



**Réponses de la FNEEQ-CSN dans le cadre des journées de
consultation sur le plan d'action sur la santé mentale
étudiante à l'enseignement supérieur**

Présenté au ministère de l'Enseignement supérieur

par la

Fédération nationale des enseignantes

et des enseignants du Québec

(FNEEQ-CSN)

(1^{er} février 2021)

TABLE DES MATIÈRES

THÈME 1	1
---------------	---

**ORGANISATION ET DÉVELOPPEMENT DES SERVICES EN SANTÉ MENTALE DANS LES
ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR**

THÈME 2	3
---------------	---

**COLLABORATION ET PARTENARIATS EN FAVEUR D'UNE MEILLEURE SANTÉ MENTALE
ÉTUDIANTE**

THÈME 3	5
---------------	---

PROMOTION ET PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

THÈME 4	7
---------------	---

RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT DES CONNAISSANCES

THÈME 1

ORGANISATION ET DÉVELOPPEMENT DES SERVICES EN SANTÉ MENTALE DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

CONTEXTE

Les établissements d'enseignement supérieur disposent de l'autonomie nécessaire pour développer une offre de services en santé mentale représentative des caractéristiques et des besoins de leur population étudiante. De ce fait, nombre de modèles ont été implantés dans les réseaux collégiaux et universitaires, comprenant, notamment, les services de soutien psychosocial, d'orientation scolaire et professionnelle, de prévention des violences à caractère sexuel et de soutien aux étudiantes et aux étudiants en situation de handicap. Dans ce contexte, il s'avère essentiel d'identifier les modèles d'organisation des services qui favorisent l'accessibilité et la réponse rapide aux besoins des communautés étudiantes.

Par l'entremise de cet axe d'intervention, le Ministère souhaite notamment :

1. favoriser la création de milieux d'enseignement sains et sensibles à la diversité des besoins des communautés étudiantes ;
2. soutenir le développement des services de promotion, de prévention et de sensibilisation en matière de santé mentale dans les établissements d'enseignement supérieur ;
3. soutenir l'élargissement et la diversification de l'offre de services de soutien psychosocial dans les établissements d'enseignement supérieur et réduire les délais d'accès à une première consultation ;
4. favoriser le développement des connaissances en matière de santé mentale chez les membres du personnel et promouvoir l'adoption de pratiques pédagogiques inclusives.

Questions de réflexion

- a. Quelles sont les mesures et les actions concrètes à mettre en place pour favoriser l'atteinte de chacun des objectifs ci-dessus ? Comment le Ministère peut-il contribuer à l'atteinte de ces objectifs ?
 - **Financer adéquatement l'embauche des personnels professionnels (psychologues, personnes travailleuses sociales, personnes éducatrices spécialisées, etc.) ;**
 - **Pérenniser le financement des services en santé mentale dans les établissements d'enseignement ;**
 - **Financement dédié à la santé mentale et différencié (prévention et services d'interventions) ;**

Réponses de la FNEEQ-CSN dans le cadre des journées de consultation sur le plan d'action sur la santé mentale étudiante à l'enseignement supérieur

- Réduire les délais d'accès à une première consultation ;
 - Financer la formation des enseignant-es permettant l'adoption de pratiques favorisant la coopération avec les services en santé mentale, notamment par la détection des personnes ayant des problèmes de santé mentale en classe pour les diriger vers les services concernés.
- b. Quels services devraient être communs à l'ensemble des établissements d'enseignement supérieur, le cas échéant ?
- Processus d'accès d'urgence aux services en santé mentale. Services de réponse 24/7. Première rencontre d'évaluation dans les 72 h ;
 - Ligne directe, confidentielle, entre les services et les enseignant-es ;
 - Services de proximité. Favorisent l'accessibilité et assurent l'efficacité par la fine connaissance de la population étudiante ;
 - Processus de triage simplifié assurant la confidentialité.
- c. Quelles sont les pratiques gagnantes pour la réduction des délais d'accès à une première consultation d'ordre psychosocial ?
- Augmentation des ressources professionnelles en santé mentale ;
 - Coordination des services ;
 - Promotion de l'ensemble des services auprès des personnels et de la population étudiante ;
 - Formation en prévention en santé mentale pour les personnels et la population étudiante.
- d. À votre avis, quels services d'aide offerts à la population étudiante bénéficieraient d'une bonification ou d'une adaptation ? Quelles sont les bonifications souhaitées, le cas échéant ?
- Agir en prévention et promouvoir la santé mentale auprès des étudiant-es ;
 - Mentorat entre les étudiant-es favorisant une meilleure transition inter-ordres (passage du secondaire au collégial et du collégial à l'université) ;
 - Améliorer la capacité de répondre aux problématiques en santé mentale en tenant compte de la diversité de la population étudiante (étudiantes et étudiants étrangers, étudiantes et étudiants des Premières nations, étudiantes et étudiants parents, etc.) ;
 - Bonifier ou mettre en place des réseaux de groupes d'entraide (sentinelles, ambassadeurs, pairs aidants).

THÈME 2

COLLABORATION ET PARTENARIATS EN FAVEUR D'UNE MEILLEURE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

CONTEXTE

Actuellement, les modalités mises en œuvre par les établissements d'enseignement supérieur pour orienter leur offre de services en santé mentale découlent de la volonté exclusive de chaque milieu. De ce fait, il n'existe pas de balises communes pour orienter les actions des établissements ni de consensus sur les services qui devraient minimalement être offerts dans tous les réseaux de l'enseignement supérieur. Les modes de collaboration avec les partenaires externes, tels que le réseau de la santé et des services sociaux et les organismes communautaires, sont variables et dépendent des caractéristiques et des enjeux propres à chaque région, notamment en matière d'accessibilité aux services psychosociaux. Ils dépendent également de la volonté des personnes en place de développer les modes de collaboration ou de les mettre en œuvre.

Par l'entremise de cet axe d'intervention, le Ministère souhaite notamment :

1. doter les réseaux de l'enseignement supérieur de balises communes en matière de santé psychologique étudiante;
2. soutenir la concertation entre les réseaux de l'enseignement supérieur et le réseau de la santé et des services sociaux pour améliorer l'accessibilité aux services de santé mentale.

Questions de réflexion

- a. Quels sont les moyens à privilégier pour assurer l'adhésion et la concertation de tous les acteurs institutionnels en vue d'une meilleure santé psychologique étudiante ?
 - **Permettre à tous les acteurs et actrices de tous les réseaux en éducation d'être au jeu dans la consultation sur les mesures mises en œuvre et adoptées par le MES, leur validation et leur application ;**
 - **Mettre en place un plan d'action permettant une approche systémique d'intervention s'adaptant à la diversité des milieux et respectant l'autonomie des établissements ;**
 - **Formation des enseignantes et des enseignants pour la détection des personnes ayant des problèmes de santé mentale en classe pour les diriger vers les services appropriés ;**
 - **Permettre et favoriser la collaboration entre les enseignantes et les enseignants et les services en santé mentale ;**
 - **Favoriser les services à l'intérieur de l'établissement ou les services de proximité.**

- b.** Quels éléments (programmes, mesures ou services) devraient faire l'objet de balises communes en matière de santé psychologique étudiante ?
- **Un guichet unique d'information (en ligne) afin d'assurer l'uniformité des renseignements diffusés ;**
 - **Favoriser la communication (tables de discussions) à l'intérieur d'un même établissement, entre les départements.**
- c.** Comment le Ministère peut-il contribuer à favoriser la concertation entre les établissements d'enseignement supérieur, le réseau de la santé et des services sociaux et les organismes communautaires ?
- **L'organisation périodique de rencontres d'échanges entre les établissements et les personnels concernés ;**
 - **Responsabiliser les établissements quant à leur devoir d'offrir de bonnes conditions d'étude aux étudiant-es, notamment par une offre de services adéquats en santé mentale ;**
 - **Réduire la disparité des services en santé mentale dans tous les réseaux de l'enseignement supérieur.**
- d.** Quels véhicules de concertation régionale ou nationale contribuent (ou pourraient contribuer) à une meilleure collaboration entre le réseau de l'enseignement supérieur et ses partenaires externes ?
- **L'organisation périodique de rencontres d'échanges entre les établissements et les personnels impliqués ;**
 - **Assurer un meilleur partage de l'information et un meilleur suivi des étudiant-es dans le respect des règles de confidentialité.**

THÈME 3

PROMOTION ET PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

CONTEXTE

L'offre de services de promotion et de prévention en santé mentale varie entre les établissements et s'inscrit dans un continuum de besoins pouvant cibler :

1. l'ensemble de la population étudiante ;
2. membres de la population étudiante qui présentent certains facteurs de risque personnels ou environnementaux (ex. : les étudiantes et étudiants en transition vers l'enseignement supérieur ou vers l'âge adulte ou en situation de handicap, les parents-étudiants, les personnes issues de milieux socioéconomiques défavorisés, de la diversité sexuelle ou de genre, les étudiantes et étudiants autochtones ou internationaux, etc.) ;
3. les membres de la population étudiante qui présentent des facteurs de risque importants (ex. : les étudiantes et étudiants qui manifestent ou ont déjà manifesté des symptômes anxieux ou dépressifs connus, qui ont exprimé des intentions suicidaires ou fait une tentative de suicide).

Le troisième axe d'intervention vise donc à soutenir la population étudiante dans le développement d'une santé psychologique positive par l'entremise de mesures structurantes répondant aux besoins communs des réseaux. Par l'intermédiaire de cet axe, le Ministère souhaite notamment :

1. agir sur les déterminants de la santé mentale et améliorer le bien-être de la population étudiante ;
2. favoriser les transitions harmonieuses en enseignement supérieur et briser l'isolement des communautés étudiantes ;
3. favoriser le développement des connaissances en matière de santé mentale et la reconnaissance des symptômes d'anxiété et de détresse psychologique chez les membres de la population étudiante ;
4. combattre la stigmatisation en matière de santé mentale et promouvoir les services de soutien disponibles sur les campus ;
5. offrir et promouvoir des services d'aide et de soutien adaptés aux besoins des populations étudiantes et accessibles en tout temps ;
6. prévenir et diminuer le risque suicidaire chez les membres de la population étudiante.

Questions de réflexion

- a. Quelles sont les mesures et les actions concrètes à mettre en place pour favoriser l'atteinte de chacun des objectifs ci-dessus ? Comment le Ministère peut contribuer à l'atteinte de ces objectifs ?
- **Financement pérenne et dédié à l'embauche des personnels professionnels ;**
 - **Agir sur les déterminants de la santé mentale et améliorer le bien-être de la population étudiante ;**
 - **Favoriser le développement des facteurs de protection en santé mentale dans les milieux étudiants ;**
 - **Réduire les facteurs de risque en santé mentale : stress, anxiété de performance, compétition, etc. ;**
 - **Agir sur la précarité étudiante (financière, isolement, logement, etc.) ;**
 - **Adaptation des milieux à la diversité de la population étudiante (diversité de genre, Première nations, étudiant-es étrangers, étudiant-es parents, etc.) ;**
 - **Mettre au jeu les étudiant-es dans les consultations locales, régionales et nationales ;**
 - **Assurer l'aide et l'encadrement pour les étudiant-es en situation particulière par le développement de facteurs de protection. Par exemple : les étudiant-es universitaires des cycles supérieurs (briser l'isolement, favoriser les milieux communs de rencontre inter-programmes (thesez-vous.com), hygiène de rédaction, etc.).**
- b. Selon vous, quels programmes, mesures ou services de promotion et de prévention en matière de santé mentale devraient être mis en place : pour l'ensemble de la population étudiante ? pour les membres de la population étudiante présentant certains facteurs de risque personnels ou environnementaux ?
- **Voir en 3.a.**
- c. Quelles sont les stratégies à mettre en place pour rejoindre la population étudiante et promouvoir auprès de celle-ci les services de promotion et de prévention en santé mentale ?
- **Vaste campagne de visibilité, publicité visant les services, leurs bienfaits et l'efficacité de ceux-ci.**

- d. Quels sont les meilleurs moyens d'accompagner les établissements d'enseignement supérieur dans la reconnaissance des besoins particuliers de certaines communautés étudiantes (ex. : personnes en situation de handicap, autochtones, issues de l'immigration, étudiantes et étudiants internationaux, issus de la diversité sexuelle et de genre, aux cycles supérieurs, parents étudiants) ?
- **Financement de formations pour tous les personnels en santé mentale.**

THÈME 4

RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT DES CONNAISSANCES

CONTEXTE

Actuellement, peu de données probantes permettent d'attester l'évolution de la santé psychologique des communautés étudiantes québécoises. Or, la recherche et le développement des connaissances en matière de santé mentale étudiante sont essentiels à l'élaboration de politiques institutionnelles et nationales ainsi qu'à l'implantation de programmes de prévention et d'intervention efficaces. L'évaluation des programmes, des mesures ou des services s'avère également nécessaire pour faire en sorte que les moyens mis en place répondent non seulement aux besoins de la population étudiante, mais aussi à l'atteinte des objectifs visés.

Par l'entremise de cet axe d'intervention, le Ministère souhaite :

1. soutenir le développement de la recherche et des données probantes portant sur la santé mentale étudiante ;
2. soutenir la diffusion des connaissances liées à la santé mentale des populations étudiantes collégiales et universitaires ;
3. favoriser le développement et l'adoption de pratiques basées sur les données probantes.

Questions de réflexion

- a. Quelles sont les mesures et les actions concrètes à mettre en place pour favoriser l'atteinte de chacun des objectifs ci-dessus ?
- **Vaste enquête avec un grand échantillon de la population étudiante de l'enseignement supérieur ;**
 - **Ces enquêtes devront être périodiques et récurrentes afin de mesurer l'état de l'évolution de la santé mentale étudiante ;**

Réponses de la FNEEQ-CSN dans le cadre des journées de consultation sur le plan d'action sur la santé mentale étudiante à l'enseignement supérieur

- **Rendre accessibles et centralisées les données du MES, notamment sur la réussite étudiante.**
- b. Comment le Ministère peut-il soutenir le développement de la recherche portant sur la santé mentale étudiante ?
- **Financement adéquat et indépendant des chercheuses et des chercheurs en santé mentale.**
- c. Comment le Ministère peut-il soutenir les établissements dans l'évaluation des programmes, des mesures ou des services qu'ils mettent en œuvre ?
- **Rendre accessibles la recherche et les données pertinentes en santé mentale ;**
 - **Recherche-action sur les pratiques de gestion saines et bienveillantes (calendrier plus souple, retrait de la cote R dans des programmes non contingentés, changements technologiques ciblés en temps opportun, etc.).**
- d. Quelles sont les meilleures pratiques de prévention et d'intervention basées sur les données probantes ? Quelles sont les conditions gagnantes à leur implantation dans les établissements d'enseignement supérieur ?

Notes supplémentaires :

- La détresse psychologique et les phénomènes qui y sont associés sont en hausse dans les établissements d'enseignement supérieur, tant au sein de la population étudiante que chez les différents personnels. Les troubles anxieux et la dépression sont parmi les problèmes de santé mentale les plus fréquents. Plusieurs causes sont à l'origine de ces problèmes, dont le stress lié aux études, à la charge de travail, à l'isolement et à l'incertitude financière. Parmi les solutions possibles pour réduire le stress, il y a bien entendu une réduction de la précarité financière des étudiantes et des étudiants ainsi que du personnel. D'autres solutions sont aussi nécessaires, dont la mise en place de nouvelles solutions d'aménagement du temps de travail, des mesures de conciliation famille-travail-études ainsi que des initiatives de soutien à l'insertion et au développement professionnel ;
- Les violences à caractère sexuel sont également une source de détresse psychologique dans les populations étudiantes et chez le personnel des établissements ;
- Il importe de s'attaquer aux sources des problèmes de santé mentale. Nous croyons que le gouvernement du Québec doit mettre en place un plan d'action de prévention en santé mentale et de lutte contre les problèmes d'anxiété et de détresse psychologique sur les campus collégiaux et universitaires. Ce plan d'action devra inclure un financement adéquat des services aux étudiantes et aux étudiants ainsi qu'un programme d'aide au personnel.