



**SÉMINAIRE
DE SHERBROOKE**
COLLÉGIAL | PRIVÉ

**POLITIQUE EN SANTÉ MENTALE
ÉTUDIANTE**

NOVEMBRE 2022

Adoptée par la Commission des études le 10 novembre 2022
Adoptée par le conseil d'administration le 14 mars 2023

Préambule

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Séminaire de Sherbrooke 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 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

La formation régulière du Collégial du Séminaire de Sherbrooke, ci-après nommée le Collégial, 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 bonne santé mentale. La présente Politique affirme la volonté du Collégial de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale des personnes étudiantes, par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Collégial considère la santé mentale selon une approche écosystémique, telle que présentée dans le [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#) (p.11). Ce cadre de référence s'inscrit dans le déploiement du Plan d'action sur la santé mentale en enseignement supérieur du ministère de l'Enseignement supérieur. 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 différentes catégories de personnel et les personnes représentant les associations étudiantes 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 Collégial, c'est-à-dire à la population étudiante ainsi qu'à l'ensemble du personnel de l'établissement.

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

- Offrir à la population étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite scolaires 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 l'établissement constitue un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et tous.

Définitions

Membre du personnel : Toute personne salariée qui travaille au sein du Collégial.

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'études au sein du Collégial.

Membre de la communauté collégiale : Toute personne travaillant ou étudiant au sein du Collégial.

Population ayant des besoins particuliers : Ensemble de personnes issues de la communauté étudiante devant composer avec des défis supplémentaires ayant des répercussions sur leur fonctionnement scolaire.

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.

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 ;
- Veiller à l'application et au respect de cette politique.

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, 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.

Rectorat-Direction générale

- S'assurer de la mise en œuvre de la présente politique ;
- Allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place des actions ;
- S'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques du Séminaire de Sherbrooke , notamment la *Politique pour contrer les violences à caractère sexuel* et la *Politique pour prévenir et contrer le harcèlement*. En effet, ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risque liés à la santé mentale ;
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale ;
- Préparer, au besoin, la reddition de compte.

Équipe de direction du Collégial

- 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 Collégial.
- Mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs, dans les limites physiques de l'établissement ;
- 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 interréseaux. À ce titre, les organismes communautaires et les actrices et acteurs du réseau de la santé et des services sociaux sont des partenaires essentiels dans la communauté en ce qui touche la santé mentale ;
- 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 ;
- 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 ;
- 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 ;
- Créer un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour les étudiantes et étudiants et pour les membres du personnel.

Membres du personnel enseignant

- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale ;
- Informer sur 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 bonne santé mentale. 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.

Membres du personnel des services complémentaires à l'enseignement

- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale ;
- Dispenser des services favorables à la santé mentale en s'appuyant sur des données probantes et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées ;
- Contribuer, selon les orientations proposées par la direction du collégial, au développement des pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une bonne santé mentale. À cet égard, suivre des formations portant sur la pédagogie inclusive.

Personnes représentant l'association étudiante

- 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 activités organisées par l'association (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 sur les services offerts au Collégial au sujet de la santé mentale ;
- Aller chercher ces services au besoin ;
- 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.

Comité institutionnel

Le Collégial du Séminaire de Sherbrooke 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 direction, du corps enseignant, des ressources professionnelles, des ressources de soutien et des membres de la communauté étudiante choisis par l'association étudiante. La liste des membres est diffusée sur le portail du Collégial ainsi que près du bureau de l'association étudiante.

Il aura pour mandat :

- de prévoir des actions pour favoriser la santé mentale étudiante, incluant la promotion d'une bonne santé mentale, et de contribuer à leur mise en œuvre ;
- d'émettre des recommandations à la direction du Séminaire de Sherbrooke en vue d'améliorer le milieu de vie et les services offerts à la communauté collégiale ;
- de proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale ;
- de faire le bilan annuel des actions effectuées dans le cadre de cette politique et d'en apprécier les retombées sur la santé mentale de la communauté étudiante ;
- d'évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

Ensemble de services

Le Collégial se réfère au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur Quebec.ca, pour inspirer ses pratiques. Le Collégial a réfléchi à un ensemble de services s'adressant à la population étudiante. Ainsi, des actions de sensibilisation et de prévention sont proposées. De plus, des services d'accompagnement, de soutien et de gestion de crise sont offerts au besoin. Le référencement vers des ressources externes peut aussi être proposé au besoin.

Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention

Le Collégial 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, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale. Des interventions axées sur le développement des compétences socioémotionnelles et sur la gestion du stress peuvent aussi être mises en place. Selon les besoins, de la formation pourrait également être offerte à la direction, aux enseignantes et enseignants, aux membres du personnel et à la communauté étudiante. Elles pourraient notamment porter sur 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

Services et intervention

Le Collégial s'assure de faire connaître les services à la population étudiante et les moyens d'y avoir accès. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, l'établissement met en œuvre un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation et de les orienter vers des ressources appropriées si nécessaire.

Diffusion de la politique

La direction du Collégial s'assure de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement, notamment en la publiant sur le site Web du Séminaire de Sherbrooke.

Entrée en vigueur

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

Mécanisme d'amélioration, d'évaluation et de révision de la politique

La présente politique passera par un processus d'évaluation après la première année d'entrée en vigueur. Le comité institutionnel sera chargé de sa révision en fonction de l'évolution des pratiques tous les 5 ans. Le comité met alors en place les mécanismes de consultation requis. Tout changement sera validé par la direction qui en recommandera l'adoption par le conseil d'administration.

La communauté collégiale est invitée à soumettre toutes ses suggestions d'amélioration au sujet de cette politique en s'adressant au comité institutionnel.