



## POLITIQUE INSTITUTIONNELLE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

Responsabilité de gestion :	Direction des services aux étudiants		
Date d'approbation :	12 juin 2023		
<input checked="" type="checkbox"/> C.A.	<input type="checkbox"/> C.E.	<input type="checkbox"/> Direction générale	
Date d'entrée en vigueur :	13 juin 2023	Référence :	POL-
Date de révision :			

### Table des matières

Préambule.....	1
1. Principes généraux.....	2
2. Objectif.....	4
3. Champ d'application.....	4
4. Rôles et responsabilités.....	5
5. Comité institutionnel.....	6
6. Entrée en vigueur.....	6

### Préambule

Dans la foulée du *Plan d'action sur la santé mentale en enseignement supérieur 2021-2026* (PASME), la présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Collège de Rosemont d'assurer un climat d'études, une formation et un milieu de vie pour les étudiantes et les étudiants propice à une santé mentale florissante.

Le Collège reconnaît que l'ensemble de la communauté collégiale contribue à la santé mentale étudiante. Il encourage la participation et l'engagement de toutes les parties prenantes par une responsabilisation à la fois individuelle et collective, notamment sur le plan de la promotion et de la prévention.

La population du Collège de Rosemont, dans tous ses secteurs d'enseignement, est marquée par une forte diversité d'âges, d'origines culturelles et de parcours scolaires. Le Collège tient compte de cette diversité dans sa politique institutionnelle en santé mentale ainsi que dans le plan d'action qui en découle.

Finalement, la présente politique vise à compléter et à consolider les initiatives du Collège en lien avec la santé mentale étudiante en établissant des balises institutionnelles en la matière.

---

## **1. Principes généraux**

En cohérence avec le PASME, le Collège adopte une approche positive de la santé mentale, qui « s'attarde aux aspects mentaux positifs de l'être humain [...] » (cf. définitions : santé mentale positive). Il se réfère à l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour spécifier les facettes de cette santé mentale positive, soit la reconnaissance de ses propres capacités, la réalisation de soi, la résilience, la productivité et la contribution à la communauté (cf. définitions : santé mentale). L'étudiante ou l'étudiant qui développe ces dimensions de la santé mentale dans sa vie collégiale tend vers une santé mentale dite « florissante ».

La santé mentale possède une facette interne, qui concerne la vie intime de chacune et chacun et une autre, externe, qui concerne les relations entre les membres de la communauté collégiale. Dans un cas comme dans l'autre, la présente politique ne se veut pas prescriptive. Elle vise plutôt à baliser les facteurs d'une santé mentale positive pour mieux les favoriser chez sa population étudiante.

L'ensemble de la communauté se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice à une santé mentale florissante chez la population étudiante. Un climat bienveillant, sain et sécuritaire permet à celle-ci de développer son autonomie, son autodétermination et son pouvoir d'agir.

Le Collège de Rosemont reconnaît que la santé mentale et la réussite s'influencent réciproquement et que ses principaux leviers d'action en santé mentale étudiante sont l'environnement d'apprentissage, le cheminement scolaire, le soutien à la réussite et la vie étudiante.

En respect de sa mission éducative, le Collège de Rosemont priorise la santé mentale de toute sa population étudiante, que cette santé s'accompagne ou non de troubles de santé mentale. Le Collège se préoccupe par ailleurs des étudiantes et étudiants vivant des défis ou des troubles de santé mentale et leur offre notamment des services psychosociaux, incluant un système de référence vers les ressources externes pertinentes.

### **1.1 Définitions**

Dans la présente politique, les termes (ou les mots) expressions suivantes signifient :

**Bienveillance** : « [...] Attitude positive envers l'autre<sup>1</sup> et processus réflexif axé sur l'adoption de comportements visant à le reconnaître, le valoriser, lui faire confiance et favoriser son développement.<sup>2</sup> » Elle s'applique également à soi.

**Communauté étudiante** : Ensemble des personnes qui poursuivent un parcours d'études au sein du Collège de Rosemont, et ce, dans tous les secteurs de formation.

**Membre de la communauté** : Toute personne travaillant ou étudiant au Collège.

**Membre du personnel** : Toute personne qui travaille pour le Collège.

**Prévention en santé mentale** : « [...] Mesures permettant de réduire ou empêcher l'apparition du trouble mental en agissant sur les facteurs de risque qui menacent la santé mentale des individus. La prévention universelle cible l'ensemble de la population indépendamment de la présence de facteurs de risque. La prévention sélective cible les individus ou les sous-groupes qui sont plus à risque de développer des troubles mentaux en raison de facteurs individuels, familiaux, sociaux ou environnementaux. La prévention indiquée cible les individus à risque et présentant des signes ou symptômes détectables qui les prédisposent à des troubles mentaux, sans toutefois rencontrer les critères diagnostiques »<sup>3</sup>.

**Promotion de la santé mentale** : « [...] Mesures permettant de maximiser la santé mentale des individus et collectivités. La promotion de la santé mentale cible l'ensemble de la population et centre son action sur les facteurs de protection de la santé mentale des individus et collectivités. Elle renvoie à la mise en place de conditions individuelles, sociales et environnementales qui soutiennent le développement d'une santé mentale florissante »<sup>4</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>5</sup>.

**Santé mentale florissante** : Désigne un haut niveau de santé mentale positive (émotions et fonctionnement optimaux)<sup>6</sup>.

**Santé mentale languissante** : Désigne un faible niveau de santé mentale positive (émotions et fonctionnement minimaux)<sup>7</sup>.

**Santé mentale positive** : « [...] A pour objet le bien-être mental des individus. Elle s'attarde aux aspects mentaux positifs de l'être humain et à son potentiel de croissance, comme ses forces et capacités, le

---

<sup>1</sup> MASSON, J. *Bienveillance et réussite scolaire*, Dunod, 2019, 266 p.

<sup>2</sup> TREMBLAY, A. *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*. Essai présenté à la Faculté d'éducation en vue de l'obtention du grade de Maître en éducation (M.Éd.) Maîtrise en enseignement au collégial, 2019. (traduction libre de) HAWK, T. F., et LYONS, P. R. "Please don't give up on me: When faculty fail to care", *Journal of Management Education*, 32(3), 2008, 316-338.

<sup>3</sup> DESJARDINS, Nicole et autres. (2008). *Avis scientifique sur les interventions efficaces en promotion de la santé mentale et en prévention des troubles mentaux*, Institut national de santé publique du Québec, Gouvernement du Québec, 2008.

<sup>4</sup> *Ibid.*

<sup>5</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>6</sup> KEYES, C. L. "The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life", *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 43, no 2, 2002, p. 207-222.

<sup>7</sup> *Ibid.*

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 »<sup>8</sup>.

**Sensibilisation** : « Mesures permettant d'améliorer les connaissances et la compréhension des déterminants, de la nature, des impacts et de la gestion de la santé mentale positive et des troubles de santé mentale »<sup>9</sup>.

**Trouble de santé mentale** : « Altérations de la pensée, de l'humeur ou du comportement (ou une combinaison des trois) cliniquement reconnaissables et associées dans la plupart des cas à une importante détresse et à une interférence significative du fonctionnement personnel et social »<sup>10</sup>.

---

## 2. Objectifs

Par la présente politique, le Collège vise à favoriser une santé mentale florissante chez toute sa population étudiante. Plus spécifiquement, les actions du Collège visent à développer parmi sa population étudiante les différentes dimensions de la santé mentale avancées par l'OMS, appliquées au métier d'étudiante ou d'étudiant :

- reconnaître ses propres capacités, en tant qu'étudiante et étudiant ;
- se réaliser, en tant qu'étudiante et étudiant ;
- surmonter les tensions normales de la vie collégiale ;
- accomplir un travail productif et fructueux au sein de son programme de formation ;
- contribuer, par son engagement étudiant, à la vie de la communauté rosemontoise.

La présente politique vise à faire état des grandes orientations propices à une santé mentale florissante au Collège de Rosemont. Elle ne se substitue pas aux autres politiques et règlements du Collège, mais vise à enrichir leurs balises d'application et d'interprétation au regard de la santé mentale étudiante, dans une optique d'amélioration continue.

---

## 3. Champ d'application

La présente politique, tout en visant ultimement la population étudiante de tous les secteurs de formation, s'adresse à l'ensemble de la communauté du Collège de Rosemont.

---

---

<sup>8</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).

<sup>9</sup> Traduction libre de: CANADIAN ASSOCIATION OF COLLEGE AND UNIVERSITY STUDENT SERVICES *Mental Health Awareness*, [En ligne], <http://cacuss-campusmentalhealth.ca/framework.html#/section/10/mental-health-awareness> (Consulté le 2 mai 2022).

<sup>10</sup> DESJARDINS, Nicole. *op cit.*

## **4. Rôles et responsabilités**

Certaines responsabilités incombent à tous les membres de la communauté, d'autres sont propres à certaines directions, aux membres du personnel ou à la population étudiante.

### **4.1 Membres de la communauté**

- Prendre connaissance de la présente politique ;
- Participer à la création et au maintien d'une culture de bienveillance favorable à la santé mentale positive, autant en classe que dans les services et les milieux de vie ;
- Participer aux activités de sensibilisation et de formation qui leur sont proposées.

### **4.2 Conseil d'administration**

- Adopter la présente politique ;
- Recevoir le bilan d'application de la politique en vue de son évaluation et, au besoin, de sa révision.

### **4.3 Direction générale**

- S'assurer que cette politique s'inscrit en cohérence et en complémentarité parmi les autres politiques et règlements du Collège.

### **4.4 Direction des études**

- Privilégier l'utilisation de pratiques institutionnelles et pédagogiques favorables à une santé mentale positive.

### **4.5 Direction des services aux étudiants**

- S'assurer de la mise en œuvre de la présente politique par un plan d'action institutionnel en santé mentale étudiante ;
- Faire la promotion de cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté étudiante ;
- Rendre compte au comité institutionnel de l'application de la politique par des bilans périodiques du plan d'action institutionnel en santé mentale étudiante ;
- 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 ;
- Offrir des services psychosociaux et diriger au besoin les étudiantes et les étudiants aux ressources externes pertinentes ;
- Établir et maintenir des liens avec des organismes externes dans le but de compléter l'offre de services en santé mentale du Collège.

### **4.6 Corps enseignant et membres du personnel**

En fonction de leur rôle, leurs responsabilités, leur expertise et leurs capacités, favoriser :

- la collaboration à la mise en œuvre du plan d'action en santé mentale étudiante, en fonction de leur rôle, leurs responsabilités, leur expertise et leurs capacités ;
- la promotion des services psychosociaux ;
- l'orientation, au besoin, des étudiantes et des étudiants vers les ressources appropriées ;
- l'engagement scolaire et social des étudiantes et des étudiants.

#### **4.7 Étudiantes et étudiants**

- Apprendre à reconnaître ses propres capacités et ses propres limites ;
  - Adopter des attitudes, des habitudes et des stratégies pour surmonter les tensions normales de la vie collégiale, et chercher au besoin le soutien nécessaire pour ce faire ;
  - S'appliquer à fournir un travail scolaire à la hauteur de son potentiel ;
  - S'engager dans ses études et dans sa communauté rosemontoise.
- 

### **5. Comité institutionnel**

Le Collège de Rosemont s'engage à mettre en place un comité institutionnel sur la santé mentale étudiante. Ce comité réunit notamment au moins une ou un représentant de la direction des services aux étudiants, du personnel enseignant, du personnel professionnel, du personnel de soutien et du personnel de francisation du Collège ainsi que des membres de la population étudiante, le cas échéant, nommés par leur syndicat ou association. Il a pour mandat :

- de contribuer à l'élaboration et à la supervision de la mise en œuvre de la politique ;
  - de contribuer à l'élaboration et à la mise en œuvre du plan d'action institutionnel en santé mentale étudiante. Ce plan d'action peut inclure, sans s'y limiter, des actions de promotion, de prévention, de sensibilisation, de formation, d'analyse et de coordination des services ;
  - de recevoir le bilan annuel du plan d'action ;
  - d'émettre des recommandations en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante ;
  - d'évaluer la politique au moins une fois tous les dix ans et de la réviser au besoin.
- 

### **6. Entrée en vigueur**

Cette politique entre en vigueur au moment de son adoption par le conseil d'administration.

Adoptée par le conseil d'administration, le 12 juin 2023.