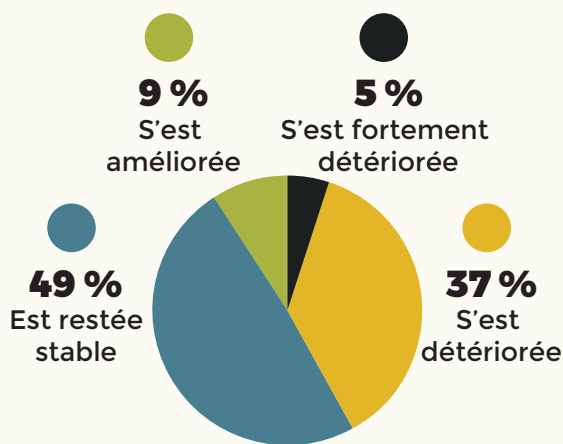


Que connaît-on de l'état de santé mentale des répondants ?

PERCEPTION DE SON ÉTAT DE SANTÉ MENTALE

Si 42 % des répondants ont perçu une détérioration de leur état de santé mentale, près de la moitié (49 %) n'ont pas constaté de changement à cet égard et 9 % ont même constaté une amélioration de celui-ci.



PROPORTION DE PERSONNES AYANT AU MOINS UN PROBLÈME DE SANTÉ PSYCHOLOGIQUE

61 % des répondants manifestent au moins un problème de santé psychologique.

61 %

NIVEAU DE DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

42 % des participants ont un niveau de détresse « modéré » ou « élevé ».

Les étudiants ont un niveau de détresse significativement supérieur à celui des étudiants-employés et à celui des employés.



NIVEAUX DE DÉPRESSION OU D'ANXIÉTÉ

Respectivement 47 % et 45 % des répondants ont des manifestations compatibles avec la dépression majeure et le trouble d'anxiété généralisée.

45 %

47 %

Nous avons sondé au printemps 2020 les étudiants et les employés de l'ensemble des constituantes du Réseau de l'Université du Québec à propos des conséquences de la pandémie sur leur santé globale (biologique, psychologique, sociale et spirituelle). Voici un portrait de l'état de santé mentale des **2 754 répondants**.

TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE

30,1 % des participants ont d'importantes manifestations de trouble de stress post-traumatique.

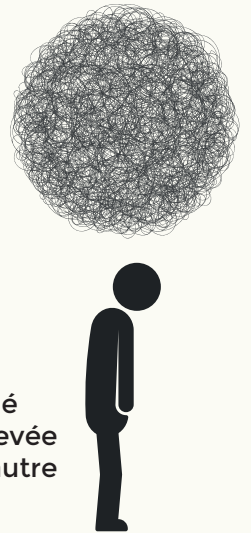
Les étudiants ont davantage de manifestations de trouble de stress post-traumatique que les employés.

PROPORTION DE PERSONNES AYANT SONGÉ AU SUICIDE

9 % des personnes ont songé au suicide dans le dernier mois.

La proportion de personnes ayant songé au suicide est significativement plus élevée chez les participants :
a) ayant une identité de genre autre ou
b) plus jeunes.

La proportion de personnes ayant songé au suicide est significativement plus élevée chez les participants qui ont l'une ou l'autre des caractéristiques suivantes :
a) une détresse psychologique élevée,
b) d'importantes manifestations de stress post-traumatique ou
c) un faible score de santé mentale positive.



SANTÉ MENTALE POSITIVE

Les étudiants ont des niveaux de bien-être émotionnel, psychologique et social significativement moins élevés que les employés.

Les personnes ayant une identité de genre autre ont des niveaux de bien-être significativement plus faibles que celles qui s'identifient comme « femme » ou « homme ».

