Commission de la santé mentale du Canada

Mental Health Commission of Canada

Donner vie à la Norme nationale : Favoriser la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire

Qu’est-ce que la Norme?

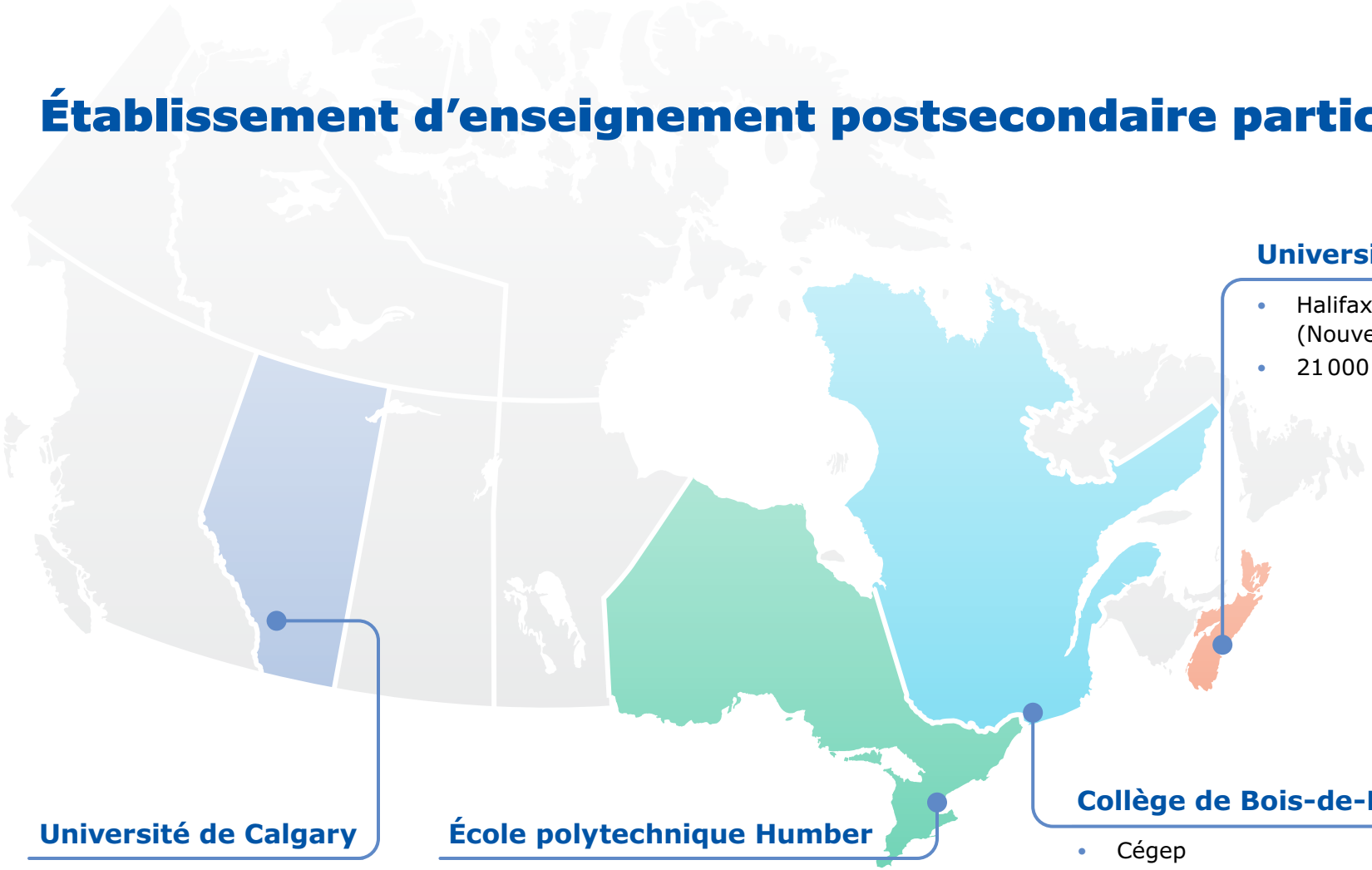
Première en son genre dans le monde, la ***Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire*** (la Norme) fournit des lignes directrices souples et volontaires qui visent à **promouvoir la bonne santé psychologique et le bien-être des apprenants**. Fondée sur un engagement d’amélioration continue, la Norme est conçue pour **s’adapter aux besoins et à la situation** de chaque établissement d’enseignement postsecondaire (EEP), de sorte que chacun puisse déterminer ses propres priorités au fil du temps, quel que soit son point de départ. Depuis la parution de la Norme en 2020, les établissements canadiens, grands et petits, la mettent à profit pour améliorer leurs initiatives en faveur de la santé mentale et accroître le bien-être des étudiants.

Tirer les leçons de l’expérience

Bien qu’il n’existe pas de méthode universelle de mise en œuvre de la Norme, il y a des leçons à tirer de l’expérience d’autres EEP dans leur parcours de mise en œuvre. En collaboration avec la **Commission de la santé mentale du Canada** (CSMC), la **Société de recherche sociale appliquée** (SRSA) a interrogé des représentants de quatre EEP canadiens de type, de taille et de localisation différents, afin d’explorer leurs différentes approches en matière de conformité à la Norme. **Ces conversations fournissent des indications précieuses sur la façon dont les institutions concrétisent la Norme de manière judicieuse et efficace.**

La présente ressource présente les conclusions que ces EEP ont tirées de leur parcours de mise en œuvre jusqu’à présent et explique comment elles ont tiré parti des stratégies et des cadres existants, comment elles ont suscité un engagement par l’intermédiaire de personnalités influentes et comment elles continuent à surmonter les obstacles grâce à des solutions novatrices.

Établissement d'enseignement postsecondaire participants



Université Dalhousie

- Halifax (Nouvelle-Écosse)
- 21 000 étudiants

Université de Calgary

- Calgary (Alberta)
- 37 000 étudiants

École polytechnique Humber

- Toronto (Ontario)
- 86 000 étudiants

Collège de Bois-de-Boulogne

- Cégep
- Montréal (Québec)
- 3 300 étudiants

« Lorsque j'examine la Norme, je constate qu'elle ne se limite pas à décrire les éléments essentiels, mais qu'elle propose également des conseils sur les étapes à suivre pour continuer à aller de l'avant. »

– Représentant, École polytechnique Humber

Prendre de l'élan : Comment les établissements se mettent au diapason de la Norme et s'y consacrent

INTÉGRER LES STRATÉGIES ET LES VALEURS ACTUELLES

Bien que la plupart des EEP appliquaient déjà des stratégies et des initiatives en matière de santé mentale des étudiants avant de mettre en œuvre la Norme, cette dernière leur a donné l'occasion de s'appuyer sur ces stratégies et de les renforcer afin de les harmoniser avec les pratiques exemplaires nationales. Pour beaucoup d'entre eux, il s'agissait d'une étape logique dans leurs efforts continus pour instaurer un environnement de soutien et d'intégration sur les campus. À l'**Université de Calgary**, la Norme a été intégrée à une stratégie plus globale au lieu d'être explicitement mise en œuvre clause par clause. Cette approche holistique a permis à l'Université de Calgary de conserver ses stratégies existantes tout en intégrant des aspects clés de la Norme, garantissant ainsi la cohérence de l'initiative avec sa vision plus étendue. De même, l'**École polytechnique Humber** se réjouit que la Norme fournisse à la fois les composants et les étapes de mise en œuvre, ainsi que des recommandations nuancées, ce qui permet une intégration en douceur avec ses autres stratégies de bien-être.

> *« Il est beaucoup plus facile de vendre un projet ou une idée qui s'aligne sur les valeurs de l'institution et s'inscrit dans le plan stratégique. »*
>
> – Représentant, Collège de Bois-de-Boulogne

TIRER PARTI DES CADRES EXISTANTS

L'intégration de la Norme à d'autres cadres établis que les établissements utilisent déjà a amélioré sa facilité d'utilisation et son alignement sur les objectifs institutionnels et nationaux. La **Charte de l'Okanagan** préconise une approche holistique de la santé mentale sur l'ensemble du campus et apporte un complément à la Norme, qui met l'accent sur la création d'un environnement inclusif et centré sur l'étudiant. De même, l'**approche systémique de l'Association canadienne des services aux étudiants des collèges et universités (ASÉUCC)** insiste sur la prise en compte des facteurs systémiques affectant le bien-être des étudiants et s'inscrit dans le cadre de l'appel à un changement global et durable lancé par la Norme. Ensemble, ces cadres créent une stratégie unifiée qui facilite la mise en œuvre de la Norme par les ISP sans qu'elles aient à réinventer leurs stratégies existantes.

L'harmonisation avec la Norme renforce également les efforts de santé mentale à l'échelle du campus pour les étudiants et le personnel. L'**Université Dalhousie** et l'**Université de Calgary** ont intégré la Norme aux côtés de la **Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail**. Le **Collège de Bois-de-Boulogne** a intégré la Norme à son approche permanente à l'ensemble du campus afin de promouvoir un environnement favorable et inclusif. Cela leur a permis d'obtenir rapidement l'appui pour la Norme et de l'intégrer à leurs initiatives plus larges. Par exemple, la Norme est explicitement intégrée à leurs documents d'orientation, comme leur plan stratégique, qui met l'accent sur la nécessité d'ajuster les pratiques institutionnelles et de mettre en œuvre des structures de prévention et d'intervention pour améliorer le bien-être des étudiants.

AMÉLIORER LES PROGRAMMES EXISTANTS ET IMPLIQUER LES CHAMPIONS

La mise en adéquation avec les programmes de santé mentale existants a permis aux établissements d'intégrer la Norme de manière transparente dans leurs activités. Au **Collège de Bois-de-Boulogne**, la création d'un guichet unique multidisciplinaire, « **L'Archipel** », a permis de regrouper au même endroit des services aux étudiants tels que le soutien psychosocial, financier et d'orientation. Cette initiative illustre la manière dont la Norme peut améliorer les services en place, en offrant un soutien plus accessible aux étudiants. L'**Université de Calgary** a intégré un **certificat en bien-être mental et résilience** qui reconnaît les efforts des étudiants dans la promotion de la santé mentale et de l'inclusion, soutient la mise en œuvre de la Norme par la promotion du savoir en matière de santé mentale et renforce les efforts plus généraux de l'université.

La mise en œuvre réussie de la Norme repose également sur un solide soutien de la part des champions, c'est-à-dire le personnel, les professeurs et les administrateurs, tous engagés envers la santé mentale et le mieux-être. À l'**Université de Calgary**, les champions ont travaillé en étroite collaboration avec les services de bien-être des étudiants pour intégrer la Norme, assurer l'adhésion à l'échelle de l'établissement et favoriser les partenariats interministériels. Comme l'a affirmé l'un des membres du personnel, *« nous reconnaissons que les ressources et la capacité posent des limites, mais nous les contournons en collaborant avec les unités, les facultés et les ministères, en créant des relations »*. Ce modèle de collaboration permet de surmonter les limites des ressources et de faire avancer les initiatives. De solides relations avec les dirigeants contribuent également aux efforts de mise en œuvre à l'**école polytechnique Humber**. Un membre du personnel a souligné : *« J'apprends que le travail stratégique comme celui-ci est vraiment tributaire de relations solides avec les partenaires du campus, y compris nos dirigeants. Des relations positives facilitent le partage des idées et favorisent leur concrétisation. »*

« La Norme intègre des aspects de diverses stratégies qui existaient déjà avant son lancement officiel, ainsi que des documents clés comme la Charte de l'Okanagan. Notre stratégie était déjà en phase avec la Norme, il nous a donc semblé naturel de l'adopter. »

– Représentant, Université de Calgary

Surmonter les obstacles à la promotion de la santé mentale sur le campus

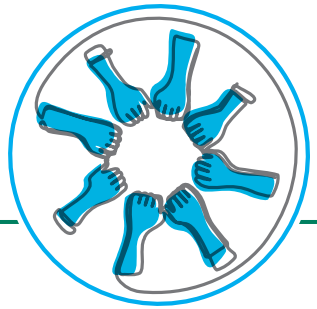
CAPACITÉ DE DOTATION : OPTIMISER LES RÉSULTATS GRÂCE À LA COLLABORATION

La promotion de la santé mentale sur les campus implique souvent de travailler avec des ressources limitées et d'alléger le fardeau financier. Les établissements relèvent ces défis en mettant en œuvre des initiatives créatives et efficaces pour que le bien-être des étudiants demeure une priorité.

Dans de nombreux EEP, la capacité de dotation est devenue un défi important pour promouvoir la santé mentale sur le campus et mettre en œuvre efficacement la Norme. À l'**Université de Calgary**, le personnel a fait remarquer que même s'il avait la chance d'avoir un bureau dédié à la santé mentale et au bien-être communautaire, les ressources et le personnel limités ont toujours entravé sa capacité à mettre pleinement en œuvre les initiatives. Comme l'a dit l'un des membres du personnel, *« Les ressources humaines sont toujours une denrée rare. Et je suis sûr que chaque personne le mentionnerait. Je pense que nous sommes très chanceux d'avoir un bureau dédié à la santé mentale et au bien-être des communautés. Cependant, pour accomplir tout ce que nous entreprenons, nous ne disposons pas à l'heure actuelle des ressources ou des capacités suffisantes. »* Ils font progresser les initiatives en matière de santé mentale grâce à la collaboration interministérielle pour accroître l'efficacité des ressources et maximiser les retombées.

ÉVALUATION : ALLER AU-DELÀ DES MESURES TRADITIONNELLES

Il est essentiel de passer à une évaluation plus holistique, centrée sur la communauté, pour comprendre pleinement la portée des initiatives en matière de santé mentale. À l'**Université de Calgary**, le personnel a notamment souligné la nécessité de délaisser les approches conventionnelles. Un membre du personnel a expliqué : *« Je crois que nous devons nous éloigner de certaines des mesures traditionnelles de recensement, comme le dénombrement des présences. Cela ne nous donne pas toute l'histoire. C'est pourquoi nous encourageons le dialogue, l'écoute des histoires et l'évaluation participative de notre communauté sur le campus. »* De même, le **Collège de Bois-de-Boulogne** utilise des sondages comme les Quatre clés du succès pour recueillir les commentaires des étudiants et du personnel. Menés deux fois par an, ces sondages ont permis d'obtenir des résultats significatifs. Par exemple, avant l'ouverture de L'Archipel, environ 55 % des étudiants ignoraient où trouver de l'aide, mais six mois plus tard, ce chiffre est tombé à 9 %. Les données recueillies dans le cadre de ces sondages couvrent un large éventail de sujets, comme l'environnement sur le campus, l'accessibilité des services et les relations entre les étudiants et le personnel. Les données sont partagées avec l'équipe de direction et intégrées dans la prise de décisions de tous les secteurs du collège.



RESSOURCES : FAIRE FACE AUX PRESSIONS FINANCIÈRES QUI PÈSENT SUR LES ÉTUDIANTS ET LES ÉTABLISSEMENTS

De nombreux étudiants ont exprimé leur inquiétude quant aux pressions financières qui pèsent sur leur santé mentale, en particulier dans le contexte de la crise actuelle du coût de la vie. En réponse, certains établissements ont mis en place des stratégies visant à réduire les coûts pour les étudiants. L'**école polytechnique Humber**, par exemple, encourage les enseignants à utiliser, dans la mesure du possible, du matériel d'apprentissage sans frais, comme des ressources en ligne, sachant que le prix des manuels peut s'élever à plusieurs centaines de dollars par cours. De même, l'initiative **Be Well at Dalhousie University** comprend six groupes d'action, dont l'un se concentre sur le bien-être financier. Elle travaille à l'élaboration et à la mise en œuvre de stratégies qui répondent aux besoins financiers des étudiants et des employés, comme la hausse des salaires pour les emplois étudiants, l'amélioration de la sécurité alimentaire et la multiplication des bourses de bien-être.

> *« L'idée d'adopter la Norme en tant que collectif de collèges nous a procuré un sentiment d'appropriation plus grand, en reconnaissant que nous fonctionnons différemment des universités et que nous avons besoin les uns des autres. »*
>
> – Représentant, École polytechnique Humber

En tant que plus petit collège disposant de moins de ressources que les plus grands EEP, l'**École polytechnique Humber** reconnaît la valeur de la Norme en tant que structure unificatrice permettant de favoriser les partenariats avec d'autres établissements. Pour pallier ces limites, le collège Humber s'est associé à quatre autres établissements de la région du Grand Toronto afin de former un **consortium** visant à renforcer le soutien en matière de santé mentale sur leurs campus. Une subvention du **Fonds postsecondaire Bell Cause pour la cause** a assuré le financement initial nécessaire pour créer le consortium, jetant ainsi les bases d'une approche collaborative qui est devenue un atout inestimable pour tous les collèges participants. En combinant leurs connaissances et leurs ressources, les collèges ont pu améliorer leurs initiatives en matière de santé mentale d'une manière qui leur aurait été difficile de réaliser individuellement. Cette approche collective a favorisé un engagement commun à l'égard de la Norme, permettant ainsi aux établissements de maximiser à la fois leur influence et leurs ressources. Le collège Humber a également exprimé son intérêt pour une révision de la Norme au fil du temps ou pour un partenariat avec des établissements de recherche afin de continuer à en faire usage. Comme l'a expliqué un membre du personnel, *« Il faut des dirigeants prêts à innover. Lorsque nous voyons d'autres dirigeants adopter des initiatives similaires, cela nous donne un repère précieux pour entamer une conversation. »* Cette approche collaborative les a aidés à se sentir plus investis dans le processus et a favorisé un esprit de communauté parmi les établissements partageant la même vision, créant ainsi le soutien mutuel nécessaire pour faire des progrès dans le domaine de la santé mentale sur les campus.

Se familiariser avec la Norme : Accéder aux ressources et suivre les progrès de votre établissement

1. **Téléchargez** votre exemplaire de la Norme. Pour obtenir plus de renseignements et de ressources qui soutiennent la mise en œuvre, notamment une trousse de démarrage, consulter le **site Web** de la CSMC.

2. Faites le suivi de votre parcours pour la mise en œuvre de la Norme à l'aide de l'**Outil de suivi du campus en matière de santé mentale**, un outil en ligne gratuit et bilingue mis au point par la Société de recherche sociale appliquée avec la collaboration de la CSMC. Pour commencer, envoyez un courriel à **Info@OutilSanteMentale.ca**

Commission de la santé mentale du Canada

Mental Health Commission of Canada

SRDC SRSA SINCE 1991 DEPUIS
INNOVATION • EXPERIMENTATION • EVALUATION

@CSMC_MHCC **/theMHCC**
/1MHCC **@theMHCC** **@theMHCC**
/Commission de la santé mentale du Canada

infocsmc@commissionsantementale.ca
www.commissionsantementale.ca

Avec le financement de

Santé Canada Health Canada

UNIVERSITY OF CALGARY

HUMBER POLYTECHNIC

COLLÈGE DE BOIS-DE-BOULOGNE

DALHOUSIE UNIVERSITY