



Pédagogie favorisant le bien-être psychologique de la communauté étudiante

GUIDE PRATIQUE

Université de Montréal

Date de publication : 2022-12-12

Version 1



La ressource *Pédagogie favorisant le bien-être psychologique de la communauté étudiante* est mise à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution 4.0 International

Université  de Montréal et du monde.

Ont contribué à la rédaction de ce document les membres du sous-comité académique (en ordre alphabétique) : Christine Genest, Dania Ramirez, Guylaine Gauthier, Jessica Vaillancourt, Juan Torres, Kétura Daméus, Louise Demers, Lyse Turgeon, Marie-Hélène Girouard, Michelle McKerral, Nathalie Letarte, Sylvie Normandeau, Yara El Ayoubi.

Mise en page et graphisme : Centre de pédagogie universitaire de l'Université de Montréal

Pour citer ce document

Université de Montréal. (2022). *Pédagogie favorisant le bien-être psychologique de la communauté étudiante : guide pratique.*

Note sur la licence CC-BY

C'est dans un esprit de partage et de collaboration que nous rendons cette ressource disponible à la communauté de l'enseignement supérieur. Vous pouvez adapter ou modifier la ressource selon vos besoins, dans le respect des conditions de la licence CC BY, en indiquant que votre œuvre est une version adaptée ou modifiée de celle-ci.

Table des matières

Introduction.....	1
Le bien-être psychologique dans un contexte d'apprentissage à l'université.....	1
Déclencheurs du stress dans un contexte d'apprentissage à l'université	2
Pédagogie bienveillante de la réussite	3
Organisation du guide	4
Cours et encadrement.....	5
Planification et préparation	5
Dans une activité pédagogique ou un cours.....	5
Dans l'encadrement aux cycles supérieurs	6
Dans un programme	6
Prestation et encadrement	8
Dans une activité pédagogique ou un cours.....	8
Dans l'encadrement aux cycles supérieurs	9
Dans un programme	10
Évaluation et rétroaction	11
Dans une activité pédagogique ou un cours.....	11
Dans l'encadrement aux cycles supérieurs	12
Dans un programme	13
Communication.....	14
Dans une activité pédagogique ou d'encadrement.....	14
Dans un programme	15

Le stage : un cours particulier	16
Planification et préparation	16
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les stagiaires	17
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires	18
Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire	19
Ce que la personne étudiante peut faire	20
Encadrement du stage	21
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes	21
Ce que les responsables de programmes ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires	21
Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire	22
Ce que la personne étudiante peut faire	22
Évaluation et rétroaction	24
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes	24
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires	24
Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire	25
Ce que la personne étudiante peut faire	25
Communication	26
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes	26
Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires	26
Ce que la personne étudiante peut faire	27
Conclusion	28
Principales sources consultées	29

Introduction

L'Université de Montréal a déployé de nombreux efforts pour donner suite aux recommandations émanant du [Plan d'action sur la santé mentale](#). Ce guide pratique fait partie des solutions ciblées. Il est destiné à alimenter une réflexion au sein des unités académiques sur le soutien à la réussite académique par l'adoption de pratiques pédagogiques, d'encadrement et d'évaluation qui soutiennent la réussite des étudiants et des étudiantes et leur bien-être psychologique dans un contexte d'apprentissage. Des enseignants et enseignantes, individuellement ou en équipe-programme, ont déjà mis en place des actions visant à soutenir la réussite et le bien-être des personnes étudiantes. Ce guide propose des actions qui vont dans le même sens. Il ne prétend pas présenter une énumération exhaustive de toutes les actions possibles, mais celles qu'il propose permettent de soutenir à la fois le bien-être psychologique et la réussite académique des étudiants et étudiantes. Nous vous invitons à enrichir le contenu de ce guide à partir de vos expériences afin qu'il réponde mieux aux besoins de la communauté étudiante et des personnes enseignantes de vos programmes. N'hésitez pas à [communiquer avec le CPU](#), qui peut vous accompagner dans cette démarche.

Le bien-être psychologique dans un contexte d'apprentissage à l'université

Le bien-être psychologique des étudiants et des étudiantes contribue à leur disponibilité intellectuelle et affective pour l'apprentissage (Trigwell, et al., 2012). Il est donc un facteur clé de la réussite académique (El Ansari et Stock, 2010; Keyes et al., 2012). Les étudiants et étudiantes sollicités dans le cadre d'enquêtes sur le bien-être en milieu universitaire soulignent que les personnes enseignantes et les pratiques d'enseignement peuvent contribuer à soutenir leur bien-être (Baik, Larcombe et Brooker, 2019). Une recension des travaux sur la promotion du bien-être dans les universités souligne l'importance, pour les enseignants et les enseignantes, de porter une attention particulière aux stratégies d'enseignement et d'évaluation qui peuvent influencer le bien-être des étudiants et des étudiantes (Fernandez et al., 2016). Des enquêtes menées auprès de diverses communautés étudiantes universitaires ont d'ailleurs mis en évidence trois éléments principaux qui contribuent à leur bien-être dans un contexte d'apprentissage : 1) les contextes d'apprentissage qui favorisent la participation des personnes étudiantes, qui permettent d'établir des relations entre elles et avec les personnes enseignantes et qui assurent le soutien de la part de ces deux groupes ; 2) la flexibilité des modalités d'apprentissage et d'évaluation ; 3) l'importance de donner un sens aux apprentissages (Lane, Teng, Barnes, Moore, Smith, et Lee, 2018). Un fort sentiment d'appartenance, des apprentissages significatifs et la reconnaissance de la flexibilité des conditions d'apprentissage contribuent à ce que les étudiants et les étudiantes se sentent plus à l'aise dans le groupe et plus motivés à participer aux cours (Stanton et al., 2016).

Déclencheurs du stress dans un contexte d'apprentissage à l'université

Le bien-être psychologique est souvent mis à mal par notre stress ressenti. Le stress est une réaction normale à une situation imprévue, nouvelle, incontrôlable ou qui remet en question notre sentiment de compétence. Par exemple, le stress peut surgir lorsqu'une personne étudiante est confrontée à une situation d'examen qui lui fait craindre un échec. Le stress peut être une occasion d'apprentissage et contribuer au développement de la personne étudiante, mais il devient problématique lorsqu'il commence à nuire au bon fonctionnement de cette dernière, d'où l'importance d'aider les personnes étudiantes à gérer le stress lié aux situations d'apprentissage ([Center for innovation in campus mental health, 2022](#)). Les trois sources de stress les plus souvent rapportées par la communauté étudiante universitaire sont : 1) la réussite et la performance académique; 2) les pressions diverses liées à la réussite; 3) leur devenir après leur diplomation (Beiter et al., 2015).

D'autres situations qui génèrent un grand stress chez les personnes étudiantes sont (Turgeon et al. 2021) :

- ♦ la première année universitaire ;
- ♦ un retour aux études ;
- ♦ la poursuite d'études au Québec (pour celles et ceux qui viennent de l'étranger) ;
- ♦ la conciliation études-travail-vie personnelle ;
- ♦ les problèmes financiers ;
- ♦ les exigences élevées aux cycles supérieurs ;
- ♦ le climat de compétition dans les programmes contingentés ;
- ♦ les évaluations dans les cours ;
- ♦ les stages, particulièrement si ceux-ci les exposent à une clientèle vulnérable ;
- ♦ la rédaction d'un mémoire ou d'une thèse.

Sonia Lupien ([Centre d'études sur le stress humain, 2019](#)) identifie quatre grands déclencheurs du stress, qu'elle résume sous l'acronyme CINÉ.

- ♦ **C**ontrôle faible : on a l'impression de ne pas avoir ou d'avoir peu de contrôle sur la situation (p. ex., panne d'ordinateur, charge de travail excessive) ;
- ♦ **I**mprévisibilité : quelque chose d'inattendu se produit ou on ne peut pas savoir à l'avance ce qui va se produire (p. ex., quiz surprise dans un cours) ;
- ♦ **N**ouveauté : quelque chose de nouveau se produit, que l'on n'a jamais expérimenté auparavant (p. ex., étudier à l'université, apprendre un nouveau logiciel, revenir en présentiel après des mois à distance) ;
- ♦ **E**go menacé : on a l'impression que ses compétences et son ego sont mis à l'épreuve, on doute de ses capacités (p. ex., présentation orale dans un cours, demande d'admission refusée, malentendu avec une autre personne).

Dans l'enseignement universitaire, des actions peuvent être mises en place pour soutenir le bien-être psychologique des étudiants et des étudiantes dans divers contextes d'apprentissage. A cet égard, l'approche écosystémique (Bronfenbrenner, 1977) offre un cadre de référence pertinent pour orienter la réflexion quant aux actions possibles pour soutenir le bien-être psychologique de la communauté étudiante à différentes échelles. En effet, des actions peuvent être mises en place dans les environnements immédiats d'apprentissage, notamment la salle de classe et les milieux de stage (microsystème). De même, certaines actions visent à améliorer la relation entre les divers milieux fréquentés par les personnes étudiantes, notamment entre le milieu de stage et l'unité qui offre un programme (mésosystème). D'autres actions visent les structures organisationnelles d'une unité, la coordination au sein de l'assemblée départementale, notamment entre les personnes enseignantes d'un programme, pour harmoniser les modalités d'apprentissage ou d'évaluation pendant un trimestre ou dans l'ensemble des cours d'un programme (exosystème). Les défis posés par l'adaptation des pratiques pédagogiques et d'évaluation pour soutenir la réussite des personnes étudiantes et leur bien-être psychologique sont multiples et s'inscrivent dans un contexte culturel propre à la société actuelle qui valorise notamment la réussite, la compétition et les valeurs d'individualisme au détriment des valeurs de collaboration (macrosystème).

Pédagogie bienveillante de la réussite

Dans les cours et les programmes, il est possible d'aider les personnes étudiantes à diminuer leur **CINÉ** en augmentant leur sentiment de contrôle, en limitant les situations imprévisibles, en diminuant l'impact de la nouveauté – bien qu'elle soit inhérente au processus d'apprentissage – et en soutenant les egos menacés. Pour ce faire, la personne enseignante peut mettre en œuvre un ensemble de pratiques pédagogiques efficaces dans son cours. La personne enseignante fait partie d'un écosystème avec ses collègues enseignants et enseignantes et des actions à l'échelle du programme peuvent aussi être mises en œuvre qui contribueront à diminuer le CINÉ des personnes étudiantes. Au cœur de ces actions, faire en sorte que la quantité de travail demandé dans chaque cours et dans l'ensemble du programme demeure raisonnable et conforme aux règlements pédagogiques est essentiel. Dans le cadre des stages, les superviseurs et superviseuses de stage dans les milieux de pratique ainsi que les personnes enseignantes et les coordonnateurs et coordinatrices de stages à l'université devraient privilégier des pratiques et des attentes cohérentes, afin de faciliter le passage des personnes étudiantes du milieu universitaire au milieu de stage.

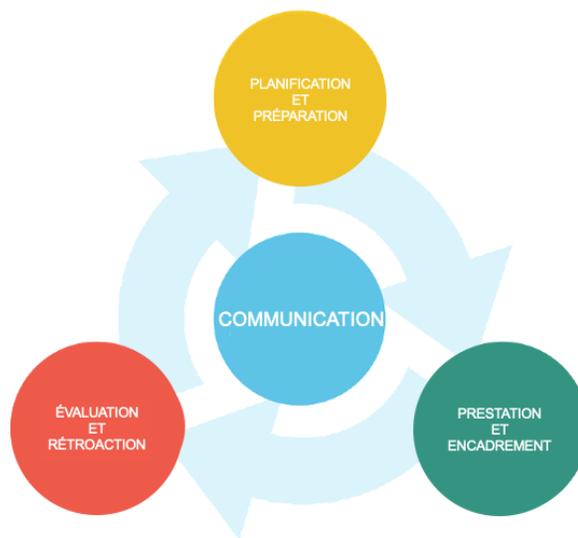
Ce guide s'adresse au corps enseignant et au personnel responsable des programmes d'études de l'université. Il présente un ensemble de pratiques pédagogiques bienveillantes à mettre en œuvre dans toute situation d'apprentissage, que ce soit en contexte de cours, de supervision de stage ou d'encadrement aux cycles supérieurs. Ces pratiques contribuent à réduire l'imprévisibilité et l'impact de la nouveauté, à augmenter le sentiment de contrôle et à soutenir le sentiment d'efficacité personnelle des étudiants et étudiantes pour diminuer leur niveau de stress et soutenir les apprentissages et la réussite. Ces pratiques bienveillantes sont complétées par une liste des ressources mises à la disposition des membres de la communauté étudiante et du personnel enseignant (voir umontreal.ca/etre-bien).

Organisation du guide

Le guide comporte deux sections principales : 1) la première porte sur les actions proposées dans le cadre des cours et des activités d'encadrement ; 2) la seconde aborde le cas particulier des stages. Pour faciliter la consultation du guide, la section sur les actions pédagogiques relatives aux cours et à l'encadrement a été organisée selon trois moments de l'enseignement universitaire susceptibles de contribuer au bien-être des étudiants et des étudiantes : Planification et préparation, Prestation et encadrement, Évaluation et rétroaction. Des actions sont aussi suggérées en lien avec la communication, une composante intrinsèque de chacun de ces moments d'enseignement. La section portant sur les actions pédagogiques relatives aux stages est également articulée autour de ces trois moments de l'enseignement. De plus, nous avons distingué les actions : 1) des responsables du programme ou des stages à l'égard des personnes étudiantes ; 2) des responsables du programme ou des stages à l'égard des professionnels et professionnelles qui accueillent les stagiaires dans les milieux ; 3) des professionnels et professionnelles qui accueillent les stagiaires dans les milieux ; 4) des stagiaires.

Partir des objectifs d'apprentissage d'un cours ou des visées de formation d'un programme (Planification et préparation) oriente le choix des contenus et facilite la cohérence des interventions pédagogiques aux différents moments de l'enseignement (prestation, encadrement et évaluation). Cette cohérence, appelée **alignement pédagogique**, permet d'améliorer l'apprentissage et la réussite des étudiants et des étudiantes. Elle contribue aussi à leur bien-être psychologique.

Une bonne communication est aussi essentielle non seulement pour se faire comprendre des personnes étudiantes, mais aussi pour entrer en relation avec elles et leur offrir du renforcement positif. La communication est au cœur de l'action pédagogique puisqu'elle se déploie aussi bien au moment de la planification/préparation, que de la prestation/encadrement et de l'évaluation/rétroaction.



Cours et encadrement

Planification et préparation

Au niveau du cours, la planification consiste notamment à déterminer les apprentissages, à choisir des contenus et des activités favorisant leur acquisition, ainsi qu'à prévoir des évaluations pour en vérifier le niveau d'atteinte. À l'échelle d'un programme, elle consiste à organiser l'offre de cours et à mettre en place des dispositifs ou des mécanismes assurant la qualité pédagogique de la formation. Il est important, lors de la phase de préparation, d'explicitier les critères de succès et de favoriser la mobilisation des connaissances antérieures pour que les étudiants et étudiantes puissent réaliser les apprentissages visés. Cette pratique se traduit dans un plan de cours qui permet de savoir à l'avance ce qui est prévu dans le cours, ce qui est attendu et les délais de réalisation des diverses activités d'apprentissage. Un plan de cours qui respecte les principes de l'alignement pédagogique ([voir le gabarit de plan de cours](#)) contribue à diminuer le stress de la personne étudiante en lui donnant les moyens de contrôler l'organisation de son temps et d'anticiper ce qui est attendu de sa part dans le cours. Chaque étudiant et étudiante étant inscrit en parallèle à plusieurs cours, il est souhaitable que les personnes enseignantes et les responsables de programme adoptent une approche-programme et se concertent afin de : 1) bien situer chacun de leur cours en regard des visées du programme ; 2) tenir compte de la charge de travail exigée des personnes étudiantes dans chaque cours et dans l'ensemble des cours ; 3) convenir des modalités d'évaluation et de leur distribution tout au long du trimestre. Cette concertation entre les personnes enseignantes contribue aussi à diminuer le stress des étudiants et étudiantes. Le tableau suivant énonce des actions que la personne enseignante ou l'équipe-programme peut poser au moment de la planification ou de la préparation des cours ou de l'encadrement des étudiants et étudiantes.

Dans une activité pédagogique ou un cours

- ◆ Préciser les apprentissages visés en termes d'intentions pédagogiques (ou d'objectifs généraux) et d'objectifs d'apprentissage (ou d'acquis d'apprentissage).
- ◆ S'assurer que le niveau de difficulté des activités est assez élevé pour garder les personnes étudiantes engagées dans la tâche, mais accessible cognitivement pour qu'elles puissent développer des apprentissages.
- ◆ Prévoir des modalités d'adaptation pour une activité donnée, par exemple en offrant des ressources supplémentaires, en variant le niveau de segmentation de la tâche ou en la complexifiant.
- ◆ Varier les formats de représentation (visuel, écrit, audio, etc.).

- ◆ Prévoir des activités intégratives, qui favorisent la compréhension et l'application d'un ensemble d'apprentissages dans un contexte réel ou réaliste afin de donner du sens aux apprentissages.
- ◆ S'assurer que les activités proposées sont en cohérence avec les apprentissages visés dans le cours.
- ◆ Être réaliste quant à la quantité de contenus pouvant être enseignés et appris selon le temps à disposition.
- ◆ Bien évaluer la somme de travail attendu des personnes étudiantes et respecter la charge de travail associée au cours. Le plus souvent, un crédit de cours représente 15 heures en classe et 30 heures « hors classe » (pour faire les lectures, se préparer aux activités, rédiger un travail, etc.) ou toute autre combinaison de travail en classe et hors classe totalisant 45 heures. Il peut être utile de se rappeler que les personnes étudiantes auront sans doute besoin de plus de temps pour réaliser les travaux hors classe que le temps qu'y mettrait une personne enseignante expérimentée. C'est le propre de l'apprentissage !

Dans l'encadrement aux cycles supérieurs

- ◆ Discuter et compléter avec la personne étudiante le « Plan de soutien à la réussite » intégré au « Plan global d'études ».
- ◆ Élaborer un échéancier de réalisation des diverses activités d'apprentissage avec la personne étudiante.
- ◆ Évaluer les compétences de la personne étudiante et leur cohérence avec le projet de recherche visé.
- ◆ Évaluer les compétences de la personne étudiante et leur cohérence avec son plan de carrière.
- ◆ Identifier les connaissances développées et à développer afin de mener à bien le projet de recherche, soit les connaissances théoriques, méthodologiques, technologiques et rédactionnelles. S'assurer que la personne étudiante développe toutes les connaissances nécessaires à la réalisation de son projet.
- ◆ Identifier les défis que pourra rencontrer la personne étudiante pendant la durée des études et le type de soutien et d'encadrement dont elle aura besoin.

Dans un programme

- ◆ Adopter une approche-programme, en identifiant la contribution de chaque cours à l'atteinte des visées du programme et à l'atteinte du profil de sortie du programme.
- ◆ Offrir la possibilité aux personnes étudiantes de réaliser leurs études à temps partiel, si la structure ou l'organisation du programme le permet.
- ◆ Offrir des activités permettant aux personnes étudiantes de s'outiller avec des stratégies d'études efficaces dans le cadre d'un cours obligatoire de première année.

- ♦ Mieux arrimer les stages aux apprentissages réalisés dans les cours dans les programmes comportant des stages.
- ♦ Sensibiliser les personnes enseignantes à l'importance d'ajuster la charge de travail associée aux cours en fonction du nombre de crédits qui leur sont alloués et mettre en place des moyens favorisant une meilleure répartition de la charge de travail globale des personnes étudiantes à l'intérieur d'un trimestre.
- ♦ Préparer avec la personne étudiante un plan de financement valable pour toute la durée des études. Le programme, les directions, la faculté et les ESP (Études Supérieures et Postdoctorales) sont des ressources utiles à l'élaboration de ce plan.
- ♦ Préparer la personne étudiante dans sa transition vers le marché de l'emploi.

Prestation et encadrement

La prestation réfère à l'action d'enseigner, en temps réel, souvent en classe, mais aussi en contexte de formation à distance. En mettant en œuvre des pratiques pédagogiques bienveillantes, la personne enseignante peut soutenir le raisonnement des étudiants et étudiantes pendant le cours ou une activité d'encadrement, les guider et les aider dans leurs apprentissages.

Selon l'Union Étudiante du Québec (2018), les personnes étudiantes à la maîtrise ou au doctorat reçoivent un encadrement de la part de leur directeur ou directrice de recherche afin de mener à bien leur projet de recherche. Cet encadrement représente la relation entre les deux parties et englobe le volet pédagogique, le volet financier et le volet lié aux services auxquels peut avoir recours la personne étudiante.

Dans une activité pédagogique ou un cours

- ◆ Prendre le temps d'accueillir les personnes étudiantes. Prévoir une activité brise-glace pour favoriser les échanges en fonction de la taille du groupe et créer un climat d'ouverture et de confiance.
- ◆ Prendre le temps de bien présenter le plan de cours, le calendrier des activités et le calendrier des évaluations (pondération et horaire) et de clarifier les attentes des personnes étudiantes et enseignantes.
- ◆ Rendre explicite ce qui est obligatoire (p. ex., lectures et activités obligatoires) et ce qui est complémentaire et ne sera pas matière à évaluation.
- ◆ Offrir une occasion de pratiquer ou d'appliquer les notions théoriques enseignées afin de donner aux personnes étudiantes la possibilité de connaître des succès précoces, puis de revenir sur ces succès lorsque l'apprentissage devient difficile.
- ◆ Insérer des activités d'apprentissage qui favorisent le travail en équipe (p. ex., ateliers de travail et études de cas) ou la participation des étudiants et étudiantes pendant le cours (p. ex., discussions) et privilégier des activités de type « séminaire » qui combinent la discussion de groupe, le travail individuel et d'équipe et, au besoin, des exposés oraux.
- ◆ Insérer des activités favorisant l'apprentissage actif de la part des personnes étudiantes (p. ex., études de cas et, évaluations formatives) et l'application des connaissances.
- ◆ Soutenir les apprentissages des personnes étudiantes en modélisant la démarche qu'elles doivent réaliser et en rendant son propre raisonnement visible pour les étudiants et étudiantes afin qu'ils puissent le reproduire.

- ◆ Encourager les personnes étudiantes à partager leurs idées, à les communiquer de façon claire et à en discuter avec leurs pairs (p. ex., utilisation d'un forum de discussion).
- ◆ Poser des questions qui permettent de s'engager dans des discussions fécondes avec les personnes étudiantes.
- ◆ Donner le temps aux personnes étudiantes de réfléchir à la réponse, seules ou à deux, avant de la donner, afin de favoriser l'entraide entre les étudiants et les étudiantes et de les encourager à participer. Par exemple, lors d'une discussion, utiliser le « Penser, Partager, Parler » pour initier la discussion de groupe : penser à un élément de réponse ; le partager avec son voisin ; amorcer la discussion de groupe.
- ◆ Vérifier que les personnes étudiantes ont compris la notion enseignée.
- ◆ Faire des liens entre le contenu du cours et sa pertinence pour l'intégration professionnelle (p. ex., lien avec les compétences professionnelles).
- ◆ Donner du sens aux apprentissages à réaliser en faisant des liens avec le vécu des personnes étudiantes, des événements de l'actualité ou leur future réalité professionnelle.
- ◆ Offrir des périodes de tutorat quand c'est possible.
- ◆ Trouver des façons de donner des astuces pour aider les personnes étudiantes à lire avec efficacité, à prendre des notes correctement et à améliorer leurs stratégies d'études et, au besoin, les référer aux ressources disponibles et aux ateliers divers offerts par les Services à la vie étudiante (SVE).
- ◆ Prévoir deux pauses au lieu d'une seule dans un cours de trois heures.
- ◆ À la fin d'une séance de cours, indiquer aux personnes étudiantes comment elles peuvent se préparer pour la séance suivante.
- ◆ Terminer une séance en résumant ou en faisant résumer les idées principales abordées durant celle-ci.

Dans l'encadrement aux cycles supérieurs

- ◆ Réviser régulièrement le « Plan global d'études » de la personne étudiante.
- ◆ Définir un projet d'ampleur réaliste.
- ◆ Encourager les personnes étudiantes à rédiger souvent.
- ◆ Diviser la tâche d'écriture en segments pour rendre l'objectif de rédaction du mémoire ou de la thèse atteignable.

- ◆ Accompagner les personnes étudiantes durant le processus d'écriture et leur offrir, à chaque étape, des rétroactions ciblées, immédiates et adaptées aux besoins de chacun et chacune.
- ◆ S'assurer que les personnes étudiantes ont assez de temps pour tenir compte des rétroactions offertes et modifier leur texte en conséquence.
- ◆ Fournir des pistes d'autorégulation pour favoriser l'autonomie (p. ex., développer la capacité des personnes étudiantes de définir elles-mêmes leurs échéanciers). Le journal de bord est un outil pertinent pour soutenir le développement de l'autorégulation.
- ◆ Offrir des ressources selon les besoins de chacun et chacune pour soutenir le travail des personnes étudiantes et les aider à l'enrichir.
- ◆ Soutenir les personnes étudiantes dans le développement de leur réseau professionnel.
- ◆ Favoriser des activités avec d'autres étudiants et étudiantes qui doivent aussi rédiger (p. ex., Thèsez-vous et groupes de rédaction).
- ◆ Référer les personnes étudiantes vers les ressources existantes pour gérer le stress, prévenir l'épuisement et développer son sentiment d'efficacité personnelle (p. ex., Ismart, Petit Bambou, Mindshilft, Head space, SAM) (Bégin, 2018).

Dans un programme

- ◆ Assurer une cohérence dans la manière d'enseigner la matière entre les différents cours.
- ◆ Harmoniser les explications autour d'un même concept à l'intérieur du programme.
- ◆ Faire des liens entre le contenu du cours et le contenu d'autres cours du programme.
- ◆ Analyser les appréciations de l'enseignement en prenant en compte tous les cours enseignés à une cohorte d'étudiants et d'étudiantes d'un programme.

Évaluation et rétroaction

Tout au long d'un travail ou d'un cours, la rétroaction donnée à la personne étudiante offre de l'information sur sa performance et sa progression par rapport aux intentions d'apprentissage ou aux critères de réussite. Verbale ou écrite, cette rétroaction aide la personne étudiante à se corriger et la personne enseignante à ajuster ses pratiques (EEF, 2021).

L'évaluation, quant à elle, permet de vérifier le niveau d'atteinte des apprentissages visés chez les personnes étudiantes, de mesurer leur progression et de leur attribuer des notes. Durant cette phase, la personne enseignante observe si les étudiants et étudiantes parviennent à identifier ce qu'ils et elles ont appris, à le mettre en lien avec leurs connaissances antérieures et à l'utiliser et l'appliquer dans de nouvelles situations pour résoudre de nouveaux problèmes (Renaud, Guillemette et Leblanc, 2015).

Dans une activité pédagogique ou un cours

- ◆ S'assurer que la rétroaction est cohérente avec les apprentissages visés dans le cours et que sa portée ne les dépasse pas.
- ◆ Offrir des rétroactions fréquentes, ciblées, immédiates, afin d'aider les personnes étudiantes à devenir autonomes et à réussir l'activité.
- ◆ S'assurer que les personnes étudiantes ont assez de temps pour tenir compte de la rétroaction offerte et modifier leur démarche en conséquence.
- ◆ Offrir aux personnes étudiantes des pistes pour les aider à s'autoévaluer, à gérer leur progression dans la tâche et à devenir autonomes.
- ◆ Utiliser des stratégies d'autoévaluation ou d'évaluation par les pairs afin de susciter l'engagement et contribuer au développement de la capacité à poser un regard critique et constructif sur soi ou sur les autres.
- ◆ Diversifier les modalités d'évaluation dans le cours.
- ◆ Prévoir le nombre d'évaluations dans un cours afin qu'il soit assez grand, pour que le poids de chaque évaluation soit raisonnable et que la personne étudiante ait l'opportunité de se reprendre en main, et assez limité pour qu'elle n'ait pas l'impression d'être constamment en situation d'évaluation. Ce nombre doit être en cohérence avec les exigences du programme.
- ◆ Répartir les évaluations tout au long du trimestre afin que les personnes étudiantes soient en mesure de les réaliser sans se sentir débordées.
- ◆ Clarifier les attentes (p. ex., date, format, durée) en regard de chaque évaluation.
- ◆ Présenter clairement les critères d'évaluation pour chaque évaluation.

- ◆ Avant une évaluation, proposer un exercice ou une évaluation formative qui ne soit pas noté. Cette dernière devrait être similaire (sans être identique) à l'évaluation.
- ◆ Valoriser l'utilisation des cartes conceptuelles comme moyen d'organiser les notions importantes afin de faciliter leur compréhension.
- ◆ Présenter à l'avance le type de questions qui seront posées dans l'examen, ainsi que la méthode de correction ou la grille d'évaluation qui sera utilisée.
- ◆ Privilégier les examens axés sur la compréhension plutôt que sur la mémorisation.
- ◆ Proposer des travaux plutôt que des examens, lorsque possible.
- ◆ Autoriser l'accès au matériel ou à un aide-mémoire lors des examens.
- ◆ Allouer un temps suffisant pour la réalisation d'un examen et éviter d'empiéter sur ce temps en l'utilisant pour donner des explications, fournir des consignes, etc.
- ◆ Autoriser la remise des travaux en ligne.
- ◆ Au-delà de la seule performance, valoriser la maîtrise des apprentissages et les efforts dans les travaux et les examens.
- ◆ Dans un travail collaboratif, évaluer non seulement le résultat d'un travail de groupe, mais aussi la qualité du processus de collaboration entre les personnes étudiantes (p. ex., [évaluation 360](#)) et leur démarche.
- ◆ Si l'examen est sur ordinateur, ne pas minuter le temps pour chaque question, ne pas empêcher la navigation de la personne étudiante entre les questions.

Dans l'encadrement aux cycles supérieurs

- ◆ Accompagner la personne étudiante dans son cheminement avec des rencontres régulières.
- ◆ Offrir des rétroactions constructives tout au long du processus de rédaction.
- ◆ S'assurer que la personne étudiante a réussi à faire les ajustements suggérés par la directrice ou le directeur de recherche, lors des échanges ou rétroactions précédentes.
- ◆ Aider la personne étudiante à identifier les éléments à améliorer dans sa recherche, sa rédaction ou sa présentation et travailler avec lui ou elle pour le faire avant la soumission du travail.

- ♦ Faire des ateliers de préparation aux examens pré-doc, à l'examen de synthèse, à la soutenance de thèse.
- ♦ Utiliser les informations et ressources disponibles pour la gestion des différends.

Dans un programme

- ♦ Équilibrer la nature des modalités d'évaluation et les dates des évaluations (examens ou remise de travaux) dans l'ensemble des cours offerts pendant un même trimestre, si possible.

Communication

La communication permet de se faire comprendre des personnes étudiantes, d'entrer en relation avec elles, d'explicitier ses attentes, d'offrir un climat de classe agréable et du renforcement positif. Elle permet aussi à la personne étudiante de se faire comprendre par son enseignant ou enseignante et ses collègues lors des échanges. L'écoute en constitue un élément essentiel. Pour assurer une bonne communication, les pistes d'action suivantes peuvent être intégrées dans les phases de planification, de prestation et d'évaluation, quelle que soit la situation d'apprentissage.

Dans une activité pédagogique ou d'encadrement

- ◆ Prendre le temps d'accueillir les personnes étudiantes, d'apprendre leurs noms, de créer un lien plus personnel avec chacun et chacune, si possible.
- ◆ Privilégier une communication claire, concise, fréquente (p. ex., sur une base hebdomadaire) et régulière par courriel.
- ◆ Communiquer clairement les objectifs d'apprentissage poursuivis par le cours et chaque activité du cours.
- ◆ Répondre rapidement aux questions des personnes étudiantes.
- ◆ Transmettre les informations importantes à l'avance.
- ◆ Donner accès au matériel (p. ex., diaporamas ou notes de cours).
- ◆ Fournir et clarifier les consignes et les attentes par écrit, incluant le plan de cours, les précisions et les consignes pour les évaluations.
- ◆ Transmettre des rappels (p. ex., sur des tâches à faire ou des échéances à venir).
- ◆ Communiquer rapidement les résultats des évaluations.
- ◆ Accorder suffisamment de place à la parole et aux échanges durant les séances de cours.
- ◆ Questionner les personnes étudiantes pour mieux comprendre leur démarche et déterminer les erreurs qu'elles peuvent faire afin de mieux les soutenir pendant la tâche.
- ◆ Inviter les personnes étudiantes à communiquer entre elles durant les pauses et entre les cours (p. ex., les inviter à se mettre à deux, de telle sorte que, si l'une est absente, elle peut compter sur les notes de l'autre).
- ◆ Inviter les personnes étudiantes à communiquer avec [un pair aidant](#) afin de recevoir une écoute ponctuelle et face-à-face.

- ◆ Solliciter la rétroaction de la part des personnes étudiantes du cours afin de vérifier leur compréhension, leur appréciation d'une activité en particulier ou le niveau de difficulté d'une activité proposée. Les informer que cette sollicitation permet de faire des ajustements pendant le trimestre et en prévision des itérations ultérieures du cours.
- ◆ Souligner les réussites étudiantes, par exemple, en envoyant un courriel personnalisé à celles et à ceux qui ont particulièrement bien réussi une évaluation.
- ◆ Être disponible pour les personnes étudiantes et avoir des heures de disponibilités pour répondre à leurs questions.

Dans un programme

- ◆ Donner, lorsque pertinent, de l'information très claire dès le début du parcours d'études sur les conditions d'accès aux cycles supérieurs, sur l'admission à un ordre professionnel ou sur les possibilités d'insertion professionnelle.
- ◆ Inviter des personnes étudiantes aux cycles supérieurs, des praticiens et praticiennes ou des professionnels et professionnelles dans divers cours à présenter leurs témoignages sur les parcours de formation, la profession, etc.
- ◆ Créer des liens de confiance avec les représentants et représentantes de classe ou les représentants et représentantes de l'association étudiante.
- ◆ Offrir la chance aux étudiants et étudiantes de partager leurs inquiétudes et leurs difficultés, par exemple en établissant un climat de confiance, en écoutant sans juger, en les informant des ressources disponibles, en les encourageant à aller chercher de l'aide, en se montrant disponible et en respectant ses propres limites (Morneau-Sévigny, 2017).
- ◆ Référer les personnes étudiantes vers des services adaptés à leurs besoins (p. ex., Services à la vie étudiante, ressources de bien-être de l'UdeM, Trousse de bien-être, Santé mentale et soutien psychologique de la communauté étudiante, Interactions bienveillantes, Programme de pairs aidants) lorsqu'elles sont anxieuses ou ne possèdent pas les stratégies d'études nécessaires.
- ◆ Favoriser une communication plus étroite entre la direction, le corps professoral et les personnes étudiantes sur les défis de chaque programme d'études.

Le stage : un cours particulier

Pour les personnes étudiantes, le stage est une occasion d'apprendre et de mettre en application des compétences professionnelles dans une situation d'apprentissage authentique. Cette expérience professionnelle comporte l'avantage d'une situation réelle avec tous les impondérables de la réalité. Le stage se déroule dans un environnement où les situations d'apprentissage ne sont pas aussi clairement balisées et les informations à formaliser pas aussi nettes et prépondérantes que, par exemple, dans une étude de cas présentée en salle de classe. La personne étudiante doit donc composer avec l'ambiguïté des informations auxquelles elle est exposée et avec la diversité des personnes (patientes, bénéficiaires, collègues, etc.) avec lesquelles elle interagit.

Il arrive que des étudiants et étudiantes expriment leur désarroi au moment de leur arrivée dans un milieu de stage. Le stage est d'ailleurs parmi les sources de stress rapportées par les personnes étudiantes (Jogaratnam et Buchana, 2004, dans Turgeon, 2021). Une attention particulière peut donc être portée au soutien à offrir à la communauté étudiante dans une situation de stage. L'intention de la prochaine section est de proposer des pistes d'actions pour préparer les étudiantes et les étudiants à intégrer un milieu de stage et les encadrer tout au long de leur stage. Elle distingue les rôles et responsabilités des étudiants et étudiantes, des responsables de programmes et responsables de stages de l'unité, des professionnels et professionnelles qui accueillent les stagiaires dans les milieux de stage aux différents moments, de la préparation du stage jusqu'à son évaluation. Les actions sont regroupées selon les moments de l'apprentissage et selon les acteurs. Certaines actions s'inspirent du [document sur les conventions de stages proposé par le Ministère de l'enseignement supérieur](#) (MES, 2020)

Les actions proposées pour les cours dans les sections précédentes peuvent être adaptées à la situation des stages. Toutefois, les stages mettent en interaction des environnements ayant des visées différentes : l'université avec sa mission de formation et d'enseignement, le milieu qui accueille les stagiaires avec sa mission de services de natures diversifiées. La situation des stages peut, de ce fait, être analysée comme un écosystème au centre duquel se trouve la personne étudiante qui évolue dans deux environnements différents mais solidaires pour assurer l'atteinte des visées propres à chaque programme de formation.

Planification et préparation

Rappelons que la planification consiste notamment à déterminer les apprentissages visés au terme d'un stage, à choisir des contenus et des activités favorisant leur acquisition, ainsi qu'à prévoir des évaluations pour en vérifier le niveau d'atteinte. L'objectif de la phase de préparation est d'explicitier les critères de succès et de favoriser la mobilisation des connaissances antérieures pour que les personnes étudiantes puissent réaliser les apprentissages visés dans le stage. La section suivante identifie des actions qui peuvent contribuer à soutenir les stagiaires et diminuer leur stress au moment de commencer un stage.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les stagiaires

- ◆ Fournir une convention de stage complète et à jour ainsi que tous les documents nécessaires au bon déroulement du stage.
- ◆ Clarifier la place du stage dans la formation, les apprentissages visés, les compétences à développer ou à démontrer pendant le stage et les difficultés que les stagiaires sont susceptibles de rencontrer.
- ◆ Clarifier les attentes et les critères de réussite du stage auprès du ou de la stagiaire.
- ◆ Définir avec la personne étudiante des objectifs personnels d'apprentissage réalistes (identifier ses besoins et limites).
- ◆ Informer la personne étudiante du type de stage qui devra être suivi et des paramètres à respecter pour sa réussite (connaître les compétences qui seront développées ou démontrées durant le stage).
- ◆ Choisir ou approuver le milieu de stage de l'étudiant ou de l'étudiante, en s'appuyant notamment sur les expériences antérieures avec les organisations envisagées.
- ◆ Assurer la qualité du milieu de stage au regard des apprentissages poursuivis par la personne étudiante dans le cadre de son programme d'études, des opportunités d'apprentissage proposées dans le milieu et du soutien offert par la personne qui la supervise dans le milieu.
- ◆ Informer les personnes étudiantes que leur programme les a bien préparées à aborder les défis que comporte un stage et que, fortes de leurs apprentissages et de leurs acquis, elles ont en main les moyens de le réussir.
- ◆ Rappeler à la personne stagiaire qu'elle est la principale actrice de sa démarche de développement professionnel.
- ◆ Clarifier le type et la fréquence des encadrements prévus dans le milieu de stage et à l'université.
- ◆ Définir un calendrier avec la personne étudiante pour l'aider à planifier son temps (p. ex., préparer un horaire réaliste, un calendrier avec des échéanciers, une organisation du travail pour mieux gérer son temps et réussir à réaliser le travail requis).
- ◆ Sensibiliser les personnes étudiantes quant à la charge normale à laquelle il faut s'attendre dans le contexte du stage.
- ◆ Clarifier le nombre d'heures attendues en fonction du nombre de crédits du stage. Un crédit de stage correspond habituellement à 45 heures ou à une semaine de stage.
- ◆ Établir une relation de confiance avec les personnes étudiantes et leur présenter le plus précisément possible les conditions dans lesquelles devraient se dérouler le stage afin que les stagiaires voient le milieu qui les accueillera comme un espace d'exploration et d'apprentissage.
- ◆ Encourager les personnes étudiantes à aller chercher de l'aide au besoin en ayant bien défini les rôles et responsabilités de chacun et chacune.

- ♦ Créer des occasions d'échanges entre les stagiaires qui ont déjà fait le stage pour partager leurs expériences de stage et le démystifier.
- ♦ Rappeler aux personnes étudiantes la position d'apprenantes dans laquelle elles se trouvent et les sensibiliser à tolérer l'inconfort d'une situation ambiguë ou incertaine.
- ♦ Sensibiliser les personnes étudiantes à l'imperfection du milieu dans lequel elles réaliseront leur stage, à l'ambiguïté des informations auxquelles elles auront accès en comparaison de celles qui leur ont été fournies dans les cours.
- ♦ Créer une activité structurée, un cours de préparation aux activités de stages ou une boîte à outils qui permette à la personne étudiante : 1) de développer ou consolider certaines connaissances ou compétences requises dans les milieux professionnels dans lesquels elle est susceptible de faire un stage ; 2) d'être sensibilisée aux défis particuliers qu'elle rencontrera dans sa vie professionnelle. Ces activités ou cours devraient inclure des tâches pratiques qui visent l'intégration des apprentissages (p. ex., jeux de rôles et simulations), des démarches réflexives et d'auto-évaluation pour favoriser le développement de l'autonomie professionnelle. La personne étudiante sera ainsi mieux préparée à faire face aux situations qu'elle rencontrera dans son milieu de stage.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires

- ♦ Transmettre la convention de stage ainsi que tous les documents nécessaires au bon déroulement du stage.
- ♦ Définir les objectifs, expériences et conditions d'accompagnement attendues.
- ♦ Définir clairement le rôle, les responsabilités et les attentes à l'égard de la personne qui accueille le stagiaire dans le milieu de pratique.
- ♦ Informer les superviseuses et les superviseurs du contenu du programme, de la place du stage dans le programme, des apprentissages visés dans le stage et des critères d'évaluation du stage.
- ♦ Informer le milieu de stage des règlements et des politiques applicables dans le cadre de l'activité de stage, notamment la politique institutionnelle en matière de violences à caractère sexuel et sa politique en matière de propriété intellectuelle, le cas échéant.
- ♦ Demander les disponibilités des milieux de stage et planifier à l'avance les dates des stages.
- ♦ Former les superviseuses et les superviseurs à la mise en œuvre de pratiques pédagogiques efficaces en contexte de supervision de stage, en portant une attention particulière sur la rétroaction offerte.
- ♦ Proposer des formations ou des outils aux superviseuses et aux superviseurs pour favoriser l'établissement d'une relation de confiance avec les personnes stagiaires afin que le stage évolue dans un espace d'exploration et d'apprentissage serein.

- ◆ Communiquer régulièrement avec les superviseuses et les superviseurs pendant le stage.
- ◆ Offrir du soutien aux superviseuses et aux superviseurs pendant le déroulement du stage.
- ◆ Informer les superviseuses et les superviseurs des changements concernant le stage, le programme, etc.
- ◆ Offrir une plateforme web diffusant de l'information et des outils de formation pour soutenir les superviseuses et les superviseurs de stage.

Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire

- ◆ Prendre connaissance de la convention de stage et des autres documents liés au stage fournis par l'établissement d'enseignement et en respecter les modalités.
- ◆ Prendre connaissance des règlements et des politiques établis par l'établissement d'enseignement et s'engager à respecter les modalités qui s'appliquent à l'activité de stage.
- ◆ Reconnaître le rôle que lui confère sa participation aux apprentissages expérientiels des étudiants et étudiantes.
- ◆ Participer à l'élaboration des modalités du stage (lorsque pertinent), notamment celles liées à la supervision dans le milieu de stage.
- ◆ Définir les règles de réalisation du stage dans le milieu en cohérence avec les attentes universitaires dans la convention de stage.
- ◆ Informer les stagiaires des règles de santé et de sécurité et des règles de conduite en vigueur dans l'organisation et en assurer l'application.
- ◆ Offrir des projets de stage dont le descriptif de tâches et les responsabilités prévues sont cohérents avec les visées des programmes d'études concernés.
- ◆ Prendre le temps d'être attentifs aux préoccupations de la personne étudiante.
- ◆ Établir une relation de confiance avec la personne étudiante afin que cette dernière voie le milieu de stage comme un espace d'exploration et d'apprentissage serein.
- ◆ Clarifier le type et la fréquence des encadrements prévus dans le milieu de stage, offrir régulièrement de la rétroaction.
- ◆ Définir un calendrier avec la personne étudiante pour la soutenir dans la planification de ses tâches et activités lors de ses présences en milieu de stage.

Ce que la personne étudiante peut faire

- ◆ S'assurer de comprendre les apprentissages visés dans le stage tels que définis par l'établissement d'enseignement.
- ◆ S'assurer de comprendre la convention de stage et les autres documents liés au stage fournis par l'établissement d'enseignement et en respecter les modalités.
- ◆ Respecter les règles de santé et de sécurité, ainsi que les règles de conduite du milieu de stage.
- ◆ Aborder le stage comme une opportunité de comprendre la réalité du milieu professionnel dans lequel elle pourrait éventuellement travailler.
- ◆ Accepter de se mettre en situation d'apprentissage, c'est-à-dire reconnaître qu'elle n'a pas toutes les compétences, ni toutes les réponses aux situations qu'elle rencontre et accepter le déséquilibre dans lequel le stage la place.
- ◆ Adopter une approche proactive plutôt qu'attentiste dans la préparation et le déroulement de son stage.
- ◆ Faire preuve de disponibilité et d'ouverture lors du processus de jumelage et communiquer avec les responsables du stage pour toute préoccupation face au stage.

Encadrement du stage

Il s'agit ici de l'encadrement de la personne étudiante à l'université pendant la réalisation du stage. En mettant en œuvre des pratiques pédagogiques efficaces, les divers acteurs et actrices engagés dans le stage peuvent soutenir l'acquisition des compétences professionnelles des personnes étudiantes en leur offrant des ressources pour les guider et les aider à comprendre et à avancer dans le stage.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes

- ◆ Respecter les modalités prévues dans la convention de stage.
- ◆ Accompagner l'étudiant ou l'étudiante stagiaire tout au long de l'activité de stage et le soutenir en cas de difficultés en stage.
- ◆ Renforcer les liens entre les contenus théoriques et les stages, notamment en invitant des étudiants et étudiantes ayant complété leurs stages à venir témoigner de leur expérience de stagiaire, des défis rencontrés et comment les notions enseignées ou les activités réalisés en cours ont été utiles pour faire face aux défis rencontrés lors des stages.
- ◆ Assurer une cohérence et une continuité entre les objectifs des cours et les objectifs des stages. Montrer l'arrimage entre le stage et les autres éléments de la formation dans le programme.
- ◆ Offrir des occasions de revenir sur un fait vécu en stage pour en faire une analyse en lien avec la théorie et en donnant du sens à l'apprentissage disciplinaire et professionnel.

Ce que les responsables de programmes ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires

- ◆ Assurer une cohérence entre les attentes de l'université et celles du milieu de stage.
- ◆ Accompagner le ou la superviseure en milieu de stage tout au long de l'activité de stage.
- ◆ Être disponible pour répondre aux questions de la superviseure ou du superviseur.
- ◆ Offrir du soutien aux superviseures et aux superviseurs qui accueillent les stagiaires dans le milieu.
- ◆ Collaborer avec les superviseures et les superviseurs en vue de coordonner les modalités de soutien et de rétroaction au stagiaire.

Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire

- ◆ Offrir un environnement de stage sain, sécuritaire et favorable à l'apprentissage et au développement des compétences des stagiaires.
- ◆ Respecter les modalités contenues dans la convention de stage.
- ◆ Accueillir et intégrer les stagiaires dans le milieu de stage.
- ◆ Établir une relation de confiance avec les stagiaires.
- ◆ Faire savoir aux stagiaires qu'elles ont la capacité de relever les défis du stage et qu'elles peuvent avoir confiance en leur capacité à le réussir.
- ◆ Sensibiliser les personnes étudiantes à l'imperfection du milieu dans lequel elles réaliseront leur stage, à l'ambiguïté des informations auxquelles elles auront accès en comparaison de celles qui leur ont été fournies dans les cours. Amener les personnes étudiantes à faire l'expérience du déséquilibre adaptatif.
- ◆ Offrir aux stagiaires l'encadrement nécessaire pour favoriser le développement de leurs connaissances, de leurs habiletés et de leurs compétences (p. ex., rencontres de supervision, moments d'intervention partagée, rétroaction continue).
- ◆ Fournir les moyens et les ressources appropriés aux stagiaires pour favoriser la réussite de leur stage.
- ◆ Offrir un degré de soutien ajusté aux capacités des stagiaires en favorisant leur autonomie progressive.
- ◆ S'assurer que la charge de travail exigée du stagiaire dans le milieu est raisonnable.
- ◆ Informer rapidement l'établissement d'enseignement de toute situation problématique ou de tout conflit afin que l'intervention appropriée soit mise en place.

Ce que la personne étudiante peut faire

- ◆ Faire preuve de professionnalisme.
- ◆ Respecter le code de déontologie applicable à sa future profession, le cas échéant.
- ◆ Respecter les règles de santé et de sécurité et les règles de conduite du milieu de stage.
- ◆ Aller chercher le soutien des enseignants et enseignantes et de la superviseuse ou du superviseur pour obtenir de la rétroaction.
- ◆ S'engager dans son stage et exercer les tâches prévues à la convention de stage dans le milieu de stage.
- ◆ Adopter une approche proactive plutôt qu'attentiste dans la réalisation de son stage.
- ◆ Être disponible et soucieuse d'apporter sa contribution à l'équipe selon le niveau de développement de ses compétences.

- ♦ Mettre en œuvre les pistes d'actions envisagées afin de développer ses compétences.
- ♦ Développer une pratique réflexive en portant un regard critique sur ses actions, leur motivation, leur pertinence et leur portée.
- ♦ Demander et accepter la rétroaction.
- ♦ Communiquer rapidement avec l'équipe de stages à l'université en cas de difficultés ou de problèmes.

Évaluation et rétroaction

L'évaluation permet de vérifier le niveau d'atteinte des apprentissages visés chez les personnes étudiantes, de mesurer leur progression et de leur attribuer des notes. Dans le contexte du stage, les personnes concernées tant du milieu de pratique que de l'université accompagnent, observent les stagiaires, offrent de la rétroaction à différents moments pendant le stage et donnent une appréciation de l'acquisition des compétences attendues. Dans la démarche d'évaluation, les professionnels et professionnelles qui accueillent les stagiaires contribuent à l'évaluation en transmettant leurs observations sur les apprentissages et compétences des personnes étudiantes afin de permettre à l'université de faire l'évaluation de l'atteinte des critères de réussite du stage par les stagiaires.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes

- ◆ Lire les travaux de la personne stagiaire, l'observer en action afin d'offrir une rétroaction formative et continue.
- ◆ Fournir une grille d'évaluation ou un outil pour documenter le déroulement du stage et l'atteinte des compétences et apprentissages visés.
- ◆ Définir les caractéristiques et les modalités d'évaluation de l'activité de stage et s'assurer qu'elles sont bien comprises par l'étudiant ou l'étudiante stagiaire et le milieu de stage.
- ◆ Évaluer la progression des apprentissages et l'atteinte des critères de réussite visés dans le stage en collaboration avec la professionnelle ou le professionnel qui accueille les stagiaires.
- ◆ Lors des moments d'évaluation, faire un retour sur les compétences développées jusqu'alors et celles qui restent à développer jusqu'à la fin du stage.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et professionnels qui accueillent les stagiaires

- ◆ Rappeler les moments d'évaluation et fournir les documents nécessaires à cet effet.
- ◆ Établir des mécanismes de communication pour évaluer la progression des apprentissages des stagiaires.
- ◆ Fournir une grille d'évaluation ou un outil pour documenter le déroulement du stage et l'atteinte des compétences et apprentissages visés. Former les professionnelles et les professionnels à l'utilisation de la grille.
- ◆ Soutenir et accompagner les superviseuses et les superviseurs dans la complétion des outils et documents.

Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire

- ◆ Rappeler à la personne étudiante que le stage est un lieu pour apprendre et qu'elle a droit à l'erreur. Renforcer le processus d'apprentissage plutôt que le résultat.
- ◆ Reconnaître les forces, les progrès, les initiatives et la persévérance devant les défis présentés par la situation de stage.
- ◆ Intégrer l'évaluation dans des situations d'apprentissage.
- ◆ Offrir des occasions de rétroactions fréquentes et d'évaluations formatives.
- ◆ Développer la capacité de la personne étudiante à s'auto-réguler et s'auto-évaluer (journal de stage).
- ◆ Offrir des pistes de développement et souligner les points forts et les bons coups.
- ◆ Offrir des opportunités à la personne étudiante de poser ses questions pour clarifier des ambiguïtés.
- ◆ Faire des évaluations formatives à mi-stage pour identifier les forces, les points à améliorer avant la fin du stage.
- ◆ Éviter de comparer la personne étudiante aux autres.

Ce que la personne étudiante peut faire

- ◆ Effectuer et transmettre les livrables prévus à la convention de stage dans les délais impartis.
- ◆ Faire preuve d'ouverture à l'égard de la rétroaction formative.
- ◆ Reconnaître et apprendre de ses erreurs afin de ne pas les répéter, cela fait partie de l'apprentissage.
- ◆ Faire son auto-évaluation et son plan de réussite (ou de remédiation) selon les modalités du stage.

Communication

La communication permet de se faire comprendre des stagiaires, d'entrer en relation avec elles et eux, d'expliciter les attentes, d'offrir un climat soutenant l'apprentissage. Pour assurer une bonne communication, les pistes d'action suivantes peuvent être intégrées tout au long du stage.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les personnes étudiantes

- ◆ Faire un suivi avec l'étudiant ou l'étudiante tout au long de son stage et une fois celui-ci terminé afin de faire un bilan de son expérience de stage.
- ◆ Intervenir de façon appropriée et opportune en cas de situation problématique ou de conflit.
- ◆ Familiariser la personne étudiante avec les activités offertes sur le campus et l'inviter à consulter les services d'aide disponibles à l'université.
- ◆ Familiariser la personne étudiante avec les bourses disponibles.

Ce que les responsables de programme ou de stage peuvent faire pour les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires

- ◆ Communiquer régulièrement avec les superviseuses et les superviseurs de stage pour les tenir au courant d'éventuelles mises à jour.
- ◆ Rappeler aux superviseuses et aux superviseurs que l'université les soutient.
- ◆ Afin de favoriser une meilleure cohérence entre les différents acteurs autour desquels gravitent le ou la stagiaire, établir des mécanismes de communication efficaces, particulièrement entre le ou la superviseur(e) du milieu et l'enseignant ou l'enseignante universitaire.
- ◆ Assurer une communication entre l'université et les superviseur(e)s afin de leur offrir un modèle à suivre.

Ce que les professionnelles et les professionnels qui accueillent les stagiaires peuvent faire

- ◆ Clarifier le rôle et les responsabilités de la personne étudiante et établir une bonne communication avec elle.
- ◆ Offrir des opportunités à la personne étudiante de poser ses questions pour clarifier certains éléments.
- ◆ Faire preuve d'empathie.

- ◆ Collaborer avec la coordonnatrice ou le coordonnateur de stage pour le suivi du stage et l'évaluation de l'étudiant ou de l'étudiante.
- ◆ Collaborer avec l'établissement d'enseignement en cas de situation problématique ou de conflit.

Ce que la personne étudiante peut faire

- ◆ Faire, de manière opportune, tous les suivis requis auprès de son établissement d'enseignement et auprès de son milieu de stage.
- ◆ Se référer rapidement à son établissement d'enseignement pour toute situation problématique.

Conclusion

Les pistes d'actions décrites dans ce guide sont destinées à favoriser la diversité et la qualité des pratiques pédagogiques à l'université afin de soutenir le bien-être psychologique des étudiants et étudiantes. Les propositions présentées visent à rendre prévisible l'environnement d'apprentissage à travers l'explicitation des informations, la présentation du plan de cours et de la convention de stage, l'organisation d'un calendrier et l'identification d'actions concrètes à poser dans des situations diverses. Ce guide vise également à familiariser les personnes étudiantes avec le contexte de stage avant leur arrivée dans le milieu. Rappelons que les pistes suggérées ne sont pas exhaustives. Nous vous invitons donc à les enrichir selon vos propres expériences.

Ce guide propose également des façons d'adapter les pratiques pédagogiques, d'évaluation et de communication aux différents contextes d'enseignement (pédagogie de première session, premier cycle, cycles supérieurs ou stage). À l'échelle du programme, il importe en premier lieu d'envisager une charge de travail raisonnable. Il est également suggéré de situer les apprentissages à réaliser dans un cours en lien avec les autres cours du programme. De plus, il est proposé de rendre les apprentissages signifiants pour les étudiantes et les étudiants en prévision d'une intégration professionnelle. Finalement, les pistes proposées visent à soutenir les relations entre les personnes étudiantes et les enseignants et enseignantes. Tout au long du parcours, il est suggéré de rester à l'écoute des personnes étudiantes et de les référer aux ressources pertinentes lorsque le soutien requis dépasse le champ d'intervention de l'enseignant ou l'enseignante.

À travers les différentes actions proposées, ce guide vise à permettre aux étudiants et étudiantes d'augmenter leur sentiment de contrôle dans leur environnement d'apprentissage, particulièrement lorsque cet environnement est nouveau, contribuant ainsi à réduire l'impact des quatre grands déclencheurs du stress (CINE) identifiés par Sonia Lupien (2010). Ce guide invite les personnes enseignantes, ainsi que les superviseuses et superviseurs de stage, à prendre en considération les diverses échelles d'intervention ou systèmes (Bronfenbrenner 1977), susceptibles d'avoir un effet positif sur le bien-être psychologique des personnes étudiantes : le microsystème, le mésosystème, l'exosystème et le macrosystème.

Principales sources consultées

- Baik, C., Larcombe, W., et Brooker, A. (2019). How universities can enhance student mental wellbeing: The student perspective. *Higher Education Research & Development*, 38(4), 674-687.
- Barth, B. M. (2004). *Le savoir en construction*. Paris, France : Retz
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., et Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, 173, 90-96.
- Bégin, C. (2018). Encadrer aux cycles supérieurs : étapes, problèmes et interventions. Québec : PUQ.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American psychologist*, 32(7), 513.
- Brown, R., Buck, S., Kibler, M., Penn, J., Zuo, N. (2021) Course-Related Student Anxiety During COVID-19: A Problem and Some Solutions. *Applied Economics Teaching Resources*, 3(1), doi: 10.22004/ag.econ.310264
- Center for innovation in center mental health (2022), Understanding why curriculum design and the learning environment need to reflect mental health. Repéré à <https://campusmentalhealth.ca/toolkits/faculty/understanding-why-curriculum-design-and-the-learning-environment-need-to-reflect-mental-health/>
- Centre d'études sur le stress humain (2019). *Recette du stress*. Repéré à <https://www.stresshumain.ca/le-stress/comprendre-son-stress/source-du-stress/>
- Corbeil, S. (2019, 29 novembre), Initiative de promotion de la santé mentale à l'Université de Montréal : un programme de pair(e)s aidant(e)s pour créer du lien [Diapositives] <https://www.inspq.qc.ca/jasp>
- Corwin Visible Learning Plus (2022). Visible Learning Meta. Repéré à <https://www.visiblelearningmetax.com>
- Dyjur, P., Lindstrom, G., Arguera, N., et Bair, H. (2017). Using mental health and wellness as a framework for course design. *Papers on Postsecondary Learning and Teaching*, 2, 1-9.
- EEF. (2021). *Teaching and learning toolkit*. Repéré à <https://educationendowmentfoundation.org.uk/evidence-summaries/teaching-learning-toolkit/>
- El Ansari, W., et Stock, C. (2010). Is the health and wellbeing of university students associated with their academic performance? Cross sectional findings from the United Kingdom. *International journal of environmental research and public health*, 7(2), 509-527.
- Guillemette, F., Leblanc, C. et Renaud K. (2015). Le rôle des connaissances antérieures dans l'apprentissage.

UQTR. https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/Gsc/Portail-ressources-enseignement-sup/documents/PDF/role_connaissance_anterieures.pdf

Hattie, J. (2008). *Visible Learning: A Synthesis of Over 800 Meta-Analyses Relating to Achievement*. Londres, Angleterre : Routledge.

Hovington, S. (2021). *Le stage dans les métiers relationnels : profiter pleinement de son expérience*. Editions JFD

James, R. H., et Baldwin, G. (1999). *Eleven practices of effective postgraduate supervisors*. Centre for the Study of Higher Education and The School of Graduate Studies, University of Melbourne.

Klainin-Yobas, P., Ramirez, D., Fernandez, Z., Sarmiento, J., Thanoi, W., Ignacio, J., et Lau, Y. (2016). Examining the predicting effect of mindfulness on psychological well-being among undergraduate students: A structural equation modelling approach. *Personality and individual differences*, 91, 63-68.

Lane, K., Teng, M. Y., Barnes, S. J., Moore, K., Smith, K., et Lee, M. (2018). Using Appreciative Inquiry to Understand the Role of Teaching Practices in Student Well-being at a Research-Intensive University. *Canadian Journal for the Scholarship of Teaching and Learning*, 9(2), n2.

Lebrun, M. (2005). *Elearning pour enseigner et apprendre: Allier pédagogie et technologie*.

LES CAMPUS, S. M. S. *Comment aider les étudiants souffrant d'anxiété liée aux examens: Un guide pour le personnel enseignant*.

Lupien, S. (2010). *Par amour du stress*. Éditions du Carré.

Marzano, R. J. (1998). *A theory-based meta-analysis of research on instruction*. Aurora, CO: Mid-Continent Regional Educational Laboratory.

MES (2020), *Guide d'accompagnement destiné aux établissements d'enseignement en vue de la rédaction de conventions de stage*. Repéré à http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/enseignement-superieur/Stages-etudiants_Guide-accompagnement.pdf

Morneau-Sévigny, F. (2017). *Détresse psychologique chez les étudiants universitaires : un devis mixte incluant une méta-analyse*, Université Laval, Québec, Canada. Corpus UL.

Papazian-Zohrabian, G., Mamprin, C., Lemire, V. (2019). Les groupes de parole en milieu scolaire : un espace de développement du bien-être psychologique des jeunes réfugiés. *Revue québécoise de la psychologie*, 40(3), 87-102

Papazian-Zohrabian, G., Mamprin, C., Lemire, V., Turpin-Samson, A., Hassan, G., Rousseau, C., et Aoun, R. (2018). Le milieu scolaire québécois face aux défis de l'accueil des élèves réfugiés: quels enjeux pour la gouvernance scolaire et la formation des intervenants scolaires?. *Éducation et francophonie*, 46(2), 208-229.

Stanton, A., Zandvliet, D., Dhaliwal, R., et Black, T. (2016). Understanding Students' Experiences of Well-Being in Learning Environments. *Higher Education Studies*, 6(3), 90-99.

Trigwell, K. (2012). Relations between teachers' emotions in teaching and their approaches to teaching in higher education. *Instructional Science*, 40(3), 607-621.

Turgeon et al. (2020), Enquête qualitative sur la santé psychologique des étudiantes et des étudiants en psychoéducation. (non publié)

Turgeon et al. (2021), La santé psychologique des étudiants et des étudiantes : un enjeu crucial pour toute la communauté universitaire.