



2020 RÉCIPIENDAIRE ORDRE DE L'EXCELLENCE
SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada

La Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire

Foire aux questions (FAQ)



Commission de la santé mentale du Canada
commissionsantementale.ca

Ce document est disponible en anglais.

© 2021, Commission de la santé mentale du Canada

Les points de vue exprimés dans le présent document représentent uniquement ceux de la Commission de la santé mentale du Canada.

ISBN : 978-1-77318-256-8

Dépôt légal, Bibliothèque nationale du Canada



Les points de vue présentés ici représentent uniquement les points de vue de la Commission de la santé mentale du Canada. Le présent matériel a été produit grâce à la contribution financière de Santé Canada.

1. Qu'est-ce qu'une norme?

Une norme est un niveau de rendement attendu qui est considéré comme un modèle approuvé par une autorité, des experts ou de l'avis général. Une norme stipule les exigences minimales en matière d'utilisation, de sécurité et de conception de produits, de processus et de services. Elle constitue un document évolutif faisant régulièrement l'objet de révisions et de mises à jour afin de répondre aux exigences en constant changement. Dans le cadre du processus d'amélioration continue du Groupe CSA (et pour assurer leur pertinence), les normes que ce dernier a créées sont révisées au moins tous les cinq ans. La Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire (la Norme) est unique en raison de ses lignes directrices flexibles d'application volontaire et parce qu'elle est considérée comme un « processus ».

2. Qu'est-ce que le Groupe CSA?

Le [Groupe CSA](#) est un organisme international voué à la sécurité, au bien commun et à la durabilité. Il est un chef de file en matière d'élaboration de normes, mais aussi d'essai, d'inspection et de certification partout au monde, notamment au Canada, aux États-Unis, en Europe et en Chine.

3. Qu'est-ce que la Norme?

La Norme propose des lignes directrices d'application volontaire aidant les établissements postsecondaires à mettre au point de politiques, des procédures et des pratiques qui soutiennent, favorisent et améliorent continuellement la santé mentale et le bien-être des étudiants. Première du genre au monde, elle a été lancée en octobre 2020 au terme de presque deux ans de mobilisation et de consultation. Basée sur des démarches holistiques et orientées vers l'amont¹, la Norme est conçue pour influencer, structurer et guider les établissements postsecondaires souhaitant établir des points de référence – et pour les aider à mesurer leurs progrès – en vue de créer des environnements sains et sécuritaires.

La Norme peut être adaptée à la réalité de chacun des établissements postsecondaires, qui décident eux-mêmes des éléments à mettre en œuvre compte tenu de leur situation, de leurs ressources et du contexte local et qui déterminent leurs priorités en fonction des occasions immédiates et des difficultés les plus urgentes. Grâce à son cadre fondé sur la connaissance, la Norme peut tenir lieu de plateforme pour faire connaître les messages clés et les priorités des établissements, tout en aidant ces derniers à concentrer leurs énergies et leurs ressources sur l'évaluation des capacités et des priorités. Parce qu'elle est basée sur le principe d'amélioration continue, des progrès peuvent être réalisés au fil du temps dans la santé mentale et le bien-être des étudiants, quel que soit le point de départ de l'établissement.

4. Pourquoi la Norme a-t-elle été élaborée?

Il est primordial de soutenir la santé mentale des étudiants du postsecondaire. Trois problèmes de santé mentale sur quatre apparaissent avant l'âge de 24 ans, une période où de nombreuses personnes étudient au niveau postsecondaire. L'enquête nationale sur la santé mentale dans les collèges (National College Health Assessment) de 2019, réalisée par l'American College Health Association, a révélé que 52 p. 100 des étudiants du postsecondaire au Canada se sentaient déprimés

Les démarches holistiques ne se limitent pas aux besoins de santé mentale pris individuellement. Elles tiennent compte de l'interaction complexe entre les facteurs individuels, interpersonnels, institutionnels, communautaires et relatifs au système social qui agissent sur la santé mentale et le bien-être et qui peuvent favoriser ou restreindre la capacité des personnes à s'épanouir. Les démarches orientées vers l'amont mettent l'accent sur la prévention d'une santé mentale non optimale.

au point d'avoir du mal à fonctionner (une augmentation par rapport aux 46 p. 100 de 2016). De plus, environ 69 p. 100 ont affirmé ressentir une anxiété accablante (une hausse de 4 p. 100 par rapport à 2016).

Même si de nombreux établissements postsecondaires sont dotés de stratégies pour la santé mentale et le bien-être de leurs étudiants, le partage de pratiques exemplaires fondées sur la connaissance à l'intérieur d'un cadre pancanadien systématique peut générer d'autres avantages.

5. Comment la Norme peut-elle être bénéfique pour les établissements qui composent avec les répercussions de la COVID-19?

La pandémie a accentué de nombreux problèmes de santé mentale dont les étudiants souffraient déjà, si bien qu'il est devenu encore plus difficile pour les établissements de les épauler. Pour aider les établissements à adhérer à la Norme dans le contexte de la pandémie, la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) a préparé la [Trousse de démarrage : Pour la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être pour les étudiants du postsecondaire.](#)

6. Quels avantages les établissements participants retirent-ils des efforts investis dans la Norme?

Les établissements postsecondaires peuvent se servir de la Norme pour réitérer leur détermination à créer un environnement sain et sécuritaire pour leurs étudiants.

Les lignes directrices contenues dans la Norme visent les résultats suivants :

- Sensibiliser les gens à la santé mentale et réduire la stigmatisation entourant la maladie mentale
- Renforcer les liens relationnels au sein de la communauté d'apprentissage et le sentiment d'appartenance à celle-ci
- Élargir l'accès aux services de soutien pour étudiants tant sur le campus qu'à l'extérieur
- Renforcer la résilience et les habiletés fondamentales que les étudiants pourront appliquer à l'école, au travail et dans leur vie quotidienne
- Créer des milieux institutionnels plus sains et plus sécuritaires
- Accroître les chances de réussir et de s'épanouir pour les étudiants

7. Qui sera touché par la Norme?

Les étudiants du postsecondaire, les collèges, les universités, les établissements polytechniques, les cégeps, les membres du personnel et du corps professoral ainsi que les syndicats étudiants seront directement touchés par cette Norme. L'amélioration de la santé mentale et de la réussite des étudiants dans les établissements d'enseignement postsecondaire aura des retombées indirectes dans les réseaux sociaux et les milieux de soutien des étudiants, par exemple les familles, les aidants, les groupes professionnels et d'autres membres de la communauté.

8. En quoi la Norme répondra-t aux besoins diversifiés des étudiants de niveau postsecondaire?

La Norme favorise la participation de tous les étudiants, quels que soient leurs capacités, leur âge, leur ascendance, leur culture, leurs handicaps, leur origine ethnique, leur état de famille, leur genre, leur expression de genre, leur identité de genre, leur emplacement géographique, leur langue (ou origine linguistique), leur état matrimonial, leur nationalité ou leur origine nationale/lieu d'origine, leurs croyances ou affiliations politiques, leur race, leur religion, leurs croyances ou affiliations religieuses, leur sexe, leur orientation sexuelle, leur statut socioéconomique, leur source de revenus, leur statut d'étudiant ou d'autres caractéristiques pertinentes, ou toute combinaison de ces

caractéristiques.

9. Qui devrait adopter la Norme?

Tous les collèges, universités, instituts, écoles polytechniques et cégeps gagneraient à adopter La Norme, qui est d'application volontaire. Parce qu'elle est fondée sur une démarche collective, la mise en œuvre devra tenir compte du point de vue et de la rétroaction des étudiants, des membres du personnel et du corps professoral, des administrateurs et d'autres parties prenantes. L'orientation et le soutien du processus de mise en œuvre de la Norme incomberont probablement au bureau administratif le plus directement responsable de la réussite des étudiants.

10. Comment puis-je accéder à la Norme?

Vous pouvez obtenir votre copie gratuite de la Norme (jusqu'en octobre 2025) sur le [site web du Groupe CSA](#). Pour la télécharger, vous devrez créer un compte dans la boutique du Groupe CSA et ajouter la Norme à votre panier d'achats.

11. La Norme est-elle disponible dans les deux langues officielles?

Oui. Vous pouvez télécharger les deux versions de la Norme à partir du [site web du Groupe CSA](#), après avoir créé un compte dans la boutique du Groupe CSA et les avoir ajoutées au panier d'achats.

12. Est-ce que des services et des ressources additionnels sont offerts aux établissements d'enseignement qui souhaitent participer au projet?

Oui. Le [site web](#) de la CSMC publie régulièrement de l'information à propos de ce projet ainsi que des ressources utiles.

Visitez la page web de la CSMC qui porte sur la Norme afin de :

- [Obtenir votre copie de la Norme](#)
- [Télécharger la Trousse de démarrage](#)
- [Vous joindre à la communauté pour avoir accès à des ressources de soutien](#) (créez un compte distinct pour vous joindre aux Communautés CSA, où des ressources connexes sont offertes par le Centre for Outreach, Resources, and Engagement [CORE]).

13. Par où les établissements postsecondaires devraient-ils commencer?

Le point de départ dépend des priorités et de la situation de l'établissement. Voici quelques exemples de premières étapes :

- Passer en revue les politiques existantes sous l'angle de la santé mentale
- Former un groupe de travail mandaté pour examiner les possibilités
- Utiliser un modèle d'outil d'audit interne (à l'Annexe A de la Norme) pour évaluer les lacunes
- Focaliser les efforts sur un domaine prioritaire
- Obtenir l'adhésion des intervenants concernés
- Allouer des ressources en vue d'entreprendre les travaux

14. Est-ce que l'adoption de la Norme se fait selon une « approche ciblant le campus en entier » (incluant le corps professoral, le personnel et les étudiants)?

La Norme fait la promotion d'une responsabilité partagée pour la santé mentale des étudiants, ce qui signifie que tous les membres de la communauté postsecondaire ont un rôle à jouer. Cela dit, le point de mire de la Norme est la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire. Nous

encourageons également les établissements à se pencher sur la [Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail](#)², qui peut être mise en œuvre avant la Norme pour les étudiants du postsecondaire ou en parallèle à celle-ci.

15. La Norme est-elle volontaire?

Oui, à moins d'être citée dans une loi ou un règlement.

16. Qui a financé ce projet?

La CSMC a dirigé le projet d'élaboration de la Norme, en collaboration avec le Groupe CSA. Le projet a également reçu l'appui financier de Bell Cause pour la cause, de la Fondation Rossy, de la Fondation RBC et de Santé Canada.

17. En quoi la Norme se distingue-t-elle d'une stratégie de santé mentale?

Une stratégie en matière de santé mentale fournit la marche à suivre pour améliorer les programmes en place, en élaborer de nouveaux et combler les lacunes existantes. La Norme, quant à elle, établit un cadre national et des paramètres de mesure pour évaluer une telle stratégie. Par exemple, l'adoption de la Norme par un établissement donné peut révéler une lacune sur le plan de l'accessibilité de ses services de santé mentale. Un plan pour éliminer cette lacune peut alors être déployé dans le cadre de sa stratégie de santé mentale. La Norme peut également étoffer une stratégie de santé mentale existante, de façon à assurer que tous les éléments liés à la santé mentale des étudiants sont pris en compte.

18. La Norme sera-t-elle citée dans des lois, des règlements, des autorisations et des agréments?

Tout comme la Norme sur les milieux de travail, la Norme pour les étudiants du postsecondaire est volontaire. Il est possible que cette dernière soit mentionnée dans de futurs règlements, lois, autorisations et agréments.

19. De quelle façon la Norme garantira-t-elle aux étudiants le soutien dont ils ont besoin au moment où ils en ont besoin?

La Norme seule ne peut garantir aux étudiants le soutien dont ils ont besoin au moment où ils en ont besoin. Ce résultat ne pourra être atteint qu'au moyen d'efforts soutenus par l'ensemble de la communauté postsecondaire. La Norme offre un cadre qui permet aux établissements de connaître les éléments minimaux à mettre en place pour soutenir la santé mentale et le bien-être de leurs étudiants.

20. La Norme s'adresse-t-elle seulement aux étudiants ayant une maladie mentale?

La Norme s'adresse à tous les étudiants, tout au long de leur parcours dans l'établissement postsecondaire, peu importe qu'ils soient aux prises avec une maladie mentale, qu'ils n'aient pas encore vécu de maladie mentale, qu'ils soient en rétablissement ou qu'ils aient une santé mentale optimale. Elle s'adresse aux étudiants sur le campus et hors campus, aux personnes qui étudient à distance, aux étudiants étrangers et canadiens, aux personnes ayant un handicap, etc.

21. Qui a participé à l'élaboration de la Norme?

Pendant près de deux ans, la CSMC a déployé divers efforts de mobilisation en collaboration avec des partenaires et des chefs de file du domaine de la santé mentale, par exemple pour réaliser des études et engager des dialogues d'un bout à l'autre du pays. Plus de 7 500 intervenants ont été mis à

²La Norme sur les milieux de travail, dévoilée en 2013, aide les employeurs du Canada à créer des environnements de travail sains et sécuritaires sur le plan psychologique pour leurs employés et bénévoles.

contribution, incluant des étudiants, des administrateurs, des personnes ayant une expérience passée ou présente de la maladie mentale, des établissements postsecondaires et des fournisseurs de services. En s'appuyant sur ce large éventail de contributions (p. ex., des enquêtes, des dialogues, un examen public), un comité technique composé de 35 experts a créé le contenu de la Norme.

22. Comment les étudiants du postsecondaire étaient-ils définis et comment ont-ils participé à l'élaboration de la Norme?

Les étudiants du postsecondaire étaient définis comme des personnes inscrites à un établissement d'enseignement postsecondaire. Les adultes émergents âgés de 16 à 25 ans, les étudiants adultes et les personnes retournant aux études auraient pu avoir été inclus dans ce groupe de référence. Les groupes suivants auraient également pu être pris en considération :

- les personnes en transition vers les études de niveau postsecondaire (première année);
- les personnes effectuant leurs études de niveau postsecondaire (année intermédiaire); et
- les personnes achevant leur parcours postsecondaire (étudiants diplômés, incluant les étudiants des cycles supérieurs, qui sont généralement plus âgés que ceux du groupe de référence).

Les étudiants du postsecondaire étaient représentés grâce à la participation de diverses organisations étudiantes au sein du conseil consultatif de la haute direction et du comité technique ainsi qu'aux consultations de la communauté, aux sondages menés auprès des étudiants et aux groupes de discussion. Un des principes directeurs du projet voulait que les travaux soient centrés sur les étudiants, soulignant l'importance de faire participer les étudiants à toutes les phases de la Norme.

23. Les membres du corps professoral et du personnel devront-ils devenir des « professionnels » de la santé mentale pour les étudiants?

Non. La Norme recommande des outils, des services et des ressources permettant au personnel et aux enseignants de promouvoir la santé et la sécurité psychologiques sur le campus. Les chefs de file de la communauté postsecondaire ont l'occasion de devenir des agents de changement en alignant leurs efforts sur la Norme, qui leur procure un cadre de pratiques exemplaires et d'amélioration continue pour la création et le maintien d'un environnement sain et sécuritaire sur le plan psychologique.

24. Notre établissement d'enseignement dispose déjà de programmes et de services de soutien. Comment pouvons-nous éviter la répétition des efforts?

Un examen de la portée réalisé en 2018 (voir la question 26) a mis en lumière quelques-uns des nombreux programmes exceptionnels et pratiques prometteuses adoptés par les établissements postsecondaires et mentionnés dans la Norme. Les pratiques exemplaires fondées sur des données probantes mises de l'avant dans la Norme se veulent un complément aux services, programmes et cadres existants, et non une répétition de ceux-ci.

Si vous connaissez des pratiques, programmes ou services exemplaires, nous vous invitons à nous les faire connaître en nous écrivant au normeetudiant@commissionsantementale.ca.

25. Comment la Norme a-t-elle été élaborée?

L'élaboration de la Norme a été effectuée en suivant ces étapes :

- Un comité consultatif de la haute direction, une équipe de projet et un comité technique ont été mis sur pied pour assurer la supervision, la planification et l'élaboration de la Norme.

- Un [examen de la portée](#) a été effectué dans la littérature existante afin de décrire l'expérience actuelle des étudiants et des établissements d'enseignement de niveau postsecondaire en matière de santé mentale et de bien-être. Cet examen consistait notamment à recenser les pratiques exemplaires et les stratégies nouvelles et émergentes à l'échelle nationale et internationale.
- Une série de dialogues a été organisée partout au pays, et plusieurs activités de consultation du public ont eu lieu pour recueillir les points de vue et la rétroaction de la population.
- Les résultats de l'examen de la portée et des consultations ont été compilés dans un document de travail, qui a servi de guide au comité technique du Groupe CSA lors de l'élaboration de la Norme.
- Le comité technique a conçu la Norme grâce à une approche consensuelle au fil de six réunions de deux jours tenues sur une période de deux ans. Le processus comportait également des échanges formels entre les réunions.
- À l'automne de 2019, une ébauche de la Norme rédigée dans les deux langues officielles a été rendue disponible pour une période de 60 jours en vue d'obtenir les commentaires du public. Toutes les parties prenantes et personnes concernées du Canada étaient invitées à prendre connaissance de la Norme et de soumettre leurs commentaires.
- La version définitive de la Norme a été publiée en octobre 2020.

26. En quoi a consisté l'examen de la portée de la littérature existante?

Une équipe de recherche, supervisée par la D^{re} Heather Stuart à l'Université Queen's, a réalisé une analyse documentaire et examiné les pratiques exemplaires en vigueur dans les établissements postsecondaires. Cette information a été transmise au comité technique, responsable de l'élaboration de la Norme.

27. Qu'est-ce que le comité technique?

Le comité technique est une équipe diversifiée de quelque 35 experts et intervenants composée d'étudiants, de membres de leur famille, d'administrateurs, de membres du corps professoral et du personnel ainsi que de dirigeants syndicaux des collèges, universités, instituts, écoles polytechniques et cégeps. Le comité technique était chargé d'élaborer et de rédiger la Norme³.

28. Comment le succès de cette initiative peut-il être mesuré?

Initialement, son succès se mesurera par son taux d'adoption et de mise en œuvre. La Norme est fondée sur un engagement à l'égard de l'amélioration continue afin que la santé mentale et le bien-être des étudiants puissent être améliorés au fil du temps. La Norme conseille également aux établissements postsecondaires de créer un plan d'évaluation comportant des stratégies de diffusion des résultats au sein de la communauté postsecondaire et aux partenaires au sens large (selon le cas). Il est important que les établissements postsecondaires soulignent les progrès réalisés relativement au plan d'action.

La Norme contient la liste de tous les membres du comité technique.

29. Est-ce que les établissements mettant en œuvre la Norme reçoivent une attestation?

L'adoption de la Norme ne mène à aucune attestation, ce qui n'est pas la même chose qu'un agrément. Ainsi, les établissements ne sont pas tenus de déclarer leurs efforts et disposent d'une autonomie et d'un contrôle complets en ce qui concerne le processus de mise en œuvre.

30. Comment puis-je contribuer?

Vous pouvez communiquer avec l'équipe de la CSMC qui supervise les travaux relatifs à la Norme en écrivant à l'adresse normmeetudiant@commissionsantementale.ca.

31. Comment puis-je obtenir de plus amples renseignements?

Pour en savoir plus, rendez-vous à la [page web](#) de la CSMC sur la Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire.



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Commission de la santé mentale du Canada

Bureau 1210, 350 rue Albert
Ottawa, ON K1R 1A4

Tel : 613.683.3755
Fax : 613.798.2989

infocsmc@commissionsantementale.ca
www.commissionsantementale.ca

[@CSMC_MHCC](https://twitter.com/CSMC_MHCC) [/theMHCC](https://facebook.com/theMHCC) [/1MHCC](https://youtube.com/1MHCC) [@theMHCC](https://instagram.com/theMHCC)

[/Mental Health Commission of Canada](https://linkedin.com/company/mental-health-commission-of-canada)