



## Politique institutionnelle en matière de santé mentale

Date d'adoption par le conseil d'administration : 25 avril 2023

Date d'entrée en vigueur : 21 août 2023

## Table des matières

Préambule.....	3
Principes généraux .....	3
Objectif et champ d'application .....	3
Définitions .....	4
Rôles et responsabilités .....	4
Conseil d'administration.....	4
Membres de la communauté de l'établissement.....	5
Membres du personnel enseignant.....	5
Population étudiante .....	6
Comité institutionnel.....	6
Continuum de services.....	6
Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention.....	6
Mesures de formation .....	7
Services et intervention.....	7
Diffusion de la politique .....	7
Entrée en vigueur.....	7
Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique .....	7

## Préambule

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.

## Principes généraux

Le Collège O'Sullivan de Québec, ci-après le Collège, 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 Collège 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 Collège 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 et les différentes catégories de personnel 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 Collège, c'est-à-dire à la population étudiante, aux enseignants 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 (600 et 840 rue Saint-Jean ainsi que le eCampus). Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la communauté étudiante, le Collège entend :

- offrir à la population étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite 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 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 Collège, tant à la formation ordinaire (DEC) qu'à la formation continue (AEC). La communauté comprend également la population étudiante ayant des besoins particuliers (contraintes académiques, sociales, économique ou autres dans leur cheminement scolaire).

**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 Collège.

**Réduction des méfaits** : Approche qui consiste principalement à la réduction des conséquences négatives liées à l'usage des drogues plutôt que dans l'élimination du comportement d'usage lui-même<sup>1</sup>.

**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<sup>2</sup>.

**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<sup>3</sup>. »

## 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.

### Conseil d'administration

- Adopter la présente politique.

### Directrices et directeurs et gestionnaires

- 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 étudiante, notamment en la publiant sur le site Web du Collège.

---

<sup>1</sup> 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).

<sup>2</sup> 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).

<sup>3</sup> 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).

- 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. En effet, ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risque liés à la santé mentale.
- 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.
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et inter réseaux. À ce titre, les organismes communautaires sont des partenaires essentiels dans la communauté en ce qui touche la santé mentale. Il importe de créer des liens avec eux et de les intégrer dans les activités de promotion de la santé mentale et les services offerts aux étudiantes et étudiants lorsque pertinent. Cela est également valable pour les actrices et les acteurs du réseau de la santé et des services sociaux.
- Veiller à ce que les besoins des populations ayant des besoins particuliers soient pris en compte.
- 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 établissement ou dans la communauté environnante.
- Encourager la présence de représentantes et représentants des populations ayant des besoins particuliers dans les comités décisionnels.
- Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- Contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire positif (inclusif, sécuritaire, bienveillant).
- Favoriser les initiatives promouvant l'engagement des étudiantes et étudiants dans leur établissement.
- Être un modèle positif pour les étudiantes et étudiants en écoutant ses propres besoins et ceux des autres, en communiquant ses émotions et en adoptant un comportement respectueux.
- Créer un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour les étudiantes et étudiants et pour les autres membres du personnel.

### Membres de la communauté de l'établissement

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

### Membres du personnel enseignant

- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- 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 en s'appuyant sur des données probantes.
- 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.

### 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 institutionnel

Le Collège s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante. Ce comité réunira notamment des représentantes et représentants de la haute direction, du corps enseignant ou professoral, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et des membres de la communauté étudiante.

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.

### 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.

### 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 mentale<sup>4</sup>. 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 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 de l'établissement (courriels, portail, etc.).

### 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 de l'établissement. 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.

### Diffusion de la politique

Le Collège s'assure de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement.

### Entrée en vigueur

La présente politique institutionnelle sur la santé mentale est adoptée par le conseil d'administration le 25 avril 2023 et entre en vigueur dès le début de la session d'automne, soit le 21 août 2023.

### Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique

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.

---

<sup>4</sup> 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/>.