

Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante

Type de document :

☐ Règlement ☒ Politique ☐ Directive ☐ Procédure

Instance d'approbation :

☒ Conseil d'administration ☐ Comité de direction

Politique adoptée le 21 juin 2023

L'utilisation des termes génériques masculins permet d'alléger le texte
sans intention de discrimination.

TABLE DES MATIÈRES

1. OBJET	5
2. ÉNONCÉ	5
3. DÉFINITIONS	5
3.1. Personnes ou entités.....	5
3.2. Concepts reliés à la santé mentale	7
4. OBJECTIFS	7
5. CHAMP D'APPLICATION.....	8
6. PRINCIPES DIRECTEURS	8
7. MODALITÉS.....	8
7.1. Comité institutionnel permanent	8
7.2. Continuum de services.....	8
7.2.1. Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention	8
7.2.2. Mesures de formation	9
7.2.3. Mesures d'intervention	9
7.2.4. Évaluation des actions mises en œuvre	9
8. RÔLES ET RESPONSABILITÉS.....	9
8.1. Conseil d'administration	9
8.2. Comité de direction.....	9
8.3. Secrétariat général	10
8.4. Direction des études	10
8.5. Comité institutionnel permanent	10
8.6. Direction adjointe des études – Services aux étudiants et directions des centres d'études	10
8.7. Membres des équipes psychosociales, des services adaptés et des aides pédagogiques individuels	11
8.8. Membres du personnel.....	11
8.9. Associations étudiantes	12
8.10. Population étudiante	12
9. APPLICATION	12
10. DIFFUSION DE LA POLITIQUE	12
11. APPROBATION	12
12. ENTRÉE EN VIGUEUR ET RÉVISION	13

1. OBJET

La présente Politique témoigne de la volonté du Cégep de La Pocatière d'assurer un milieu de vie et d'études sain, sécuritaire, bienveillant et propice à une santé mentale florissante. Elle vise également à s'assurer que les initiatives mises en place soient fondées sur les meilleures pratiques et que la santé mentale et le bien-être de la population étudiante soient au cœur des processus décisionnels.

La Politique s'inscrit dans le déploiement du *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026* (PASME) du ministère de l'Enseignement supérieur.

Elle s'applique également dans le respect des règles suivantes :

- *Règlement n° 21 relatif au code de vie;*
- *Politique de respect des personnes;*
- *Politique visant à prévenir et à contrer les violences à caractère sexuel.*

2. ÉNONCÉ

Le Cégep souhaite créer des conditions environnementales propices à l'épanouissement de tous les étudiants en se basant sur les valeurs d'équité sociale et de durabilité, et ce, en soutenant le développement global de la personne et le renforcement de ses capacités.

La participation et l'engagement de toutes les parties prenantes, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective, est essentielle pour soutenir la création de conditions qui favorisent l'acquisition de connaissances et le développement d'une santé mentale positive.

3. DÉFINITIONS

3.1. Personnes ou entités

Associations étudiantes

Organismes accrédités par le Ministère qui ont pour fonctions principales de représenter les étudiants du Cégep et de promouvoir leurs intérêts, notamment en matière d'enseignement, de pédagogie, de services aux étudiants et d'administration du Cégep. Le Cégep peut compter une association étudiante par campus.

Cégep

Collège d'enseignement général et professionnel. Dans le cas de cette Politique, le terme Cégep désigne le Cégep de La Pocatière et ses centres d'études collégiales de Montmagny et du Témiscouata.

Communauté collégiale

Tous les étudiants, les employés et les partenaires opérant leurs activités commerciales ou professionnelles dans le cégep.

Étudiant

Toute personne inscrite à un cours ou à un programme d'études au Cégep.

Employé

Toute personne ayant un lien d'emploi avec le Cégep.

Ministre ou ministère

Instance gouvernementale responsable de l'enseignement collégial.

Population ayant des besoins particuliers¹

Notamment :

- les personnes en situation de handicap, notamment en situation de handicap dit invisible (trouble d'apprentissage, trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité, trouble de santé mentale, trouble du spectre de l'autisme, etc.);
- les étudiants en contexte de vulnérabilité;
- les étudiants internationaux ou issus de l'immigration récente;
- les étudiants qui ont un rapport non traditionnel aux études, c'est-à-dire qui travaillent, qui assument des responsabilités parentales ou qui doivent composer avec les effets d'un parcours de formation marqué par des changements, des interruptions et des retours aux études;
- les étudiants athlètes;
- les étudiants ayant des responsabilités financières significatives;
- les membres de la diversité sexuelle et de genre.

¹ https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/plan-action_reussite-ens-sup.pdf?1631554079

3.2. Concepts reliés à la santé mentale

Santé mentale

État de bien-être permettant à chacun 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 communauté².

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 languissante³.

Réduction des méfaits

Approche qui consiste principalement dans la réduction des conséquences négatives liées à l'usage des drogues plutôt que dans l'élimination du comportement d'usage lui-même⁴.

4. OBJECTIFS

La présente Politique vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et propices à une santé mentale florissante sur les campus du Cégep. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la communauté étudiante, le Cégep entend :

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

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

³ 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).

⁴ 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).

5. CHAMP D'APPLICATION

La présente Politique s'adresse à l'ensemble des membres de la communauté collégiale.

6. PRINCIPES DIRECTEURS

Le Cégep de La Pocatière reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaires. Les étudiants ont le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive. La présente Politique affirme la volonté du Cégep de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale des étudiants, par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Cégep considère la santé mentale selon une approche écosystémique. De ce fait, l'ensemble de la communauté collégiale se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice au bien-être et à la santé psychologique. À ce titre, tout le personnel, les représentants des étudiants et les syndicats sont considérés comme des piliers en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant la santé mentale. Ils 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 le bien-être.

7. MODALITÉS

7.1. Comité institutionnel permanent

Le comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante, composé notamment de représentants de la direction, du personnel enseignant, professionnel et de soutien et des représentants de la communauté étudiante choisis par les associations étudiantes, a notamment comme mandat d'élaborer, de réviser et d'assurer le suivi de la Politique.

7.2. Continuum de services

Le Cégep se réfère au *Cadre de référence sur la santé mentale étudiante*⁵ pour la mise en œuvre d'un continuum de services.

7.2.1. Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention

Le Cégep 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 mentale.

⁵ https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/PASME_cadre-reference.pdf?1643381028

7.2.2. Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux membres du personnel ainsi qu'à la communauté étudiante. 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.

7.2.3. Mesures d'intervention

Le Cégep offre aux étudiants un accompagnement adapté, de courte durée, en évaluant leurs besoins et leur réalité, ainsi qu'en les orientant vers les ressources internes ou externes appropriées. Ce service est gratuit et confidentiel.

7.2.4. Évaluation des actions mises en œuvre

Le comité institutionnel permanent collige les retombées générées par l'ensemble des actions mises en œuvre dans le cadre de l'application de cette présente Politique, concernant leurs impacts sur la santé mentale de la communauté étudiante.

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 au plan d'action.

8. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

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

8.1. Conseil d'administration

- Adopter la Politique et les modifications dont celle-ci pourrait faire l'objet.

8.2. Comité de direction

- Prendre connaissance, analyser et adopter le plan d'action annuel du comité institutionnel permanent;
- Évaluer les propositions du comité institutionnel permanent et prendre les décisions institutionnelles nécessaires dans l'atteinte des objectifs de la présente Politique en allouant les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du plan d'action;

- Prendre connaissance du bilan annuel du comité institutionnel permanent et son rapport de la mise en œuvre de la présente Politique;
- Soumettre au conseil d'administration les modifications à apporter à la présente Politique.

8.3. Secrétariat général

- S'assurer que cette Politique soit cohérente et complémentaire aux autres politiques institutionnelles;
- S'assurer de la diffusion de la Politique.

8.4. Direction des études

- S'assurer de l'application de cette Politique;
- Soutenir le comité institutionnel permanent dans l'élaboration de son plan d'action annuel;
- Présenter au comité de direction le plan d'action annuel du comité institutionnel permanent pour adoption;
- Présenter au comité de direction le bilan du plan d'action annuel du comité institutionnel permanent et son rapport de la mise en œuvre de la présente Politique.

8.5. Comité institutionnel permanent

- Élaborer annuellement et soumettre au comité de direction un plan d'action pour favoriser une santé mentale étudiante florissante en proposant des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- Assurer la mise en œuvre du plan d'action annuel;
- Soumettre un bilan du plan d'action annuel à la Direction des études;
- Évaluer la mise en œuvre de la présente Politique en fonction de l'évolution des pratiques probantes et des besoins de la communauté collégiale;
- Émettre des recommandations à la Direction des études en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante.

8.6. Direction adjointe des études – Services aux étudiants et directions des centres d'études

- S'assurer que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion, de prévention et d'intervention en santé mentale soient mis en place;

- Offrir des ateliers et formations portant sur la santé mentale à la communauté étudiante et aux membres du personnel;
- Soutenir les équipes psychosociales dans la réalisation de leurs rôles et responsabilités;
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et interréseaux en créant des liens avec les services offerts par le réseau de la santé et des services sociaux ainsi qu'avec les organismes communautaires.

8.7. Membres des équipes psychosociales, des services adaptés et des aides pédagogiques individuels

- Favoriser et soutenir les initiatives faisant la promotion de l'engagement et de la participation sociale des étudiants dans le cégep ou dans la communauté environnante;
- Veiller à ce que les étudiants ayant des besoins particuliers soient pris en compte en favorisant les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, et en encourageant la présence de ces derniers dans les comités décisionnels;
- Guider la communauté étudiante vers les ressources disponibles en santé mentale;
- Réaliser des projets de repérage et de dépistage des étudiants en situation de besoin ou de vulnérabilité auprès des employés.

8.8. Membres du personnel

- Promouvoir les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiants vers les ressources appropriées;
- Utiliser des pratiques reconnues pour être favorables à une santé mentale positive, dont notamment la pédagogie inclusive, l'évaluation exhaustive et l'analyse des besoins exprimés, l'approche orientée vers les solutions, qui en sont quelques exemples;
- Mettre en place des conditions favorables à la santé mentale comme des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires et inclusifs, qui contribuent à la création et au maintien d'un climat d'études positif, d'entraide et de bienveillance en s'appuyant sur des données probantes;
- Faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes (intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'un étudiant confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement;
- Être un modèle positif pour les étudiants en écoutant ses propres besoins et ceux des autres, en communiquant ses émotions et en adoptant un comportement respectueux.

8.9. Associations étudiantes

- Diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur du cégep et guider la communauté étudiante vers elles;
- Faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- Promouvoir un climat d'études 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.

8.10. Population étudiante

- S'informer, aller chercher des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire. Bien que les étudiants soient libres de divulguer ou non des renseignements personnels, la mention de la présence d'un diagnostic, de suivis ou d'autres services permet à ces ressources de mieux analyser les besoins et d'y offrir la réponse la plus appropriée;
- Lorsque souhaité, remettre tout document pertinent aux personnes concernées et signer la demande de consentement visant l'échange d'informations entre les différentes parties intéressées.

9. APPLICATION

La Direction des études est responsable de l'application de cette Politique.

10. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

Le Secrétariat général a la responsabilité de mettre à la disposition de la communauté collégiale les documents du cahier de gestion. Tous sont accessibles sur le site intranet du Cégep. Les règlements et politiques sont également disponibles au grand public via le site Web du Cégep.

11. APPROBATION

La présente Politique est adoptée par le conseil d'administration le 21 juin 2023.

12. ENTRÉE EN VIGUEUR ET RÉVISION

La présente Politique entre en vigueur dès son adoption et sera révisée cinq ans après celle-ci ou à la demande du conseil d'administration.