health Promotion in Health Care – Vital Theories and Research [En ligne]. Cham (CH) : Springer; 2021 [cité le 28 sept 2026]. Disponible: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK585669/
5. Keyes CLM, Dhingra SS, Simoes EJ. Change in Level of Positive Mental Health as a Predictor of Future Risk of Mental Illness. Am J Public Health. American Public Health Association; déc 2010;100(12):2366-71.
6. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice [En ligne]. Geneva : World Health Organization; 2005. Disponible: https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/58c74cc5-f816-47f8-b01d-cd414a6ffb64/content
7. Doré I, Caron J. Santé mentale : concepts, mesures et déterminants. SMQ. Revue Santé mentale au Québec; 2017;42(1):125-45.
8. Barry MM, Jenkins R. Implementing mental health promotion | PDF | Academia. 1e édition. [En ligne]. London, Angleterre : Elsevier; 2007 [cité le 24 sept 2026]. 363 p. Disponible: https://www.academia.edu/3261679/Implementing_mental_health_promotion
9. Institut de la statistique du Québec [En ligne]. Institut de la statistique du Québec. Santé mentale excellente ou très bonne; 16 oct 2025 [cité le 28 sept 2026]. Disponible: https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/indicateurs-progres-sante-mentale-excellente-ou-tres-bonne
10. Gouvernement du Canada [En ligne]. Santé Canada. Santé mentale perçue; 28 sept 2016 [cité le 29 sept 2026]. Disponible: https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/82-229-x/2009001/status/pmh-fra.htm
11. Lebrun-Paré F, Mantoura P, Roberge MC, Direction du développement des individus et des communautés. Proposition d'un modèle conceptuel concernant la surveillance de la santé mentale, des troubles mentaux courants et de leurs déterminants [En ligne]. Québec : Institut national de santé publique du Québec, Gouvernement du Québec; 2023 p. 90. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/2023-07/3365-cadre-conceptuel-surveillance-sante-mentale-troubles-mentaux.pdf
12. Mishara BL. La violence auto-infligée : le suicide et les tentatives de suicide, Définitions, Dans Rapport québécois sur la violence et la santé [En ligne]. Montréal : Institut national de santé publique du Québec, Gouvernement du Québec; 2018. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-auto-infligee-le-suicide-et-les-tentatives-de-suicide/definitions
13. suicide.ca [En ligne]. Association québécoise de prévention du suicide. Idées suicidaires : mieux les comprendre; Date inconnue [cité le 28 sept 2026]. Disponible: https://suicide.ca/fr/parlons-suicide/sinformer-sur-le-suicide/idees-suicidaires-mieux-les-comprendre
14. Oh H, Jacob L, Soffer-Dudek N, Shin JI, Smith L, Besecker M, et al. The synergy of depression and flourishing/languishing on suicidal thoughts and behaviors: Findings from a national sample of emerging adult students in higher education in the United States. PLOS ONE. Public Library of Science; 27 août 2024;19(8):e0309020.
15. Keyes CLM, Eisenberg D, Perry GS, Dube SR, Kroenke K, Dhingra SS. The Relationship of Level of Positive Mental Health With Current Mental Disorders in Predicting Suicidal Behavior and Academic Impairment in College Students. Journal of American College Health. févr 2012;60(2):126-33.
16. Ministère de la Santé et des Services sociaux. Guide pratique pour les établissements du réseau de la santé et des services sociaux et leurs partenaires [En ligne]. Québec : Gouvernement du Québec; Septembre 2025 [cité le 28 sept 2026]. Disponible**:** https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-247-15W.pdf
17. Gallais B, Dubois-Bouchard C, Lanoue S, Bizimana ÉG, Auclair J, Lavoie PL, et al. Rapport scientifique : Enquête québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur [En ligne]. Sherbrooke : Observatoire sur la santé mentale en enseignement supérieur; 2025 p. 96. Disponible: https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2026/02/Rapport_scientifique_OSMEES_2024.pdf
18. Martín-Arbós S, Castarlenas E, Dueñas JM. Help-Seeking in an Academic Context: A Systematic Review. Sustainability. Multidisciplinary Digital Publishing Institute; avr 2021;13(8):4460.
19. Li C. Facilitators of professional psychological help-seeking among university students: a narrative review from an individual–environment dual-dimensional perspective. Front Psychol [En ligne]. Frontiers; 5 août 2026 [cité le 24 sept 2026];17. Disponible: https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2026.1917476/full
20. Bottorff JL, Hamilton C, Huisken A, Taylor D. Correlates of Food Insecurity Among Undergraduate Students. Canadian Journal of Higher Education. 22 juill 2020;50(2):15-23.
21. Savoie-Roskos MR, Hood LB, Hagedorn-Hatfield RL, Landry MJ, Patton-López MM, Richards R, et al. Creating a culture that supports food security and health equity at higher education institutions. Public Health Nutrition. 2023;26(3):503–9. doi:10.1017/S1368980022002294
22. Moore A, Nguyen A, Rivas S, Bany-Mohammed A, Majeika J, Martinez L. A qualitative examination of the impacts of financial stress on college students' well-being: Insights from a large, private institution. Sage Open Medicine. SAGE Publications Ltd; 1 janv 2021;9:20503121211018122.

23. Rizvi DS, Sanhiya S, Mulla S, Gaykwad P. Impact of financial stress on students' academic performance. Journal of Advance and Future Research. mars 2026;4(3):886-96.
24. Boucher G. Le Programme de prêts et bourses permet-il de couvrir les dépenses de base de la population étudiante au Québec? [En ligne]. Observatoire québécois des inégalités. 2024 [cité le 24 sept 2026]. Disponible: https://observatoiredesinegalites.com/le-programme-de-prets-et-bourses-permet-il-de-couvrir-les-depenses-de-base-de-la-population-etudiante-au-quebec/
25. Gherbi-Rahal A, Fiset É. Le logement étudiant à Montréal [En ligne]. Unité de travail pour l'implantation de logement étudiant (UTILE); août 2023 p. 46. Disponible: https://cdn.prod.website-files.com/671f03f16a9ff0cd1e15782e/685e24093739913760525084_65de0dfb16d46ddc5d961ea2_Rapport%20E%CC%81CLAIR%20Montre%CC%81al.pdf
26. [En ligne]. Direction régionale de santé publique de Montréal. Logement; 11 sept 2026 [cité le 25 sept 2026]. Disponible: https://santepubliquemontreal.ca/professionnels-et-partenaires/thematiques-de-sante-publique/logement
27. Tchokouagueu F, Vallée L, Bouchard St-Amant PA, Lemieux-Bourque A, Bolduc N. Rapport sur le financement et l'endettement des étudiant.e.s universitaire du Québec [En ligne]. Groupe de recherche en économie publique appliquée (GREPA); 2023 p. 55. Disponible: https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/Rapport-sur-le-financement-et-lendettement-etudiantUEQ.pdf
28. Slimmen S, Timmermans O, Mikolajczak-Degrauwe K, Oenema A. How stress-related factors affect mental wellbeing of university students A cross-sectional study to explore the associations between stressors, perceived stress, and mental wellbeing. PLOS ONE. Public Library of Science; 7 nov 2022;17(11):e0275925.
29. Barbayannis G, Bandari M, Zheng X, Baquerizo H, Pecor KW, Ming X. Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. Front Psychol [En ligne]. Frontiers; 23 mai 2022 [cité le 24 sept 2026];13. Disponible: https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.886344/full
30. Hamel S, Lavoie AM, Morneau-Sévigny F, Belleville G. Détresse psychologique chez les étudiants universitaires : recension systématique et méta-analyse. rqpsy. Revue québécoise de psychologie; 2021;42(3):197-226.
31. Posselt JR, Lipson SK. Competition, Anxiety, and Depression in the College Classroom: Variations by Student Identity and Field of Study. Journal of College Student Development. nov 2016;57(8):973-89.
32. Girouard-Gagné M, Tardif C. Guide de pratiques enseignantes prometteuses en enseignement supérieur : enseignement, évaluation et encadrement. Favoriser la réussite et la santé mentale positive des personnes étudiantes. [En ligne]. Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur; 2025 [cité le 24 sept 2026]. Disponible: https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2025/11/Guide_pratiques_enseignantes_OSMEES_2025-4.pdf
33. van Kessel G, Ryan C, Paras L, Johnson N, Zariff RZ, Stallman HM. Relationship between university belonging and student outcomes: A systematic review and meta-analysis. Aust Educ Res. 1 juill 2025;52(3):2511-34.
34. Allen KA, Slaten C, Hong S, Lan M, Craig H, May F, et al. Belonging in Higher Education: A Twenty Year Systematic Review. JUTLP [En ligne]. 15 avr 2024 [cité le 25 sept 2026];21(05). Disponible: http://open-publishing.org/journals/index.php/jutlp/article/view/767
35. Gouvernement du Canada [En ligne]. Statistique Canada. Collectivité et bien-être : explorer le sentiment d'appartenance chez les jeunes; 29 oct 2025 [cité le 10 oct 2026]. Disponible: https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2025003/article/00001-fra.htm
36. Institut national de santé publique du Québec [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec. Inégalités sociales de santé (ISS); 6 nov 2025 [cité le 29 sept 2026]. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/inegalites-sociales-de-sante
37. Boucher G, Fournier F, Torres S. Les inégalités sociales de santé [En ligne]. Observatoire québécois des inégalités; 2024 [cité le 8 oct 2026]. Disponible: https://observatoiredesinegalites.com/wp-content/uploads/2025/08/Les-inegalites-sociales-de-sante-projet-education-aux-inegalites.pdf
38. Boucher G, Fournier F, Torres S. Les inégalité sociales [En ligne]. Observatoire québécois des inégalités; 2024 [cité le 8 oct 2026]. Disponible: https://observatoiredesinegalites.com/wp-content/uploads/2024/09/Les-inegalites-sociales-fiches.pdf
39. Bernier NF. Réduire les vulnérabilités et les inégalités sociales : tous ensemble pour la santé et le bien-être [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec, Gouvernement du Québec; mars 2021 p. 64. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2781-reduire-vulnerabitlite-inegalites-sociales.pdf
40. Suresman E, Faqihuddin A, Abdullah M, Romadhon F, Nurhayati N, Muflih A. A multilevel perspective on university student mental health: a systematic review of determinants and implications for social inclusion. Mental Health and Social Inclusion. 10 sept 2026;1-11.
41. Campus mental health [En ligne]. Center for innovation in campus mental health. CACUSS Systematic Approach; 19 févr 2018 [cité le 30 sept 2026]. Disponible: https://campusmentalhealth.ca/toolkits/campus-community-connection/models-frameworks/cacuss-systematic-approach/

16 %

ont une **santé mentale languissante**

et

32 % évaluent leur **santé mentale** comme mauvaise ou très mauvaise



FAITS SAILLANTS

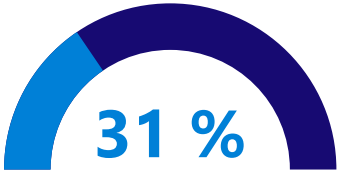
de l'enquête sur la **santé mentale étudiante** en enseignement supérieur, 2024



1 personne sur 10

éprouve toujours des **difficultés scolaires**

Chez les répondant.es au COLLÉGIAL à Montréal



31 %

Déclarent avoir des **idées suicidaires** de sévérité légère, modérée ou sévère...

dont 8 % sont d'intensité sévère

Un certain ou un très grand **stress financier** touche près de



56 %

des étudiant.es

Un peu plus

d'1 étudiant.e sur 2

se déclare **incapable de parler aux autres** de ce qu'elle ou il ressent

Les personnes issues de la **diversité sexuelle et de genre**, **autochtones** et en **situation de handicap** ont systématiquement des résultats de **santé mentale plus défavorables**

Un fort **sentiment d'appartenance** est présent chez



62 %

d'entre elles et eux

Direction régionale de santé publique de Montréal. (2026). Portrait montréalais sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. Gouvernement du Québec.

Santé Québec

12 %

ont une **santé mentale languissante**

et

27 % évaluent leur **santé mentale** comme mauvaise ou très mauvaise



FAITS SAILLANTS

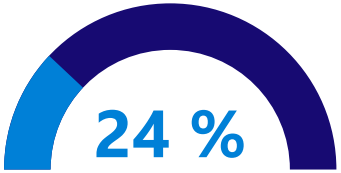
de l'enquête sur la **santé mentale étudiante** en enseignement supérieur, 2024



1 personne sur 10

éprouve toujours des **difficultés scolaires**

Chez les répondant.es à l'UNIVERSITÉ à Montréal



24 %

Déclarent avoir des **idées suicidaires** de sévérité légère, modérée ou sévère...

dont 4 % sont d'intensité sévère

Un certain ou un très grand **stress financier** touche près de



61 %

des étudiant.es

Un peu plus de 2 étudiant.es sur 5 se déclarent **incapables de parler aux autres** de ce qu'elles ou ils ressentent

Les personnes issues de la **diversité sexuelle et de genre**, **autochtones** et en **situation de handicap** ont systématiquement des résultats de **santé mentale plus défavorables**



Un fort **sentiment d'appartenance** est présent chez

57 %

d'entre elles et eux

Direction régionale de santé publique de Montréal. (2026). Portrait montréalais sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. Gouvernement du Québec.

Santé Québec

Une production du service Développement des jeunes de la Direction régionale de santé publique de Montréal, Santé Québec Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal - Universitaire, sous la coordination de Marylène Goudreault.

1560 rue Sherbrooke Est
Pavillon JA DeSève
Montréal (Québec)
H2L 4M1
https://santepubliquemontreal.ca

Novembre 2026

Rédaction
Nathalie Bordeleau
Florence Déplanche

Révision statistique
Michel Fournier

Révision et collaboration interne
Marie-Pierre Markon
Marc Pelletier
Dimitri Thellier

Révision linguistique
Yasmina Sahnoun

Mise en page
Audrey Lozier-Sergerie

© Santé Québec, 2026

ISBN : 978-2-555-05117-1 (En ligne)

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026
Bibliothèque et Archives Canada, 2026

Toute reproduction totale ou partielle est autorisée à condition de mentionner la source.