



POLITIQUE INSTITUTIONNELLE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

**DIRECTION DE LA VIE
ÉTUDIANTE**

 **CÉGEP DE SAINT-JÉRÔME**

SUIVI DE LA POLITIQUE	DATES	N ^{OS} RÉOLUTIONS
ADOPTION :	13 juin 2023	CA 51 (2022-2023)
ENTRÉE EN VIGUEUR :	13 juin 2023	

Contexte et crédit

Avec le *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026* (PASME), le ministère de l'Enseignement supérieur (MES) a affirmé sa volonté de soutenir le réseau dans la mise en œuvre de pratiques et de mesures favorisant le bien-être et le développement d'une santé mentale florissante chez les membres de la population étudiante.

La présente Politique s'inscrit dans ce plan d'action et est complémentaire au *Cadre de référence sur la santé mentale étudiante*¹ publié par le MES.

De plus, cette Politique est fortement inspirée du modèle de *Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante*, publiée par le MES.

¹ Le Cadre de référence sur la santé mentale étudiante vise à soutenir les réseaux de l'enseignement collégial public, de l'enseignement collégial privé subventionné et de l'enseignement universitaire dans la mise en œuvre de pratiques et d'initiatives favorisant le bien-être et le développement d'une santé mentale florissante chez les membres de la population étudiante

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE	4
1. DÉFINITIONS	4
2. OBJECTIFS ET CHAMP D'APPLICATION	6
3. PRINCIPES DIRECTEURS	6
4. RÔLES ET RESPONSABILITÉS	6
Conseil d'administration	6
Personnel d'encadrement.....	7
Direction de la vie étudiante (DVÉ).....	7
Direction des études et Direction de la formation continue, services aux entreprises et international.....	8
Direction des ressources humaines	8
Direction des ressources matérielles	8
Membres de la communauté collégiale.....	8
Personne représentant les associations étudiantes	9
5. COMITÉ INSTITUTIONNEL	9
6. CONTINUUM DE SERVICES	10
7. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION	10
Mesures de formation.....	11
8. SERVICES ET INTERVENTION	11
Appréciation des retombées	11
9. DIFFUSION DE LA POLITIQUE	12
10. ENTRÉE EN VIGUEUR	12
11. ÉVALUATION ET RÉVISION	12
ANNEXE	13

PRÉAMBULE

La Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante (ci-après : la Politique) vise à témoigner de la volonté du Cégep de Saint-Jérôme (ci-après : le « Collège ») d'assurer des milieux de vie et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale florissante. Cette Politique reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté en ce qui a trait à la santé mentale étudiante. Cet objectif implique la participation et l'engagement de toutes et tous, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

1. DÉFINITIONS

Approche écosystémique : Selon cette approche, la santé est déterminée par des conditions variées ainsi que par l'interaction entre diverses personnes les unes avec les autres. Les différentes variables (individuelles, environnementales, sociales, économiques, politiques, culturelles, religieuses et physiques) sont prises en compte, appelant ainsi à des interventions de natures multidimensionnelles².

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'étude au sein du Collège, tant à la formation régulière qu'à la formation continue.

Membre du personnel : Toute personne salariée qui travaille au sein du Collège.

Membre de la communauté collégiale : L'ensemble de la population étudiante, du personnel, des personnes employées de l'Institut du véhicule innovant (IVI), des fondations, des associations syndicales et étudiantes présentes au Collège. La communauté collégiale inclut également l'ensemble des partenaires internes du Collège.

Population ayant des besoins particuliers : Communauté étudiante présentant des particularités persistantes, temporaires ou épisodiques, susceptibles de nuire à leur projet scolaire, et ayant un impact tant dans leur réussite que dans l'obtention d'un diplôme. Ces personnes peuvent appartenir à des groupes souvent sous-représentés ou marginalisés.

Pair-aidance : Programme qui jumelle un membre de la population étudiante à un autre dans le but d'offrir une écoute ponctuelle et un soutien confidentiel. La personne pair-aidante peut orienter au besoin la personne accompagnée vers les ressources appropriées.

² Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development : Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA.

Réduction des méfaits : Approche qui consiste principalement dans la réduction des conséquences/répercussions négatives liées à l’usage de drogues, d’alcool ou de toutes autres substances dommageables plutôt que dans l’élimination de sa consommation complète³.

Autosoins : « Les autosoins renvoient à tout ce qu’une personne peut faire par elle-même pour se maintenir en bonne santé. Il s’agit de stratégies qui visent à améliorer les connaissances, les outils et les habiletés de la personne afin de faire face aux difficultés et adopter un rôle proactif dans une démarche pour améliorer sa qualité de vie et sa santé mentale ». Définition du MSSS, 2020⁴.

Santé mentale : État de bien-être permettant à chaque membre de la communauté étudiante de reconnaître ses propres capacités, de se réaliser, de surmonter les tensions normales de la vie, d’accomplir un travail productif et fructueux et de contribuer à la vie de sa communauté⁵.

Santé mentale positive : « La santé mentale positive s’attarde aux aspects mentaux positifs de l’être humain et à son potentiel de croissance, comme ses forces et capacités, le bonheur, des qualités telles que la responsabilité, le courage, la créativité et la persévérance, ainsi que les ressources matérielles et sociales qui les favorisent ou les soutiennent. Une personne ayant un niveau élevé de santé mentale positive est dite avoir une santé mentale florissante, et celle en ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante⁶. »

Service de relation d’aide : Service du Carrefour d’aide aux étudiants dont les intervenantes et intervenants du Service ont comme mandat principal l’aide psychosociale. Elles et ils interviennent directement auprès des personnes étudiantes aux prises avec une problématique de santé mentale ou d’ordre psychosocial ou encore, vivant une détresse psychologique. Elles et ils agissent directement auprès des personnes en intervention individuelle, de groupe ou collective. Les intervenantes et intervenants psychosociaux partagent la conviction que les apprentissages et le développement de l’étudiante ou de l’étudiant se produisent à la fois en classe et en dehors de la classe. Ils croient également que la réussite s’inscrit dans un processus global, continu et cumulatif. Leurs interventions permettent en ce sens de limiter les abandons et les échecs scolaires et de promouvoir le maintien d’une santé mentale florissante.

³ Définition inspirée de : Institut national de santé publique du Québec, *L’approche de réduction des méfaits*, [en ligne], 2012. <https://www.inspq.qc.ca/espace-itss/l-approche-de-reduction-des-mefaits> (Consulté le 2 mai 2022) et de Wikipédia https://fr.wikipedia.org/wiki/R%C3%A9duction_des_m%C3%A9faits

⁴<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-mentale/programme-quebecois-pour-les-troubles-mentaux-pqptm&https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-914-03W.pdf>

⁵ Organisation mondiale de la Santé, *Santé mentale : renforcer notre action*, [en ligne], 2018. <https://www.who.int/fr/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Consulté le 2 mai 2022).

⁶ Institut de la statistique du Québec, *Le concept de santé mentale positive, un aperçu*, [en ligne], 2020. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/concept-de-sante-mentale-positive-aperçu> (Consulté le 2 mai 2022).

2. OBJECTIFS ET CHAMP D'APPLICATION

La Politique s'adresse à l'ensemble de la communauté collégiale et vise à faire état des grandes orientations favorisant une santé mentale étudiante florissante sur chacun des campus du Collège. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la communauté étudiante, le Collège entend :

- offrir à la communauté étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite académique par la mise en place de mesures qui favorisent la santé mentale, et ce, dans le respect de la diversité des besoins de cette population;
- mettre en place des mesures favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes du Collège au regard de la santé mentale;
- participer à l'amélioration de la santé mentale étudiante;
- veiller à ce que ses campus constituent un milieu favorisant l'épanouissement de tous les membres de la communauté étudiante.

3. PRINCIPES DIRECTEURS

Le Collège reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire. Les étudiantes et étudiants ont le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive et par l'adoption de cette Politique, le Collège affirme sa volonté d'y contribuer.

Par l'entremise d'un cadre structurant, le Collège désire créer un milieu de vie et d'études soutenant la santé mentale étudiante, basée sur une approche écosystémique. De ce fait, l'ensemble de la communauté se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice à la santé mentale étudiante. À ce titre, les membres de la communauté collégiale jouent aussi un rôle essentiel en ce qui concerne la mise en place ou le soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur la santé mentale.

4. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

La santé mentale étant influencée par une multitude de facteurs, tous les membres de la communauté collégiale s'engagent collectivement à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale florissante, en assumant les responsabilités suivantes.

Conseil d'administration

- Adopter la présente Politique et les modifications qui seront apportées à celle-ci.

Personnel d'encadrement

- S'assurer de la mise en œuvre de la présente Politique.
- Veiller à l'application et au respect de cette Politique.
- Allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du plan d'action.
- Promouvoir cette Politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale.
- Encourager la présence de représentantes et représentants des populations ayant des besoins particuliers dans les comités décisionnels.
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- Tant pour les étudiantes et étudiants que pour les autres membres du personnel, contribuer à la création et au maintien :
 - d'un climat scolaire inclusif, sécuritaire, bienveillant.
 - d'un climat d'entraide et de non-jugement.

Direction de la vie étudiante (DVÉ)

- S'assurer que les services de relation d'aide, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit diffusée et accessible.
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et interréseaux avec les organismes communautaires et les actrices et les acteurs du réseau de la santé et des services sociaux.
- Favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de l'étudiante ou de l'étudiant présentant des besoins particuliers.
- Aider la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place d'accommodements permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie.
- Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur campus ou dans la communauté environnante.
- Veiller à ce que les besoins des populations ayant des besoins particuliers soient pris en compte.
- S'assurer, en collaboration avec la DRH, que cette Politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment celle visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel.
- Soutenir les départements et les programmes d'études dans leurs engagements en matière de santé mentale étudiante, par exemple en leur fournissant des données probantes.

- Présenter un bilan annuel au comité de direction, des actions effectuées dans le cadre du plan d'action sur la santé mentale étudiante du Collège, en collaboration avec la DRH

Direction des études et Direction de la formation continue, services aux entreprises et international

- Favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive et mettre en place des conditions favorables à leur implantation. À cet égard, rendre disponibles des formations portant sur la pédagogie inclusive.
- Mettre en place des conditions favorables à la santé mentale en s'appuyant sur des données probantes.

Membres du personnel enseignant

- Prendre connaissance des formations, des activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale étudiante offertes, et déterminer celles auxquelles ils souhaitent participer si besoin est.
- Connaître les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées, notamment lorsque l'étudiant ou l'étudiante confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.
- Prendre connaissance des pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive.

Direction des ressources humaines

- Participer à l'offre de formations portant sur la santé mentale auprès des membres du personnel, et ce, en collaboration avec les autres directions.
- S'assurer, en collaboration avec la DVÉ, que cette Politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment celle pour un milieu d'étude et de travail exempt de harcèlement psychologique.
- Présenter un bilan annuel au comité de direction, des actions effectuées dans le cadre du plan d'action sur la santé mentale étudiante du Collège, en collaboration avec la DVÉ.

Direction des ressources matérielles

- Favoriser la mise en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs, en collaboration avec les autres directions.

Membres de la communauté collégiale

- Prendre connaissance de la présente Politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent.

- Participer au développement et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé mentale positive, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion.
- Collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de toutes et tous et au développement d'une santé mentale florissante.
- Être un modèle positif et adopter un comportement respectueux.
- S'informer des formations proposées portant sur la santé mentale et les suivre au besoin.
- S'informer des services psychosociaux du Collège et au besoin, orienter les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées.

Et pour les membres de la communauté étudiante :

- S'informer, aller chercher des services au besoin, afin de recevoir le soutien nécessaire.
- Participer, s'il le souhaite, aux ateliers et aux activités de sensibilisation, de promotion et de prévention offertes portant sur la santé mentale.

Personne représentant les associations étudiantes

- Diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur du Collège et guider la communauté étudiante vers elles.
- Faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale.
- Promouvoir un climat scolaire positif, notamment dans les associations (climat inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect, et où toute forme de violence et d'intimidation est proscrite).
- Veiller à représenter la diversité des voix étudiantes, dont celles des membres des populations ayant des besoins particuliers.

5. COMITÉ INSTITUTIONNEL

Le Collège s'engage à mettre en place un comité institutionnel sur la santé mentale étudiante incluant des personnes représentantes de chacun des centres collégiaux.

Ce comité est composé de 12 à 15 personnes :

- Minimum deux (2) membres de la population étudiante, choisis par une ou plusieurs associations étudiantes;
- Deux (2) membres du personnel enseignant;
- Une, un (1) ou deux (2) membres du personnel de soutien;
- Une, un (1) ou deux (2) membres du personnel professionnel;

- Une ou un (1) membre du personnel-cadre de la Direction de la vie étudiante;
- Une ou un (1) membre du personnel-cadre de la Direction des ressources humaines;
- Une ou un (1) membre du personnel-cadre de la Direction des ressources matérielles;
- Une, un (1) ou deux (2) membres du personnel-cadre;
- Une ou un (1) membre du personnel-professionnel choisi par la Direction de la vie étudiante pour son expertise en matière de santé mentale;
- Une ou un (1) membre représentant les centres collégiaux.

Le mandat de chacun des membres est d'une durée d'une (1) année.

Il aura pour mandat :

- de rédiger un plan d'action ayant pour but de favoriser la promotion d'une santé mentale positive, et de contribuer à la mise en œuvre de celui-ci;
- d'émettre des recommandations à la direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- de proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- de prendre connaissance du bilan annuel des actions effectuées;
- de procéder à la révision de la Politique, au besoin.

6. CONTINUUM DE SERVICES

Le Collège se réfère au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur [Québec.ca](#), pour la mise en œuvre d'un continuum de services tel que présenté en annexe I.

7. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

Le Collège s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale, dans le respect des besoins de la communauté étudiante. Ces actions peuvent porter sur la santé mentale, la réduction des méfaits, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé

mentale⁷. Des programmes axés sur le développement des compétences socioémotionnelles et sur la gestion du stress sont aussi mis en place.

Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes, annuellement, aux membres de la communauté collégiale. Elles portent notamment sur la santé mentale positive, l'inclusion et la santé mentale des populations étudiantes ayant des besoins particuliers, les saines habitudes de vie, les troubles mentaux et les premiers soins psychologiques. Le calendrier des formations est diffusé auprès de la communauté collégiale.

8. SERVICES ET INTERVENTION

Le Collège met en place un système de réception et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la communauté collégiale. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, il met en œuvre un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées. Des programmes de soutien par les pairs et des outils d'autosoins sont également proposés.

Appréciation des retombées

Le Collège apprécie les retombées sur la santé mentale de la communauté étudiante générées par l'ensemble des politiques institutionnelles, des programmes, des pratiques et des règles internes qu'il a mis en place. Les données recueillies permettent de faire le bilan de la mise en œuvre de la Politique, d'analyser les obstacles rencontrés et d'apporter les modifications nécessaires. Les résultats obtenus sont d'abord présentés au comité de direction et ensuite transmis à l'ensemble des membres de la communauté.

⁷ À ce sujet, nous invitons les lecteurs à se référer aux documents suivants :

- Québec. Ministère de la Santé et des Services sociaux, *Programme national de santé publique 2015-2025 : pour améliorer la santé de la population du Québec*, Québec, Gouvernement du Québec, 2015, 85 p. Également disponible en ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2015/15-216-01W.pdf>.
- Isabelle Doré et Jean Caron, « Santé mentale : concepts, mesures et déterminants », *Santé mentale au Québec*, vol. 42, n° 1, printemps 2017, p. 125-145. Également disponible en ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2017-v42-n1-smq03101/1040247ar/>.

9. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

Le Collège s'assure de diffuser la Politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale, notamment en la publiant sur son site Web.

10. ENTRÉE EN VIGUEUR

La Direction de la vie étudiante a la responsabilité de l'application de la présente Politique. La présente Politique entre en vigueur le jour de son adoption par le conseil d'administration du Collège.

11. ÉVALUATION ET RÉVISION

Si nécessaire, la présente Politique passera par un processus d'évaluation. Le comité institutionnel sera chargé de sa révision en fonction de l'évolution des pratiques.

ANNEXE

I. PASME page 20

PLAN D'ACTION SUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR
2021-2026

Cadre pour la santé mentale des étudiants postsecondaires



Source : Canadian Association of College & University Student Services / Canadian Mental Health Association. (2013). Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach. <https://healthycampuses.ca/wp-content/uploads/2014/09/The-National-Guide.pdf> (traduit par CAPRES)