



Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante
Responsable : Direction des affaires étudiantes et de l'international

Adoptée par le Conseil d'administration
26 mars 2024

La politique est rédigée en forme épiciène.

Table des matières

..		
Article 1.	Préambule	3
Article 2.	Principes généraux	3
Article 3.	Objectif et champ d'application	3
Article 4.	Définitions	4
Article 5.	Rôles et responsabilités	4
5.1	Conseil d'administration	4
5.2	Direction générale	4
5.3	Direction des affaires étudiantes et de l'international	4
5.4	Direction des études / Direction de la formation continue	5
5.5	Direction des communications	5
5.6	Direction des services administratifs	5
5.7	Toutes les directions	5
5.8	Membres du personnel de soutien et du personnel professionnel	6
5.9	Membres du personnel enseignant	6
5.10	Personnes représentant l'association étudiante (REECSH)	6
5.11	Membres de la communauté étudiante	6
Article 6.	Comité institutionnel	7
Article 7.	Continuum de services	8
Article 8.	Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention	8
Article 9.	Mesures de formation	8
Article 10.	Services et intervention	8
Article 11.	Appréciation des retombées	9
Article 12.	Diffusion de la politique	9
Article 13.	Entrée en vigueur	9
Article 14.	Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique	9

Article 1.

Préambule

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.

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté de l'établissement d'assurer des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale florissante. Elle 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 les parties prenantes, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

Article 2.

Principes généraux

Le Cégep de Saint-Hyacinthe, ci-après appelé le Cégep, reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaires. Les membres de la communauté étudiante 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 membres de la communauté étudiante, 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 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, les membres de la direction, les gestionnaires, les différentes catégories de personnel et les personnes représentant les associations étudiantes ou les syndicats sont considérés comme essentiels en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant la santé mentale.

Article 3.

Objectif et champ d'application

La présente politique est une politique institutionnelle. Elle s'adresse donc à l'ensemble de la communauté du Cégep, c'est-à-dire aux membres de la communauté étudiante ainsi qu'au personnel de l'établissement et aux gestionnaires.

Elle vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et une santé mentale florissante sur les campus de l'établissement. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale des membres de la communauté étudiante, le Cégep entend

- offrir un environnement qui soutient la persévérance et la réussite scolaire 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 communauté ;

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.

- 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 toutes et tous.

Article 4.

Définitions

Approche écosystémique : « Selon cette approche, la santé globale est déterminée par des conditions variées ainsi que par l'interaction entre diverses personnes. Les différentes variables (individuelles, environnementales, sociales, économiques, politiques, culturelles, religieuses et physiques) sont prises en compte, appelant ainsi à des interventions de nature multidimensionnelle¹. »

Membre de la communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'études au sein du Cégep, tant à la formation ordinaire qu'à la formation continue.

Membre du personnel : Toute personne salariée qui travaille au sein de l'établissement.

Membre de la communauté de l'établissement : Toute personne travaillant ou étudiant au Cégep.

Population ayant des besoins particuliers² : Membres de la communauté étudiante pouvant notamment

- appartenir aux communautés autochtones ;
- provenir de l'extérieur du Québec ou être issus de l'immigration ;
- appartenir à une minorité ethnique ;
- être en situation de handicap ;
- appartenir à la diversité sexuelle et de genre ;
- être étudiant de première génération ;
- être issus de milieux socioéconomiques défavorisés ;
- être parents aux études ou proches aidants.

Santé mentale : État de bien-être permettant à tous de reconnaître leurs 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 leur communauté³.

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 le favorisent ou le soutiennent. Une personne ayant un niveau élevé de santé mentale positive est dite avoir une santé mentale florissante, et celle ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante⁴. »

¹ Urie Bronfenbrenner (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA, cité dans *Cadre de référence en santé mentale étudiante*, gouvernement du Québec, 2021.

² Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (2021-2026), Gouvernement du Québec, ministère de l'Enseignement supérieur, p. 14.

³ 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).

⁴ 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).

Article 5.

Rôles et responsabilités

La santé mentale étudiante étant influencée par une multitude de facteurs, toutes les parties prenantes de l'établissement s'engagent collectivement à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale florissante. Voici leurs rôles et leurs responsabilités.

5.1 Conseil d'administration

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

5.2 Direction générale

- S'assurer de la mise en œuvre, de l'application et du respect de la présente politique ;
- Allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du plan d'action.

5.3 Direction des affaires étudiantes et de l'international (DAEI)

- Veiller à l'application et au respect de cette politique ;
- S'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment celles visant à prévenir et à contrer les violences à caractère sexuel en enseignement supérieur, la discrimination, le harcèlement et la violence. En effet, ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risques liés à la santé mentale étudiante ;
- Faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale étudiante soient mis en place, et que l'information portant sur ces services soit accessible ;
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et interréseaux. À ce titre, les organismes communautaires sont des partenaires essentiels dans la communauté en ce qui touche la santé mentale étudiante. Il importe de créer des liens avec eux, et de les intégrer dans les activités de promotion de la santé mentale étudiante et dans les services offerts aux membres de la communauté étudiante lorsque c'est pertinent. Cela est également valable pour les membres du réseau de la santé et des services sociaux ;
- Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale de la communauté étudiante dans son établissement ou dans la communauté environnante ;
- Contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire positif (inclusif, sécuritaire, bienveillant) ;
- Encourager la présence de membres de la communauté collégiale représentant les différentes populations, dont celle présentant des besoins particuliers dans les comités pertinents.

5.4 Direction des études (DE) / Direction de la formation continue

- Appliquer les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises et raisonnables, dans le but de soutenir le bien-être des membres de la communauté étudiante présentant des besoins particuliers ;
- Favoriser la conciliation études-famille par la mise en place de stratégies réalistes permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie ;
- Contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire positif (inclusif, sécuritaire, bienveillant).

5.5 Direction des communications

- Promouvoir et rendre accessible cette politique en la diffusant sur les différentes plateformes de communication du Cégep, notamment sur le site Web, les réseaux sociaux et le portail informatique afin de la rendre facilement accessible aux membres de la communauté étudiante.

5.6 Direction des services administratifs

- Mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs.

5.7 Toutes les directions

- Encourager la présence de personnes représentant des populations ayant des besoins particuliers dans les comités pertinents ;
- Guider au besoin les membres de la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles ;
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale étudiante ;
- Offrir et promouvoir des formations portant sur la santé mentale étudiante ;
- Être un modèle positif pour la communauté étudiante en écoutant ses propres besoins et ceux des autres, et en adoptant un comportement respectueux ;
- Favoriser un climat d'entraide et de non-jugement, par les membres du personnel, pour les membres de la communauté étudiante.

5.8 Membres du personnel de soutien et du personnel professionnel

- S'informer quant aux formations proposées portant sur la santé mentale étudiante et y participer sur une base volontaire ;
- Contribuer à la création et au maintien d'une culture de respect, d'entraide 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 et au développement d'une santé mentale florissante ;
- Être un modèle positif pour les membres de la communauté étudiante en écoutant ses propres besoins et ceux des autres, et en adoptant un comportement respectueux ;
- Guider au besoin les membres de la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

5.9 Membres du personnel enseignant

- S'informer quant aux formations proposées portant sur la santé mentale étudiante et y participer sur une base volontaire ;
- Contribuer à la création et au maintien d'une culture de respect, d'entraide et de bienveillance favorable à la santé mentale positive, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion ;
- Favoriser la bonne santé mentale étudiante, notamment à travers des pratiques pédagogiques privilégiées par chaque membre du personnel enseignant ;
- Favoriser les mesures d'adaptation, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de la communauté étudiante présentant des besoins particuliers ;
- Être ouvert à la conciliation famille-études par la considération de mesures d'adaptation permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie ;
- Guider au besoin des membres de la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

5.10 Personnes représentant l'association étudiante (REECSH)

- Diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur de l'établissement, et guider la communauté étudiante vers elles ;
- Faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale étudiante ;
- Promouvoir un climat positif au sein de l'association étudiante et dans toutes les activités qui s'y rattachent (climat inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect) ;
- Veiller à représenter la diversité des voix étudiantes.

5.11 Membres de la communauté étudiante

- S'informer sur les ressources d'aide disponibles aux membres de la communauté étudiante selon ses besoins ;
- Entreprendre les démarches nécessaires auprès des services concernés, selon ses besoins. Communiquer aux personnes-ressources du collège les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire.

Article 6.

Comité institutionnel

Le Cégep s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante.

Le comité sera composé des membres de la communauté suivants :

- 4 membres de la communauté étudiante ;
- 3 membres du personnel enseignant ;
- 2 membres du personnel professionnel ;
- 2 membres du personnel de soutien ;
- 3 cadres (dont un cadre de la DAEl et un de la DE) ;
- Possibilité d'ajouter des invités *ad hoc*, au besoin (ex. : ressources humaines).

Il aura pour mandat

- de faire un état de la situation à intervalles réguliers, afin de bien comprendre les enjeux actuels de santé mentale chez les membres de la communauté étudiante ;
- de prévoir un plan d'actions pour favoriser la santé mentale positive des membres de la communauté étudiante et de contribuer à sa mise en œuvre ;
- d'émettre des recommandations à la Direction générale en vue d'améliorer le soutien offert aux membres de la communauté étudiante ;
- de proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale étudiante ;
- de faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité ;
- d'évaluer la mise en œuvre de la présente politique ;
- de réviser la politique.

Article 7.

Continuum de services

Le Cégep 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.

Article 8.

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 seront reliées aux différents déterminants de la santé mentale⁵.

Article 9.

Mesures de formation

Les formations sur la santé mentale sont offertes à tous les membres de la communauté collégiale. Ces formations seront reliées aux différents déterminants de la santé mentale. Elles portent 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. Les formations offertes sont diffusées auprès de la communauté de l'établissement à travers différents moyens de communication (courriels, portail, etc.).

Article 10.

Services et intervention

Le Cégep 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 de l'établissement. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, le Cégep met en œuvre un service permettant d'évaluer et d'analyser leurs besoins et de les orienter vers des ressources appropriées.

⁵ À ce sujet, nous invitons le lectorat 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/>.

Article 11.**Appréciation des retombées**

L'établissement apprécie les retombées sur la santé mentale des membres de la communauté étudiante générées par l'ensemble des mesures et des pratiques 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 transmis à l'ensemble des membres de la communauté.

Article 12.**Diffusion de la politique**

La Direction des communications s'assure de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement.

Article 13.**Entrée en vigueur**

La présente politique institutionnelle sur la santé mentale entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration.

Article 14.**Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique**

Cette politique doit être évaluée et révisée au moins tous les cinq (5) ans par le comité institutionnel.