

POLITIQUE INSTITUTIONNELLE VISANT À FAVORISER LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE DE LA COMMUNAUTÉ ÉTUDIANTE ET DES MEMBRES DU PERSONNEL

23.06.12.09

Préambule

Le Cégep de Sherbrooke se dote d'une Politique institutionnelle visant à favoriser la santé psychologique de la communauté étudiante et des membres du personnel. La présente Politique vise notamment à témoigner de la volonté du Cégep de Sherbrooke d'assurer des milieux de vie, d'études et de travail sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé psychologique florissante pour tous ses membres.

La présente Politique est instaurée en conformité avec le Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026 (PASME) mis en œuvre par le ministère de l'Enseignement supérieur.

Objectif et champ d'application

La Politique institutionnelle s'adresse à l'ensemble de la communauté du Cégep, c'est-à-dire à la population étudiante ainsi qu'au personnel de l'établissement et aux différents partenaires et personnes collaboratrices. Elle s'applique à tous les lieux où se déroulent des activités sous la gouverne du Cégep, autant sur le campus principal que dans les milieux de stages ou les centres de recherche affiliés.

Principes généraux

Le Cégep reconnaît que la santé psychologique est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire ainsi qu'à la qualité de vie au travail. Par la présente Politique, le Cégep de Sherbrooke affirme l'importance de la collaboration et de l'engagement de tous et de toutes afin de favoriser une santé psychologique optimale pour chaque membre de la communauté.

La possibilité d'évoluer dans un environnement permettant de cultiver une santé psychologique positive est un droit pour tous et toutes. La présente Politique affirme la volonté du Cégep de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé psychologique de ses membres par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Cégep considère la santé psychologique selon une approche écosystémique. 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 gestionnaires, les différentes catégories de personnel, les personnes représentant l'Association étudiante, les syndicats, la communauté étudiante jouent un rôle essentiel en ce qui concerne la mise en place et le soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur le bien-être.

La Politique vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et propices à une santé psychologique florissante sur les lieux où se déroulent des activités sous la gouverne de l'établissement. Ainsi, afin de soutenir la santé psychologique de sa communauté, le Cégep entend :

- Offrir à la communauté étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite scolaire par la mise en place de mesures qui favorisent le bien-être et la santé psychologique, et ce, dans le respect de la diversité des besoins de cette population ;
- Offrir aux membres de son personnel un milieu de travail sain qui favorise une qualité de vie au travail ;
- Mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'établissement au regard de la santé psychologique.

1. Définitions

Approche écosystémique : Mener des actions sur plusieurs systèmes et en impliquant les diverses parties afin d'augmenter les possibilités d'atteindre les objectifs souhaités.

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'étude au sein du Cégep, tant à la formation régulière qu'à la formation continue.

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

Membres de la communauté de l'établissement : Toute personne travaillant, étudiant ou intervenant au Cégep de Sherbrooke, notamment, les gestionnaires, administrateurs et administratrices, membres du personnel, représentantes et représentants syndicaux, personnes employées par l'Association étudiante, représentantes et représentants de l'Association étudiante, ainsi que la communauté étudiante.

Postvention : Ensemble des interventions déployées à la suite d'un suicide, d'un décès subit ou autre événement traumatique touchant un membre de la communauté étudiante ou un membre du personnel.

Réduction des méfaits : Approche qui consiste principalement à réduire les conséquences négatives liées à l'usage de substances ou aux comportements addictifs plutôt qu'à éliminer les comportements eux-mêmes.

Santé psychologique florissante : Niveau élevé de santé psychologique positive.

Santé mentale ou santé psychologique : « 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 communauté¹. »

Santé psychologique positive ou 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 soutiennent². »

¹ 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).

²Institut 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).

2. Rôles et responsabilités

La santé psychologique étant influencée par une multitude de facteurs, toutes les parties prenantes de la communauté s'engagent collectivement à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé psychologique florissante. Voici leurs rôles et leurs responsabilités :

2.1 Direction générale

- Assurer l'application de la présente Politique et sa promotion auprès de l'ensemble des membres de la communauté du Cégep de Sherbrooke.

2.2 Direction des affaires étudiantes, communautaires et internationales

- Faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé psychologique soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit accessible.
- Assurer toute reddition de comptes exigée par le ministère de l'Enseignement supérieur en lien avec le PASME.
- Évaluer la mise en œuvre de la présente Politique et en diffuser les résultats à l'ensemble de la communauté.
- Veiller au bon fonctionnement du comité institutionnel de santé psychologique.

2.3 Direction des ressources humaines

- Faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé psychologique soient mis en place et que l'information portant sur ces services, dont le Programme d'aide aux employés, soit accessibles pour les membres du personnel.
- S'impliquer dans la coordination d'activités et d'initiatives portant sur la santé psychologique offertes aux membres du personnel.

2.4 Gestionnaires

- Connaître et promouvoir les objectifs et les principes de la présente Politique.
- Contribuer à la création et au maintien d'un climat positif (inclusif, sécuritaire et bienveillant). Être un modèle positif pour les membres de la communauté en adoptant un comportement respectueux, en communiquant de manière constructive et en étant responsable de sa propre santé psychologique.
- Veiller à la bonne santé psychologique des membres de son équipe.
- S'assurer que le personnel sous sa responsabilité dispose de la formation et de l'information nécessaires à l'application de la présente Politique.
- Aider la communauté du Cégep dans la conciliation études-travail-famille ou travail-famille, selon le cas, par la mise en place d'accommodements permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie, tout en s'assurant de maintenir le bon fonctionnement du service.

2.5 Membres du personnel

- Contribuer à la création et au maintien d'un climat positif (inclusif, sécuritaire et bienveillant). Être un modèle positif pour les membres de la communauté en adoptant un comportement respectueux, en communiquant de manière constructive et en étant responsable de sa propre santé psychologique.
- Être à l'écoute pour repérer les indices de difficultés nécessitant du soutien.
- Faire la promotion des divers services accessibles et guider les personnes, au besoin, vers les ressources appropriées.
- En fonction de notre rôle professionnel, favoriser des approches d'intervention, de gestion, ou pédagogiques favorisant une santé psychologique positive.

- Faire preuve de sensibilité et de flexibilité, en conformité avec les règles d'équité en vigueur, dans la mise en place et le déroulement des activités pédagogiques et d'évaluations.

2.6 Communauté étudiante

- Favoriser la création et le maintien d'un climat de bienveillance et de bien-être dans ses différentes interactions et implications.
- Favoriser l'adoption de pratiques et d'habitudes qui promeuvent une bonne hygiène de vie.
- S'informer des services disponibles, se prévaloir des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire.

2.7 L'ensemble de la communauté

Enfin, par cette Politique, le Cégep invite l'ensemble des personnes faisant partie de sa communauté à participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorables à la santé psychologique positive, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion pour tous et toutes :

- Collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement des personnes et au développement d'une santé psychologique florissante.
- Faire preuve de bienveillance envers tous et toutes, sachant que le bien-être des uns et des unes est grandement influencé par le bien-être des autres.
- S'informer et prendre les mesures nécessaires pour protéger sa santé, sa sécurité, son intégrité physique et psychologique et celles d'autrui.

3. Comité institutionnel de santé psychologique

Le Cégep s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé psychologique de la communauté collégiale. Ce comité réunira notamment des représentantes et représentants de l'équipe de gestionnaires, du personnel enseignant, du personnel professionnel, du personnel de soutien de l'établissement ainsi que des membres de la communauté étudiante.

Mandat du comité

Veiller à l'amélioration continue des pratiques et des initiatives en place dans l'établissement pour favoriser la santé psychologique de sa communauté tant en ce qui concerne l'intervention, qu'en ce qui a trait à la prévention et la promotion. Ces initiatives visent d'une part l'augmentation des facteurs de protection et d'autre part la diminution des facteurs de risque fragilisant la santé psychologique.

Cela implique:

- De prévoir des actions pour favoriser la santé psychologique de la communauté étudiante et des membres du personnel, incluant la promotion d'une santé psychologique positive, et de contribuer à leur mise en œuvre ;
- D'émettre des recommandations aux instances concernées en vue d'améliorer le soutien offert à la communauté collégiale ;
- De proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé psychologique;
- D'établir des orientations de concert avec les comités institutionnels concernés;
- De faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité ;
- D'évaluer la mise en œuvre de la présente Politique et en diffuser les résultats à l'ensemble de la communauté.

4. Continuum de services

Le Cégep se réfère au Cadre de référence sur la santé mentale étudiante, disponible sur Québec.ca, pour la mise en œuvre d'un continuum de services.

4.1 Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention

Le Cégep s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé psychologique, dans le respect des besoins de sa communauté. Ces actions peuvent porter sur la santé psychologique, la réduction des méfaits, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé psychologique³. Des programmes axés sur le développement des compétences socio-émotionnelles et sur la gestion du stress peuvent être mis en place. Le Cégep valorise des approches et des mesures ayant démontré leur efficacité.

Diverses activités portant sur la santé psychologique sont offertes aux membres du personnel et à la communauté étudiante. Elles portent notamment sur la santé psychologique positive, l'inclusion, la bienveillance et les saines habitudes de vie.

4.2 Mesures d'aide

Le Cégep offre à sa population étudiante des services d'aide dont il s'assure de faire la promotion. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, il met en œuvre des services permettant d'évaluer leurs besoins et de les orienter vers les ressources appropriées, tant internes qu'externes.

Il offre, en complémentarité avec le service d'urgence sociale de la région, un service d'urgence psychosociale pour répondre aux urgences ou aux crises vécues par sa population étudiante.

Un protocole de postvention est également mis en place en cas de décès par suicide, de décès subit ou autre événement traumatique.

Un programme d'aide est offert sans frais aux membres du personnel et de façon confidentielle et anonyme. Il inclut des services de « counseling » et de soutien de courte durée relativement à une gamme variée de problématiques dont : les enjeux professionnels, conjugaux, familiaux, personnels, liés à la dépendance, à la santé psychologique ou physique ainsi qu'à la nutrition.

5. Appréciation des retombées

Le Cégep apprécie les retombées sur la santé psychologique de sa communauté, générées par l'ensemble des actions et mesures qu'il a mises en place.

³ 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/>.

Les données recueillies de manière rigoureuse 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.

6. Diffusion de la Politique

Le Cégep s'assure de diffuser la Politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement.

7. Entrée en vigueur

La présente Politique institutionnelle entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration.

8. 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.