

Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante

ADMINISTRATION GÉNÉRALE

AG-12

CONTEXTE

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.

PRÉAMBULE

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du CNDF 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.

Le Campus Notre-Dame-de-Foy, ci-après appelé CNDF, reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaires. Les étudiantes et 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 CNDF de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale des membres étudiants, par l'entremise d'un cadre structurant.

Le CNDF 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 une personne représentant l'association étudiante 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.

OBJECTIF ET CHAMP D'APPLICATION

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

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

- Offrir à la population étudiante 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 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 son ou ses campus constituent un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et tous.

DÉFINITIONS

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'étude au sein du CNDF incluant les étudiants ayant des besoins particuliers.

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 CNDF.

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-même.

Santé mentale : État de bien-être permettant à chacune et 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 communauté.

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 languissante. »¹

Sentiment d'efficacité personnelle : Il s'agit d'un concept développé par le psychologue Albert Bandura. Il désigne les croyances d'une personne sur sa capacité d'atteindre des buts ou de faire face à différentes situations. Ce sentiment constitue un déterminant important de la motivation à agir et de la persévérance vers des buts, car le niveau d'effort investi est en fonction des résultats attendus. Les personnes qui ont un sentiment d'efficacité personnelle élevé ont tendance à avoir une meilleure estime de soi et à être plus optimistes. Elles ont aussi tendance à avoir une meilleure vie sociale et à moins souffrir d'anxiété et de dépression.

RÔLES ET RESPONSABILITÉS

La santé mentale 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.

¹ 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-apercu> (Consulté le 2 mai 2022).

Conseil d'administration

- Adopter la présente politique.

Direction générale

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

Service à la collectivité – Direction des études

- Promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté étudiante, notamment en la publiant sur le site Web du CNDF.
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et inter réseaux.
- Piloter, en collaboration, le comité consultatif (voir plus bas).

Tous les gestionnaires

- Mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs.
- Faire en sorte que les services de soutien, 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 accessible.
- Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante.
- Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles à l'interne.
- Favoriser les initiatives promouvant l'engagement des étudiantes et étudiants dans leur établissement.

Service d'aide psychosociale

- Veiller à ce que les besoins de la communauté étudiante soient pris en compte.
- Favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de la communauté étudiante.
- Orienter au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles à l'externe.
- Offrir des services d'accompagnement aux membres de la communauté étudiante qui en font la demande ou qui sont référés par un autre membre du CNDF.

Équipe réussite

- Favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de la communauté étudiante.
- Collaborer avec les services à la collectivité afin d'assurer la connaissance de cette politique et des ressources qui y sont dédiées.

Membres de la communauté de l'établissement

- Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent.
- Contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire positif (inclusif, sécuritaire, bienveillant).
- Créer un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour les étudiantes et étudiants et pour les autres membres du personnel.
- Participer à la création 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.
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- Être un modèle positif pour les étudiantes et étudiants.

Membres du personnel enseignant

- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- Être un modèle positif pour les étudiantes et étudiants.
- Promouvoir les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées.
- Favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive. À cet égard, suivre des formations portant sur la pédagogie inclusive.
- Mettre en place des conditions favorables à la santé mentale et développer un sentiment d'efficacité personnel.
- Faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes (intervenantes ou intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'une personne aux études confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.

Personne représentant l'association étudiante

- Encourager la présence de représentantes et représentants de la communauté étudiante dans les comités décisionnels.
- 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.
- 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.

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 étudiantes et 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.

COMITÉ CONSULTATIF

Le CNDF s'engage à mettre en place un comité consultatif permanent sur la santé mentale étudiante. Ce comité devra comporter au moins des représentantes et représentants de la direction, du corps enseignant, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et un membre de la communauté étudiante choisi par l'association étudiante. Ce comité sera convoqué à un minimum de 2 rencontres par année.

Il aura pour mandat :

- de prévoir des actions pour favoriser la santé mentale étudiante, incluant la promotion d'une santé mentale positive, et de contribuer à leur mise en œuvre;
- 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 faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- d'évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

Le CNDF 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. Des programmes axés sur le développement des compétences socio émotionnelles et sur la gestion du stress sont aussi mis en place.

MESURES DE FORMATION

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux gestionnaires, aux enseignantes et enseignants, aux membres du personnel salarié et à la communauté étudiante. Elles portent notamment sur la santé mentale positive, l'inclusion et la santé mentale de la communauté étudiante, les saines habitudes de vie, les troubles mentaux et les premiers soins psychologiques. Le calendrier des formations est diffusé auprès de la communauté de l'établissement (courriels, portail, etc.).

SERVICES ET INTERVENTION

Le service d'aide psychosociale du CNDF 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, il/elle met en œuvre un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter et les soutenir vers des ressources appropriées.

MÉCANISME D'ÉVALUATION ET DE RÉVISION DE LA POLITIQUE

Si nécessaire, la présente politique passera par un processus d'évaluation. Le comité consultatif sera chargé de sa révision en fonction de l'évolution des pratiques aux 3 ans.

Adoptée par le : CONSEIL D'ADMINISTRATION

DATE : le 7 décembre 2022

EN VIGUEUR LE : 7 décembre 2022
