

**POLITIQUE 2500-047**

|                            |  |              |                  |
|----------------------------|--|--------------|------------------|
| <b>TITRE :</b>             | <b>Politique sur la santé mentale des personnes étudiantes</b> |              |                  |
| <b>ADOPTION :</b>          | Conseil d'administration                                       | Résolution : | CA-2023-05-15-17 |
| <b>ENTRÉE EN VIGUEUR :</b> | 2023-05-15   |              |                  |
| <b>MODIFICATION :</b>      | Conseil d'administration                                       | Résolution : |                  |

**TABLE DES MATIÈRES**

**PRÉAMBULE ..... 2**

**1. OBJECTIFS ..... 2**

**2. CHAMP D'APPLICATION ..... 2**

**3. DÉFINITIONS ..... 3**

**4. ENGAGEMENTS DE L'UNIVERSITÉ ..... 4**

**5. RÔLES ET RESPONSABILITÉS ..... 4**

**6. COMITÉ PERMANENT SUR LA SANTÉ MENTALE ..... 7**

**7. CONTINUUM DE SERVICES ..... 8**

**8. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION ..... 8**

**9. SERVICES ET INTERVENTION ..... 9**

**10. DIFFUSION DE LA POLITIQUE ..... 9**

**11. ENTRÉE EN VIGUEUR ..... 9**

## PRÉAMBULE

Plusieurs enjeux liés à la santé mentale de la population étudiante postsecondaire québécoise ont été identifiés dans un nombre croissant d'études et d'enquêtes. Le ministère de l'Enseignement supérieur a affirmé sa volonté de soutenir les établissements d'enseignement supérieur dans la mise en place de milieux favorisant la santé mentale par son *Plan d'action sur la santé mentale en enseignement supérieur 2021-2026*. La présente politique institutionnelle de l'Université de Sherbrooke découle de ce plan d'action, s'inscrivant comme moyen de déploiement de la mesure 2.1: Soutenir les établissements d'enseignement supérieur dans l'adoption de politiques institutionnelles en matière de santé mentale.

L'Université de Sherbrooke reconnaît l'importance d'assurer des milieux de vie et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale positive. *La Politique sur la santé mentale des personnes étudiantes* vise à témoigner de cette volonté de l'Université afin que les personnes étudiantes puissent évoluer dans un environnement leur permettant de cultiver une santé mentale positive. L'Université reconnaît que la santé mentale est un élément contribuant à la persévérance et à la réussite académique.

L'Université considère la santé mentale selon une approche systémique qui se fonde sur une action globale et multiniveaux pour agir, entre autres, sur les déterminants de la santé mentale, telle que définie au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur [Québec.ca](#). De ce fait, l'Université convient que l'ensemble de la communauté, dont au premier chef la population étudiante, se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice à une santé mentale positive.

## 1. OBJECTIFS

Afin de favoriser un milieu propice à une santé mentale positive, pour la communauté étudiante, sur les campus de l'établissement, l'Université entend :

- poursuivre la mise en place des mesures qui favorisent la santé mentale positive, et ce, dans le respect de la diversité des besoins de la communauté étudiante et ainsi lui offrir un environnement qui soutient la persévérance et la réussite universitaire;
- poursuivre la mise en place des conditions favorables à la responsabilisation de toute la communauté universitaire, notamment la population étudiante, au regard de la santé mentale;
- participer à l'amélioration de la santé mentale de la communauté étudiante;
- veiller à ce que ses campus constituent un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et tous;
- favoriser la santé mentale comme contributeur à la santé organisationnelle.

## 2. CHAMP D'APPLICATION

La présente politique s'applique à l'ensemble de la communauté étudiante. Elle est appuyée par le personnel qui contribue à un milieu propice à une santé mentale positive des personnes étudiantes.

### 3. DÉFINITIONS

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| Communauté universitaire        | Ensemble que forment notamment les personnes à l'emploi de l'Université, les étudiantes et les étudiants, les stagiaires, les personnes à l'emploi des concessionnaires de l'Université et des entreprises exécutant un contrat dans les lieux sous la juridiction de l'Université, les officières et officiers des associations et syndicats ainsi que les personnes à l'emploi de ces regroupements, les locataires des résidences étudiantes et les bénévoles.  |
| Personne étudiante et stagiaire | Toute personne détenant le statut d'étudiante ou d'étudiant ou encore le statut de stagiaire rémunéré ou non, ou pouvant détenir une bourse au sens du Règlement des études (Règlement 2575-009) de l'Université de Sherbrooke, ou une personne en stage en vertu d'une convention de stage ou une personne en échange en vertu d'un programme ou d'une convention bilatérale d'échanges étudiants ou une personne stagiaire postdoctorale.  |
| Membre du personnel             | Toute personne à l'emploi de l'Université de Sherbrooke et qui en reçoit un traitement ou un salaire (provenant du budget de l'Université, d'une subvention ou d'un contrat de recherche ou d'un tiers subventionnant l'enseignement), qu'elle soit régulière, temporaire ou occasionnelle, incluant notamment mais non limitativement les membres du personnel enseignant, les stagiaires et les étudiantes et les étudiants ayant un statut d'employé.<br><br>Aux fins de la présente politique, est également assimilé à un membre du personnel la personne qui participe à la mission de l'Université lorsqu'elle exerce une charge, une fonction, un travail ou une autre tâche non rémunérée pour l'Université de Sherbrooke. Il peut s'agir d'un membre du conseil d'administration, d'une professeure associée ou d'un professeur associé, d'une personne bénévole ou d'une personne siégeant à un comité de l'Université. |
| 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-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 parcours académique productif et fructueux et de contribuer à la vie de sa communauté.<br><br>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 différentes <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. <sup>3</sup> »   |

<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> Adapté de l'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).

|               |   |
|---------------|---|
|               | Une santé mentale positive permet de gérer les problèmes et les défis avec plus de facilité, soit avec résilience <sup>4</sup> .  |
| Bienveillance | La bienveillance est une attitude positive visant la découverte de l'autre et l'adoption de comportements visant à le reconnaître, le valoriser, lui faire confiance et favoriser son développement et son autonomie <sup>567</sup> . La bienveillance n'est pas de la complaisance et inclut l'exigence. Elle peut également s'actualiser envers soi-même.   |
| Réussite      | La réussite éducative est beaucoup plus vaste que la réussite scolaire. Ce concept concerne à la fois l'instruction (intégration de savoirs académiques), la socialisation (acquisition de savoirs, valeurs, attitudes et comportements utiles au fonctionnement en société) et la qualification (préparation à l'insertion professionnelle). La réalisation de son plein potentiel et l'atteinte de buts personnels fixés par la personne étudiante sont aussi des dimensions importantes de ce concept <sup>8</sup> . |

#### 4. ENGAGEMENTS DE L'UNIVERSITÉ

L'Université affirme sa volonté de créer et de maintenir un environnement de vie et d'études favorisant la santé mentale de la communauté étudiante. Pour ce faire, l'Université s'appuie sur les principes suivants :

- l'accès à un environnement contribuant à la création d'une culture favorisant la réussite et reposant sur la bienveillance, qui soutient la santé mentale des membres étudiants, par l'entremise d'un cadre structurant;
- l'application de mesures de sensibilisation, de prévention, de promotion et d'intervention visant à promouvoir une santé mentale positive;
- la reddition de comptes de l'application de la politique.

#### 5. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

##### 5.1. Responsabilités générales

Les personnes visées par le champ d'application de la présente politique participent activement à une culture de respect et de bienveillance. Chacune et chacun a la responsabilité de collaborer à la mise en œuvre de la présente politique notamment en contribuant au maintien d'un environnement soutenant une santé mentale positive.

---

<sup>4</sup> Adapté du Gouvernement du Canada. Agence de la santé publique du Canada. (2022). Promotion de la santé mentale positive. [En ligne] <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante-mentale-positive.html> (Consulté le 29 mars 2023).

<sup>5</sup> Masson, J. (2018). Bienveillance et réussite scolaire. Paris : Dunod.

<sup>6</sup> Roelens, C. (2019). Bienveillance. Le Télémaque, (1), 21-34.

<sup>7</sup> Tremblay, A. (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. Doctoral dissertation, Université de Sherbrooke.

<sup>8</sup> CREPAS. (2016). Quelques définitions sur la réussite scolaire et la réussite éducative, Magazine Savoir, [En ligne] <https://www.magazine-savoir.ca/2016/07/06/quelques-definitions-reussite-scolaire-reussite-educative/> (Consulté le 20 mars 2023).

## 5.2. Responsabilités spécifiques

### 5.2.1. Direction de l'Université

Le comité de direction de l'Université est responsable de :

- s'assurer de la diffusion et de la mise en œuvre de cette politique;
- s'informer des bilans de la mise en œuvre de la politique;
- allouer et s'assurer de l'utilisation optimale des ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du plan d'action.

Le vice-rectorat duquel relève les Services à la vie étudiante est responsable de :

- veiller à l'application et au respect de cette politique;
- soutenir l'élaboration d'un plan d'action qui permettra d'actualiser cette politique;
- promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté étudiante, notamment en la publiant sur le site de l'Université;
- s'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, règlements et directives, notamment celles visant à prévenir et à contrer les violences à caractère sexuel, la discrimination, le harcèlement;
- s'assurer de la collaboration des directions facultaires et de services dans la promotion et la mise en œuvre de la politique;
- contribuer à mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires 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 au niveau institutionnel, selon les responsabilités spécifiques des diverses parties prenantes;
- veiller à ce que les populations ayant des besoins particuliers soient prises en compte;
- 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 personnes étudiantes lorsque pertinent;
- effectuer les redditions de compte lorsque prévues.

### 5.2.2. Facultés et centres universitaires de formation

Doyennes, doyens, secrétaires de faculté, directrices et directeurs des centres universitaires de formation

La doyenne, le doyen, la ou le secrétaire de la faculté, les directrices et directeurs des centres universitaires de formation sont responsables, dans leur faculté, de :

- 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 pour la mise en place du plan d'action, selon la disponibilité des ressources;
- promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté étudiante;
- mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, 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;
- évaluer ou participer à l'évaluation de services et d'initiatives;

- faire connaître la Directive relative à l'intégration des étudiantes et des étudiants en situation de handicap (Directive 2600-054) afin de favoriser la mise en place de mesures d'accommodement en découlant;
- faire connaître la Politique relative aux parents aux études (Politique 2500-044) afin de soutenir la communauté étudiante pour la conciliation études-travail-famille;
- guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources disponibles;
- promouvoir et suivre les formations proposées portant sur la santé mentale auprès des membres de leur personnel et de leur communauté étudiante.

#### Personnel de recherche, d'encadrement des personnes étudiantes et personnel enseignant

Ces personnes ont la responsabilité de :

- profiter de l'offre d'ateliers, d'initiatives et de services en santé mentale;
- utiliser des pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive;
- mettre en place des conditions favorables à la santé mentale;
- diriger les personnes étudiantes vers les divers services accessibles;
- ne pas se substituer à d'autres spécialistes (intervenantes ou intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'une personne aux études confie des difficultés ou des préoccupations nécessitant un accompagnement.

#### **5.2.3. Services**

##### Tous les services

Dans le respect de leur mandat, les services ont la responsabilité de :

- s'assurer de la mise en œuvre de la présente politique;
- allouer les ressources humaines, financières et matérielles pour la mise en place du plan d'action, lorsque requis;
- mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires et inclusifs;
- favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir la personne étudiante présentant des besoins particuliers;
- guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

##### Services à la vie étudiante

Les Services à la vie étudiantes prennent les moyens nécessaires pour :

- participer à l'éducation et à la sensibilisation des groupes étudiants et des associations étudiantes en matière de respect et de bienveillance afin de favoriser une santé mentale positive;
- participer au développement et à la promotion des activités de prévention, de sensibilisation et d'éducation relatives à la santé mentale. Ils offrent et font connaître les différentes ressources désignées et y réfèrent toute personne, au besoin. Ils collaborent dans tout dossier en matière de santé mentale pour les personnes étudiantes;
- mettre en place des collaborations internes avec les facultés et services pour la réalisation du plan d'action universitaire 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;
- participer aux collaborations interdisciplinaires et inter réseaux, tel que les organismes communautaires en santé mentale et le réseau de la santé et des services sociaux;
- veiller à ce que les populations ayant des besoins particuliers soient prises en compte;

- soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des personnes étudiantes dans leur établissement ou dans la communauté environnante.

#### Service de soutien à la formation

Le Service de soutien à la formation collabore avec les facultés et services pour :

- collaborer au développement de matériel de formation et de sensibilisation sur la santé mentale positive en contexte d'enseignement;
- favoriser l'implantation et l'utilisation de pratiques pédagogiques reconnues pour être favorables à une santé mentale positive en soutenant les facultés, départements, programmes et membres du personnel enseignant.

#### Membres de la communauté universitaire

Les membres de la communauté universitaire ont la responsabilité de :

- 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.

### **5.3. Associations étudiantes**

Les associations étudiantes ont la responsabilité de :

- 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 universitaire positif, notamment dans les associations (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.

### **5.4. Communauté étudiante**

Chaque membre de la communauté étudiante a la responsabilité de :

- s'engager activement envers sa santé mentale;
- 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;
- remettre tout document pertinent aux personnes concernées et consentir à l'échange d'informations entre les différentes parties intéressées.

## **6. COMITÉ PERMANENT SUR LA SANTÉ MENTALE**

Le comité permanent sur la santé mentale constitué en vertu de la présente politique a le mandat d'évaluer l'application de la politique visée et de la réviser. En outre, le mandat du comité permanent consiste également à :

- 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 au vice-rectorat responsable des Services à la vie étudiante en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- proposer des activités de promotion, prévention, sensibilisation et de formation en santé mentale;
- promouvoir les activités d'évaluation des actions implantées;
- faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

Sont membres du comité permanent le membre du comité de direction de l'Université de qui relèvent les Services à la vie étudiante (qui agit à titre de président), vingt-quatre (24) personnes nommées par le comité de direction de l'Université. Ces personnes sont :

- le vice-rectorat responsable des Services à la vie étudiante;
- la direction générale des Services à la vie étudiante, qui préside;
- la direction de la section psychologie et orientation;
- la direction de la section de la Clinique de santé;
- les secrétaires de facultés et la direction du CUFE;
- deux experts du domaine provenant du corps enseignant;
- une personne représentante ou la direction générale USherbrooke International;
- une personne représentante ou la direction générale du Campus de Longueuil;
- une personne représentante ou la direction générale du Bureau de la registraire;
- une personne représentante ou la direction générale du SSF;
- deux personnes étudiantes de 1er cycle;
- deux personnes étudiantes des cycles supérieurs;
- une personne représentante des Aide à la vie étudiante (AVE).

Le comité permanent peut inviter les personnes ressources pertinentes à la réalisation de son mandat, tel que la personne chargée de projet en santé mentale.

Le comité se réunit au moins une fois par année.

## 7. CONTINUUM DE SERVICES

La mise en œuvre d'un continuum de services, tel que définie au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#)<sup>9</sup>, disponible sur [Québec.ca](#), est la pratique en vigueur à l'Université de Sherbrooke.

## 8. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

L'Université 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 incluant la consommation ou la pratique des arts et de la culture ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale<sup>10</sup>. Des programmes axés sur le développement des compétences socioémotionnelles et sur la gestion du stress sont aussi mis en place.

---

<sup>9</sup> Québec. Ministère de l'Enseignement supérieur, Cadre de référence sur la santé mentale en enseignement supérieur 2021-2026, Québec, Gouvernement du Québec, 2022, 35 p.

<sup>10</sup> À ce sujet, nous invitons les lecteurs à se référer aux documents suivants :

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux gestionnaires, aux membres du personnel 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. Les activités de formation sont diffusées auprès de la communauté de l'Université en concordance avec leurs responsabilités.

## 9. SERVICES ET INTERVENTION

L'Université maintient des services d'accueil et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la communauté universitaire.

L'Université 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'elle a mis en place.

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.

## 10. DIFFUSION ET APPLICATION DE LA POLITIQUE

La responsabilité générale de la diffusion, de l'application et de la mise à jour de la présente politique est confiée au vice-rectorat duquel relève les Services à la vie étudiante.

## 11. ENTRÉE EN VIGUEUR

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

- 
- 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/>.