

**RÉPONSE AU CAHIER DE CONSULTATION
DU MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR**

**Journées de consultation
Plan d'action en santé mentale à l'enseignement supérieur
26 et 27 janvier 2021**

**Mémoire de la Fédération des cégeps
présenté au ministère de l'Enseignement supérieur du Québec**

26 janvier 2021

Coordination, recherche et rédaction

Geneviève Rey-Lescure, conseillère aux affaires éducatives, responsable du RIIPSO, Fédération des cégeps

Comité de travail, relecture et collaboration

Geneviève Reed, coordonnatrice aux affaires étudiantes, Fédération des cégeps

Membres du CASPEC :

Hélène Bailleu, directrice générale, Cégep régional de Lanaudière

Annie-Claude Banville, directrice des études, Collège Vanier

Isabelle Quirion, coordonnatrice à la formation continue, Cégep de Jonquière

Caroline Lachance, directrice adjointe des études à la vie étudiante et communautaire, Cégep de Trois-Rivières

Danielle Malkassoff, présidente du RIIPSO et directrice des services aux étudiants, Cégep Saint-Laurent

Andrée-Anne Provençal, psychologue et conseillère en services adaptés, Cégep de Baie-Comeau

Michèle Jetté, travailleuse sociale, Collège Lionel-Groulx

Mise en page

Élizabeth Ledoux, technicienne en administration, Fédération des cégeps

La Fédération des cégeps est le regroupement volontaire des 48 collèges publics du Québec. Elle a été créée en 1969 dans le but de promouvoir le développement de la formation collégiale et des cégeps. Elle agit comme porte-parole officiel et lieu de concertation des cégeps, à qui elle offre des services en matière de pédagogie, d'affaires étudiantes, d'affaires internationales, de formation continue et de services aux entreprises, de financement, de recherche, de ressources humaines, d'évaluation de la scolarité, d'affaires juridiques, de ressources informationnelles, de négociation et de relations du travail. La Fédération des cégeps représente les collèges pour la négociation des conventions collectives. www.fedecegeps.qc.ca

Fédération des cégeps
500, boulevard Crémazie Est
Montréal (Québec) H2P 1E7
Téléphone : 514 381-8631
Télécopieur : 514 381-2263
www.fedecegeps.qc.ca

© Fédération des cégeps

L'usage du masculin n'a pour but que d'alléger le texte.

La Fédération des cégeps, porte-parole des 48 collèges publics québécois, a pris connaissance avec intérêt de la démarche de consultation du ministère de l'Enseignement supérieur sur la santé mentale étudiante. Elle le remercie de lui donner l'occasion de lui faire part, par l'entremise de celle-ci, de ses préoccupations et de ses priorités en la matière. Sachant, comme le rappelle le cahier de consultation, qu'au cours de la dernière décennie, la prévalence des symptômes de détresse psychologique a connu une hausse significative chez les membres de la communauté étudiante et que la crise sanitaire pourrait aggraver encore davantage cette situation, la Fédération est également d'avis qu'il s'agit d'un enjeu de la plus grande importance.

Signe de l'intérêt qu'elle porte à la question, son plan de travail annuel comprend entre autres, depuis 2019, le projet spécifique d'analyser les enjeux et les solutions en matière de prévention et de gestion du stress et de l'anxiété chez les étudiant.e.s dans la perspective de soutenir les cégeps dans l'amélioration d'une offre de services propice à la réussite. En plus de mener diverses consultations auprès de ses instances, sur la santé mentale des étudiant.e.s, sous la forme notamment de journées de réflexion, la Fédération des cégeps a mis en place, dès l'hiver 2020, un comité sur l'anxiété et le stress chez la population étudiante collégiale (CASPEC) auquel siègent plusieurs directions ainsi que des intervenantes du Réseau intercollégial des intervenants psychosociaux (RIIPSO). Le mandat de ce groupe de travail consiste à : 1) identifier les bonnes pratiques en matière de prévention universelle en santé psychologique et de la gestion de l'anxiété, sur la base d'une recension des programmes existants et de leur évaluation, le cas échéant; 2) amorcer une réflexion sur les éléments systémiques dans les collèges qui influencent la santé psychologique des étudiant.e.s au niveau postsecondaire et enfin, 3) formuler des propositions aux établissements sur les bonnes pratiques en matière de prévention et sur les éléments institutionnels à mettre en place pour améliorer la santé psychologique des étudiant.e.s et les services qui leur sont offerts. Le CASPEC a également contribué à l'élaboration des réponses aux questions du cahier de consultation, dans le cadre de la présente consultation. Dans la foulée de cet exercice, le travail de réflexion mené par la Fédération des cégeps sur la question de la santé mentale étudiante s'est aussi constitué à partir de diverses sources fédératives et externes, notamment celles-ci :

- Recension sur les pratiques et les programmes en prévention et en promotion de la santé mentale chez les étudiant.e.s au postsecondaire, produite par Philippe Clément pour la Fédération des cégeps
- Résultats des consultations réalisées par la Fédération des cégeps sur le projet de norme nationale sur la santé et la sécurité psychologiques des étudiant.e.s du postsecondaire

- Synthèse des ateliers de la rencontre fédérative intercommissions (Commission des affaires étudiantes – Commission des affaires pédagogiques – Commission des affaires de la formation continue) sur la santé mentale¹ (mars 2019)
- Synthèse des connaissances sur les champs d'action pertinents en promotion de la santé mentale chez les jeunes adultes de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)
- Norme CSA Z2003 sur la Santé mentale et le bien-être des étudiant.e.s du postsecondaire.
- Catalogue des initiatives et pratiques inspirantes pour favoriser la santé psychologique de la communauté étudiante collégiale et universitaire du Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale
- Pistes d'action du Comité de réflexion sur la réussite de la Fédération des cégeps
- Du Mandala à la zoothérapie : rapport de recherche sur les activités et les services en gestion du stress et de l'anxiété dans les bibliothèques collégiales

THÈME 1 : ORGANISATION ET DÉVELOPPEMENT DES SERVICES EN SANTÉ MENTALE DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

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 ?

De façon générale et avant de nous attarder à l'atteinte de chacun des objectifs, nous aimerions insister sur la nécessité, dans un premier temps, de prévoir l'adoption et la mise en place d'une approche dite systémique pour aborder les thématiques d'intervention auprès de la population étudiante, tant en prévention, en promotion qu'en intervention, tel que présenté en introduction du cahier de consultation préparé par le Ministère. Provenant de l'adaptation que fait le Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur (CAPRES) (2018) du guide de la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) et de l'Association des services aux étudiant.e.s des universités et collèges du Canada (ASEUCC) (2013), cette approche repose sur l'identification de sept niveaux d'intervention et vise à créer un campus dont l'environnement est propice à une santé mentale élevée et à un apprentissage de qualité. Elle est dite écologique et globale dans la mesure où elle considère d'une part que, tant l'environnement physique que social a un impact sur la santé mentale d'une population (Martineau et al. 2015) et, d'autre part, qu'elle doit s'appliquer à tous les niveaux d'une vie de campus, soit au-delà des interventions auprès des individus, et ce, jusque dans les politiques institutionnelles

¹ Le 13 mars 2019, la Fédération des cégeps a organisé une journée d'échanges sur la santé mentale étudiante, réunissant les directions des études, les directions des services aux étudiant.e.s ainsi que les directions de la formation continue du réseau collégial. Cet événement a donné lieu à deux ateliers portant à la fois sur les enjeux en matière de santé mentale chez les étudiant.e.s collégiaux ainsi que sur les éléments systémiques pouvant contribuer à exacerber les niveaux d'anxiété chez la population étudiante. À partir de ces échanges, un document-synthèse a été conçu afin de rassembler les principaux constats ayant ressorti des discussions.

(ASSEUC et CSMC 2013). En outre, ce cadre implique que tous les niveaux d'intervenants d'un campus ont un rôle à jouer dans une stratégie globale et que celle-ci doit être centrée sur la population étudiante, correspondre à ses aspirations et besoins et la voir engagée dans son développement et sa mise en œuvre.

Donc dans cette perspective, il importe à la fois d'agir tant sur les facteurs de protection que de remédier aux facteurs de risque dans le contexte de vie des étudiant.e.s, qui se manifestent à différents niveaux (organisationnel, individuel, milieux de vie, pédagogique, etc.). Il faut donc considérer le campus dans son ensemble, comme cible d'intervention. Il est à noter que cette approche vise autant la formation régulière que la formation continue. Sachant que la population étudiante à la formation continue peut présenter des besoins distincts de ceux à la formation régulière, les propositions intégrées dans les réponses qui sont formulées visent toutes et tous les étudiant.e.s des établissements collégiaux, nonobstant leur statut. Cependant, il pourrait également être envisagé de prévoir, à l'intérieur de chacun des champs d'action, des mesures et des interventions ciblées, prenant en compte les besoins plus spécifiques des étudiant.e.s à la formation continue.

Afin de réaliser l'objectif du ministère de « favoriser la création de milieux d'enseignement sains et sensibles à la diversité des besoins des communautés étudiantes », la Fédération des cégeps propose de :

- Créer des environnements physiques, sociaux, numériques et académiques, sécuritaires, fonctionnels, accessibles et inclusifs, qui réduisent les facteurs de stress et répondent aux besoins de tous les membres de la communauté étudiante
- Développer des activités de la vie étudiante offrant des possibilités de tisser des liens entre les membres de la communauté étudiante, d'avoir des échanges d'idées authentiques, et de renforcer le sentiment d'appartenance au milieu collégial, tant pour les étudiant.e.s à la formation régulière qu'à la formation continue
- Adapter les horaires dans l'offre de services (centres d'aide, services psychosociaux, etc.) à la formation continue afin de répondre aux besoins spécifiques de ces étudiant.e.s
- Promouvoir un lieu de travail propice à la santé mentale, dans la perspective d'une approche globale qui vise aussi le bien-être du personnel, sachant que celui-ci aura un effet positif sur sa créativité et sa capacité à accomplir ses mandats
- Adopter des mesures visant à favoriser le développement de l'expertise pédagogique des enseignant.e.s et des chargé.e.s de cours (au régulier et à la formation continue), notamment en lien avec les nouvelles formes de pédagogie, mais également au chapitre des pratiques d'enseignement à impact élevé
- Agir dans les milieux de vie que représentent les résidences, avec des interventions ciblées pour améliorer la santé psychologique des résident.e.s

Ensuite, pour « soutenir le développement des services de promotion, de prévention et de sensibilisation en matière de santé mentale dans les établissements d'enseignement supérieur », la Fédération des cégeps suggère de :

- Sensibiliser les étudiant.e.s aux diverses problématiques pouvant potentiellement les affecter (consommation de drogues et d'alcool, cyberdépendance, isolement, anxiété de performance, troubles alimentaires, etc.)
- Développer des ateliers, à même le cursus ou en parallèle, portant sur les compétences étudiantes (prise de notes, savoir-être, gestion du budget, etc.), sur les saines habitudes de vie et sur le développement de compétences visant à augmenter la résilience
- Combattre la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale par l'entremise de canaux de communication appropriés et significatifs pour les étudiant.e.s
- Développer des activités de sensibilisation culturellement inclusives
- Évaluer l'impact des efforts réalisés en matière de sensibilisation, pour savoir s'ils portent fruit
- Favoriser le tutorat par les pairs étudiants en classe, notamment à la formation continue

Afin de « favoriser le développement des connaissances en matière de santé mentale chez les membres du personnel et promouvoir l'adoption de pratiques pédagogiques inclusives » comme le souhaite le ministère, la Fédération propose de :

- Développer des connaissances chez les membres du personnel, au chapitre des déterminants sociaux de la santé mentale et de leurs incidences dans la vie des étudiant.e.s
- Former le personnel en matière de santé mentale, sur les facteurs de risque et les facteurs de protection pour eux-mêmes et pour la population étudiante, l'accueil et le référencement des étudiant.e.s présentant des besoins psychosociaux, en respect des limites du rôle de chacun.e (enseignant.e.s , professionnel.le.s, personnel de soutien, agent.e.s de sécurité, etc.) et développer une formation portant sur la santé mentale, destinée à l'ensemble du personnel
- Sensibiliser le personnel (professionnel.le.s, personnel de soutien, enseignant.e.s, etc.) à la diversité de la population étudiante collégiale en place et aux besoins particuliers présentés par certaines catégories d'étudiant.e.s
- Assurer le développement professionnel et la formation continue des intervenant.e.s psychosociaux en encourageant le réseautage et le partage de pratiques, par l'entremise d'un financement adéquat et pérenne des initiatives existantes (ex. : le Réseau intercollégial des intervenants psychosociaux (RIIPSO))
- Réfléchir à l'impact de certaines pratiques pédagogiques (en classe) sur le stress et l'anxiété chez la population étudiante

- Analyser les éléments pouvant avoir un impact sur le stress et l'anxiété chez les stagiaires, en lien avec l'organisation des stages (conditions de réalisation des stages, encadrement pédagogique, pratiques évaluatives, conciliation travail-famille-étude-stage, précarité financière, etc.)
- Réfléchir sur les éléments organisationnels, tant à la formation régulière qu'à la formation continue (calendrier scolaire, horaire des cours, etc.) qui peuvent avoir un effet sur le stress et l'anxiété chez la population étudiante
- Entamer une réflexion sur les éléments structurels qui relèvent du MES (cote R, EUL, encadrement des incomplets, durée nominative du DEC, etc.) qui peuvent avoir un effet sur le stress et l'anxiété chez la population étudiante
- Analyser les conséquences sur le stress et l'anxiété des règlements relatifs aux échecs, y compris à la formation continue
- Encourager une plus grande flexibilité pédagogique, adaptée à la diversité des profils des étudiant.e.s.
- Proposer des méthodes pédagogiques et d'évaluation inclusives (CUA), en encourageant la participation des étudiant.e.s, et privilégier toutes autres méthodes alternatives adaptées aux différentes populations étudiantes
- Optimiser les pratiques d'évaluation des apprentissages dans une perspective de réussite étudiante, en actualisant notamment la politique d'évaluation des apprentissages
- Évaluer les éléments relatifs à l'approche par programme qui ont un effet positif sur la santé mentale des étudiant.e.s, et les mettre en valeur
- Favoriser une meilleure synergie et une plus grande collaboration entre les enseignant.e.s et les autres intervenant.e.s (API, CP, services psychosociaux, etc.), notamment en matière de réussite éducative
- Valoriser la relation pédagogique entre les étudiant.e.s et les enseignant.e.s en encourageant la mise en place de pratiques d'enseignement à impact élevé reconnues, telles que le maintien de relations étroites et fréquentes entre le professeur et l'apprenant.e ainsi que l'établissement d'un climat sécurisant et bienveillant en classe

b) Quels services devraient être communs à l'ensemble des établissements d'enseignement supérieur, le cas échéant ?

La Fédération des cégeps met de l'avant l'importance de développer des services de soutien psychosocial adéquatement financés et dotés de capacités d'accueil, d'évaluation et d'orientation, pour les étudiant.e.s qui en expriment le besoin. Ces services devraient notamment :

- Encourager l'interdisciplinarité des équipes psychosociales et leur stabilité
- Favoriser l'accessibilité, la disponibilité, la proximité et la promotion des services psychosociaux, basés sur des interventions reconnues privilégiant une approche centrée sur les forces des personnes, et ancrées dans les besoins du milieu

- Développer et déployer un plan d'action en prévention et promotion de la santé psychologique
- Soutenir la diversification des modes d'intervention (thérapies de groupes, groupes de pairs-aidant.e.s, programme de soutien individuel, etc.)

La Fédération propose aussi de déployer des réseaux de sentinelles et de travailleurs de corridors et de résidences dans les établissements collégiaux, en tenant compte des réalités diverses de ses membres.

La Fédération est également d'avis qu'il faille porter une attention particulière aux étudiant.e.s des Premiers Peuples et offrir des services et des programmes leur offrant un soutien en matière de santé mentale, tenant compte de leurs besoins spécifiques, dans une perspective de sécurisation culturelle.

Enfin, elle souhaite aussi préciser que la création de communautés collégiales bienveillantes et la mise en place d'une culture du bien-être demandent du temps, de la patience et un accompagnement. Il ne faut pas oublier que tous les cégeps n'offrent pas le même niveau de services et, qu'en fonction des ressources dont ils disposent actuellement, ils ne partent pas tous du même point de départ. Dans ces conditions, il est fortement recommandé que le plan d'action soit accompagné de ressources financières, mais également d'étapes de mise en œuvre qui tiennent compte de la réalité du réseau collégial et de sa diversité (taille, emplacement, etc.).

c) Quelles sont les pratiques gagnantes pour la réduction des délais d'accès à une première consultation d'ordre psychosocial ?

Selon la Fédération, il est primordial d'assurer la disponibilité de la main-d'œuvre spécialisée en santé mentale et d'adopter des mesures visant à favoriser son recrutement dans le réseau collégial ainsi que sa rétention. Les ministères concernés doivent aussi voir à faciliter l'accès aux évaluations de type diagnostique des étudiant.e.s qui présentent un indice de trouble mental, par l'entremise d'un soutien financier et/ou par la reconnaissance des diagnostics délivrés à l'extérieur du Québec par un professionnel reconnu (pour les étudiants internationaux/interprovinciaux).

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 ?

En regard de la pandémie actuelle, la Fédération souhaite que le gouvernement prévoit des mesures spécifiques pour gérer les conséquences entraînées par la crise sanitaire, au chapitre de la santé mentale des étudiant.e.s notamment. Il faudra, entre autres, favoriser le rétablissement des contacts humains en présentiel, opérer un travail de déconstruction

des peurs induites par la pandémie, ainsi que demeurer aux aguets quant à la possibilité que certain.e.s étudiant.e.s aient développé des troubles associés au choc post-traumatique.

THÈME 2 : COLLABORATION ET PARTENARIATS EN FAVEUR D'UNE MEILLEURE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

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 ?

La Fédération des cégeps souligne la nécessité pour les établissements de se doter d'une vision institutionnelle reflétant l'importance qui est accordée à la santé mentale des étudiant.e.s, empreinte des valeurs d'équité et d'accessibilité, et de développer une culture organisationnelle axée sur les saines habitudes de vie qui mobilise tous les membres de la communauté collégiale. Une telle vision peut se traduire, mais sans s'y limiter, par l'adoption d'une politique institutionnelle en lien avec les autres politiques (VCS/intimidation et PIEA) mises en place par l'établissement. Certaines conditions favorables permettraient de développer une telle vision commune, par exemple :

- Faire des étudiant.e.s des partenaires incontournables, en reconnaissant leur expertise, et les engager dans le processus d'élaboration et de mise en place de services adaptés à leurs besoins
- Faire preuve d'un leadership fort et constant ainsi que d'un engagement visible, en faveur de la santé mentale des étudiant.e.s, pour soutenir les efforts et assurer la coordination dans les actions
- Analyser les pratiques et les ressources existantes dans la perspective d'établir ses forces, ses angles morts et ses priorités, avec comme objectif de disposer d'un portrait plus détaillé du niveau de services en place, et d'évaluer les facteurs organisationnels, interpersonnels et personnels qui peuvent causer ou aggraver les problèmes de santé mentale
- Favoriser la collaboration entre les différents services et départements, de manière à harmoniser les règles et les rendre plus cohérentes dans leur ensemble (approche intégrée), dans une perspective de responsabilité partagée et d'imputabilité de toutes les parties prenantes
- Développer des indicateurs de résultats basés sur de l'information quantitative et qualitative afin de mesurer l'impact des interventions, dans une perspective d'amélioration continue

b) Quels éléments (programmes, mesures ou services) devraient faire l'objet de balises communes en matière de santé psychologique étudiante ?

Selon la Fédération, il est important pour les collèges de bien circonscrire le mandat des services psychosociaux (en soutien à la persévérance scolaire et à la réussite éducative des étudiant.e.s), tout en reconnaissant la diversité des pratiques qui leur sont rattachées (prévention/promotion/intervention/gestion de crise), et de faire état de la convergence des intérêts entre la santé mentale et la réussite éducative. Autrement dit, la Fédération des cégeps soutient que la santé mentale exerçant une influence déterminante sur la réussite éducative et tout au long de la vie, il s'avère essentiel d'arrimer les travaux fédératifs et ministériels sur la réussite éducative avec ceux portant sur la santé mentale des étudiant.e.s.

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 ?

En regard de l'expérience des concertations des dernières années et aux fins d'application de la mesure 6 du Plan d'action en santé mentale 2015-2020, qui stipule que « *les centres intégrés de santé et services sociaux (CISSS et CIUSSS) ont l'obligation d'élaborer et de mettre en œuvre un protocole d'entente qui réponde aux besoins de chacun des établissements d'enseignement supérieur se trouvant sur leur territoire* », la Fédération souhaite que le gouvernement facilite la mise en œuvre d'ententes de collaboration et d'échange de services entre les établissements d'enseignement et les CISSS/CIUSS afin d'améliorer les mécanismes d'accès et de favoriser la mise en place de corridors de services, pour répondre, en temps opportun, aux besoins des étudiant.e.s. Par ailleurs, il est nécessaire de mieux arrimer les services offerts entre les réseaux d'enseignement et de la santé (trajectoires, mécanismes de référence concertés et fonctionnels, octroi d'une cote préférentielle pour les étudiant.e.s, formulaires conjoints à mettre en annexe, assouplissement des critères encadrant l'accès aux services en lien avec l'adresse civique notamment, etc.) pour accélérer le processus de prise en charge des étudiant.e.s présentant des troubles de santé mentale, dans une perspective de complémentarité et de continuité. La Fédération suggère aussi d'établir davantage de partenariats avec les ressources communautaires spécialisées en santé mentale et de favoriser la mise en place de mécanismes de collaboration avec les corps policiers, tant pour assurer une action concertée et efficace lorsque la présence du corps de police est requise et appropriée dans un établissement d'enseignement ou demandée par celui-ci en raison d'une urgence psychosociale, que pour le déploiement d'actions et de programmes de prévention.

Ultimement, la Fédération tient à rappeler qu'un financement accru doit également être prévu afin de soutenir la mise sur pied de services spécifiques en santé mentale dans chaque établissement collégial. Autrement dit, bien que des collaborations soient souhaitables, des services psychosociaux accessibles dans les cégeps doivent aussi être

mis en place. De plus, considérant la variabilité des situations en matière de finances publiques et les orientations politiques différentes qui peuvent se relayer à cet égard, une forme de stabilité financière s'avère nécessaire afin de protéger ces services des compressions qui se succèdent inévitablement.

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 ?

Dans le but de poursuivre et d'actualiser les discussions du comité tripartite existant, la Fédération des cégeps souhaite que l'on réactive un canal de communication conjoint entre elle, le MES et le MSSS.

THÈME 3 : PROMOTION ET PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

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 ?

Agir sur les déterminants de la santé mentale et améliorer le bien-être de la population étudiante;

La Fédération propose d'agir à la fois sur les déterminants personnels (compétences sociales, habitudes de vie; situation financière, appartenance à un groupe minoritaire, organisation familiale, consommation de substances, relations sociales) et sur les déterminants liés au contexte collégial (soutien des membres de la collectivité collégiale, impacts de la santé mentale sur les études, qualité de la relation pédagogique et climat d'étude, charge de travail, apprentissage du métier d'étudiant, transition entre le secondaire et le collégial, adaptation aux études collégiales, conciliation études-travail, conciliation études-famille). Il est aussi primordial d'identifier les éléments systémiques susceptibles d'avoir une incidence sur la santé psychologique des étudiant.e.s, et d'agir sur les facteurs de risques identifiés à l'intérieur de chacun des champs d'action : politiques et règlements; environnement bâti et technologie; formation et sensibilisation du personnel; communications avec les étudiant.e.s; gestion du temps; méthodes d'évaluation et approches d'apprentissage; services et ressources. Enfin, selon nous, il importe également de considérer l'impact des conditions socioéconomiques sur la santé mentale des étudiant.e.s (précarité financière, conciliation famille-travail-études, accès au logement, etc.) et de s'attaquer aux iniquités et à la discrimination qui peuvent miner leur santé psychologique.

Favoriser les transitions harmonieuses en enseignement supérieur et briser l'isolement des communautés étudiantes;

La Fédération est d'avis qu'il importe de renforcer les échanges et les arrimages interordres, particulièrement avec le niveau secondaire où peuvent se développer des troubles d'anxiété et de stress, dans le but de soutenir la transition secondaire-collégial et de créer les conditions gagnantes pour une intégration réussie des étudiant.e.s de première année. Elle propose que les établissements mettent en place des mesures – en présence et à distance - pour animer la communauté collégiale et favoriser la persévérance des étudiant.e.s ainsi que leur sentiment d'appartenance (appel individuel, soutien à l'organisation du travail scolaire, activités de groupe, etc.), notamment par la formation de personnes-ressources au sein de chaque établissement. Il faut aussi continuer à soutenir le déploiement de services psychosociaux à distance (outils d'autosoins, consultation à distance, ateliers de groupe virtuels, etc.). Enfin, la Fédération souligne l'importance de multiplier les possibilités pour les étudiant.e.s de s'exprimer, de s'engager (engagement étudiant) et de faire des rencontres en dehors des cours (développement de compétences interpersonnelles). Par exemple, les activités socioculturelles et sportives sont des outils accessibles, présents dans tous les cégeps, qui participent à briser l'isolement des jeunes.

Par ailleurs, le soutien aux activités des bibliothèques collégiales dont la grande majorité organise des activités de gestion du stress et de l'anxiété pour leurs usagers étudiants, permet d'offrir un milieu de vie neutre, favorable tant à la réussite éducative qu'à une bonne santé mentale.

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;

À la suite de ses réflexions autour du bien-être psychologique des populations étudiantes, la Fédération des cégeps soumet les éléments suivants :

- Augmenter la littératie en santé mentale chez les étudiant.e.s et le développement des compétences en matière d'autogestion et d'adaptation (campagnes d'information, formations et ateliers, etc.), visant une plus grande autonomie de l'étudiant.e dans la prise en charge de sa santé mentale
- Développer la capacité à répondre aux premiers signes de préoccupation repérés chez les étudiant.e.s (système d'alerte précoce, formations pour les membres du personnel et les étudiant.e.s pairsaidant.e.s sur la détection des signes précurseurs, questionnaire en ligne d'auto-dépistage, etc.)
- Mettre en place des mécanismes de communication établis avec les programmes d'études pour faire de la prévention et faciliter les échanges entre les enseignant.e.s ainsi qu'avec les professionnel.le.s advenant des préoccupations au sujet de certains étudiant.e.s (intervenant.e pivot, rencontres de département, création

d'espaces de réflexion pour les enseignant.e.s, resserrement des liens avec les conseillers pédagogiques, etc.), dans le but d'assurer la mise en place d'un filet de sécurité, et penser à adapter ces processus pour les enseignant.e.s de la formation continue

- Implanter des programmes de pairs aidants pour soutenir le développement des compétences d'autogestion chez leurs homologues
- Multiplier les occasions pour les étudiant.e.s, par l'entremise de la vie étudiante notamment, de développer les compétences suivantes : le développement intrapersonnel, les compétences interpersonnelles, l'engagement civique et communautaire et les compétences pratiques et organisationnelles
- Soutenir le développement, chez les étudiant.e.s, d'un sentiment de cohérence envers leur projet de formation et leur expérience collégiale
- Préparer adéquatement les étudiant.e.s au passage à l'âge adulte et à la transition à la vie active (poursuite des études universitaires ou intégration au marché du travail) en les outillant au chapitre de leur propre prise en charge et en agissant sur leur pouvoir d'agir, leur capacité à adopter des règles de conduite et à en assumer les conséquences, ainsi que sur le développement de leur autonomie

Prévenir et diminuer le risque suicidaire chez les membres de la population étudiante

À ce chapitre, la Fédération propose que les établissements poursuivent le développement de plans d'action spécifiques en matière de prévention du suicide afin de réagir efficacement aux situations de crise et qu'ils élaborent et mettent en œuvre un protocole de crise qui comprend notamment la promotion des ressources en prévention du suicide, la formation des intervenant.e.s clés et des membres du personnel, des canaux de communication clairs pour la gestion de crise, ainsi que les gestes à poser en matière de postvention.

b) Selon vous, quels programmes, mesures ou services de promotion et de prévention en matière de santé mentale devraient être mis en place :

Plusieurs mesures ou services, concernant tant l'ensemble de la population étudiante que les étudiant.e.s présentant certains facteurs de risque personnels ou environnementaux ont déjà été évoqués plus haut ou reviennent au gré des questions ultérieures donc nous ne nous attarderons pas à les présenter à nouveau. La Fédération des cégeps aimerait toutefois insister sur le fait que l'efficacité d'un programme, d'une approche ou d'une intervention donnée, est souvent tributaire du contexte et de la réalité du milieu dans lequel il prend place. Autrement dit, les programmes, les mesures ou les services reconnus comme ayant été efficaces dans un environnement donné, ne sont pas nécessairement généralisables à d'autres contextes. Comme le suggèrent les chercheurs Diane Marcotte, Marc Martineau et Guy Beauchamp, le choix qui doit être opéré entre la fidélité d'un programme et l'adaptation à son contexte précis n'est pas anodin et implique qu'en cherchant à favoriser

uniquement des interventions pouvant être répliquées, il y a un risque réel de ne pas répondre aux besoins d'une population. Dans ces conditions, nous sommes en accord avec eux lorsqu'ils suggèrent, pour l'implantation d'un programme de prévention/promotion de la santé mentale, de développer une méthodologie respectant les réalités du contexte de l'établissement, tout en privilégiant les approches et les interventions plus ciblées, mesurables et qui peuvent vraisemblablement être implantés dans d'autres milieux. (Martineau, Beauchamp et Marcotte 2017, 179). Il importe donc, d'une part, de bien dégager les pratiques prometteuses jugées exemplaires, tout en identifiant, d'autre part, les conditions de succès de leur mise en œuvre et les éléments pouvant soutenir leur transférabilité et leur déploiement.

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 ?

S'assurer que les messages et les communications destinés aux étudiant.e.s leur parviennent effectivement constitue certes un objectif névralgique, mais demeure également un défi constant, tel que rapporté quotidiennement par ceux et celles qui interviennent directement auprès de la population étudiante. La Fédération des cégeps est donc d'avis qu'il est essentiel de déployer tout un arsenal de moyens pour rejoindre les étudiant.e.s, de développer des canaux par lesquels ces dernier.e.s peuvent communiquer avec les divers intervenant.e.s du collège, de même que de diffuser le plus largement possible les informations relatives aux ressources et aux services dédiés à l'amélioration de la santé mentale sur le campus. En effet, les étudiants méconnaissent souvent les services offerts par leur établissement d'enseignement ainsi que les ressources de leur milieu, ce qui les laisse bien seuls avec leurs enjeux de santé mentale. Il importe donc de favoriser une meilleure connaissance des ressources psychosociales et des services de promotion et de prévention en santé mentale, auprès de la communauté étudiante. Dans ces conditions, la Fédération des cégeps suggère de développer des modes efficaces d'aiguillage vers les services, en définissant clairement les procédures d'accès pour un.e étudiant.e cherchant de l'aide, et de s'assurer que les étapes du processus soient bien définies, simplifiées au besoin, et surtout connues du plus grand nombre. Plusieurs autres moyens et stratégies peuvent être mis de l'avant afin de favoriser le contact avec la communauté étudiante, tels que :

- Opter pour un éventail de canaux de communication appropriés, significatifs (c'est-à-dire par l'entremise de plateformes utilisées par la population étudiante) par lesquels l'information est transmise aux étudiant.e.s à des moments opportuns afin de bien faire passer lesdits messages, en priorisant les périodes de plus grande affluence au cours desquelles les étudiants sont plus disponibles. Il pourrait s'agir, par exemple, de développer, en début d'année, un programme d'accueil et d'intégration ciblé par programme qui permettrait à la fois de faire connaître les

- ressources du cégep, de rejoindre les étudiants qui n'iront pas d'emblée vers les services, en plus de personnaliser le soutien en lien avec le domaine d'études
- Intégrer, dans la mesure du possible, les programmes de sensibilisation et de prévention dans les classes, à l'intérieur des cours, et privilégier tout autre moyen, en fonction des réalités de chacun des établissements, pour rejoindre autant que possible les étudiant.e.s (classes, bibliothèques, carrefour d'apprentissage, etc.)
 - S'appuyer sur la présence de travailleurs de résidence et de corridor afin d'œuvrer auprès des étudiant.e.s qui sont moins enclins à utiliser les services ou à demander de l'aide
 - Développer des campagnes de communication misant sur des sources variées, que les étudiants utilisent et trouvent crédibles
 - Organiser des activités de sensibilisation à la santé mentale qui soient culturellement inclusives
 - Organiser des symposiums, des panels ou des discussions sur la santé mentale et les effets des préjugés en la matière
 - Encourager la mise en place de comités étudiants sur la sensibilisation à la santé mentale
 - Faire participer les étudiants au niveau des communications (par exemple, faire participer des étudiants de troisième année, nommer des ambassadeurs et des pairs, etc.)
 - S'appuyer sur les données du sondage provincial sur les étudiants collégiaux (SPEC) pour informer les intervenant.e.s des principaux besoins identifiés par les étudiant.e.s de 1^{re} année, notamment en matière de stress et d'anxiété
 - Colliger les principaux motifs de consultation (anxiété, toxicomanie, cyberdépendance, relations amoureuses, violences à caractère sexuel, etc.) afin de cibler les enjeux touchant particulièrement la population étudiante du milieu et, en s'appuyant sur ces données, organiser des activités de prévention et de sensibilisation traitant précisément de ces questions. Ces initiatives seront ainsi plus susceptibles de trouver un écho parmi les membres de la communauté étudiante si les sujets qui y sont abordés rencontrent leurs préoccupations du moment
 - Dans une perspective d'amélioration continue, développer des outils permettant d'évaluer le niveau d'information dont disposent les étudiant.e.s, portant sur les services de promotion et de prévention en santé mentale, et rendant compte de la bonne réception des messages et de l'information transmis afin d'apporter des correctifs au besoin. Dans quelle mesure les efforts pour rejoindre les étudiant.e.s se sont-ils traduits concrètement par une augmentation de leur participation aux activités et de leur recours aux services? Autrement dit, est-ce que les efforts de promotion et de sensibilisation semblent porter fruit ?

- 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, étudiants internationaux, issus de la diversité sexuelle et de genre, aux cycles supérieurs, parents étudiants) ?**

D’entrée de jeu, la Fédération des cégeps aimerait insister sur le fait qu’il importe tout d’abord de bien cerner lesdits besoins, selon le groupe étudiant auquel ils se rapportent (ESH, étudiant.e.s en provenance du secondaire, étudiant.e.s autochtones, étudiant.e.s issu.e.s de l’immigration, étudiant.e.s internationaux, étudiant.e.s-athlètes, LGBTQ+, parents étudiants, étudiant.e.s ayant un diagnostic de haut potentiel, etc.) et ainsi développer des mesures spécifiques pertinentes et conséquentes. À cet égard, elle est d’avis que le MES doit travailler conjointement avec le réseau collégial afin de bien déterminer les priorités en la matière. Une fois ce travail d’identification opéré, un soutien dans l’implantation de mesures inclusives et de programmes locaux de prévention et d’intervention répondant spécifiquement aux besoins de ces populations pourrait s’avérer grandement facilitant. Fournir de plus amples ressources à la communauté collégiale permettant de promouvoir l’équité, la diversité et l’inclusion, en plus d’un soutien culturellement approprié en matière de santé mentale et de bien-être pour les étudiant.e.s peut également s’avérer une voie prometteuse afin d’être en mesure de bien répondre aux besoins spécifiques exprimés par certaines catégories d’étudiant.e.s.

THÈME 4 : RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT DES CONNAISSANCES

- a) Quelles sont les mesures et les actions concrètes à mettre en place pour favoriser l’atteinte de chacun des objectifs ci-dessus ?**

La Fédération salue la volonté du Ministère de prévoir faire progresser les connaissances sur la santé mentale étudiante, sachant que la production de données probantes en la matière est nécessaire pour suivre l’évolution de la santé psychologique des étudiant.e.s, stimuler la recherche et l’innovation en lien avec les enjeux de santé mentale, et développer des programmes de prévention et d’intervention efficaces ainsi que des outils d’évaluation adéquats. Afin de favoriser l’atteinte des objectifs identifiés par le Ministère dans son cahier de consultation, la Fédération suggère de :

- Soutenir des projets pilotes et des projets de recherche-action destinés à développer des pratiques à impact élevé reconnues – en classe, en périphérie de la classe (soutien aux enseignant.e.s et soutien aux étudiant.e.s) et dans l’établissement – et à contribuer à la production et à l’application de connaissances en matière de santé mentale et de pratiques pédagogiques inclusives
- Évaluer les pratiques et certains programmes de prévention et d’intervention implantés par les établissements d’enseignement supérieur, en collaboration avec

- des chercheurs collégiaux, et développer des méthodologies favorisant leur transférabilité et leur diffusion
- Mettre en valeur, dans la mesure du possible, les savoirs expérientiels, notamment en interrogeant les étudiant.e.s sur leur perception des services, activités et mesures qui leur sont offerts

b) Comment le Ministère peut-il soutenir le développement de la recherche portant sur la santé mentale étudiante ?

À cet égard, la Fédération des cégeps estime que le Ministère doit assurer un financement adéquat permettant la réalisation périodique d'un portrait précis de la santé mentale des étudiant.e.s à l'enseignement supérieur.

c) Comment le Ministère peut-il soutenir les établissements dans l'évaluation des programmes, des mesures ou des services qu'ils mettent en œuvre ?

La Fédération est d'avis que le Ministère doit travailler de concert avec le réseau collégial afin de déterminer, d'une part, les besoins et d'analyser les programmes disponibles, après avoir bien dégagé les pratiques prometteuses jugées exemplaires, tout en identifiant, d'autre part, les conditions de succès de leur mise en œuvre et les éléments pouvant soutenir leur transférabilité et leur déploiement à plus grande échelle.

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 ?

Comme il en a été fait mention plus haut, il faut demeurer prudent en ce qui a trait aux meilleures pratiques et évaluer, avant de les généraliser à l'ensemble des établissements, les conditions qui pourraient permettre leur transférabilité le cas échéant. En effet, certains programmes peuvent connaître un succès relatif dans un certain milieu sans qu'il soit nécessairement possible de les dupliquer dans un autre environnement comportant des caractéristiques spécifiques qui peuvent ne pas favoriser son implantation. Autrement dit, tant les meilleures pratiques de prévention et d'intervention que les conditions gagnantes doivent être appréciées sous cet angle.