



POLITIQUE

OBJET : Politique institutionnelle en matière de
santé mentale étudiante

COTE : DG 2023-01

APPROUVÉE PAR : Le conseil d'administration

EN VIGUEUR LE : 17 avril 2023

RESPONSABLE DE L'APPLICATION : La Direction générale

Adoptée par le CA le 17 avril 2023
En vigueur le 17 avril 2023

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE	3
1. PRINCIPES GÉNÉRAUX	3
2. OBJECTIF ET CHAMP D'APPLICATION.....	3
3. DÉFINITIONS	4
4. RÔLES ET RESPONSABILITÉS	4
Conseil d'administration	4
Directions et gestionnaires.....	5
Membres de la communauté de l'établissement.....	5
Intervenants des services psychosociaux	6
Membres du personnel enseignant.....	6
Personnes représentant les associations étudiantes.....	6
Population étudiante.....	7
5. COMITÉ ORGANISATIONNEL.....	7
Constitution d'un représentant par secteur par établissement (Cégep de Jonquière et CECC)	7
6. CONTINUUM DE SERVICES.....	8
7. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION.....	8
Mesures de formation.....	8
8. SERVICES ET INTERVENTION.....	8
Appréciation des retombées	9
9. DIFFUSION DE LA POLITIQUE	9
10. ENTRÉE EN VIGUEUR.....	9
11. MÉCANISME D'ÉVALUATION ET DE RÉVISION DE LA POLITIQUE	9

PRÉAMBULE

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté de l'établissement d'assurer un milieu de vie et d'études sain, sécuritaire, bienveillant et propice à une santé mentale florissante. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté collégiale 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.

1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix (CECC) reconnaissent que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire. La communauté étudiante a le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement lui permettant de cultiver une santé mentale positive. La présente politique affirme la volonté de notre établissement de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale de la communauté étudiante, par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix considèrent 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, les membres de la direction, les gestionnaires, les intervenants psychosociaux, les différentes catégories de personnel et les personnes représentant les associations étudiantes ou 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.

2. OBJECTIF ET CHAMP D'APPLICATION

La présente politique est une politique institutionnelle. Elle s'adresse donc à l'ensemble de la communauté collégiale du Cégep de Jonquière et du Centre d'études collégiales en Charlevoix, c'est-à-dire à 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 propices à une santé mentale florissante sur le ou les campus de l'établissement. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la communauté étudiante, le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix entendent :

- Offrir à la communauté 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 communauté;
- 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 la communauté collégiale.

3. DÉFINITIONS

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'études au sein du Cégep de Jonquière ou du Centre d'études collégiales en Charlevoix, tant à la formation initiale qu'à la formation continue.

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

Membre de la communauté collégiale : Toute personne travaillant ou étudiant au Cégep ou au Centre d'études collégiales en Charlevoix.

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-même¹.

Santé mentale : État de bien-être permettant à chaque personne 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 ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante³. »

4. 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.

4.1 Conseil d'administration

- Adopter la présente politique.

¹ 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).

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).

4.2 Directions 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 Cégep de Jonquière et du Centre d'études collégiales en Charlevoix.
- 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 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.
- 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 et favoriser les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale de la communauté étudiante dans leur établissement ou dans la communauté environnante.
- Encourager la présence de personnes représentant les 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 d'études positif (inclusif, sécuritaire et bienveillant).
- Être un modèle positif pour la communauté étudiante 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 la communauté étudiante et la communauté collégiale.

Membres de la communauté collégiale

- 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. *

* MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR. Plan d'action en santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026. QUÉBEC, Gouvernement du Québec. Également disponible en ligne : <https://www.google.ca/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwi9qrvDg6z9AhVnmokEHbe-D9UQFnoECBcQAQ&url=https%3A%2F%2Fcdn-contenu.quebec.ca%2Fcdn-contenu%2Fadm%2Fmin%2Feducation%2Fpublications-adm%2Fenseignement-superieur%2FPASME.pdf%3F1647351363&usg=AOvVaw3CNT6NBEBLkTrk6DtNdN4c>

- Collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de la communauté collégiale de même qu'au développement d'une santé mentale florissante.

4.4 Personne intervenante des services psychosociaux

- Agir à titre de vigie institutionnelle en matière de santé mentale.
- Émettre des recommandations pour la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de tous pour le développement d'une santé mentale florissante.
- Proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale.
- Remettre un bilan des actions et un portrait statistique en matière de santé mentale étudiante au comité institutionnel.
- Encourager et s'assurer de la bonne collaboration interdisciplinaire interne et externe.
- Offrir des services d'aide et de soutien adaptés aux besoins des populations étudiantes.
- Favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être d'un membre de la communauté étudiante présentant des besoins particuliers.

Membres du personnel enseignant

- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.
- Connaître et promouvoir les services psychosociaux de même qu'orienter, au besoin, la communauté étudiante 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 connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale.
- Faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes (personnes intervenantes, ressources professionnelles) lorsqu'une personne aux études confie des difficultés et des préoccupations.

Personnes représentant les associations étudiantes

- 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 d'études positif, notamment dans les associations et les comités étudiants (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.

4.7 Communauté étudiante

- Reconnaître l'importance de développer des comportements favorisant l'acquisition de compétences en matière de santé mentale positive.
- 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 la communauté étudiante soit libre 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.

5. COMITÉ INSTITUTIONNEL

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix s'engagent à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante. Ce comité réunira notamment des personnes représentantes de la haute direction, du corps enseignant, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et des membres de la communauté étudiante choisis par une ou plusieurs associations étudiantes.

Dans un souci d'ouverture et de valorisation, le Cégep accueille favorablement l'implication des personnes issues des premiers peuples, des membres de la communauté LGBTQ2S+, des personnes en situation de handicap et des représentants d'origines diverses.

Le comité institutionnel aura pour mandat de :

- Collaborer et se concerter avec l'équipe des services psychosociaux;
- 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;
- Émettre des recommandations à la Direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la communauté étudiante;
- Proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- Réaliser le bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- Évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

Constitution d'un représentant par secteur par établissement (Cégep de Jonquière et CECC)

- 1 représentant des enseignants
- 1 membre du personnel professionnel
- 1 représentant du personnel de soutien
- 2 représentants des associations étudiantes

Auxquels s'ajoutent :

- 1 membre de la Direction des affaires étudiantes et communautaires
- 1 membre de la Direction des études

6. CONTINUUM DE SERVICES

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix se réfèrent au service psychosocial, responsable du [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur [Québec.ca](#), pour la mise en œuvre d'un continuum de services.

7. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix s'assurent 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 mentale⁴.

Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux gestionnaires, aux membres du corps professoral, 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 collégiale (courriels, portail, etc.).

8. SERVICES ET INTERVENTION

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix mettent en place un système de réception et de traitement des demandes et s'assurent que ce système est connu par l'ensemble de la communauté collégiale. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, ils mettent en œuvre un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées.

⁴ 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/>.

8.1 Appréciation des retombées

L'établissement apprécie les retombées sur la santé mentale de la communauté étudiante, générées par l'ensemble des politiques institutionnelles, des programmes, des pratiques et des règlements internes qu'il a mis en place. À titre d'exemple, il peut considérer les éléments suivants en fonction de leur mise en place ou non, de leur degré d'implantation et de leurs effets sur la communauté étudiante :

- La participation de la communauté étudiante aux décisions qui la concerne;
- L'inclusion de la communauté étudiante dans les activités de l'établissement de manière à refléter la composition et la diversité de cette communauté;
- L'évaluation de différents facteurs psychosociaux;
- La prise en considération des documents (rapports, études, etc.) fournis par les associations et les fédérations étudiantes et d'autres études qui concernent la santé mentale en enseignement supérieur;
- La proportion de la communauté étudiante qui répond aux différents sondages sur la santé mentale et le bien-être;
- Le respect des principes d'équité, de diversité et d'inclusion dans les politiques et les programmes de l'établissement;
- La collaboration entre les différentes ressources professionnelles et la complémentarité des services de l'établissement;
- La collaboration avec des partenaires externes (réseau de la santé et des services sociaux, organismes communautaires).

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.

9. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

Le Cégep de Jonquière et le Centre d'études collégiales en Charlevoix s'assurent de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale.

10. ENTRÉE EN VIGUEUR

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

11. 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.