

POLITIQUE VISANT À FAVORISER LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

Adoptée le : 10 juin 2024
Lors de la : 357^e réunion du conseil d'administration

Modifiée le : 10 novembre 2025
Lors de la : 364^e réunion ordinaire du conseil d'administration

TABLE DES MATIÈRES

1. Préambule.....	4
2. Définitions.....	4
3. Champ d'application	5
4. Principes	5
5. Objectifs.....	5
6. Rôles et responsabilités	6
7. Continuum d'actions et de services	8
8. Entrée en vigueur et révision	8

1. Préambule

Le Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026 (PASME) a pour objectif de soutenir les établissements d'enseignement supérieur dans la mise en œuvre de mesures qui favorisent le développement d'une santé mentale positive chez les étudiantes et étudiants.

C'est pour témoigner de sa volonté d'offrir des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, inclusifs, et bienveillants que le Collège de Maisonneuve (ci-après le « Collège ») se dote d'une *Politique visant à favoriser la santé mentale étudiante*.

La présente Politique est un cadre qui structure la mise en œuvre des actions déployées au Collège. Elle considère les besoins, les expériences et les diverses réalités de la communauté étudiante. Elle est cohérente avec les politiques, directives et procédures du Collège, notamment le *Cadre de référence sur l'inclusion et la gestion de la diversité du Collège de Maisonneuve*.

Cette Politique est fortement inspirée du modèle de *Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante*, publié par le ministère de l'Enseignement supérieur (MES).

2. Définitions

Dans la présente Politique, les expressions et termes ci-dessous ont les significations suivantes.

2.1 Santé mentale

La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre 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 nos capacités individuelles et collectives à prendre des décisions, à nouer des relations et à bâtir le monde dans lequel nous vivons. 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 différentes¹.

2.2 Approche 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 »

2.3 Autodétermination

Wehmeyer et Lachapelle (2006) définissent l'autodétermination comme la capacité d'une personne à « décider de son destin ou de sa vie sans influences externes indues ». Elle est reliée à l'autonomie personnelle et représente le droit et la capacité d'une personne à se gouverner et avoir du contrôle sur sa vie³. Comme le précisent Field et coll. (1998), l'autodétermination représente une combinaison de

¹Organisation mondiale de la santé (2022). <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

²Ministère de l'Enseignement supérieur (2022). Gouvernement du Québec. Cadre de référence sur la santé mentale étudiante. www.quebec.ca

³Facteurs clefs destinés à favoriser l'autonomie et l'autodétermination des usagers / Cairn.info

compétences, de connaissances et de croyances qui poussent une personne à s'engager dans la poursuite de ses buts, à s'autoréguler et à adopter des comportements autonomes⁴. Pour Sebag (2010), l'autodétermination permet ainsi de « faire passer l'élève du siège passager au siège conducteur de sa vie »⁵.

2.4 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 développement⁶.

2.5 Étudiants à besoins particuliers

Le MES a favorisé l'appellation « étudiantes et étudiants ayant des besoins particuliers » (EBP) pour exprimer la multiplicité des enjeux et des besoins propres à ces personnes. Il a choisi de distinguer ce terme de l'expression « étudiantes et étudiants en situation de handicap ». Dans le présent document, les EBP sont caractérisés par le fait notamment que leurs besoins ne sont pas nécessairement attribuables à un problème de santé physique ou psychologique ou à une déficience. Ils découlent, entre autres, de l'interaction entre des caractéristiques socioéconomiques ou liées à l'identité et les conditions prévalentes dans l'établissement d'accueil. Dans certains cas, cela peut entraver le cheminement dans le réseau de l'enseignement supérieur. Ces étudiantes et étudiants peuvent avoir à surmonter des défis sur le plan scolaire, personnel ou social. L'hétérogénéité de leurs profils implique que des mesures favorisant leur insertion soient prises par l'établissement d'enseignement afin de diminuer le nombre de possibles obstacles systémiques⁷.

3. Champ d'application

La présente Politique s'adresse à l'ensemble des membres de la communauté du Collège, soit à sa population étudiante, à son personnel ainsi qu'à ses partenaires. Elle s'applique dans tous les lieux où se déroulent les activités du Collège, aussi bien sur ses campus qu'à l'extérieur de ceux-ci.

4. Principes

Le Collège reconnaît que la santé mentale est un déterminant clé de l'engagement, de la persévérance et de la réussite éducative de la population étudiante.

La direction du Collège considère la santé mentale selon une approche écosystémique. De ce fait, les membres de la communauté collégiale partagent la responsabilité de créer et de maintenir un milieu propice à une santé mentale étudiante positive.

La direction du Collège reconnaît et favorise l'autodétermination de la population étudiante à l'égard de sa santé mentale.

⁴https://www.fse.ulaval.ca/fichiers/site_recherche_ng_v2/modules/question/obj_gen_question_19171_23313_73905_1_8ac45de8bb31_2020-Foucade-Soutenir_l_autodetermination_des_eleves_presentant_des_difficultes_comportementales_lors_de_l_etablissement_de_leur_plan_d_intervention.pdf

⁵<https://revues.ulaval.ca/ojs/index.php/RIC/article/download/51443/417/88607>, p.80

⁶Hawk 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 (Thèse de doctorat, Université de Sherbrooke).

⁷<https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/4606084>, p. 8.

5. Objectifs

La présente Politique poursuit les objectifs suivants.

- 5.1** Assurer le maintien de milieux de vie et d'étude qui favorisent le bien-être et le développement d'une santé mentale positive pour les personnes étudiantes du Collège.
- 5.2** Sensibiliser les membres du personnel, les partenaires du Collège et les personnes étudiantes à l'adoption d'une attitude bienveillante dans l'ensemble de leurs actions et interactions.
- 5.3** Préciser le continuum d'actions déployé par le Collège en matière de santé mentale étudiante – promotion, sensibilisation, prévention et intervention –, et ce, en tenant compte de la diversité des personnes étudiantes et de leurs besoins.
- 5.4** Déterminer les rôles et les responsabilités des membres de la communauté collégiale et du comité sur la santé mentale étudiante en ce qui concerne l'atteinte des objectifs poursuivis.

6. Rôles et responsabilités

6.1. Conseil d'administration

Le conseil d'administration adopte la présente Politique.

6.2. Direction générale

La direction générale est responsable de l'application de la présente Politique. Elle soutient les directions engagées dans sa mise en œuvre, reçoit les recommandations du comité sur la santé mentale étudiante et en assure le suivi.

6.3. Direction des services aux étudiants et à la communauté

- 6.3.1.** Est responsable de la mise en œuvre de la présente Politique, en assure la diffusion et la rend accessible à l'ensemble de la communauté collégiale.
- 6.3.2.** Est responsable de l'organisation du continuum des activités et des services qui contribuent à la mise en œuvre de la Politique : formation, prévention, sensibilisation et intervention.
- 6.3.3.** S'assure que la diversité des besoins de la communauté étudiante est prise en considération dans la mise en place du continuum d'activités et de services.
- 6.3.4.** Assure toute reddition de comptes exigée par le ministère de l'Enseignement supérieur en lien avec le PASME.
- 6.3.5.** Soutient les activités qui favorisent l'engagement des étudiantes et des étudiants au sein de leur communauté.
- 6.3.6.** Coordonne les activités du comité sur la santé mentale étudiante et en communique les bilans au comité de direction.

6.4. Direction des études et direction de la formation aux adultes, aux entreprises et aux organisations

- 6.4.1.** Considèrent les répercussions sur la santé mentale étudiante des politiques, procédures et directives qui relèvent d'elles au moment de leur rédaction et de leur révision.
- 6.4.2.** Soutiennent l'utilisation de pratiques pédagogiques reconnues et considérées comme favorables à une santé mentale positive.
- 6.4.3.** Favorisent les mesures de soutien qui contribuent à créer un environnement pédagogique favorable au bien-être des personnes étudiantes à besoins particuliers.

6.5. Direction des ressources humaines

Collabore avec les directions concernées à la mise en œuvre d'un plan de formation pour le personnel du Collège.

6.6. Direction des ressources matérielles

Privilégie la création d'espaces accueillants, sécuritaires, inclusifs et favorables au bien-être de la population étudiante.

6.7. Comité sur la santé mentale étudiante

Le comité sur la santé mentale étudiante est composé de représentantes et de représentants de la communauté, soit :

- un gestionnaire de la direction des services aux étudiants et à la communauté, qui préside le comité ;
- un gestionnaire de la direction des études ;
- un gestionnaire de la direction de la formation aux adultes, aux entreprises et aux organisations;
- deux personnes représentant le personnel enseignant de l'enseignement ordinaire et de la formation continue ;
- deux personnes représentant le personnel administratif de l'enseignement ordinaire et de la formation continue ;
- deux personnes employées de la direction des services aux étudiants et à la communauté, personnel professionnel ou de soutien, dont les mandats sont en lien avec la santé mentale étudiante ;
- deux personnes étudiantes désignées par l'association étudiante du Collège.

Le mandat de ce comité est :

- d'effectuer une veille sur le profil et les besoins de notre communauté étudiante en matière de santé mentale ;
- de proposer des orientations et des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale et de contribuer à leur mise en œuvre ;
- de faire le bilan des actions annuelles et d'en faire la présentation à la direction des services aux étudiants et à la communauté ;
- d'évaluer la mise en œuvre de la présente politique et d'émettre des recommandations à la direction générale ;
- de collaborer à la révision de la présente Politique.

6.8. Membres du personnel et partenaires du Collège

- 6.8.1.** Prennent connaissance de la présente Politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent.
- 6.8.2.** Contribuent à la création et au maintien d'une culture de bienveillance favorable à la santé mentale positive.
- 6.8.3.** Connaissent les services et les ressources du Collège et en font la promotion auprès des personnes étudiantes.
- 6.8.4.** Accueillent les personnes étudiantes et les dirigent vers ces services et ressources au besoin, tout en évitant de se substituer aux intervenants et intervenantes spécialisés.es en la matière.

6.9. Communauté étudiante

- 6.9.1.** Adopte une approche d'autodétermination à l'égard de sa santé mentale et s'y engage progressivement et à son rythme, avec le soutien des intervenants du Collège au besoin.
- 6.9.2.** S'implique dans les initiatives permettant l'engagement dans la vie collégiale.
- 6.9.3.** S'informe sur les ressources et les services offerts au Collège.

7. Continuum d'actions et de services

7.1. Mesures de promotion, de prévention et de sensibilisation

Le Collège s'assure de mettre en place un continuum d'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 lié aux différents déterminants de la santé mentale.

7.2. Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux gestionnaires, au personnel enseignant, au personnel administratif et à la communauté étudiante. Elles portent notamment sur la santé mentale positive, les environnements favorables à la santé mentale, 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.

7.3. Services et intervention

Le Collège offre un éventail de services et d'interventions ponctuelles, d'accompagnement ou de recommandation pour soutenir et favoriser la santé mentale de tous et de toutes. Il s'engage à en faire la promotion auprès de l'ensemble de la communauté du Collège.

8. Entrée en vigueur et révision

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

Elle sera révisée et mise à jour au besoin ou au plus tard cinq (5) ans après son adoption.