



# LA SENTINELLE MENTORALE 2025

Pour témoigner de l'évolution des pratiques mentoriales au Québec et dans le monde



*Intergénérationnalité – Martine Tremblay*

COMPRENANT UN  
DOSSIER SPÉCIAL SUR  
**LE MENTORAT**  
INTERGÉNÉRATIONNEL

Une publication annuelle du **comité Veille et Recherche**  
de Mentorat Québec à l'occasion du Mois du mentorat 2025



Le programme de mentorat Contact de l'ÉTS

# Pour mieux accueillir et intégrer la population étudiante de l'international

Une initiative de mentorat qui a de l'impact

*Alissa Lauriault, conseillère en équité, diversité et inclusion à l'École de technologie supérieure*

Avec l'accroissement du nombre d'étudiantes et étudiants internationaux au Québec et au Canada, les établissements universitaires déploient diverses stratégies pour adapter leurs pratiques d'accueil. Certains, comme l'École de technologie supérieure, choisissent la voie du mentorat.

Pour une personne étudiante arrivant de l'étranger, s'installer dans un nouveau pays et s'intégrer dans un nouveau système d'éducation, exige une grande capacité d'adaptation. Pour le comprendre, il suffit d'imaginer un moment ce qu'elle doit faire : effectuer les nombreuses démarches administratives de base, chercher un logement, s'orienter dans une nouvelle ville, trouver des repères dans une culture différente et, parfois, vivre un choc climatique, le tout, très souvent, sans la présence rassurante de membres de sa famille ou de son réseau amical.

## La population étudiante internationale en forte croissance

La population étudiante internationale a connu une forte croissance au cours des dernières années au sein des universités québécoises et canadiennes. Selon un portrait statistique du ministère de l'Enseignement supérieur du Québec réalisé en 2021, le nombre de personnes étudiantes internationales a presque doublé entre 2009 et 2020. À l'échelle canadienne, selon des données issues du site web du Bureau canadien de l'éducation internationale, la croissance de l'effectif étudiant international a crû de plus de 200 % dans la dernière décennie. Dans le cas de l'École de technologie supérieure (ÉTS), l'augmentation de la population étudiante internationale est particulièrement marquée aux 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles. Les étudiantes et étudiants internationaux y représentent aujourd'hui plus de 70 % de la population étudiante à la maîtrise et au doctorat.



**ÉCOLE DE  
TECHNOLOGIE  
SUPÉRIEURE**

Université du Québec

Créée en 1974, l'École de technologie supérieure (ÉTS), située au cœur de la ville de Montréal, est la plus grande école de génie du Québec, formant plus de 25 % de tous les ingénieurs-e-s québécois-e-s. L'ÉTS se classe au deuxième rang au Canada quant au nombre de diplômes de baccalauréat en génie décernés au 1<sup>er</sup> cycle.

L'ÉTS compte plus de 11 000 étudiants et étudiantes, 1 000 employés et employées, dont plus de 260 professeurs, professeures et maîtres d'enseignement.

Parmi les personnes étudiantes, 2 800 sont inscrites aux cycles supérieurs. L'ÉTS se distingue par son approche pratique axée sur les besoins de l'industrie et de la société, tout en poursuivant sa mission de contribuer au développement économique et technologique du Québec.

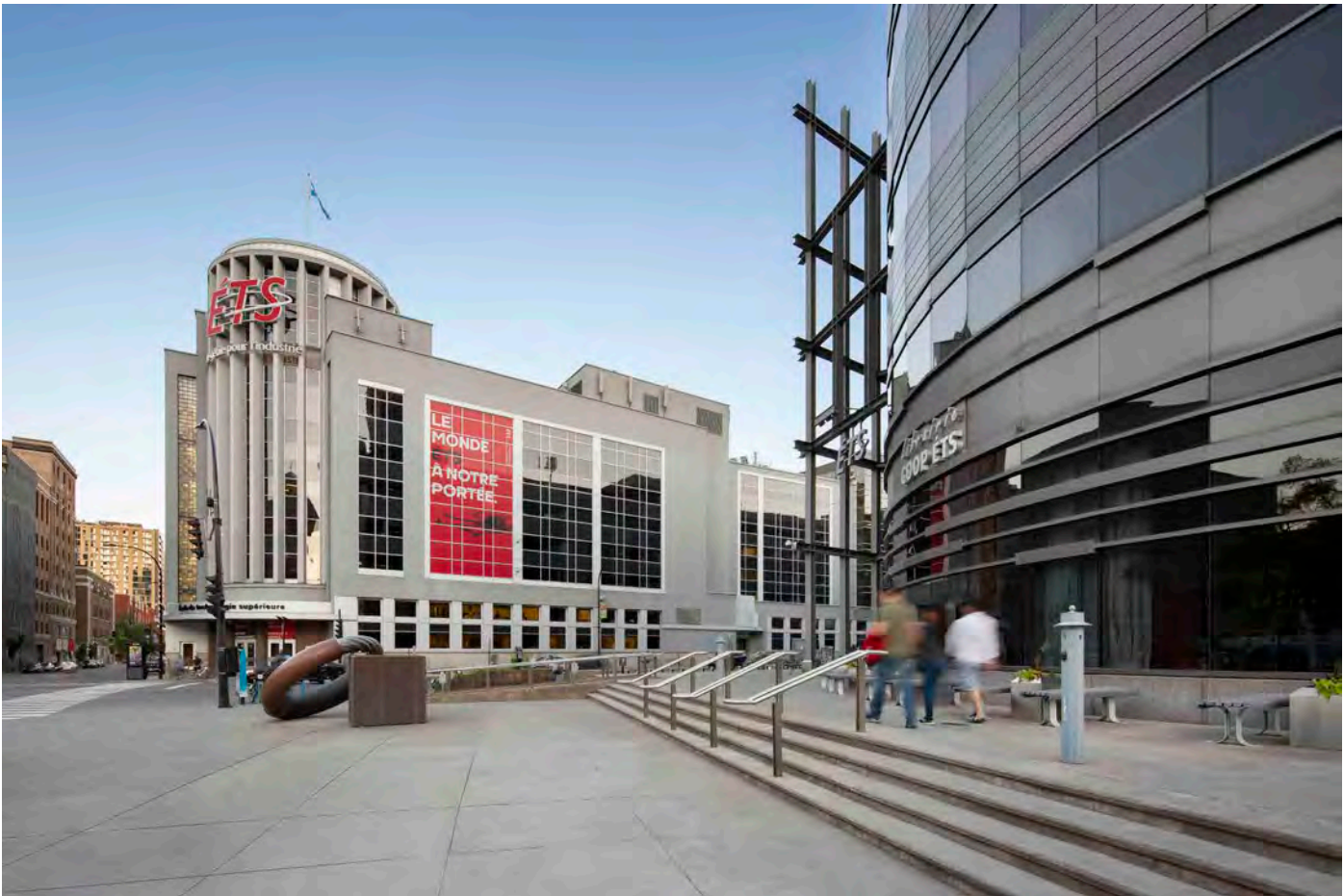


Photo de Stéphane Brügger fournie par l'ÉTS

Cette croissance de la proportion de personnes étudiantes de l'international a un effet sur la diversité des besoins de la communauté étudiante. Pour plusieurs établissements universitaires, le mentorat apparaît comme une pratique qui bonifie les stratégies d'accueil et répond à des besoins spéciaux des individus issus de cette population.

Au Québec, en plus du programme Contact de l'ÉTS que nous détaillerons plus amplement dans cet article, on recense des programmes de mentorat pour les personnes étudiantes de l'international sur les sites web de l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), de l'Université du Québec à Montréal (UQAM), de l'Institut national de recherche scientifique (INRS), de l'Université McGill et de l'Université Laval.

**PROGRAMME  
CONTACT**

## Répondre aux besoins spéciaux et animer une communauté diverse

Le programme Contact de l'ÉTS a permis à plus de 600 étudiantes et étudiants internationaux de bénéficier de mentorat entre l'automne 2022 et l'été 2024. Initiative des conseillères aux étudiantes et étudiants internationaux avant la pandémie COVID-19, le programme a été temporairement ouvert à toutes les personnes étudiantes, tant locales qu'internationales, durant la période de confinement de la pandémie, pour briser l'isolement alors que les études se poursuivaient à distance, à temps plein. En 2022, les Services à la vie étudiante ont repris la coordination du programme et l'ont de nouveau peaufiné pour répondre aux besoins spécifiques de ceux et celles qui arrivaient de l'international. Le programme vise à faciliter l'intégration sociale et académique tout en encourageant l'engagement personnel des étudiantes et étudiants internationaux qui deviennent ensuite mentore-s.

Parmi les particularités du programme, soulignons que chaque mentore est jumelée avec trois ou quatre mentoré·es. D'autre part, bien qu'il s'agisse de mentorat individuel qui commence avant même l'arrivée au pays, il n'est pas rare que les mentore·es créent des occasions permettant à leurs mentoré·es d'établir des contacts avec diverses personnes, avant ou après l'arrivée. Ce n'est pas du mentorat de groupe, mais la formule permet ainsi de créer des liens entre un certain nombre de mentoré·es. Par exemple, **Alain Youmbi**, étudiant au doctorat et mentor au programme Contact, crée des groupes sur la plateforme Teams où il encourage les participant·es à poser des questions et propose aussi des possibilités de rencontres en face à face avec plusieurs autres personnes. Le mentorat devient ainsi un levier pour sortir de l'isolement et se créer un réseau de soutien. Alain, ayant lui-même été mentoré à son arrivée au Québec grâce au programme Contact, ne manque pas de souligner que son mentor fut son premier contact au Québec et qu'il a contribué au développement de son réseau.

Toujours dans cette optique visant à favoriser le développement d'un réseau de contacts, les Services à la vie étudiante organisent à chaque début de session un événement d'accueil, tenu sous la forme d'un 5 à 7. Les mentore·es sont alors invité·es à y donner rendez-vous à leurs mentoré·es. Des clubs et regroupements étudiants sont également présents sur place lors de ces événements et proposent leurs activités dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Les personnes mentores sont encouragées à porter un chandail à l'effigie du programme, ce qui permet de les identifier facilement et de favoriser les échanges.



Alain Youmbi, chercheur scientifique à l'École de technologie supérieure

## Partager son expérience personnelle pour faciliter l'intégration

Lorsque les Services à la vie étudiante sondent les étudiantes et étudiants qui ont bénéficié du programme, les principaux bénéfices du mentorat qui ressortent sont :

- L'accès à une meilleure connaissance de l'ÉTS et des ressources académiques;
- L'accès simplifié à des réponses à leurs interrogations;
- Le développement de relations sociales;
- L'augmentation du sentiment d'appartenance;
- La facilitation de l'adaptation culturelle.

Alain Youmbi résume tous ces bénéfices en qualifiant le partage d'expériences par les personnes mentores comme un soutien pratique et personnalisé qui permet de s'adapter plus rapidement. Il pense que « sans mentor, l'intégration est plus difficile, plus décourageante. »

En effet, la première session pour un ou une étudiant·e de l'international peut être une épreuve sur le plan psychologique. Un des témoignages recueillis par l'équipe du programme Contact l'illustre bien : « C'est mon mentor qui, à travers ses conseils, m'a aidé à surmonter l'envie de tout laisser tomber à cause du stress et de la désorientation totale à laquelle je faisais face à l'ÉTS. »

Les personnes mentores rencontrées dans le cadre de cet article comprennent bien les limites du rôle du ou de la mentore. La formation qu'ils et elles reçoivent leur permet, entre autres, de bien comprendre que le mentorat n'est pas un service de soutien psychologique ou encore de conseil en immigration. Toutefois, la formation leur fournit toute l'information nécessaire sur les ressources existantes et les modes d'orientation vers ces ressources. En plus de la formation, le programme leur remet un guide qui est régulièrement mis à jour.

Lorsqu'on les questionne sur leur motivation à être mentore·es, les personnes rencontrées mentionnent le désir d'aider et de partager leur expérience pour faciliter l'adaptation de ceux et celles qui arrivent à l'ÉTS. En se remémorant les difficultés rencontrées dans leur propre cas, certaines d'entre elles disent regretter de ne pas avoir pu bénéficier de mentorat à leur arrivée. Elles disent donc être heureuses de pouvoir aujourd'hui partager leurs conseils avec les nouveaux et nouvelles arrivant·es.

Soulignons que le programme offre la possibilité de reconnaître leur engagement comme mentore-e en obtenant la mention Génie + sur leurs relevés de notes.

## L'évaluation continue pour améliorer le programme

L'évaluation du programme, effectuée à chaque fin de session, permet aux Services à la vie étudiante d'analyser régulièrement l'impact du programme et d'y apporter des améliorations en continu.

Parmi les défis rencontrés mentionnons la popularité du programme, particulièrement à la session d'automne, qui ne permet pas de jumeler toutes les personnes qui en font la demande. D'autre part, le niveau d'engagement des mentoré-e-s a tendance à varier. Par exemple, à chaque session, un certain nombre d'étudiants et d'étudiantes ne répondent pas aux prises de contact de leur mentore-e.

Dans un contexte de ressources limitées, l'administration du programme pourrait aussi être facilitée par la mise en place d'outils optimisant les jumelages selon les besoins et les intérêts individuels. À l'heure actuelle, le jumelage s'effectue en fonction de la langue parlée ainsi que du niveau et du programme d'études. Si on prenait en compte plus de critères de jumelage, avec éventuellement un formulaire plus complet sur les intérêts et besoins spécifiques des mentoré-e-s, cela permettrait-il de réduire le nombre « d'abandons » ou aurait-il pour effet de trop complexifier le processus de jumelage sans effet notable sur la qualité des relations mentores ? Pour avoir une réponse à cette question, il faudrait sans doute s'attaquer au défi de sonder les personnes qui ont abandonné le programme ou qui n'ont pas donné suite aux prises de contact de leur mentore-e.

## Conclusion

Au regard des données d'évaluation qualitatives actuellement disponibles, le programme Contact semble toutefois atteindre ses principaux objectifs de favoriser l'intégration sociale et l'engagement des étudiants et étudiantes provenant de l'international. Nous pouvons aussi conclure que les programmes de mentorat sont clairement une pratique qui favorise l'inclusion et la réussite de la population étudiante internationale. C'est d'ailleurs ce que souligne Alain Youmbi lorsqu'il dit que « dans un environnement académique, plus on s'intègre, plus on peut donner le meilleur de soi. »

L'intégration n'étant pas qu'une responsabilité individuelle, la mise en place de programmes de mentorat par les établissements universitaires permet de créer des conditions propices pour offrir un accueil facilité et inclusif de la clientèle étudiante internationale.

## Références

Bureau canadien de l'éducation internationale. (2024) *Les étudiants internationaux au Canada, Infographique*. <https://cbie.ca/fr/infographique/>

Ministère de l'Enseignement supérieur. (2021) *Les étudiants internationaux à l'enseignement supérieur. Portrait statistique*. [https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/administration/librairies/documents/Ministere/acces\\_info/Statistiques/Statistiques\\_ES/Portrait-stat-etudiants-internationaux.pdf](https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/administration/librairies/documents/Ministere/acces_info/Statistiques/Statistiques_ES/Portrait-stat-etudiants-internationaux.pdf)

## À propos de l'autrice

Depuis près de vingt ans, **Alissa Lauriault** travaille au développement de milieux diversifiés et inclusifs. Diplômée en études internationales, en développement économique communautaire et en gestion de la diversité, elle possède une vaste expérience dans le domaine de l'intégration socioprofessionnelle des personnes immigrantes, ainsi qu'une expérience de gestionnaire d'équipe.



Ayant constaté son impact positif dans les démarches de recherche d'emploi des personnes immigrantes, le mentorat fait partie des stratégies qui lui tiennent à cœur.

Conseillère en équité, diversité et inclusion à l'École de technologie supérieure depuis 2020, elle travaille sur plusieurs initiatives liées à l'embauche professorale, à la recherche et à la communauté universitaire.

## REPRODUCTION ET DROITS D'AUTEUR

Les textes de *La Sentinelle mentorale 2025* ont tous été rédigés bénévolement par leurs auteurs et autrices à la demande de Mentorat Québec dans le but de fournir des documents de référence aux personnes intéressées par le mentorat et ses pratiques. Tout le contenu de *La Sentinelle mentorale 2025* est toutefois protégé par la *Loi sur le droit d'auteur*.

Les divers contenus de cette publication peuvent être reproduits, téléchargés et distribués sans frais ou autre permission de Mentorat Québec pour une utilisation personnelle ou organisationnelle, mais dans un but non commercial, aux fins de mieux faire connaître le mentorat ou d'en utiliser ou promouvoir les bonnes pratiques. Dans de tels cas, Mentorat Québec demande que les utilisateurs et utilisatrices le fassent soigneusement en s'assurant de l'exactitude des documents reproduits ou transmis et que leur source soit clairement indiquée.

Les articles ou documents téléchargés doivent être utilisés dans leur intégralité, y compris les notes biographiques, tableaux, références et bibliographies, même si de tels contenus sont proposés dans un contexte visuel différent.

Il est toutefois possible de reproduire des extraits des divers textes et articles en les accompagnant d'une référence appropriée. Pour les citations, notes et références, Mentorat Québec suggère d'utiliser le format défini par American Psychology Association (APA) ou par toute autre organisation reconnue à l'égard des normes pour les références et les citations.

L'utilisation commerciale des textes de *La Sentinelle mentorale 2025* n'est pas autorisée. Par utilisation commerciale, on entend la publication ou la diffusion des contenus publiés dans *La Sentinelle mentorale 2025* pour des fins de vente, peu importe la forme qu'elle peut prendre ou le mode de rétribution utilisé, ce qui comprend par exemple, mais sans y être limité, leur inclusion dans des ouvrages édités, des revues, des magazines ou tout mode de distribution numérique ou imprimé. Dans un tel cas, ou dans les cas qui ne sont pas nettement couverts par cette politique, il sera nécessaire de demander l'autorisation directement à Mentorat Québec afin de connaître les conditions d'une telle utilisation des contenus dans le but de protéger les droits des auteurs et des autrices.

Pour toute information au sujet de la propriété intellectuelle des divers contenus de Mentorat Québec, nous vous invitons à communiquer avec Mentorat Québec à l'adresse suivante : [info@mentoratquebec.org](mailto:info@mentoratquebec.org).



Crédit: itim2101



Depuis 2002, Mentorat Québec poursuit sa mission de favoriser et promouvoir la culture mentorale au Québec en étant une source de référence générale pour les organisations et les individus ainsi qu'en contribuant à l'avancement des connaissances sur le mentorat.



Devenez membre de Mentorat Québec et joignez-vous au grand mouvement mentorale de solidarité et de bienveillance dans notre société.

[www.mentoratquebec.org](http://www.mentoratquebec.org)

