

POLITIQUE

POLITIQUE SUR LA SANTÉ MENTALE COLLÉGIALE		DATE : 25 septembre 2024 SECTION : Politique NUMÉRO : P202
SERVICE ÉMETTEUR : Direction des services aux étudiants et Communications	ADOPTION : CA-2024-09-25 – 474 ^e	MODIFICATIONS :
DESTINATAIRE : À toute la communauté collégiale		

PRÉAMBULE

La santé mentale des acteurs et des actrices des établissements d'enseignement postsecondaire représente un enjeu phare sur lequel les milieux agissent depuis plusieurs années. En cohérence avec ce mouvement, le ministère de l'Enseignement supérieur (MES) publiait, à l'automne 2022, le Plan d'action en santé mentale étudiante 2021-2026 (PASME). Il affirmait ainsi sa volonté de soutenir le réseau dans la mise en place de mesures favorisant la santé mentale et le bien-être de la population étudiante.

Parmi les mesures proposées dans ce plan se retrouve celle d'adopter une politique institutionnelle en santé mentale. La *Politique sur la santé mentale collégiale* vise à témoigner de la volonté des établissements d'assurer des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale positive pour tous et toutes. Elle reconnaît l'importance de l'engagement de l'entièreté des membres de la communauté, et ce, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

Cette prise de position en faveur de la promotion de la santé mentale vise à renforcer la réalisation de la mission d'enseignement des établissements. Cette prémisse est chère au cégep de Saint-Laurent, qui a opté pour une politique en santé mentale s'adressant à toute la communauté collégiale : les membres du personnel et la population étudiante. Cette *Politique*¹ vient par ailleurs confirmer l'engagement que le Cégep avait pris dans son *Plan de développement stratégique 2021-2026* en regard du bien-être et de la santé mentale de sa communauté.

Le cégep de Saint-Laurent s'engage donc à être un acteur de changement dans ce grand chantier de mobilisation visant à favoriser le bien-être de toutes et de tous. Un regard bienveillant dans les actions de chaque personne représente dorénavant la pierre d'assise de ce mouvement.

¹ Le contenu de la *Politique* a été grandement inspiré des résultats du rapport de consultation interne sur la santé mentale au cégep de Saint-Laurent, réalisé à l'automne 2021 par Catherine Beaulieu et Charlotte Giroux (2022).

ARTICLE 1.00 — DÉFINITIONS

PERSPECTIVE 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 multidimensionnelles. »²

BIENVEILLANCE : « Processus réflexif et axé sur l'action concernant la découverte de l'autre et l'adoption de comportements visant à le reconnaître, à le valoriser, à lui faire confiance et à favoriser son développement. Il n'y a pas de bienveillance si le receveur ou la receveuse ne le ressent pas. »³

COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE : La communauté du cégep de Saint-Laurent comprend le personnel d'encadrement, enseignant, professionnel, de soutien, incluant les personnes salariées du Cégep en prêt de service dans les organismes, ainsi que la population étudiante, incluant les étudiants et les étudiantes qui sont en stage, et les usagers et les usagères qui fréquentent le Cégep (jour, soir et fin de semaine) en incluant les personnes travaillant dans les locaux hors campus.

DIVERSITÉ : « Puisque la diversité est la norme au sein de la société, ce terme est employé pour définir un vaste éventail de qualités et d'attributs humains au sein d'un groupe, d'une organisation ou d'une société. Ses dimensions comprennent, sans y être limitées, l'origine, la culture, l'ethnicité, l'identité de genre, la langue, les capacités physiques et intellectuelles, la couleur de la peau, la religion, le sexe, l'orientation sexuelle et le statut socio-économique. »⁴

ÉDUCATION INCLUSIVE : « L'éducation inclusive désigne une approche qui consiste à reconnaître la diversité des profils des personnes étudiantes, et à s'efforcer de créer des environnements et des lieux d'apprentissage susceptibles de répondre à leurs différents besoins. »⁵

ÉQUITÉ : « Traitement juste, inclusif et respectueux de chaque personne. L'équité implique qu'il faut tenir compte des différences individuelles dans le traitement des personnes. Les mesures visant à promouvoir l'équité visent à assurer l'accès de toutes les personnes aux possibilités et aux ressources répondant à leurs besoins en tenant compte des obstacles et des défis individuels, systémiques et institutionnels qui nuisent à l'obtention de résultats égaux. »⁶

INCLUSION : « L'inclusion fait référence à l'action de mettre en place un environnement respectueux de la diversité qui intègre pleinement l'ensemble des membres de sa communauté, qui les accompagne et leur offre des mesures de soutien pour favoriser le bien-être et leur accomplissement. »⁷

² Gouvernement du Québec – ministère de l'Enseignement supérieur (2022). Cadre de référence sur la santé mentale étudiante. En ligne : www.quebec.ca.

³ Hawk et Lyon (2008) cité dans Tremblay (2019). Enquête sur les attitudes et les pratiques des enseignantes et enseignants en sciences de la santé, pures et appliquées du collégial à l'égard de la bienveillance (Doctoral dissertation, Université de Sherbrooke).

⁴ Collège Ahuntsic (2022). Portail (auto)éducatif EDI. Site web: <https://www.collegeahuntsic.qc.ca/portail-edi>

⁵ Université du Québec à Montréal – Bureau de l'inclusion et de la réussite étudiante. Site web : <https://bire.uqam.ca/inclusion/education-inclusive/>

⁶ Op.cit. 4

⁷ Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur (2023). Équité, diversité et inclusion (EDI) : au cœur de la réussite étudiante. En ligne : <https://www.oresquebec.ca/dossiers/equite-diversite-et-inclusion-edi-au-coeur-de-la-reussite-etudiante/>

PRÉVENTION DES TROUBLES MENTAUX : « La prévention des troubles mentaux vise à réduire l'incidence de la maladie en agissant sur les facteurs de risque qui menacent la santé mentale des individus avant l'apparition des problèmes. Elle englobe les actions sur les facteurs de risque associés aux troubles mentaux et aux conditions pathogènes, mais également celles s'adressant à des groupes de personnes à risque de développer des problèmes de santé mentale. »⁸

PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE : « Réfère aux mesures qui permettent de maximiser la santé mentale et le bien-être des individus et des collectivités. Elle cible l'ensemble de la population et centre son action sur les déterminants de la santé mentale qui contribuent à accroître le pouvoir d'agir et les capacités d'adaptation des communautés ainsi que celles des individus. »⁹

SANTÉ MENTALE (POSITIVE) : « La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui permet à la personne d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser son potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté. Elle fait partie intégrante de la santé et du bien-être, sur lesquels reposent les capacités individuelles et collectives à prendre des décisions, à nouer des relations et à bâtir le monde dans lequel chaque personne vit. La santé mentale est un droit fondamental de tout être humain. C'est aussi un aspect essentiel du développement personnel, communautaire et socioéconomique. La santé mentale ne se définit pas seulement par l'absence de trouble mental. Il s'agit d'une réalité complexe qui varie d'une personne à une autre, avec divers degrés de difficulté et de souffrance et des manifestations sociales et cliniques qui peuvent être très différentes. »¹⁰

SENSIBILISATION À LA SANTÉ MENTALE : La sensibilisation vise à augmenter les connaissances et la compréhension des déterminants de la santé mentale par le biais de plusieurs actions pour l'ensemble des acteurs et des actrices du Cégep. Une sensibilisation accrue à la santé mentale contribue à diminuer la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale et encourage une culture de recherche d'aide.

ARTICLE 2.00 — CHAMPS D'APPLICATION

La présente *Politique* s'applique à l'ensemble de la communauté du Cégep : les membres du personnel et la population étudiante. Elle s'inscrit dans une démarche visant à mobiliser les partenaires, fournisseurs et locataires de sa communauté externe dans l'atteinte de ses objectifs en promotion de la santé mentale collégiale. Elle est également en cohérence, en complémentarité et en respect des autres politiques et règlements du Cégep.

ARTICLE 3.00 — PRINCIPES GÉNÉRAUX

Le Cégep et l'ensemble de ses membres reconnaissent les principes suivants :

3.01 L'ensemble de la communauté se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu bienveillant propice au bien-être et à la santé mentale ;

⁸ Institut National de Santé Publique. (2008). Avis scientifique sur les interventions efficaces en promotion de la santé mentale et en prévention des troubles mentaux. En ligne : <http://www.inspq.qc.ca>.

⁹ Ibid.

¹⁰ Organisation Mondiale de la Santé. (2018). Santé mentale : renforcer notre action. En ligne : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

- 3.02** La santé mentale se définit par la perspective écosystémique. Elle est tributaire d'un ensemble de facteurs individuels, sociaux, pédagogiques, environnementaux et politiques. Elle est dynamique et résulte de multiples interactions et non de l'individu uniquement ;
- 3.03** La participation active des personnes concernées à l'élaboration et au déroulement des actions et services leur étant destinés offre une meilleure adéquation à leurs besoins ;
- 3.04** La santé mentale positive est un déterminant-clé de l'engagement, de la persévérance et de la réussite éducative de la population étudiante ;
- 3.05** Les connaissances et les compétences en promotion de la santé mentale des divers membres de la communauté sont essentielles au développement et au maintien d'un milieu sain et favorable à la santé mentale positive ;
- 3.06** Les actions et activités déployées au Cégep doivent être en cohérence avec les principes d'équité, de diversité et d'inclusion. Ces principes visent la prise en compte des besoins, des expériences et des réalités diversifiées de toute la communauté collégiale.

ARTICLE 4.00 — OBJECTIFS

Par la présente *Politique*, le Cégep vise les objectifs suivants :

- 4.01** Préciser les grandes orientations et les responsabilités des acteurs et des actrices du Cégep favorisant le bien-être et le développement d'une bonne santé mentale pour la communauté collégiale ;
- 4.02** Veiller à ce que l'ensemble des actions et pratiques déployées au Cégep soutienne la mise en place d'un environnement bienveillant et inclusif pour l'ensemble de la communauté collégiale ;
- 4.03** Mettre en place un comité permanent sur la santé mentale collégiale et définir sa composition, son rôle et ses responsabilités ;
- 4.04** Déployer un continuum d'actions en santé mentale allant de la promotion, la sensibilisation et à la prévention, et assurer une offre de services de courte durée et de crise.

ARTICLE 5.00 — RÔLES ET RESPONSABILITÉS

L'ensemble des acteurs et des actrices du Cégep s'engage collectivement à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale positive. Les rôles et responsabilités de ces personnes sont présentés ci-dessous.

5.01 TOUS LES MEMBRES DE LA COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE

L'ensemble de la communauté collégiale s'engage à :

- Prendre connaissance et respecter la présente *Politique* ainsi que les rôles et les responsabilités qui s'y rattachent ;
- Collaborer à l'amélioration 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 ;

- Développer en continu une approche bienveillante dans toutes les actions et pratiques réalisées au sein de la communauté collégiale ;
- Participer à des activités de formation ou de sensibilisation en lien avec la promotion de la santé mentale organisées par le Cégep ;
- Prendre connaissance des différents services et des ressources disponibles au Cégep et en faire la promotion lorsque nécessaire ;
- Agir de manière proactive en regard de sa propre santé mentale.

5.02 COMITÉ PERMANENT SUR LA SANTÉ MENTALE

Ce comité de concertation représente les différentes instances de la communauté du Cégep. Il est un forum de réflexion, où la diversité de points de vue permet d'enrichir la vision et les actions du Cégep en lien avec la santé mentale. Les membres du comité sont des ambassadeurs et des ambassadrices au Cégep.

Le mandat du comité est le suivant :

- Assurer le suivi de la *Politique* ;
- Mettre en place une vigie des besoins de la communauté en lien avec la promotion de la santé mentale positive ;
- Émettre des recommandations quant aux actions, pratiques et formations à déployer au Cégep pour favoriser la santé mentale de tous et de toutes, et contribuer à leur mise en œuvre ;
- Réaliser un bilan annuel des activités de sensibilisation, de prévention et de formation offertes ;
- Réviser la *Politique* au moins tous les cinq ans (5 ans).

Le comité permanent est composé de quatre personnes représentant respectivement :

- La direction des ressources humaines ;
- La direction des études ;
- Les membres du personnel de soutien ;
- Les membres du personnel professionnel.

Et de deux personnes pour chacun des groupes suivants :

- La Direction des services aux étudiants et des communications, dont une personne travaillant aux services psychosociaux ;
- Le personnel enseignant ;
- La population étudiante (idéalement une personne du secteur pré-universitaire et une personne du secteur technique).

5.03 DIRECTION GÉNÉRALE

La Direction générale est responsable de :

- Assurer la mise en place d'un milieu de vie bienveillant et favorisant la santé mentale positive de toutes et de tous au Cégep ;
- Veiller à ce que toutes les directions du Cégep incluent les principes de la promotion de la santé mentale et de la bienveillance dans les activités de leurs secteurs respectifs.

5.04 DIRECTION DES SERVICES AUX ÉTUDIANTS ET DES COMMUNICATIONS (DSAECOM)

La DSAECOM est responsable de :

- Veiller à la mise en œuvre et à la diffusion de la présente *Politique* ;

- S'assurer que cette *Politique* soit cohérente, complémentaire et en respect des autres politiques du Cégep et au PASME ;
- Organiser et coordonner les services, les activités et les formations en santé mentale selon un continuum cohérent ;
- Diffuser des initiatives et des informations pertinentes en santé mentale en s'assurant qu'elles atteignent leur public cible au Cégep ;
- Piloter le comité permanent sur la santé mentale et s'assurer des liens avec les autres comités en place au Cégep ;
- Mettre en place et rendre accessible pour les personnes étudiantes des services de prévention, d'intervention et de soutien en santé mentale ;
- Favoriser la participation des acteurs et des actrices du Cégep, incluant les personnes étudiantes, à divers niveaux dans la planification et l'organisation des services et activités leur étant destinés ;
- En collaboration avec la Direction des études, soutenir les personnes enseignantes et la population étudiante afin de développer et maintenir un climat de classe sain et bienveillant.

5.05 DIRECTION DES ÉTUDES (DÉ)

La DÉ est responsable de :

- Soutenir les départements dans la mise en place de relations pédagogiques et de climats de classe bienveillants ;
- Promouvoir les pratiques d'éducation inclusive chez le personnel enseignant afin de répondre à la diversité des besoins de la population étudiante ;
- Mettre en place et poursuivre les mécanismes pour assurer les actions concertées des enseignantes et des enseignants dans les programmes ;
- Collaborer avec la DSAECOM au déploiement de cette *Politique*.

5.06 DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES (DRH)

La DRH est responsable de :

- Collaborer avec la DSAECOM pour proposer des formations sur la santé mentale destinées au personnel du Cégep ;
- Mettre en place les conditions favorisant la formation et de développement des connaissances en continu du personnel sur la santé mentale.

5.07 DIRECTION DES RESSOURCES MATÉRIELLES (DRM)

La DRM est responsable de :

- Mettre en place et poursuivre l'amélioration de lieux physiques afin de les rendre accueillants, sécuritaires et favorisant l'inclusion et les relations sociales.

5.08 DIRECTION DES RESSOURCES TECHNOLOGIQUES (DRT)

La DRT est responsable de :

- Mettre en place et poursuivre l'amélioration d'outils technologiques et d'espaces virtuels afin de les rendre conviviaux, sécuritaires et favorisant l'inclusion sociale ;
- Soutenir les initiatives technologiques du Cégep favorisant l'éducation inclusive et la santé mentale.

ARTICLE 6.00 — MESURE DE SENSIBILISATION, DE PRÉVENTION ET DE PROMOTION À LA SANTÉ MENTALE POSITIVE

6.01 MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION EN SANTÉ MENTALE

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. Ces actions peuvent porter sur la santé mentale, la bienveillance, la réduction des méfaits, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale.

6.02 MESURES DE FORMATION

Des formations sur la santé mentale sont offertes au personnel et 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.

6.03 SERVICES ET INTERVENTIONS

Le Cégep offre un éventail de services, d'intervention ponctuelles, d'accompagnement et de référence pour soutenir et favoriser la santé mentale de tous et de toutes. Il s'engage à le promouvoir et à le faire connaître par l'ensemble de la communauté de l'établissement.

ARTICLE 7.00 — RESPONSABLE DE LA POLITIQUE

La DSAECOM est responsable de l'application de la présente *Politique*.

ARTICLE 8.00 — ENTRÉE EN VIGUEUR ET RÉVISION

8.01 ENTRÉE EN VIGUEUR

La présente *Politique* entre en vigueur au moment de son adoption par le conseil d'administration du Cégep.

8.02 RÉVISION

La révision et la mise à jour de la *Politique* sont prévues au moins tous les cinq (5) ans.