

Trousse d'outils sur la Norme nationale pour la santé mentale



CENTRE D'INNOVATION EN
SANTÉ MENTALE SUR LES CAMPUS



Association canadienne
pour la santé mentale
Ontario

Table des matières

- [3] Introduction
- [5] Analyse environnementale
- [34] Grille d'évaluation
- [39] Outil de suivi du campus en matière de santé mentale
- [40] Inventaire des politiques de santé mentale
- [44] Principaux enseignements du projet mené avec la Société de recherche sociale appliquée (SRSA) et le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC)
- [47] Fiche d'information
- [83] Les piliers stratégiques de la Norme nationale du Canada pour la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire
- [85] Inventaire des politiques en matière de santé mentale - Questions de réflexion



Introduction

En octobre 2020, la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) et le Groupe de l'Association canadienne de normalisation (CSA) ont publié la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire (la Norme). La Norme fournit aux établissements d'enseignement postsecondaire canadiens un ensemble de lignes directrices volontaires et flexibles qui contribuent à soutenir la santé mentale et le bien-être de leurs étudiants-es. Vous pouvez télécharger une copie de la norme [ici](#).

En 2021, la Société de recherche sociale appliquée (SRSA) et le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC) ont aidé un consortium de collèges de la région du Grand Toronto à explorer des options sur la façon de naviguer et de mettre en œuvre la Norme au sein de leurs communautés de campus.

À la suite de ce travail, le CISMC a préparé une trousse d'outils pour vous fournir, à vous et à votre établissement postsecondaire, des renseignements qui vous permettront de comprendre les différentes composantes de la Norme afin de soutenir votre réflexion et la mise en œuvre de la Norme au sein de la communauté de votre campus. À cette fin, nous avons inclus les éléments suivants dans cette trousse d'outils :

Analyse environnementale

Objectif : vous aider à comprendre le paysage national.

L'analyse met en évidence les résultats d'une analyse environnementale des pratiques exemplaires dans les établissements postsecondaires canadiens qui s'alignent sur les piliers stratégiques de la Norme, à savoir :

- Milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif
- Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation
- Accessibilité
- Intervention précoce
- Mesures de soutien en santé mentale
- Gestion des crises et postvention

Une version imprimable des piliers stratégiques de la Norme est disponible [ici](#).

Grille d'évaluation

Objectif : Fournir à votre établissement un moyen simple d'évaluer l'alignement sur la Norme.

La grille d'évaluation a été conçue comme un point de départ pour les établissements d'enseignement postsecondaire, à utiliser comme une auto-évaluation de haut niveau pour mesurer le degré d'alignement de leurs pratiques, programmes et politiques existants sur la Norme.

L'outil de suivi du campus en matière de santé mentale

Objectif : aider les établissements d'enseignement postsecondaire à aligner la mise en œuvre de leurs efforts en matière de santé mentale sur le campus avec la Norme.

L'outil de suivi du campus en matière de santé mentale a été conçu pour guider et soutenir les établissements postsecondaires qui s'efforcent d'aligner leurs programmes, politiques et pratiques sur la Norme.

Inventaire des politiques de santé mentale

Objectif : illustrer comment la Norme peut éclairer les politiques internes.

L'inventaire des politiques reflète comment les politiques s'inscrivent dans la Norme et fournit des exemples de questions de réflexion concernant les politiques au sein de votre propre établissement postsecondaire.

Principaux enseignements du projet mené avec la Société de recherche sociale appliquée (SRSA) et le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC)

Objectif : fournir un aperçu de la mise en œuvre de la Norme.

Cette section de la trousse d'outils présente le contexte dans lequel les différents éléments de la trousse ont été élaborés. Comme vous le verrez, la SRSA et le CISMC ont collaboré pour identifier et préciser les différents « points d'entrée » que les parties prenantes institutionnelles peuvent emprunter pour accéder à la Norme et à sa mise en œuvre. Cette section donne un aperçu concis du travail, de la collaboration et des résultats du projet.

Fiche d'information

Objectif : mettre en évidence les ressources pertinentes.

La fiche d'information présente les ressources disponibles au niveau national qui peuvent soutenir la mise en œuvre de la Norme sur les campus postsecondaires canadiens.

Analyse environnementale

Grâce à un aperçu détaillé du paysage de la santé mentale dans les établissements d'enseignement postsecondaire au Canada, l'analyse environnementale fournit des exemples de pratiques émergentes et évaluées. L'analyse établit un lien entre ces pratiques et les 6 piliers de la Norme et fournit des idées concrètes sur la façon de donner vie à la Norme au sein de votre propre établissement.

Analyse environnementale des pratiques conformes à la Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire

Résumé :

En 2020, le Groupe de l'Association canadienne de normalisation a publié la Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire (« la Norme »), en partenariat avec la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC). La Norme propose un ensemble de lignes directrices visant à aider les établissements et les campus postsecondaires à soutenir et à promouvoir la santé mentale de leurs étudiants-es. Ce document présente les résultats d'une analyse environnementale des pratiques exemplaires canadiennes qui s'alignent sur les piliers stratégiques de la Norme. Cette analyse a été réalisée à l'aide d'une approche à deux volets, comprenant une recherche dans la littérature académique des pratiques évaluées s'alignant sur la Norme, ainsi qu'une recherche exhaustive de 148 sites Web d'établissements postsecondaires canadiens anglophones des pratiques émergentes s'alignant sur la Norme. Les résultats indiquent un manque de pratiques évaluées et émergentes dans les domaines de l'intervention précoce, de la gestion de crise et de la postvention. Les auteurs-trices recommandent que les établissements d'enseignement postsecondaire concentrent leur attention sur ces piliers lors de la mise en œuvre de la Norme sur leurs campus.

Introduction

En 2020, le Groupe de l'Association canadienne de normalisation a publié la Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire (« la Norme »), en partenariat avec la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC). La norme propose un ensemble de lignes directrices flexibles pour aider les établissements et les campus d'enseignement postsecondaire à soutenir et à promouvoir la santé mentale de leurs étudiants-es.

Selon une analyse transversale des tendances des données de l'enquête NCHA II sur la santé mentale et le bien-être de la population étudiante canadienne de l'enseignement postsecondaire, la proportion

d'étudiants-es déclarant des symptômes de détresse psychologique, des diagnostics de maladie mentale et être à la recherche d'aide pour des problèmes liés à la santé mentale, a augmenté de manière significative entre 2013 et 2019 (Linden et al., 2021). Depuis lors, la pandémie mondiale de la COVID-19 a posé un certain nombre de nouveaux défis pour la santé mentale des étudiants-es de l'enseignement postsecondaire. Une méta-analyse portant sur la prévalence mondiale des maladies mentales chez les étudiants-es de l'enseignement postsecondaire pendant la pandémie de la COVID-19 a révélé que 30 % de la population étudiante de l'enseignement postsecondaire présentait des symptômes dépressifs cliniquement élevés et 28 % des symptômes d'anxiété cliniquement élevés (Zhu et al., 2021). Ces résultats soulignent l'importance de la Norme dans l'établissement de lignes directrices pour la prestation de services de santé mentale dans les établissements d'enseignement postsecondaire.

Tandis que le besoin de services et de programmes de santé mentale a augmenté au cours des dernières années, de nombreuses universités et de nombreux collèges au Canada ont commencé à élaborer des stratégies novatrices pour répondre à ce besoin, et bon nombre d'entre eux ont mis en place des programmes qui sont déjà conformes à la Norme. Ce document présente les résultats d'une analyse environnementale des pratiques et des programmes qui s'alignent sur la Norme et qui peuvent servir d'exemples au personnel de l'enseignement postsecondaire qui cherche à mettre en œuvre la Norme sur leur campus. Le document évalue en outre les points forts et les lacunes de ces programmes et pratiques afin de déterminer les éléments de la Norme qui mériteraient d'être développés davantage à l'échelle du Canada.

Méthodes

Cette analyse environnementale a été réalisée à l'aide d'une approche à deux volets. Le premier a consisté à examiner la documentation universitaire canadienne sur les interventions en santé mentale destinées aux étudiants-es de niveau postsecondaire, en utilisant des termes de recherche tirés des piliers stratégiques de la Norme. Pour qu'un article soit inclus dans cette collection de pratiques évaluées, l'intervention devait être étudiée dans un contexte postsecondaire canadien, l'intervention devait être soutenue par au moins une étude de recherche canadienne en tant que stratégie efficace pour améliorer la santé mentale des étudiants-es, ou suggérer un avantage pour le bien-être des étudiants-es, et l'intervention devait s'aligner sur au moins un pilier stratégique de la Norme. Au total, 14 articles ont été sélectionnés pour cette section de l'analyse environnementale. Les termes de recherche utilisés dans la plateforme Google Scholar pour trouver ces articles étaient les suivants :

- Santé mentale
- Postsecondaire
- Université
- Collège
- Canada
- Intervention
- Littérature
- Stigmatisation

- Accessibilité
- Handicap
- Intervention précoce
- Crise
- Suicide

Le deuxième volet de cette analyse environnementale a consisté en un examen approfondi des sites Web de 148 établissements postsecondaires canadiens anglophones financés par des fonds publics, afin de rechercher des programmes mis en évidence dans les pages du site Web consacrées au bien-être, au counseling, à l'accessibilité et à l'équité. Un programme ou une politique était considéré comme une pratique émergente lorsqu'il/elle faisait preuve d'innovation ou abordait la question de la santé mentale des étudiants-es en dehors de la relation habituelle entre l'étudiant-e et le/la conseiller-ère. La liste des établissements d'enseignement postsecondaire a été établie à partir des données du Centre canadien de la statistique de l'éducation de Statistique Canada et de la liste des membres de Collèges et Instituts Canada. Au total, 139 programmes et politiques ont été sélectionnés pour cette section de l'analyse l'environnementale, et une analyse thématique a été appliquée à ces programmes et politiques afin d'évaluer les points forts et les lacunes en matière de soutien à la santé mentale dans les établissements d'enseignement postsecondaire canadiens.

Pratiques évaluées

Soutien, sécurité et inclusion en milieu postsecondaire

Le premier pilier stratégique de la Norme concerne l'établissement d'un environnement postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif. Selon la Norme, il s'agit d'un environnement qui « contribue à créer une culture institutionnelle qui favorise la santé mentale et le bien-être des étudiants » (Association canadienne de normalisation [CSA], 2020). Ce pilier souligne l'importance de l'inclusion et de la sécurité dans les environnements physiques, sociaux, numériques et scolaires.

Un projet de recherche interventionnelle de 3 ans intitulé le « Projet Campus solidaire » (Caring Campus Project), visant à promouvoir la sensibilisation aux intersections entre le genre, la santé mentale et la consommation d'alcool, a été mené sur 3 campus universitaires canadiens (Stuart et al., 2018). Les auteures-trices ont constaté que les étudiants masculins de première année étaient prêts à assumer des rôles de leadership pour promouvoir la santé mentale et une consommation d'alcool plus saine parmi leurs pairs (Stuart et al., 2018). Les auteures-trices concluent que les stratégies d'autonomisation ont encouragé avec succès les étudiants masculins à recruter des pairs partageant les mêmes idées pour faire progresser la santé mentale des hommes à l'université et transformer les cultures de consommation d'alcool sur le campus (Stuart et al., 2018). Les stratégies d'autonomisation utilisées comprenaient l'utilisation de sommets étudiants, l'éducation sur place, la création d'un continuum de consommation de substances, et la diffusion d'informations sur les schémas de consommation de substances réels sur le campus, ainsi que sur les perceptions de la consommation de substances et les normes sociales positives (Stuart et al., 2018). Cette

intervention particulière se concentre sur la sécurité dans les environnements physiques et sociaux et s’aligne donc sur le premier pilier de la Norme.

Une autre intervention qui a été évaluée dans 6 provinces canadiennes (Wei et al. 2021) et qui cible les ressources que les étudiants-es utilisent déjà pour promouvoir le bien-être mental est le programme « Go-To Educator Training ». Ce programme de type « gardien » forme les éducateurs-trices vers lesquels les étudiants-es se tournent naturellement pour obtenir du soutien, afin d’améliorer leurs connaissances en matière de santé mentale et leurs compétences en matière d’identification précoce, et afin de réduire la stigmatisation (Wei et al. 2021). Wei et ses collègues ont constaté que le programme a permis d’améliorer considérablement les connaissances et de réduire considérablement la stigmatisation chez ces éducateurs-trices, dans toutes les provinces. En ciblant les connaissances en santé mentale du corps professoral, cette intervention est susceptible d’avoir le plus grand impact sur la culture du campus et de créer une sécurité au sein de cette culture, ce qui correspond au premier pilier de la Norme.

Dans le cadre d’une intervention similaire, le collège Algonquin a conçu un cours de formation en ligne de 1 heure à l’intention des membres du corps enseignant afin qu’ils comprennent leur rôle dans le soutien aux étudiants-es ayant des problèmes de santé mentale, dans le but d’améliorer les attitudes du corps enseignant à l’égard des étudiants-es ayant des problèmes de santé mentale. Le cours intègre une éducation sur place sous la forme de clips vidéo d’étudiants-es ayant souffert d’une maladie mentale (Stuart, Koller & Armstrong, 2014). Les résultats de l’étude portant sur cette intervention ont montré que le programme a permis d’améliorer considérablement la proportion de membres du corps enseignant qui ont répondu correctement à au moins 80 % des questions (avec des réponses non stigmatisantes) lors du post-test par rapport au pré-test, indiquant ainsi des scores de stigmatisation plus faibles (Stuart, Koller & Armstrong, 2014). Ce programme cible également les connaissances du corps enseignant en matière de santé mentale et créera probablement un climat de sécurité dans l’environnement universitaire, ce qui est conforme au premier pilier de la Norme.

Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation

Le deuxième pilier stratégique de la Norme comprend la promotion de la sensibilisation à la santé mentale et la « compréhension des facteurs qui contribuent à une santé mentale positive » (CSA, 2020), diminuant ainsi la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale et encourageant à une culture de recherche d’aide. Ce pilier vise à améliorer les compétences et la compréhension de tous les membres de la communauté postsecondaire, y compris le corps étudiant, le corps enseignant et le personnel. Certaines interventions du pilier précédent s’alignent également sur ce pilier, notamment le programme « Go-To Educator Training » et le cours de formation en ligne conçu par le collège Algonquin, qui s’attaquent tous deux à la stigmatisation parmi les membres du corps enseignant.

« Transitions » est une ressource de compétences de vie fondée sur des données probantes, conçue pour aider le corps étudiant à passer du secondaire au collège ou à l’université. Gilham et al. ont évalué une série de séminaires sur la connaissance de la santé mentale animés par des pairs et destinés aux

étudiants-es, basés sur le contenu de « Transitions » relatif à la santé mentale. Les résultats ont indiqué qu'après la séance de formation, les participants-es au séminaire avaient amélioré de manière significative leurs scores de connaissances et d'efficacité en matière de recherche d'aide (Gilham et al., 2018). Ces résultats suggèrent que l'utilisation de la ressource « Transitions » et d'une brève présentation PowerPoint peut être adéquate et avoir un impact positif sur la connaissance de la santé mentale des étudiants-es des collèges (Gilham et al., 2018). Cette intervention, qui met l'accent sur l'augmentation des compétences des étudiants-es en matière de santé mentale, s'aligne sur le deuxième pilier de la Norme.

Dans le même ordre d'idées, l'Université Queen's a mis en place un cours interdisciplinaire facultatif, donnant droit à crédit, sur la connaissance de la santé mentale pour les étudiants-es de premier cycle (King et al., 2022). Ce cours vise à donner au corps étudiant une compréhension fondée sur des données probantes sur la façon de prendre soin de leur santé mentale et de leur bien-être, de reconnaître les problèmes de santé mentale et de chercher de l'aide lorsque ces problèmes surviennent (King et al., 2022). Dans le cadre d'une étude pilote visant à évaluer l'efficacité du cours, les étudiants-es ont répondu à un questionnaire avant et après le cours de 12 semaines, qui évaluait leurs connaissances en matière de santé mentale, leur conscience émotionnelle, leur santé mentale, la stigmatisation et d'autres mesures liées à la santé (King et al., 2022). Les participants-es au cours avaient une meilleure connaissance de la santé mentale et une meilleure conscience de soi sur le plan émotionnel une fois le cours terminé, étaient moins susceptibles de consommer du cannabis ou de l'alcool et avaient une meilleure qualité de sommeil à la fin du trimestre (King et al., 2022). Comme l'intervention précédente, ce cours vise à accroître les connaissances des étudiants-es en matière de santé mentale et de bien-être, ce qui correspond au deuxième pilier.

Enfin, le programme « L'esprit curieux » est un programme fondé sur des données probantes de la Commission de la santé mentale du Canada, qui vise à promouvoir la santé mentale et à réduire la stigmatisation de la maladie mentale dans le contexte postsecondaire (Szeto et coll., 2021). Szeto et al. ont évalué l'efficacité du programme « L'esprit curieux » auprès d'étudiants-es de 16 établissements postsecondaires canadiens à l'aide d'une approche méta-analytique. Les résultats ont montré que le programme « L'esprit curieux » améliorait la résilience et diminuait les attitudes stigmatisantes, et que ces effets étaient pour la plupart maintenus après 3 mois, ce qui suggère qu'il s'agit d'un programme efficace de connaissance de la santé mentale pour les étudiants-es du postsecondaire (Szeto et al., 2021). Une fois de plus, cette intervention met l'accent sur l'amélioration des connaissances des étudiants-es et s'aligne donc sur le deuxième pilier de la Norme.

Accessibilité

Le troisième pilier stratégique de la Norme concerne « l'obligation de prendre des mesures d'adaptation sans discrimination ni contrainte excessive » (CSA, 2020). L'objectif de ce pilier est d'aider les étudiants-es à rester dans leur établissement d'enseignement postsecondaire et de leur fournir les outils qui leur permettront de s'épanouir. Il existe un manque général d'études visant à connaître les impacts des mesures d'adaptation académiques et d'autres considérations d'accessibilité sur la santé mentale des étudiants-

es de l'enseignement postsecondaire au Canada. Ainsi, une seule étude, qui évaluait une intervention en matière d'accessibilité pour les étudiants-es de l'enseignement postsecondaire, a été trouvée.

Une étude de cas réalisée à l'université McMaster s'est penchée sur l'expérience d'étudiants-es en situation de handicap alors qu'ils et elles étaient invités-es à s'associer à des services d'accessibilité pour tester un site Web accessible (Brown et al., 2020). Les résultats qualitatifs de l'étude indiquent que les étudiants-es en situation de handicap ont eu l'impression que leurs connaissances en matière de handicap étaient reconnues comme précieuses et que cela renforçait leur sentiment d'appartenance au campus (Brown et al., 2020). Les auteurs-trices concluent qu'une approche de partenariat qui intègre les étudiants-es en situation de handicap est bénéfique, car elle valide et tire parti de leur expertise spécifique (Brown et al., 2020). Cette intervention, qui met l'accent sur l'amélioration de l'accès des étudiants-es en situation de handicap, s'aligne clairement sur le troisième pilier stratégique de la Norme.

Intervention précoce

Le quatrième pilier de la Norme consiste à doter la communauté postsecondaire « des connaissances nécessaires pour reconnaître les étudiants-es qui présentent des signes avant-coureurs de problèmes de santé mentale et de bien-être, intervenir auprès d'eux et les orienter vers des ressources et des services appropriés ». Ce pilier se concentre sur le dépistage des besoins psychosociaux des étudiants-es, la formation de la communauté aux signes de détérioration de la santé mentale et la mise en place de guides pour aider les étudiants-es à se connecter aux ressources appropriées. Certaines interventions des piliers précédents s'alignent également sur ce pilier, en particulier le programme « Go-To Educator Training », qui cible les compétences des éducateurs-trices en matière d'identification précoce.

Une autre intervention qui s'aligne sur ce pilier est HEARTSMAP-U, un outil d'autodépistage psychosocial et de soutien à la navigation dans les ressources adaptées aux étudiants-es de niveau postsecondaire (Virk et al., 2022). L'évaluation originale de HEARTSMAP a démontré de solides propriétés psychométriques, une grande utilité clinique et l'acceptabilité de l'utilisateur-trice (Virk et al., 2022). Le processus d'adaptation de HEARTSMAP-U a impliqué un examen transversal par des professionnels-es canadiens-nes de la santé mentale, ainsi qu'une série de groupes de discussion avec divers étudiants-es de l'enseignement postsecondaire, afin d'affiner l'outil (Virk et al., 2022). Dans les groupes de discussion, la plupart des étudiants-es a estimé que les domaines psychosociaux de l'outil s'appliquaient à leur expérience vécue et que HEARTSMAP-U reflétait les défis qu'ils et elles rencontrent dans le contexte postsecondaire (Virk et al., 2022). Cet outil d'autodépistage s'aligne clairement sur le quatrième pilier de la Norme.

Mesures de soutien en santé mentale

Le cinquième pilier stratégique de la Norme implique la fourniture de soutiens à la santé mentale et au bien-être, tels que le soutien par les pairs, la cybersanté mentale, le counseling, la pleine conscience ou les programmes de plein air, entre autres. Ce pilier se concentre sur les soutiens fondamentaux qui permettent de prendre soin de la santé mentale des étudiants-es.

Le programme d'activité physique évalué par deJonge et ses collègues (2021) dans une université canadienne non nommée est une intervention qui correspond à ce pilier. Ce programme individualisé et supervisé de 6 semaines consistait en des séances hebdomadaires de 1 heure comprenant 30 minutes d'engagement dans des stratégies de changement de comportement en matière d'activité physique, suivies de 30 minutes d'entraînement à l'activité physique. Les résultats de l'étude ont montré que les participants-es au programme présentaient une réduction significative des symptômes d'anxiété, de dépression et de détresse psychologique et que, dans l'ensemble, le programme constituait une approche holistique acceptable et efficace pour améliorer la santé mentale des étudiants-es (deJonge et al., 2021).

Le programme de « Communauté virtuelle de la pleine conscience » (Mindfulness Virtual Community) de l'Université York est une autre intervention qui s'aligne sur le cinquième pilier de la Norme. Ce programme sur le Web s'appuie sur les principes de la pleine conscience et de la thérapie cognitivo-comportementale et vise à réduire les symptômes de dépression, d'anxiété et de stress perçus chez les étudiants-es. Bien que le programme n'ait pas eu d'impact significatif sur les scores de dépression, d'anxiété ou de pleine conscience, selon une étude sur l'efficacité du programme, les participants-es au programme ont eu des scores de stress significativement inférieurs à ceux du groupe témoin sur liste d'attente (Ritvo et al., 2021). En mettant l'accent sur la fourniture de soutiens à la pleine conscience et à la TCC aux étudiants-es, cette intervention s'aligne sur le cinquième pilier de la Norme.

Dans une intervention similaire à l'Université Brock, « l'Expérience de la pleine conscience » (Mindfulness Experiment) a été menée en classe et dirigée par l'instructeur-trice du cours. L'intervention comprenait une présentation sur la pleine conscience, suivie d'une courte méditation de groupe (3 à 5 minutes), utilisant diverses techniques de respiration pour aider les étudiants-es à rester conscients-es du moment présent. Une étude sur l'efficacité de l'intervention a été répétée dans 9 cours sur 4 ans (Gardner et Kerridge, 2019). Les résultats montrent que la majorité des étudiants-es participants-es ont estimé que la pratique de la méditation en classe avait un effet positif sur leur santé mentale et leur apprentissage, et suggèrent en outre que la pratique a contribué à réduire les sentiments d'anxiété et à améliorer l'écoute et l'attention chez les étudiants-es participants-es (Gardner et Kerridge, 2019). Cette intervention représente un rare exemple de soutien à la santé mentale fourni par le corps professoral plutôt que par le personnel de counseling, tout en s'alignant sur le cinquième pilier de la Norme.

Le Centre de soutien par les pairs de l'Université McGill est une autre intervention qui entre dans cette catégorie. Le Centre de soutien par les pairs (CSP) travaille en étroite collaboration avec les services et les professionnels-les de la santé mentale de l'université afin d'offrir aux étudiants-es de l'université McGill un soutien gratuit, individuel et non directif sous forme d'écoute active. Le CSP compte plus de 100 bénévoles

qui suivent tous une formation et des évaluations rigoureuses pour être en mesure d'aider les étudiants-es. Selon une étude portant sur la viabilité du modèle de soutien par les pairs, le CSP est utilisé par des étudiants-es de sexe, de genre et d'origine ethnique différents (Suresh et al., 2021). En outre, les données montrent que les étudiants-es trouvent le centre facile à utiliser et qu'ils et elles s'y fient comme à une autre forme de soutien, en particulier lorsqu'ils et elles rencontrent des obstacles qui les empêchent d'accéder à des services professionnels tels que la thérapie (Suresh et al., 2021). Le soutien par les pairs étant explicitement mentionné dans la clause relative au soutien en matière de santé mentale, ce programme s'aligne clairement sur le cinquième pilier.

Enfin, le programme De l'intention à l'action (From Intention to Action ou FITA) est un programme de counseling et de compétences d'apprentissage fondé sur des données probantes, mis au point par l'Université Carleton et dispensé par des étudiants-es de deuxième cycle en counseling. FITA est un programme de counseling individuel de 12 semaines qui commence par une évaluation holistique et une séance de retour d'information. Les résultats d'une étude évaluant l'efficacité de FITA ont montré que les participants-es qui ont été orientés-es vers le programme parce qu'ils et elles avaient été identifiés-es comme étant débordés-es, ont considérablement amélioré leur santé mentale et leur bien-être au cours du programme (Bilodeau et Meissner, 2018). Ces résultats suggèrent qu'un programme tel que FITA peut être une approche réalisable pour soutenir les étudiants-es vulnérables en répondant à leurs besoins (Bilodeau et Meissner, 2018). En fournissant directement du counseling, ce programme s'aligne bien sur le cinquième pilier de la Norme.

Gestion de crises et postvention

Le sixième et dernier pilier stratégique de la Norme implique une réponse efficace aux situations de crise, ainsi qu'un soutien après la crise ou l'événement critique. Ce pilier se concentre sur l'élaboration de processus et de protocoles de gestion de crise, par le biais de campagnes de sensibilisation, de formations et de la mise à disposition de ressources.

En 2006, la fondation JED a publié son Cadre pour l'élaboration de protocoles institutionnels pour les étudiants en détresse aiguë ou suicidaires (Framework for Developing Institutional Protocols for

the Acutely Distressed or Suicidal College Student). Ce cadre a été élaboré par un groupe d'experts-es dans le cadre d'une table ronde réunissant des administrateurs-trices d'établissements d'enseignement supérieur, des conseillers-ères d'établissements d'enseignement supérieur et d'autres professionnels-les de la santé mentale, ainsi que des avocats-es spécialisés-es dans les questions relatives aux établissements d'enseignement supérieur. Un article de Washburn et Mandrusiak (2010) décrit le processus de mise en œuvre de ce cadre à l'Université de la Colombie-Britannique. L'article met en évidence un certain nombre de nouveaux programmes, notamment une formation de gardien-ne, une équipe d'intervention en cas de crise, et une politique et des procédures améliorées de gestion des crises, en fournissant un soutien empirique pour ces programmes à partir de la littérature internationale (Washburn et Mandrusiak, 2010). Les données initiales recueillies dans le cadre de cette mise en œuvre suggèrent que la formation des gardiens-nes de l'UBC a permis d'accroître les compétences en matière de connaissances et a eu un impact favorable sur les comportements (Washburn et Mandrusiak, 2010).

Pratiques émergentes

Soutien, sécurité et inclusion en milieu postsecondaire

Les programmes et les pratiques qui s'alignent sur le premier pilier de la Norme ont été organisés en thèmes en fonction de leurs caractéristiques et de la façon dont ils favorisent un environnement postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif pour le corps étudiant. Ces thèmes comprennent (a) les ateliers, (b) les rôles, (c) le soutien par les pairs, (d) les espaces et (e) les autres solutions.

ATELIERS

Des ateliers visant à créer un environnement postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif ont été organisés sur un certain nombre de campus universitaires et collégiaux, et visaient souvent à sensibiliser le personnel, le corps professoral et le corps étudiant aux principes de la santé mentale et de l'EDI. La « Série en santé mentale » à l'Université Saint Mary's est une série d'ateliers en 4 parties qui vise à renforcer la confiance du corps enseignant et du personnel dans le soutien aux étudiants-es en détresse, augmentant ainsi la probabilité que les étudiants-es de ce campus se sentent en sécurité et soutenus-es. D'autres ateliers se concentrent plus spécifiquement sur l'éducation à l'équité, certains ciblant le corps étudiant, comme « Nos espaces partagés » à l'Université McGill, une série d'ateliers éducatifs où les étudiants-es sont habilités-es à créer des environnements inclusifs et équitables sur le campus. Les séances d'atelier visent à éduquer les étudiants-es sur les meilleures façons d'intégrer des valeurs anti-oppressives et anti-racistes dans leur vie de tous les jours. D'autres ateliers axés sur l'équité s'adressent au corps enseignant et au personnel, tels que les ateliers pour le corps enseignant et le personnel de l'Université McGill, qui portent notamment sur l'accès à la classe, l'antiracisme dans la pratique de l'enseignement, la diversité des genres et le langage inclusif, ainsi que sur le harcèlement, la discrimination et la violence sexuelle. En outre, la formation « FLEX Forward Accessible Education Training » de l'Université McMaster est une série de formations en ligne sur l'enseignement accessible qui est fortement encouragée pour tout le personnel enseignant. Cette formation présente les principes de l'enseignement accessible, de la conception des cours, de l'engagement du corps étudiant et de l'accessibilité de l'apprentissage en ligne et de l'apprentissage assisté par la technologie. Enfin, le Programme d'éducation à l'espace positif du Collège Fleming est un programme informatif et interactif qui aide les étudiants-es et les employés-es à être de meilleurs-es alliés-es pour les étudiants-es 2SLGBTQ+.

RÔLES

Certains campus ont choisi de développer des rôles spécifiques visant à cultiver un environnement propice, sécuritaire et inclusif, comme l'Agent de développement des étudiants-es (ADE) pour les étudiants-es d'origine afro-néo-écossaise et afro-canadienne, dont le rôle est de promouvoir et d'honorer la culture diversifiée des étudiants-es afro-néo-écossais-ses ou afro-canadiens-nes de l'Université du Cap-Breton. L'ADE veille à ce que les étudiants-es soient soutenus-es, guidés-es et encouragés-es tout au long de leur parcours post-secondaire. Les services fournis par l'ADE comprennent un soutien individuel et en groupe

aux étudiants-es afro-néo-écossais-ses ou afro-canadiens-nes, la défense de leurs intérêts et l'aiguillage vers des ressources et des opportunités. Par ailleurs, l'Équipe des soins pour les personnes trans de l'Université de Western Ontario est un groupe de cliniciens-nes des services de santé et des services psychologiques des étudiants-es qui créent un environnement spécifiquement favorable aux LGBTQIA2S+ pour fournir des séances de counseling et des soins médicaux aux étudiants-es. Les médecins ont reçu une formation de Santé Arc en ciel Ontario sur les meilleures pratiques en matière de soins affirmant le genre, et ils peuvent orienter les étudiants-es vers des spécialistes en endocrinologie ou des psychiatres en fonction de leurs besoins. Si ces rôles ciblent des groupes spécifiques d'étudiants-es marginalisés-es en vue de leur intégration sur le campus, d'autres rôles ont une approche plus large. L'Équipe de soutien au bien-être de l'Université de l'Alberta s'efforce de renforcer la santé mentale et le bien-être des individus et de la communauté en apportant un soutien holistique et inclusif au corps étudiant. Ses services comprennent une formation aux compétences en santé mentale pour le corps étudiant et le personnel, des initiatives visant à lutter contre la stigmatisation de la santé mentale, un soutien individuel pour combler les lacunes et aiguiller les étudiants-es vers des ressources, une connexion facilitée entre pairs, et des opportunités de bénévolat et de sensibilisation, parmi d'autres événements et activités. De même, le Bureau de gestion des cas de soutien aux étudiants-es de l'Université de Western Ontario aide les étudiants-es en détresse, présentant des comportements perturbateurs ou en difficulté d'une autre manière, en coordonnant une réponse à la fois au niveau individuel et communautaire. Les gestionnaires de cas assurent un travail de proximité, d'orientation et de soutien, et travaillent avec les étudiants-es pour explorer leurs options et trouver un moyen d'aller de l'avant. À l'Université de Nipissing, le rôle de « Personne à l'écoute NU » (NU Listener) est confié à des membres du corps enseignant ou du personnel qui ont été formés pour offrir aux étudiants-es une écoute bienveillante et sans jugement, et qui peuvent orienter les étudiants -es vers les services appropriés. Les « Personnes à l'écoute NU » sont identifiées par le panneau « À l'écoute NU » (NUListens) affiché dans leur bureau.

SOUTIEN PAR LES PAIRS

De nombreuses initiatives de soutien par les pairs ont été mises en place à l'intention des groupes marginalisés et visent donc à créer un environnement postsecondaire plus inclusif. Un certain nombre de ces groupes ciblent les étudiants-es racialisés-es, par exemple « La résilience en couleur » (Resiliency in Colour) à l'Université St. Thomas, un groupe de discussion sur Microsoft Teams où les membres de la communauté BIPOC peuvent se rencontrer dans un cadre décontracté. De même, le Programme de soutien aux étudiants-es noirs-es de l'université de Trent est un groupe de discussion confidentiel dirigé par deux étudiants-es facilitateurs-trices, qui représente un espace sécuritaire pour les étudiants-es noirs-es de Trent, au sein duquel ils et elles peuvent obtenir du soutien et participer à des conversations sur l'expérience des personnes noires à Trent. Ou encore, le réseau de réussite des étudiants-es noirs-es (Black Student Success Network) du Collège George Brown est une initiative menée par les étudiants-es et basée sur le tutorat académique, le mentorat, l'information et l'orientation, ainsi que l'engagement social. De même, le groupe de soutien « Cheminer ensemble » (Journey Together) de l'Université de Western Ontario est un groupe de soutien virtuel pour les étudiants-es noirs-es et racialisés-es qui vise à créer un espace sécuritaire et propice à la guérison pour que les participants-es puissent partager leurs expériences vécues liées à la race.

Certains groupes d'étudiants-es apportent un soutien plus large aux étudiants-es marginalisés-es ; par exemple, l'initiative « Tu as ta place ici » (You Belong Here) de l'Université de Trent prévoit des séances de groupe interactives hebdomadaires pour les étudiants-es 2SLGBTQ+, plus âgés-es, racialisés-es et en situation de handicap, entre autres. De même, le programme RISE du Durham College propose un mentorat individuel ou en groupe aux étudiants-es appartenant à des groupes en quête d'équité, tels que les étudiants-es en situation de handicap, les étudiants-es de première génération, les étudiants racialisés-es, les nouveaux arrivants au Canada, les étudiants-es LGBTQ+ et les étudiants-es à faible revenu. D'autres initiatives de soutien par les pairs ciblent des groupes marginalisés spécifiques, comme le programme « L'atterrissage » (The Landing) de l'Université de l'Alberta, qui offre un soutien aux étudiants-es issus-es de la diversité sexuelle et de genre par le biais d'un soutien individuel par les pairs, d'événements et de services. Certains groupes de soutien par les pairs ciblent les étudiants-es en situation de handicap, comme le Programme de mentorat bénévole du PMC à l'Université de Carleton, qui associe des mentors et des mentorés-es qui partagent des handicaps ou des domaines d'études similaires, et Maccess à l'université McMaster, qui offre un soutien par les pairs afin de créer un sentiment de communauté pour toute personne s'identifiant comme en situation de handicap. Le programme « Global Peer Advisors Lending Support » (PALS) de l'université Carleton met en relation des étudiants-es internationaux-ales avec un-e étudiant-e de deuxième année ou un-e étudiant-e diplômé-e qui peut leur donner des conseils et les aider à s'adapter à la vie universitaire sur le plan social, culturel et académique.

ESPACES

Certaines initiatives d'établissements d'enseignement supérieur encourageant un environnement propice, sécuritaire et inclusif sont ancrées dans des espaces physiques particuliers sur le campus. L'Espace de soutien post-alcool (Post Alcohol Support Space ou PASS) de l'Université de Calgary, par exemple, est un espace médicalement supervisé sur le campus où les étudiants-es peuvent se rendre le samedi soir pour se débarrasser des effets de l'alcool et/ou du cannabis. Ce service est confidentiel et ouvert à tous les membres de la communauté de l'Université de Calgary. Si cet espace offre un service particulier destiné à assurer la sécurité des étudiants-es, d'autres espaces visent à améliorer de manière générale le bien-être mental des étudiants-es, comme le Divan pourpre (Purple Couch) au Collège Algonquin, un divan physique qui se déplace sur le campus et permet aux étudiants-es de s'asseoir et de discuter avec la personne à côté d'eux/elles, des leaders étudiants formés ou des professionnels-les de la santé mentale. D'autres espaces ont été conçus pour réduire le stress, comme le « Well » de l'Université Trinity Western, une salle dédiée au repos et à la relaxation, et l'Espace de respiration du Collège Conestoga, une salle qui contient des activités anti-stress et qui accueille des groupes de discussion axés sur le bien-être tout au long de la semaine.

AUTRES SOLUTIONS

Enfin, nous avons trouvé d'autres initiatives visant à créer un environnement propice, sécuritaire et inclusif qui ne correspondent pas aux thèmes identifiés ici. Par exemple, le Forum sur la santé mentale de l'université Dalhousie est un forum mensuel ouvert à tous les étudiants-es, enseignants-es et employés-es, qui crée une plateforme permettant à ces parties prenantes de partager des idées et de collaborer à des événements, des programmes et des campagnes sur la santé mentale. Cette initiative met en évidence une approche pour l'ensemble du campus et constitue une stratégie innovante pour obtenir l'avis des étudiants-es et du personnel sur les programmes de santé mentale. Le programme Cohorte de l'excellence inclusive de l'université Wilfrid Laurier, quant à lui, est une initiative visant à recruter 6 nouveaux-elles professeurs-es autochtones et six nouveaux-elles professeurs-es noirs-es dans un effort d'indigénisation, de réconciliation, d'équité, de diversité et d'inclusion. Ce programme permet aux étudiants-es autochtones et noirs-es de Wilfrid Laurier de se voir représentés-es au sein du corps enseignant. Dans le cadre d'une initiative visant à faire participer les étudiants-es de second cycle à l'élaboration de programmes de santé mentale, le Fonds d'initiative pour le bien-être des étudiants de deuxième cycle de l'université York accorde des subventions pouvant aller jusqu'à 1 500 \$ aux personnes et aux groupes d'étudiants désireux de mettre en place des programmes de promotion, de sensibilisation ou d'amélioration de la santé mentale et du bien-être des étudiants-es de deuxième cycle. Ce programme permet aux étudiants-es de deuxième cycle de se sentir impliqués-es et inclus dans les programmes de santé mentale de leur campus. De même, la Mini-subvention pour la santé mentale et le bien-être des étudiants du College of the Rockies offre aux étudiants-es des subventions de 500 \$ pour créer des projets qui favoriseront la résilience et le bien-être, réduiront le stress et l'anxiété, feront progresser le bien-être des étudiants-es dans le contexte de l'équité, de la diversité et de l'inclusion, augmenteront le soutien entre pairs et déstigmatiseront les problèmes de santé mentale. D'autres initiatives alternatives visaient les étudiants-es marginalisés-es, comme la campagne « Dis mon nom » (Say My Name) au Collège George Brown, une campagne de sensibilisation lancée par le Bureau de la lutte contre le racisme, de l'équité et des droits de la personne, qui vise à représenter, apprendre et célébrer les noms des membres de la communauté, en particulier les noms qui ont été généralement mal prononcés. Cette campagne vise à créer un environnement inclusif où les individus se sentent acceptés dans leur authenticité. Par ailleurs, le programme de camisoles de compression pour la poitrine et de prothèses mammaires gratuits de l'université Brock offre aux étudiants-es la possibilité de recevoir ces produits d'affirmation du genre de la part du centre de justice étudiante après avoir rempli un formulaire en ligne. Ce programme innovant peut aider les étudiants-es trans* de Brock à se sentir bienvenus-es et inclus sur leur campus.

Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation

Les programmes et pratiques s'alignant sur le deuxième pilier stratégique de la Norme ont été organisés en thèmes en fonction de la manière dont ils utilisent les stratégies de littératie, d'éducation et de réduction de la stigmatisation sur le campus. Ces thèmes comprennent (a) les événements, (b) les ateliers et (c) les éducateurs-trices, ainsi qu'un programme alternatif qui ne correspond pas à ces thèmes.

ÉVÉNEMENTS

Des événements axés sur la littératie, l'éducation et la réduction de la stigmatisation ont été organisés sur un certain nombre de campus universitaires et collégiaux. Par exemple, au Collège Holland, les étudiants-es, les professeurs-es et le personnel sont tous invités-es à participer à la Semaine du bien-être, qui comprend une variété d'événements visant à promouvoir le bien-être et à sensibiliser les gens aux façons dont ils peuvent favoriser leur santé et leur bien-être au collège. De même, l'initiative de santé mentale de l'université Acadia comprend une Semaine de la santé mentale, qui comprend une foire de ressources pour le corps étudiant, une conversation communautaire et 2 ateliers. À l'Université métropolitaine de Toronto, l'organisation Étudiants pour la sensibilisation, le soutien et la santé mentale (Students for Mental Awareness, Support, & Health) facilite le soutien entre pairs par le biais d'événements tels que les « Séances pour décompresser » (Chill Sessions) ou les « Discussions de santé mentale » (Mental Health Talks), qui sensibilisent à l'importance de la santé mentale et du bien-être et fournissent des informations et des conseils aux étudiants-es.

ATELIERS

Les ateliers visant à améliorer la connaissance de la santé mentale et à réduire la stigmatisation peuvent être classés en ateliers destinés au corps enseignant et au personnel, en ateliers destinés au corps étudiant, et en ateliers destinés à tous les membres de la communauté universitaire. La « Série en santé mentale » de l'Université Saint Mary's, mentionnée dans la section précédente, est un exemple de série d'ateliers destinée au corps enseignant et au personnel. La plupart des autres ateliers présentés ici s'adressent aux étudiants-es pour les sensibiliser à la santé mentale. Par exemple, « WellU Resilience », à l'Université Lakehead, est un cours de 8 semaines fondé sur des données probantes et conçu pour apprendre aux étudiants-es à gérer le stress de manière saine. Le cours comprend des vidéos, des diaporamas, des activités de développement des compétences, des ressources et de l'information pour aider les étudiants-es à développer leur résilience. Le Centre de bien-être étudiant de l'Université Wilfrid Laurier propose aux étudiants-es 2 programmes de certificat en matière de santé mentale et de bien-être : le « certificat d'éducation au bien-être » (Wellness Education Certificate) et le « certificat de compétences pour prospérer » (Skills to Thrive Certificate). Ces 2 certificats visent à fournir des stratégies pour rester en bonne santé sur le campus, mais ils peuvent également être ajoutés au dossier d'expérience Laurier ou au curriculum vitae d'une personne afin de signaler son engagement en faveur de la santé et du bien-être. De même, la Faculté des études supérieures de l'Université York propose un programme gratuit de certificat en bien-être personnel et en compétences d'apprentissage. Le programme comprend 5 séances hebdomadaires, axées sur l'élaboration de stratégies visant à améliorer le bien-être personnel tout en établissant des liens avec d'autres étudiants-es de deuxième cycle. « Prospérer dans l'action » (Thriving in Action), un programme créé par l'Université métropolitaine de Toronto qui a été mis en œuvre sur plusieurs campus, est un groupe d'études de 8 à 10 semaines, conçu pour aider les étudiants-es à améliorer leur bien-être et leur réussite à l'université, en leur enseignant des compétences telles que l'autocompassion, la persévérance, la gratitude, et plus encore.

Enfin, les programmes suivants s'adressent à l'ensemble de la communauté universitaire. Au Collège Algonquin, le projet Parapluie (Umbrella) vise à créer un espace plus sécuritaire sur le campus pour discuter de la consommation d'alcool et d'autres drogues, en proposant des formations, des ateliers, une sensibilisation et des services de soutien au corps étudiant et au personnel. L'atelier « Reconnaître et réagir face à une personne en détresse » de l'université de Waterloo, qui s'adresse davantage aux étudiants-es en grande détresse, vise à donner aux étudiants-es et aux employés-es les compétences et la confiance nécessaires pour soutenir d'autres étudiants-es ou collègues qui pourraient être en situation de détresse. Enfin, le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus propose un cours virtuel gratuit pour le personnel non clinique et les étudiants-es afin d'apprendre comment soutenir au mieux un-e collègue ou un-e étudiant-e qui a des problèmes de santé mentale. Le cours apprend aux participants-es à reconnaître les signes d'une personne en difficulté, à réagir avec empathie, à se référer à des ressources et à réfléchir à leur expérience d'aide.

ÉDUCATEURS-TRICES

De nombreux collèges et universités ont choisi de créer un rôle d'éducateur-trice sur le campus afin de faire progresser la connaissance de la santé mentale. Certains de ces rôles ont été confiés à des employés-es du collège ou de l'université, mais la majorité d'entre eux ont été confiés à des étudiants-es bénévoles. Les conseillers-ères locaux-ales en mieux-être de l'Université McGill, par exemple, sont des cliniciens-nes en santé mentale qui ont été affectés-es à des facultés et à des services particuliers de l'Université McGill. Ces conseillers-ères locaux-ales en bien-être ont une formation similaire à celle des conseillers-ères, et ils et elles facilitent les programmes de bien-être spécifiques à la faculté ou à la communauté à laquelle ils et elles sont affectés-es. Ils et elles travaillent également avec les départements sur la prévention du bien-être et l'intervention précoce, et proposent des rendez-vous individuels aux étudiants-es.

Par ailleurs, les pairs éducateurs bénévoles de l'Université de Brandon sont une équipe d'étudiants-es qui planifient et promeuvent des programmes de sensibilisation thématiques pour les étudiants-es sur des sujets de bien-être tels que la santé sexuelle, le bien-être émotionnel et la gestion du stress, entre autres. De même, les pairs éducateurs en santé et en bien-être de l'Université de Winnipeg sont un groupe d'étudiants-es qui s'efforcent de sensibiliser le campus aux 7 dimensions du bien-être. Le groupe promeut l'éducation à la santé et au bien-être sur le campus en proposant des programmes de sensibilisation dans le but d'encourager la communauté de l'Université de Winnipeg à adopter des comportements positifs, fondés sur la force, lorsqu'elle est confrontée à des défis. À l'Université de Saskatchewan, Santé par les pairs est une initiative gérée par le personnel étudiant et des bénévoles, qui vise à aider les étudiants-es à acquérir des connaissances et des compétences en matière de santé, à fournir des programmes de promotion de la santé fondés sur des recherches actuelles et à améliorer le leadership et le développement personnel des étudiants-es. Les bénévoles de Santé par les pairs offrent un service d'écoute et de soutien sans jugement, mais créent également des messages sur les médias sociaux sur des sujets de santé, organisent des présentations, des webinaires et des panels, et proposent des campagnes, des incitations et des concours-cadeaux. Enfin, les pairs éducateurs de santé de l'Université Ambrose sont des étudiants-es de deuxième année ou plus, qui travaillent avec la vie étudiante et le bureau du bien-être pour promouvoir le bien-être

spirituel, social, émotionnel, physique et intellectuel du corps étudiant. L'équipe de sensibilisation à la santé par les pairs aide en particulier à sensibiliser à la santé mentale et au bien-être par le biais de différents programmes et événements.

AUTRE SOLUTION

Dans le cadre d'un programme particulièrement innovant visant à améliorer les connaissances en matière de santé mentale sur le campus, le Collège Northern Lakes propose aux étudiants-es un passeport du bien-être. Le passeport du bien-être est une introduction à l'importance de participer aux 8 dimensions du bien-être, et est un document virtuel qui ressemble à un passeport et qui est disponible pour tous les étudiants-es. Chaque dimension du bien-être est représentée par un parcours de bien-être, qui comprend plusieurs défis et tâches amusants et intéressants que les étudiants-es peuvent accomplir pour améliorer leur bien-être personnel. Ils et elles sont encouragés-es à cocher la case ou à inscrire une date à côté du défi chaque fois qu'ils et elles relèvent un défi dans le cadre de chaque parcours.

Accessibilité

Les programmes et pratiques conformes au troisième pilier stratégique de la Norme ont été classés par thèmes en fonction de la manière dont ils encouragent l'accessibilité sur le campus. Ces thèmes comprennent (a) les ateliers, (b) le prêt, (c) les services, (d) le soutien par les pairs, et (e) les espaces, avec deux autres solutions de programmes qui n'entraient pas dans ces thèmes.

ATELIERS

Un certain nombre d'ateliers proposés par les collèges et les universités visent à orienter les étudiants-es en situation de handicap vers les bureaux chargés de l'accessibilité et des mesures d'adaptation. Par exemple, l'orientation ABLE@Dal est un événement destiné aux étudiants-es de Dalhousie et de King's en situation de handicap permanent et entrant en première année, qui bénéficient ou ont l'intention de bénéficier de mesures d'adaptation académiques. Le programme est animé par des enseignants-es, du personnel et des étudiants-es, et est axé sur le développement de compétences et de stratégies d'apprentissage pour la réussite universitaire. De même, le programme « Partenaires en accessibilité à la Laurentienne » (Partners in Accessibility at Laurentian ou PAL) de l'Université Laurentienne est un événement d'orientation pour les nouveaux-elles étudiants-es en situation de handicap de l'Université Laurentienne. Au cours de cet événement, les participants-es découvrent les stratégies d'apprentissage, les services de soutien et la planification des mesures d'adaptation, et assistent à un cours magistral fictif et à une discussion entre étudiants-es et professeurs-es. L'Université McMaster propose un programme de transition similaire, destiné aux nouveaux-elles étudiants-es de l'université en situation de handicap et ayant des besoins en matière d'accessibilité. Les étudiants-es peuvent accéder à l'atelier en direct ou à l'atelier asynchrone en ligne, qui passe en revue l'apprentissage universitaire, les offres des services d'accessibilité pour les étudiants-es et les mesures d'adaptation. Au Collège Cambrian, le programme « Une longueur

d'avance » (Head Start) est une séance d'orientation virtuelle d'une semaine destinée aux étudiants-es inscrits-es au Centre Glenn Crombie, afin de les aider à se préparer à l'université. D'autres ateliers visaient à encourager l'accessibilité dans les salles de classe, comme la formation « FLEX Forward Accessible Education » de l'Université McMaster, une série de formations en ligne sur l'enseignement accessible qui est fortement encouragée pour tout le personnel enseignant. Cette formation présente les principes de l'enseignement accessible, de la conception des cours, de l'engagement du corps étudiant et de l'accessibilité de l'apprentissage en ligne et de l'apprentissage assisté par la technologie. Enfin, un atelier du centre d'accessibilité pour les étudiants-es de l'Université Memorial, en collaboration avec l'Association des sourds de Terre-Neuve-et-Labrador, enseigne la langue des signes américaine aux étudiants-es pendant 8 semaines. Les participants-es s'initient à une introduction à la langue des signes américaine et ont la possibilité d'approfondir leurs connaissances de la culture et de la communauté sourdes.

PRÊT

Certains établissements ont mis en place des programmes de prêt de technologies d'assistance, dans le cadre desquels les étudiants-es ayant besoin de mesures d'adaptation peuvent emprunter des technologies d'assistance afin de déterminer si elles répondent à leurs besoins. La bibliothèque de prêt de technologies d'assistance de l'Université Dalhousie vise à réduire la charge financière des étudiants-es qui essaient de nouvelles aides et comprend des articles tels que des équipements ergonomiques, des logiciels de dictée, des appareils d'enregistrement, des tablettes et des loupes d'écran. De même, la Bibliothèque de prêt du Centre Meighen de l'Université Mount Allison dispose d'une variété de technologies d'assistance qui peuvent être prêtées aux étudiants-es pour un semestre à la fois, y compris des stylos intelligents, des iPads et des ordinateurs portables. L'Espace technologique pour un campus accessible de l'Université McMaster est également en mesure de prêter des technologies d'assistance à partir de son bureau de service, tout comme le laboratoire de technologie d'assistance du Collège Algonquin. Ces programmes améliorent l'accessibilité globale de l'apprentissage dans leurs établissements respectifs et s'alignent donc bien sur le troisième pilier de la Norme.

SERVICES

D'autres établissements ont mis à la disposition des étudiants-es en situation de handicap des services particuliers qui peuvent les aider à recevoir un diagnostic ou à faire face aux exigences de l'enseignement postsecondaire. La Clinique TDAH pour adultes de l'Université de l'Île-du-Prince-Édouard, par exemple, reçoit des patients de 16 ans ou plus atteints de TDAH, ainsi que des adultes qui n'ont pas été diagnostiqués mais qui présentent des symptômes de TDAH. La clinique peut fournir à la fois un diagnostic et un traitement. De même, au Collège Holland, les services d'évaluation sont formés et qualifiés pour administrer, noter et interpréter les tests psychologiques et éducatifs, et peuvent aider les étudiants-es à déterminer s'ils ou elles ont un trouble de l'apprentissage. L'évaluation diagnostique se déroule sur une série de 3 à 6 réunions, à l'issue desquelles un rapport est rédigé. À l'Université du Manitoba, la Clinique des troubles de l'apprentissage est un service géré conjointement par le Centre de counseling étudiant et le

Centre de services en psychologie, qui fournit aux étudiants-es de l'Université du Manitoba des évaluations des troubles de l'apprentissage, en particulier en ce qui concerne la lecture, l'écriture, les mathématiques et les problèmes liés à l'attention. Parmi les services qui aident les étudiants-es à gérer leur handicap, citons les Services renforcés pour les difficultés d'apprentissage de l'Université Brock, qui se composent de 2 services différents. Le ou la stratège de l'apprentissage peut effectuer une évaluation psychopédagogique avec l'étudiant-e, puis utiliser cette évaluation avec le programme d'études de l'étudiant-e et ses besoins individuels pour fournir des stratégies académiques personnalisées. En outre, l'assistant-e technologique peut aider les étudiants-es à utiliser leurs recommandations technologiques en leur proposant des démonstrations, des formations et un soutien général.

SOUTIEN PAR LES PAIRS

Un certain nombre d'initiatives de soutien par les pairs ont été mises en place dans les établissements d'enseignement postsecondaire pour favoriser l'intégration des étudiants-es en situation de handicap. Le Programme de mentorat bénévole du PMC de l'Université Carleton, par exemple, met en relation des étudiants-es ayant de l'expérience au Paul Menton Centre (PMC) avec de nouveaux-elles étudiants-es du PMC, afin d'aider les étudiants-es en situation de handicap à se sentir à l'aise dans un environnement universitaire. Le centre vise à jumeler des étudiants-es qui partagent des handicaps ou des domaines d'études similaires. De même, Maccess, à l'Université McMaster, est un centre de soutien par les pairs, de défense et de communauté géré par le Syndicat des étudiants de McMaster, pour les étudiants-es qui souffrent d'un handicap, d'une maladie chronique, de problèmes de santé mentale ou d'inaccessibilité. Le centre propose des programmes et des événements visant à créer un sentiment d'appartenance à la communauté pour toute personne se déclarant en situation de handicap. Le soutien par les pairs est offert par des bénévoles formés ayant une expérience vécue du handicap, de la maladie chronique, de la maladie mentale, de la folie, des problèmes de santé mentale ou de la neurodivergence. À l'Université de Toronto, les Séances des pairs conseillers sont des séances de groupe animées par des pairs conseillers, spécifiquement pour les étudiants-es qui sont inscrits-es auprès des services d'accessibilité ou qui envisagent de s'inscrire auprès des services d'accessibilité. Ces séances permettent aux étudiants-es de discuter avec leurs pairs et d'apprendre à utiliser les mesures d'adaptation. Une initiative de soutien par les pairs du Collège Humber, le Groupe social TSA, s'adresse aux étudiants-es qui s'identifient comme vivant avec un trouble du spectre autistique (TSA). Le groupe offre aux étudiants-es la possibilité d'entrer en contact les uns avec les autres tout en approfondissant des sujets liés à la communication et à l'interaction. Les séances se déroulent de manière détendue, visuelle, structurée et interactive, conformément au style d'apprentissage recommandé pour les personnes atteintes de TSA.

ESPACES

Plusieurs établissements ont mis en place des initiatives d'accessibilité basées sur des espaces physiques sur le campus qui peuvent offrir un meilleur accès aux étudiants-es en situation de handicap. L'Espace technologique pour un campus accessible de l'Université McMaster est un espace accessible aux fauteuils

roulants, sans odeur, situé dans la bibliothèque Mills. L'espace comprend une zone de conversation tranquille, une zone d'étude silencieuse, un aquarium et des cabines d'étude privées qui comprennent des tables réglables en hauteur avec des contrôleurs de mémoire numérique intégrés. Dans le même ordre d'idées, le Laboratoire de technologie d'assistance en solutions inclusives du Collège Dawson est équipé de 6 ordinateurs, de bureaux réglables en hauteur, d'un SmartBoard et de plusieurs logiciels et dispositifs spécialisés pour répondre à une grande variété de besoins d'apprentissage. Le Collège Algonquin possède son propre Laboratoire de technologie d'assistance du Centre pour l'apprentissage accessible, qui comprend des postes de travail accessibles, une salle de réunion, des moniteurs de laboratoire, des services de transcription et un technologue spécialisé. En outre, la Salle silencieuse du Collège Champlain est un espace sécuritaire dédié aux étudiants-es qui utilisent le Centre d'accès aux étudiants (Student Access Centre ou SAC). On y trouve des ordinateurs adaptés pour être accessibles à tous les étudiants-es du SAC, équipés de logiciels spécialisés tels que Word Q, Antidote, Adobe Acrobat, et bien d'autres encore. L'Université métropolitaine de Toronto propose quant à elle des visites guidées du campus de l'Université métropolitaine de Toronto, axées sur les caractéristiques d'accessibilité du campus et conduites par des étudiants-es et des membres du personnel qui se déclarent en situation de handicap et qui utilisent ces itinéraires et ces espaces sans obstacles présentés lors des visites. Les visites sont conçues pour les étudiants-es à mobilité réduite, mais abordent également la question de l'accès pour les étudiants-es en situation de handicaps non physiques.

AUTRES SOLUTIONS

Ont été trouvés 2 programmes qui abordent l'accessibilité d'une manière nouvelle qui n'a pas été prise en compte dans les thèmes ci-dessus. « RyeACCESS » est une initiative du syndicat étudiant de l'Université métropolitaine de Toronto et représente l'un des 6 centres de services d'équité. L'équipe de « RyeACCESS » travaille par le biais de la défense des droits, de campagnes, de sensibilisation, d'éducation et d'événements. Elle se concentre sur les questions systémiques et individuelles afin de promouvoir la responsabilisation, l'autonomie et la liberté des étudiants-es en situation de handicap. D'autre part, Renforcer l'accessibilité et l'inclusion dans les programmes professionnels est une conférence virtuelle organisée chaque année par le Bureau de l'accessibilité de l'Université de Toronto. La conférence traite de l'amélioration de l'équité, de l'accessibilité et de l'inclusion dans les stages pratiques et les sites d'apprentissage par l'expérience, créant ainsi des opportunités pour le personnel chargé de l'accessibilité d'apprendre les meilleures pratiques et de mieux soutenir les étudiants-es en situation de handicap, en particulier ceux et celles qui suivent des programmes professionnels.

Intervention précoce

Les programmes et les pratiques s'alignant sur le quatrième pilier stratégique de la Norme ont été organisés en thèmes selon le format utilisé pour encourager l'intervention précoce en cas de problèmes de santé mentale. Ces thèmes comprenaient (a) les rôles, (b) les équipes et (c) les formulaires en ligne, avec une autre solution de programme qui ne correspondait pas à ces thèmes. Il est intéressant de noter que la majorité des programmes d'intervention précoce présentés ici ont été développés par des collèges de l'ouest du Canada.

RÔLES

Certains établissements ont choisi de développer un rôle particulier afin de détecter rapidement la détresse des étudiants-es avant qu'elle ne nécessite une intervention d'urgence. Par exemple, le rôle de conseiller en bien-être local de l'Université McGill, mentionné dans une section précédente de cette analyse environnementale, travaille avec les départements sur le soutien au bien-être et l'intervention précoce. Le programme « À l'écoute NU » de l'Université de Nipissing, également mentionné précédemment, comprend le rôle de « Personne à l'écoute NU », c'est-à-dire un membre du corps professoral ou du personnel qui a été formé pour offrir aux étudiants-es une écoute positive, sans porter de jugement, et qui peut les orienter vers les services appropriés en cas de besoin. À l'Université de Capilano, le programme « Votre soutien précoce » (Your Early Support ou YES) met les étudiants-es en contact avec un-e conseiller-ère formé-e à l'aide aux étudiants-es au sein du Bureau des affaires étudiantes, qui peut les rencontrer pour discuter de leurs besoins identifiés et les mettre en contact avec des ressources sur le campus et à l'extérieur. D'autres rôles sont plus spécifiquement axés sur l'intervention précoce, comme dans le programme « ACCÈS Esprits ouverts » (ACCESS Open Minds) de l'Université de l'Alberta. Le programme « ACCÈS Esprits ouverts » de l'Université de l'Alberta représente un réseau de délégués-es de divers services de santé, universitaires et non universitaires, susceptibles de rencontrer des étudiants-es aux prises avec des problèmes de santé mentale, sous la direction d'un groupe de cliniciens-nes « ACCÈS Esprits ouverts ». Le réseau se réunit tous les mois pour discuter du processus d'orientation, de la manière de réduire les obstacles à l'accès aux services et des tendances en matière de préoccupations du corps étudiant. Bien que les étudiants-es puissent s'auto-aiguiller eux-mêmes et elles-mêmes au programme, la majorité d'entre eux et elles sont aiguillés-es vers les cliniciens-nes d' « ACCÈS Esprits ouverts » par l'intermédiaire du réseau. Les étudiants-es bénéficient alors d'une première séance dans les 72 heures, au cours de laquelle leurs besoins sont identifiés, et les orientations et le travail de gestion de cas sont effectués.

ÉQUIPES

Certains établissements ont mis en place des équipes entières de professionnels-les qui peuvent aider les étudiants-es dans le cadre d'une intervention précoce. Par exemple, l'Équipe d'assistance précoce du Collège North Island propose un « guichet unique » pour mettre les étudiants-es en contact avec les ressources du campus et de la communauté, qu'elles soient personnelles ou académiques, et les étudiants-es peuvent être orientés-es vers l'équipe par le corps enseignant ou le personnel. Le Collège Selkirk propose également le Système de soutien d'assistance précoce, qui fonctionne pendant les premières semaines des semestres d'automne et d'hiver. Dans le cadre de ce programme, les enseignants-es, le personnel de soutien et les étudiants-es peuvent s'aiguiller eux-mêmes, elles-mêmes ou leurs pairs à un membre de l'Équipe d'accès et de soutien aux étudiants-es pour une intervention précoce.

FORMULAIRES EN LIGNE

De nombreux établissements d'enseignement supérieur ont mis en place des formulaires en ligne pour l'aiguillage des étudiants-es ou des membres de la communauté qui en sont aux premiers stades de leurs difficultés de santé mentale. Ces formulaires sont souvent triés en vue d'un suivi par le service aux étudiants-es approprié. Par exemple, le Formulaire d'aiguillage en alerte précoce du Collège Keyano recueille des informations sur les étudiants-es en difficulté auprès du corps étudiant ou du personnel. L'Institut technologique de la Colombie-Britannique propose le programme « Assistance précoce », qui recueille des informations sur les étudiants-es ayant des problèmes de santé mentale afin de les mettre en contact avec les ressources appropriées. Le personnel d'« Assistance précoce » peut également être contacté par courriel et par téléphone pour répondre à des questions sur le programme, notamment pour savoir s'il faut soumettre un aiguillage ou à quel moment le faire. Au Collège Coast Mountain, le formulaire d'aiguillage d'alerte précoce met les étudiants-es en contact avec un membre du personnel des services d'apprentissage qui peut les aider à franchir les étapes suivantes. À l'Université de l'île de Vancouver, « Alerte précoce » dispose d'un formulaire en ligne qui est trié par le service des affaires étudiantes et qui met les étudiants-es en contact avec des services de counseling, d'orientation universitaire, d'accessibilité, d'aide financière et de bourses, ainsi qu'avec le Bureau de conduite et d'attention. Enfin, au Collège Bow Valley, un formulaire en ligne appelé le « Bilan de santé mentale » sert de dépistage éducatif de la santé mentale pour aider les étudiants-es à déterminer s'ils ou elles ont besoin de consulter un médecin ou un-e professionnel-le de la santé mentale.

AUTRE SOLUTION

Dans le cadre d'une initiative innovante de l'Université de Toronto, Navi est un outil de navigation par clavardage destiné à guider les étudiants-es qui recherchent un soutien en matière de santé mentale à l'Université de Toronto. Navi fonctionne comme un assistant virtuel qui recherche et fournit rapidement aux étudiants-es des coordonnées et des liens directs vers des ressources de santé mentale sur le campus et hors campus.

Mesures de soutien en santé mentale

Les programmes et les pratiques s'inscrivant dans le cinquième pilier stratégique des mesures de soutien en santé mentale ont été classés par thèmes en fonction de la forme sous laquelle ce soutien est fourni. Ces thèmes sont les suivants : (a) virtuel, (b) équipes, (c) groupes de soutien, (d) rôles, (e) espaces, et (f) soutien par les pairs, avec deux autres solutions de programmes qui ne correspondent pas à ces thèmes.

VIRTUEL

Le soutien virtuel en matière de santé mentale a gagné en popularité au cours des dernières années, en particulier après que de nombreuses institutions ont adopté l'apprentissage en ligne au cours de la pandémie de la COVID-19. Un exemple de ce type de service est l'application en ligne Navigapp pour jeunes (Bridge the GApp Youth), développée par le gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador et proposée dans toutes les institutions de la province. L'application fournit des conseils et un soutien en matière de santé mentale et de toxicomanie, et les utilisateurs-trices peuvent accéder à des outils, à des conseils en matière de santé mentale, à de l'inspiration et à des indications pour trouver un soutien supplémentaire. De même, Esprits sains N.-É. est une série de ressources virtuelles et téléphoniques en matière de santé mentale accessibles à tous les étudiants-es de l'enseignement postsecondaire en Nouvelle-Écosse, afin de compléter les soutiens et services en matière de santé mentale disponibles sur les campus de la Nouvelle-Écosse. L'Université de Nipissing propose également un soutien électronique assisté par un-e conseiller-ère, une option de counseling flexible qui permet aux étudiants-es de travailler de manière indépendante sur leur santé mentale grâce à divers modules de soutien créés en interne, qui combinent psychoéducation, réflexion et mise en pratique de nouvelles compétences. Le programme propose également un contact bihebdomadaire avec un-e conseiller-ère pour que les étudiants-es puissent discuter de leur évolution et relever les défis qui se présentent dans leur apprentissage.

ÉQUIPES

Certains établissements ont mis en place des équipes multidisciplinaires qui offrent un soutien direct aux étudiants-es en matière de santé mentale. C'est le cas de l'Équipe chargée des cas d'étudiants préoccupants à l'Université Mount Allison. Cette équipe travaille en étroite collaboration avec les départements académiques, administratifs et de soutien, les groupes d'étudiants et d'autres parties prenantes afin de fournir une réponse coordonnée et un plan de soutien aux étudiants-es qui ont été signalés-es comme étant en détresse. L'équipe a pour objectif d'empêcher les étudiants-es de se faire du mal, en développant des stratégies et des interventions adaptées à chaque cas. À l'Université de l'Alberta, l'Équipe de soutien au bien-être s'efforce de renforcer la santé mentale et le bien-être des individus et de la communauté en apportant un soutien holistique et inclusif aux étudiants-es. Ses services comprennent des formations en santé mentale pour le corps étudiant et le personnel, des initiatives visant à lutter contre la stigmatisation de la santé mentale, ainsi qu'un soutien individuel pour combler les lacunes et aiguiller les étudiants-es vers des ressources. De même, le programme de soins coordonnés de l'Université de Calgary propose une équipe de conseillers-ères de soutien aux étudiants, composée de travailleurs-ses sociaux-aux agréés-es et d'une infirmière agréée, pour aider les étudiants-es dans leur parcours universitaire et personnel, en lieu et place d'un service de counseling individuel. Les conseillers-ères aident à gérer les facteurs de stress, à résoudre des problèmes pratiques, à naviguer dans les ressources et à aiguiller les étudiants-es vers des ressources sur le campus et hors campus. De même, l'Équipe CARE de l'Université Royal Roads évalue, aiguille et répond aux étudiants-es qui ont été signalés-es comme manifestant une détresse ou un comportement inquiétant. Les étudiants-es peuvent être orientés-es par n'importe quel membre de la communauté de Royal Roads, y compris d'autres étudiants-es.

GROUPES DE SOUTIEN

Un certain nombre de groupes de soutien ont été créés dans les établissements d'enseignement postsecondaire canadiens. Ils offrent à la fois la possibilité d'un soutien facilité en matière de santé mentale et d'un soutien par les pairs sous la forme d'une validation et d'une compréhension de la part d'autres étudiants-es. À l'Université Bishop's, le Groupe de soutien pour les troubles de l'alimentation s'adresse aux étudiants-es de tous les genres qui sont aux prises avec des troubles de l'alimentation, qu'ils aient été diagnostiqués ou non. Le groupe crée un espace sécuritaire où les participants-es peuvent explorer les troubles de l'alimentation et obtenir un soutien dans leur rétablissement. L'Université McGill organise des groupes de soutien pour les étudiants en maîtrise et en doctorat, destinés aux étudiants-es de deuxième cycle de McGill qui ont du mal à trouver un équilibre entre leur vie universitaire et leur vie personnelle, ou à rester concentrés-es et motivés-es dans leurs études. Le groupe de soutien fournit des encouragements, des conseils et un sentiment d'appartenance aux étudiants-es, et les séances sont animées par les conseillers-ères locaux-ales en bien-être de McGill. « Toutes personnes, toutes voies » est un programme en partenariat entre l'Association communautaire d'entraide des pairs contre les addictions (ACEPA) et l'Université Carleton, qui propose des réunions de soutien hebdomadaires aux personnes du campus touchées par la consommation de substances et la toxicomanie, animées par des personnes ayant une expérience vécue ou en cours. Le personnel et le corps enseignant peuvent également participer à leurs propres réunions de soutien, indépendamment des étudiants-es. L'École polytechnique de la Saskatchewan propose un groupe de rassemblement BIPOC, qui accueille tout-e étudiant-e s'identifiant comme autochtone, noir-e ou personne de couleur. Le groupe offre un espace pour partager les expériences, favoriser les liens entre la communauté et soutenir le bien-être. Le groupe est animé par des conseillers-ères de l'École polytechnique de la Saskatchewan, mais il est guidé par les commentaires des étudiants-es. Par ailleurs, le Groupe infirmier du Collège de Medicine Hat est un groupe d'accueil réservé aux étudiants-es en soins infirmiers, qui offre un espace sécuritaire pour parler du stress lié à leur programme et discuter des moyens de prendre soin de soi. Le Collège Langara propose un groupe de soutien aux étudiants-es iraniens-nes, un espace de rencontre confidentiel animé par deux conseillers-ères du Collège Langara, qui vise à offrir un forum sécuritaire dans lequel les étudiants-es peuvent partager l'impact des événements iraniens sur leurs vies. Enfin, l'Université de la vallée du Fraser a créé un groupe de soutien LGBTQIA2S+, en collaboration avec le UFV Pride Collective et les conseillers-ères de l'UFV. Il s'agit d'un espace virtuel sécuritaire pour les étudiants-es queer de l'UFV, qui explore des sujets tels que la sortie du placard (ou non), la démythification de la sexualité, et bien plus encore.

RÔLE

Un certain nombre de rôles autres que celui de conseiller-ère ont également été créés dans les universités et les collèges du Canada pour soutenir directement la santé mentale des étudiants-es. Les conseillers-ères locaux-ales en bien-être de l'Université McGill, mentionnés plus haut dans cette analyse environnementale, ont une formation similaire à celle des conseillers-ères, mais ils et elles facilitent les programmes de bien-être spécifiques à la faculté ou à la communauté à laquelle ils et elles sont affectés, et offrent également des rendez-vous individuels aux étudiants-es. L'Université de l'Alberta propose également

des psychologues satellites qui sont affectés à des facultés particulières et fournissent du counseling aux étudiants-es sur l'ensemble du campus. Le programme vise à aider le corps enseignant et le personnel à acquérir les compétences nécessaires pour soutenir au mieux la santé mentale des étudiants-es, ainsi qu'à améliorer l'accès des étudiants-es aux consultations psychologiques. Les Gestionnaires des cas d'accès de l'Université Simon Fraser sont des employés-es qui fournissent un soutien individuel dans un environnement sans rendez-vous, aidant les étudiants-es à naviguer dans les services et à se sentir écoutés-es et soutenus-es. Le Collège Seneca propose des Spécialistes en soutien et en intervention auprès des étudiants-es, qui s'attachent à établir avec eux et elles une relation de soutien axée sur les objectifs, afin d'élaborer en collaboration un plan visant à favoriser leur réussite. Ils et elles peuvent travailler avec les étudiants-es en consultation avec le corps enseignant, les ressources du campus et les soutiens externes de la communauté pour s'assurer que les étudiants-es bénéficient d'un soutien approprié. Le Collège Keyano a également créé le rôle de Guide en bien-être, qui soutient les étudiants-es en les mettant en contact avec les services du campus, les organisations communautaires ou les programmes gouvernementaux qui peuvent leur être utiles.

ESPACES

Nous avons trouvé plusieurs programmes qui offrent un soutien à la santé mentale dans un espace physique sur le campus, et tous ces programmes étaient basés sur la fourniture de lampes de luminothérapie aux étudiants-es. Le salon de luminothérapie du Collège Canadore dispose d'un éclairage et de lampes à spectre de lumière du jour spécialisés, conçus pour aider à lutter contre un certain nombre de problèmes de santé et de santé mentale tels que le trouble affectif saisonnier, le manque général d'énergie, la dépression et l'insomnie. L'Institut technologique de la Colombie-Britannique propose ce qu'il appelle les Stations ensoleillées, une collection de 11 stations d'éclairage à spectre complet qui ne nécessitent pas d'inscription et sont gratuites pour tous les membres de la communauté. L'Université de Toronto met à la disposition des étudiants-es des lampes de luminothérapie, conçues pour reproduire les niveaux de luminosité du printemps et de l'été, à la bibliothèque Robarts. L'Université d'Acadia propose également des lampes de luminothérapie au comptoir d'accès de sa bibliothèque Vaughan Memorial. À l'Université McGill, les étudiants-es peuvent emprunter des lampes de luminothérapie auprès de l'Association étudiante des cycles supérieurs pour une période pouvant aller jusqu'à 2 semaines. À l'Université d'Ottawa, les lampes de luminothérapie peuvent être empruntées dans plusieurs bibliothèques pour une durée maximale de 7 jours, avec possibilité de renouvellement. À l'Université de Colombie-Britannique, 2 bibliothèques différentes proposent des lampes de luminothérapie que les étudiants-es peuvent s'inscrire pour une utilisation selon le principe du premier arrivé, premier servi. L'Université Concordia offre également au corps étudiant la possibilité d'emprunter des lampes de luminothérapie à la bibliothèque pour une durée maximale d'un jour. Enfin, l'Université de Waterloo a installé 2 lampes de luminothérapie dans le salon du troisième étage et dans l'espace de travail informatique du bâtiment de psychologie, d'anthropologie et de sociologie, à l'intention du personnel et du corps étudiant.

SOUTIEN PAR LES PAIRS

Les initiatives de soutien par les pairs sont de loin les formes les plus répandues de soutien à la santé mentale offertes au corps étudiant dans les établissements d'enseignement postsecondaire canadiens. Au total, 34 universités et collèges ont mis en place des programmes de soutien par les pairs sur leur site Web, qui constituent une forme de soutien en santé mentale autre que le counseling traditionnel. La majorité des programmes de soutien par les pairs proposaient une formation axée sur l'écoute active, sur les limites, sur la confidentialité et sur l'aiguillage vers des ressources. Certains programmes de soutien par les pairs comportaient un élément de supervision par un-e professionnel-le de la santé mentale, comme les programmes de l'Université d'Ottawa et de l'Université de Western Ontario. D'autres programmes offraient un soutien virtuel par les pairs, comme les programmes de l'Université de Windsor et du Collège Centennial.

Il convient de noter que l'Université de Carleton propose 3 programmes différents de soutien par les pairs, avec des objectifs différents. « Liens communautaires » (Community Connections) est un programme de mentorat par les pairs d'une durée d'un an qui vise à fournir aux étudiants-es de Carleton des ressources, des compétences et des outils pour améliorer leur bien-être et leurs relations au sein de la communauté du campus. Les étudiants-es peuvent s'inscrire à 2 parcours : Renforcement de la communauté et de l'appartenance et Santé mentale et bien-être positifs, chacun offrant différents types de soutien. « Liens communautaires » a également créé des partenariats pour offrir des programmes de mentorat par les pairs aux étudiants-es autochtones, musulmans-es, 2SLGBTQ, ainsi qu'aux étudiants-es africains-es, caribéens-es et noirs-es. Le programme « Global Peer Advisors Lending Support » (Global PALS) de l'Université Carleton, mentionné plus haut dans cette analyse environnementale, met en relation des étudiants-es internationaux-ales avec un-e étudiant-e de deuxième année ou un étudiant-e de deuxième cycle qui leur donne des conseils et les aide à s'orienter dans leur transition sociale, culturelle et universitaire. Enfin, les Mentors en bien-être mental sont des étudiants-es de l'Université de Carleton qui offrent un mentorat confidentiel et sans jugement aux étudiants-es en résidence, en particulier en ce qui concerne leur transition à l'université. Les pairs mentors proposent des stratégies d'adaptation et d'autres formes de soutien pour aider les étudiants-es à améliorer leur bien-être mental.

L'Université de la Colombie-Britannique, quant à elle, propose un soutien par les pairs sous une forme légèrement différente. La Communauté de rétablissement des étudiants de l'UBC est un espace inclusif conçu pour les étudiants-es qui se rétablissent ou qui sont prêts-es à explorer leur relation avec l'alcool, les drogues et/ou les comportements addictifs tels que les troubles de l'alimentation, les jeux de hasard et d'argent. Le programme s'appuie sur un modèle de soutien par les pairs fondé sur des données probantes et destiné à permettre aux étudiants-es ayant une expérience vécue de se soutenir mutuellement dans leur rétablissement individuel. Il est ouvert à toutes les voies de rétablissement, y compris l'abstinence et la réduction des méfaits.

AUTRES SOLUTIONS

Deux programmes trouvés offraient un soutien direct en matière de santé mentale sous des formes qui ne correspondaient pas aux thèmes mentionnés ci-dessus. À l'Université Royal Roads, lorsque les étudiants-es vivent une situation stressante inattendue, comme la perte d'un membre de la famille ou d'un-e ami-e ou des circonstances similaires, les conseillers-ères de l'Université Royal Roads peuvent fournir une lettre de considération pour encourager le corps enseignant à faire preuve de souplesse dans les devoirs, en particulier lorsque les étudiants-es ne se sentent pas à l'aise pour s'adresser directement à leur professeur-e. Les étudiants-es peuvent alors travailler avec le/la conseiller-ère et le/la professeur-e pour élaborer un plan afin de terminer leur travail. De son côté, l'Université Lakehead propose WellU Resilience, un cours de 8 semaines fondé sur des données probantes et conçu pour apprendre aux étudiants-es à gérer le stress de manière saine. Le cours comprend des vidéos, des diaporamas, des activités de développement des compétences, des ressources et des informations destinées à aider les étudiants-es à développer leur résilience. Les participants-es acquièrent des compétences et des habitudes dont il a été prouvé qu'elles augmentent la satisfaction dans la vie et la résilience.

Gestion de crises et postvention

Les programmes et pratiques conformes au sixième et dernier pilier stratégique de la Norme ont été organisés en thèmes en fonction du format par lequel la gestion de crise a été coordonnée. Ces thèmes comprenaient (a) les équipes et (b) les lignes téléphoniques, ainsi que plusieurs autres solutions de programmes qui ne correspondaient pas à ces thèmes.

ÉQUIPES

Certaines universités et collèges ont choisi de mettre en place des équipes de professionnels capables de répondre aux étudiants-es en situation de crise. Par exemple, l'Équipe des étudiants-es à risque de l'Université de Calgary est une équipe multidisciplinaire composée de membres du personnel du campus qui intervient lorsqu'un-e étudiant-e est identifié-e comme étant « à risque » par d'autres étudiants-es, des enseignants-es ou des membres du personnel. L'équipe procède à une évaluation et veille à ce que l'étudiant-e bénéficie du soutien nécessaire pour éviter que la situation ne s'aggrave. L'Équipe CARE de l'Université Royal Roads, qui a été mentionnée plus haut dans cette analyse environnementale, s'efforce d'évaluer, d'aiguiller et de répondre aux étudiants-es qui ont été signalés-es comme manifestant une détresse ou un comportement inquiétant. Les étudiants-es peuvent être aiguillés-es par n'importe quel membre de la communauté de Royal Roads, y compris d'autres étudiants-es. L'Équipe chargée des cas d'étudiants préoccupants à l'Université Mount Alison, également mentionnée plus haut dans cette analyse environnementale, travaille en étroite collaboration avec les départements universitaires, administratifs et de soutien, les groupes d'étudiants et d'autres parties prenantes afin de fournir une réponse coordonnée et un plan de soutien aux étudiants-es qui ont été signalés-es comme étant en situation de détresse. L'équipe vise à empêcher les étudiants-es de se faire du mal, en développant des stratégies et des interventions

pour chaque cas. Enfin, l'Équipe de soutien aux étudiants à risque du Collège de Médecine Hat répond aux préoccupations concernant le bien-être mental et physique, la sécurité et les problèmes académiques, et peut aider les étudiants-es à trouver les soutiens appropriés sur le campus.

LIGNES TÉLÉPHONIQUES

Dans notre recherche, il a été trouvé qu'un collège et une université disposent de lignes téléphoniques dédiées que les étudiants-es en situation de crise peuvent appeler. Les étudiants-es de l'Université Brock peuvent contacter la Ligne téléphonique d'urgence, qui est disponible toute l'année, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7. De même, au Collège Algonquin, les étudiants-es ont accès à la Ligne de détresse pour étudiants, qui leur permet d'obtenir un rendez-vous immédiat avec les services de counseling pendant les heures d'ouverture.

AUTRES SOLUTIONS

Nous avons trouvé deux programmes qui abordent la gestion de crise d'une manière qui n'est pas couverte par les thèmes ci-dessus. L'Université de Calgary a mis en place un cadre de sensibilisation et de prévention du suicide basé sur les principes du Cadre Zéro Suicide. Ce cadre en 7 étapes permet de prévenir les suicides en offrant un soutien personnalisé en cas de crise et en mettant les étudiants-es suicidaires en contact avec des ressources qui leur permettent de se rétablir. De son côté, l'Université de la Colombie-Britannique a mis au point un cours d'introduction à la sensibilisation au suicide et à l'intervention pour le corps étudiant, le corps enseignant, le personnel et les anciens étudiants de l'UCB, qui est spécifique au contexte postsecondaire et qui tient compte des traumatismes et de la culture. Le cours comprend une section asynchrone à la demande, suivie d'une section synchrone animée.

Limites

Bien que cette analyse environnementale puisse fournir des exemples de programmes et de pratiques exemplaires en matière de santé mentale sur les campus postsecondaires canadiens, certaines limites ont été identifiées qui restreignent l'utilité de l'analyse dans l'évaluation des forces et des lacunes en matière de pratique. L'une des principales limites de cette analyse est le fait que les pratiques émergentes ont été recueillies à partir des sites Web des établissements postsecondaires, qui peuvent ne pas être à jour en ce qui concerne les programmes de santé mentale, fournissant potentiellement des informations sur des programmes qui n'existent plus ou ne fournissant pas d'informations sur les nouveaux programmes ou les nouvelles pratiques. En outre, la navigation sur le site Web de chaque établissement était différente, avec différents départements et différentes pages Web, et il est donc possible que certains programmes répertoriés sur les sites Web aient été oubliés. Par conséquent, le recueil des pratiques émergentes dans cette analyse de l'environnement ne représente pas une liste exhaustive, et il peut exister des programmes qui n'ont pas été pris en compte ici.

Conclusion

Cette analyse environnementale représente une collection de pratiques évaluées et émergentes s'alignant sur les piliers stratégiques de la Norme nationale sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire. De nombreux piliers stratégiques de la Norme étaient bien représentés dans cette analyse. Un environnement postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif a été mis en place sur de nombreux campus par le biais d'ateliers, de rôles, de soutien par les pairs, de services et d'espaces. La littératie et l'éducation en matière de santé mentale ont été encouragées sur les campus par le biais d'événements, d'ateliers et d'éducateurs-trices. L'accès des étudiants-es en situation de handicap physique ou mental a été facilité par des ateliers, des programmes de prêt, des services, un soutien par les pairs et des programmes spatiaux. Enfin, les étudiants-es ont bénéficié d'un soutien en matière de santé mentale par le biais de moyens virtuels, d'équipes de professionnels-les, de groupes de soutien, de rôles de non-conseillers, de programmes spatiaux et d'un soutien par les pairs. L'un des points forts identifiés dans les établissements postsecondaires canadiens est la mise en place de programmes de soutien par les pairs, 34 universités et collèges ayant indiqué ces services sur leur site web, et une pratique évaluée étant le programme de soutien par les pairs de l'Université McGill.

Les piliers stratégiques de la Norme qui étaient moins bien représentés et qui pourraient bénéficier d'un développement plus poussé au niveau des ressources et des programmes comprennent l'intervention précoce, qui ne comprenait que 2 programmes évalués et 12 programmes émergents, ainsi que la gestion de crise et la postvention, qui comprenait un programme évalué et 8 programmes émergents. Bien que certains établissements aient abordé la question de l'intervention précoce sur leur campus en utilisant des rôles, des équipes et des formulaires en ligne, ces initiatives étaient géographiquement centrées dans l'ouest du Canada, et moins de programmes ont été identifiés dans l'est du pays. La Norme nationale recommande des approches d'intervention précoce qui encouragent l'action des étudiants-es et les aident à identifier eux-mêmes et elles-mêmes leurs besoins en matière de santé mentale, qui incluent des guides de la communauté postsecondaire pour aider les étudiants-es à se connecter aux ressources appropriées, qui dépeignent les besoins psychosociaux des étudiants-es lorsqu'ils et elles recherchent des services de soins primaires, et qui forment la communauté postsecondaire à reconnaître les signes de déclin de la santé mentale et à y répondre. En ce qui concerne la gestion des crises et la postvention, certains établissements ont abordé ce pilier en utilisant des équipes et des lignes téléphoniques, mais ces programmes étaient limités en nombre et la majorité des établissements n'avaient pas d'initiatives internes de gestion des crises étudiantes répertoriées sur leur site Web. La Norme nationale recommande aux établissements postsecondaires de créer des processus et des protocoles transparents pour la gestion des crises, y compris la formation et la clarification des rôles de la communauté postsecondaire en matière de procédures d'urgence et d'intervention en cas de crise, des efforts pour soutenir la formation polyvalente, la communication et la coordination avec les partenaires communautaires, ainsi que des ressources pour soutenir les étudiants-es et la communauté après un événement critique.

Références

Brown, K., De Bie, A., Aggarwal, A., Joslin, R., Williams-Habibi, S., & Sivanesanathan, V. (2020). Students with disabilities as partners: A case study on user testing an accessibility website. *International Journal for Students as Partners*, 4(2), 97–109. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04139-z>

Association canadienne de normalisation (2020). *Santé mentale et bien-être pour les étudiants du postsecondaire* (CAN/CSA Standard No. Z2003:F20). Récupéré de <https://www.csagroup.org/fr/store/product/CSA%20Z2003%3A20/>

deJonge, M. L., Jain, S., Faulkner, G. E., & Sabiston, C. M. (2021). On campus physical activity programming for post-secondary student mental health: Examining effectiveness and acceptability. *Mental Health and Physical Activity*, 20, 100391. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.812965>

Gardner, P., & Kerridge, K. (2019). Everybody Present: Exploring the Use of an In-Class Meditation Intervention to Promote Positive Mental Health Among University Students. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 38(1), 9–21. Récupéré de <https://www.cjcmh.com/doi/10.7870/cjcmh-2018-022>

Gilham, C., Austen, E. L., Wei, Y., & Kutcher, S. (2018). Improving Mental Health Literacy in Post-Secondary Students: Field Testing the Feasibility and Potential Outcomes of a Peer-Led Approach. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 37(1), 1–12. Récupéré de <https://www.cjcmh.com/doi/10.7870/cjcmh-2018-002>

King, N., Linden, B., Cunningham, S., Rivera, D., Rose, J., Wagner, N., Mulder, J., Adams, M., Baxter, R., & Duffy, A. (2022). The feasibility and effectiveness of a novel online mental health literacy course in supporting university student mental health: A pilot study. *BMC Psychiatry*, 22(1), 515. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.2007112>

Linden, B., Boyes, R., & Stuart, H. (2021). Cross-sectional trend analysis of the NCHA II survey data on Canadian post-secondary student mental health and wellbeing from 2013 to 2019. *BMC Public Health*, 21(1), 590. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-10622-1>

Ritvo, P., Ahmad, F., El Morr, C., Pirbaglou, M., Moineddin, R., & MVC Team. (2021). A Mindfulness-Based Intervention for Student Depression, Anxiety, and Stress: Randomized Controlled Trial. *JMIR Mental Health*, 8(1), e23491. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2021.100391>

Stuart, H., Chen, S.-P., Krupa, T., Narain, T., Horgan, S., Dobson, K., & Stewart, S. (2018). The Caring Campus Project Overview. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 37(3), 69–82. <https://doi.org/10.1111/eip.13037>

Stuart, H., Koller, M., & Armstrong, A. W. (2014). Changer les mentalités à l'université : Résultats d'une intervention de lutte contre la stigmatisation fondée sur le contact – Commencer la conversation (p. 11). Commission de la santé mentale du Canada.

Récupéré de <https://commissionsantementale.ca/resource/changer-les-mentalites-a-luniversite-resultats-dune-intervention-de-lutte-contre-la-stigmatisation-fondee-sur-le-contact/>

Suresh, R., Karkossa, Z., Richard, J., & Karia, M. (2021). Program evaluation of a student-led peer support service at a Canadian university. *International Journal of Mental Health Systems*, 15(1), 54. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2018-017>

Szeto, A. C. H., Henderson, L., Lindsay, B. L., Knaak, S., & Dobson, K. S. (2021). Increasing resiliency and reducing mental illness stigma in post-secondary students: A meta-analytic evaluation of the inquiring mind program. *Journal of American College Health*, 1–11. Récupéré de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34875206/>

Virk, P., Arora, R., Burt, H., Gadermann, A., Barbic, S., Nelson, M., Davidson, J., Cornish, P., & Doan, Q. (2022). HEARTSMAP-U: Adapting a Psychosocial Self-Screening and Resource Navigation Support Tool for Use by Post-secondary

Students. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 812965.

Récupéré de <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2022.812965/full>

Washburn, C. A., & Mandrusiak, M. (1969). Campus Suicide Prevention and Intervention: Putting Best Practice Policy into Action. *Canadian Journal of Higher Education*, 40(1), 101–119. <https://doi.org/10.47678/cjhe.v40i1.1571>

Wei, Y., Kutcher, S., Baxter, A., & Heffernan, A. (2021). The program evaluation of ‘Go-To Educator Training’ on educators’ knowledge about and stigma toward mental illness in six Canadian provinces. *Early intervention in psychiatry*, 15(4), 922–931. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2018-022>

Zhu, J., Racine, N., Xie, E. B., Park, J., Watt, J., Eirich, R., Dobson, K., & Madigan, S. (2021). Post-secondary Student Mental Health During COVID-19: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 777251. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2018-002>

Grille d'évaluation

Alors que l'analyse environnementale met en lumière le paysage national, la grille d'évaluation permet de mettre en lumière votre établissement. Autre enseignement important du projet de la SRSA et du CISMIC, les établissements peuvent utiliser la grille pour évaluer l'alignement sur la Norme et les pratiques exemplaires identifiées dans la grille. En tant que telle, la grille constitue un point de départ pour identifier les pratiques, les politiques et les programmes qui fonctionnent bien et ceux qui ont une marge de progression. La grille peut être consultée ci-dessous ou téléchargée [ici](#).

Programmes, politiques et pratiques exemplaires en matière de santé mentale des étudiants-es de l'enseignement post-secondaire

Grille d'évaluation

Les meilleures pratiques ne sont pas nécessairement les plus populaires, les plus fréquemment mises en œuvre ou les plus créatives/innovantes. Il s'agit de stratégies qui peuvent permettre aux établissements d'atteindre un niveau plus élevé de résultats en matière de promotion de la santé au sein de leur population étudiante (CISMIC, 2015). Dans l'ensemble, cela signifie que le « niveau exemplaire » de la grille suivante est atteint pour une politique, une pratique ou un programme donné si celui-ci :

- ✓ intègre autant de niveaux socio-écologiques que possible pour parvenir à un changement systémique, c'est-à-dire en visant des changements au-delà du niveau individuel et en cherchant à accroître l'information, la collaboration et la coordination au sein de l'établissement et/ou avec la communauté ;
- ✓ incorpore autant de points de vue et de types de preuves que possible, en particulier de la part des étudiants-es et des groupes méritant l'équité, depuis les considérations éthiques jusqu'à la conception, la mise en œuvre et l'évaluation ;
- ✓ dispose d'un processus d'examen clair pour l'amélioration continue (en ce qui concerne la conception, la mise en œuvre, les résultats), y compris les considérations relatives à la durabilité et à la mise à l'échelle (le cas échéant).

Pour obtenir davantage d'indications sur ce à quoi ressemble une pratique « exemplaire » en ce qui concerne les piliers stratégiques, veuillez-vous référer à la Norme :

- Milieu post-secondaire propice, sécuritaire et inclusif (article 5.4.2)
- Littératie, éducation, réduction de la stigmatisation (article 5.4.3)
- Accessibilité (article 5.4.4)
- Intervention précoce (article 5.4.5)
- Mesures de soutien en santé mentale (article 5.4.6)
- Gestion des crises et postvention (article 5.4.7)

Grille d'évaluation

CRITÈRE	PRATIQUE EXEMPLAIRE	PRATIQUE EFFICACE	PRATIQUE LIMITÉE OU AUCUNE PRATIQUE
	Présence d'éléments qui vont au-delà de la Norme (c'est-à-dire des éléments qui « devraient »)	Présence d'éléments répondant au « devoir »	Ne répond pas aux éléments de la Norme
<p>1. La pratique se base sur les connaissances et utilise plusieurs types de sources pour définir les besoins et y répondre.</p> <p>Collecte des données 5.3.3</p> <p>Article 4.2 Principes directeurs – Basés sur les connaissances</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Répond à un besoin ou à un problème qui a été identifié par une évaluation à au moins 3 niveaux socio-écologiques (facteurs individuels, interpersonnels et institutionnels) afin de soutenir le changement systémique (article 5.3.3.5). • Plusieurs sources de preuves sont utilisées en combinaison (recherche, expérience pratique, expérience vécue ou connaissances et enseignements traditionnels). 	L'initiative découle d'une évaluation d'au moins un type de facteurs psychosociaux (article 5.3.2.2).	Le public peut être clairement identifié, mais la justification de l'intervention et le processus d'évaluation des besoins ne sont pas clairs ou sont mal exécutés.
<p>2. Les étudiants-es ont été impliqués-es de manière significative à plusieurs stades (de la conception à l'évaluation).</p> <p>Article 5.2.5– Participation et engagement des parties prenantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les mesures de soutien en santé mentale sont conçues en consultation avec les étudiants-es, selon une approche centrée sur l'étudiant-e (article 5.4.6.5) et encourage l'action étudiante ; • Les étudiants-es de divers groupes concernés par la politique ou la pratique du programme sont impliqués-es à tous les stades, au-delà de la conception, de la mise en œuvre, du fonctionnement et de l'évaluation. 	Des étudiants-es issus-es de divers groupes concernés par le programme, la politique ou la pratique ont participé au processus d'au moins un des éléments suivants : planification, développement, mise en œuvre, fonctionnement et évaluation.	Certains groupes d'étudiants ont participé au processus d'au moins un des éléments suivants : planification, développement, mise en œuvre, fonctionnement et évaluation, mais la mesure dans laquelle la diversité des points de vue a été recueillie n'est pas démontrée.

<p>3. La ou les pratique-s utilise-nt une optique anti-oppressive.</p> <p>Article 4.2 Principes directeurs - Equité diversité et inclusion</p> <p>Article 5.4.6.2 Equité</p> <p>Article 5.4.2.3 Des mesures de protection contre toutes les formes de violence</p> <p>Article 5.4.6.5 S'engager dans un processus de collaboration et de partenariat au sein de la communauté avec des prestataires de services adaptés à la culture, des chefs spirituels et des aînés.</p>	<p>Mise en œuvre de stratégies telles que :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le recrutement groupé ; • l'intégration de pratiques d'humilité culturelle et d'auto-réflexion pour le personnel et les prestataires de services ; • des mesures de protection contre toutes les formes de violence (article 5.4.2.3) ; • l'engagement dans un processus de collaboration et de partenariats au sein de la communauté avec des prestataires de services adaptés à la culture, des chefs spirituels et des aînés (article 5.4.6.5). 	<p>Évidence de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • processus de co-création (voir ci-dessus) portant sur un langage réfléchi et des stratégies de sensibilisation visant à accroître l'accès des groupes racialisés ; • les mesures à prendre pour que les étudiants-es se sentent en sécurité et à l'aise ; • processus en place pour un accès équitable aux soutiens au bien-être et à la santé mentale qui sont culturellement inclusifs et qui tiennent compte des traumatismes et de la violence dans la communauté. 	<p>Évidence d'une prise de conscience et d'une reconnaissance des éléments essentiels pour une optique anti-oppressive, mais n'a pas encore mis en place de stratégies/ ressources exploitables.</p>
<p>4. Des procédures claires de consentement et/ ou de confidentialité ont été introduites dans la pratique.</p> <p>5.2.4.1 Principes et résultats escomptés</p> <p>5.2.4.2 Consentement éclairé</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Preuve d'un processus d'examen formel externe ou interne visant à réviser le consentement, les procédures et les outils. • Contrôle et suivi des violations de la vie privée avec différents sous-groupes afin d'améliorer les processus. 	<p>Les interactions, processus et protocoles concernant les étudiants-es et relatifs aux principes de protection de la vie privée et de confidentialité s'appliquent à l'ensemble de la communauté postsecondaire et à ses partenaires, sont rédigés en langage clair et sont disponibles sur place (article 5.2.4.2).</p>	<p>L'application des principes de protection de la vie privée et de confidentialité dans les processus et les protocoles impliquant les étudiants-es est limitée à l'établissement et/ou est difficile à trouver/ comprendre.</p>

<p>5. La pratique encourage un environnement inclusif et un accès équitable</p> <p>5.4.2 Milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Preuve d’environnements d’apprentissage transformationnels* (définis ci-dessous), efforts visant à changer la culture des sous-groupes identifiés (article 5.4.2.3). 	<p>Preuve que des efforts sont déployés pour créer ou améliorer un ou plusieurs environnements physiques, sociaux, en ligne, académiques et d’apprentissage propices à la santé mentale et au bien-être (article 5.4.2.1).</p>	<p>Les principes d’inclusion pour un accès équitable sont disponibles pour un ou plusieurs des environnements d’apprentissage ciblés par l’intervention, mais ils ne couvrent pas tous les aspects pertinents et manquent de clarté quant aux besoins des sous-groupes.</p>
<p>6. La ou les pratique-s favorise-nt l’accessibilité</p> <p>5.4.4 Accessibilité</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Inclut des moyens innovants (par exemple, la formation et l’éducation) pour améliorer la compréhension commune des politiques de mesures d’adaptation ou la cohérence de leur application dans l’ensemble de la communauté post-secondaire (article 5.4.4.3). <p>ET/OU</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les mesures d’adaptation visant à améliorer l’accès couvrent un large éventail d’éléments clés*. 	<p>Les politiques et procédures de mesures d’adaptation sont claires, transparentes et accessibles (par exemple, en utilisant un langage simple et sans ambiguïté) et cohérentes pour les étudiants-es qui déclarent un handicap ou des problèmes de santé mentale ou non (article 5.4.4.2).</p>	<p>Les politiques et procédures de mesures d’adaptation sont incohérentes, peu claires ou ne s’appliquent pas ou partiellement aux étudiants-es vivant avec des problèmes de santé mentale qui n’ont pas encore de documentation.</p>
<p>7. La pratique est contrôlée et évaluée pour soutenir le processus d’apprentissage.</p> <p>5.5.1 Généralités</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Existence d’indicateurs de structure, de processus et de résultats, fondés sur des informations quantitatives et qualitatives (article 5.5.2.2) et à différents niveaux (individuel, interpersonnel, institutionnel, communautaire et sociétal/culturel) (article 5.5.2.4). • Inclure des stratégies de mise en pratique des connaissances pour la diffusion et le partage des résultats avec la communauté post-secondaire et les parties prenantes plus larges (par exemple, communauté de pratique, développement de la formation, tables rondes, militantisme, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Le plan d’évaluation tient compte des étapes de planification et de mise en œuvre, ainsi que des résultats et des stratégies de diffusion (article 5.5.2.1). • Preuve d’une approche participative pour déterminer ce qui doit être contrôlé et mesuré, quand et avec quelles méthodes (article 5.2.5). 	<p>Peu d’informations sont disponibles sur le processus d’examen, aucune possibilité d’apprentissage pour l’amélioration continue n’est en place et l’accent est mis uniquement sur les résultats.</p>

<p>8. Les pratiques sont soutenues par l'établissement et s'alignent sur les objectifs stratégiques.</p> <p>5.2.2.2 Responsabilités</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Preuve que les pratiques visent à assurer la durabilité des objectifs stratégiques des établissements post-secondaires et/ou à soutenir le renforcement des capacités et la communication entre les établissements d'enseignement postsecondaire. • Transparence totale dans le fonctionnement et les communications (par exemple, les rôles et les responsabilités sont clairement définis et efficacement communiqués), possibilités de communication pour améliorer l'initiative, prise en compte des commentaires de la communauté post-secondaire (article 6.1.2.3). 	<p>La direction (article 5.2.3.3) approuve clairement la façon dont elle promeut et communique les pratiques, alloue des ressources humaines et financières (y compris pour l'évaluation) et s'engage à promouvoir et à soutenir les pratiques dans l'ensemble de l'établissement.</p>	<p>La direction est consciente et soutient la ou les pratique-s mais n'alloue pas clairement les ressources, de la planification à l'évaluation, ou n'est pas proactive dans la communication/ démonstration de son engagement.</p>
---	--	--	---

Définitions et exemples

Perspective anti-oppressive - une approche qui consiste à déléguer le pouvoir, être inclusif de tous les groupes, de tous les groupes marginalisés, avoir une représentation de ces groupes et avoir une prise de décision commune sur les politiques, les procédures et les pratiques. [Source : www.oacas.org]

Sécurité culturelle - une approche qui tient compte de la façon dont les contextes sociaux et historiques, ainsi que les déséquilibres structurels et interpersonnels du pouvoir, façonnent les expériences en matière de santé et de soins de santé. Elle est créée par un environnement qui est émotionnellement, linguistiquement, physiquement, psychologiquement, socialement et spirituellement sûr pour les gens; où il n'y a pas de problèmes d'agression ou de déni de l'identité, de qui ils sont, de ce qu'ils ont vécu et de ce dont ils ont besoin. Il s'agit du respect partagé, du sens partagé, du partage des connaissances et de l'expérience de l'apprentissage en commun.

Note : Les praticiens-nes sont conscients-es de leur position de pouvoir et de l'impact de ce rôle par rapport aux patients-es. La « sécurité » est définie par ceux et celles qui reçoivent le service, et non par ceux et celles qui le fournissent. [Source: www.heretohelp.bc.ca]

Humilité culturelle - l'humilité culturelle se caractérise par des principes d'apprentissage mutuel et d'autoréflexion critique, la reconnaissance des déséquilibres de pouvoir et l'existence de préjugés implicites (Ranjbar et al., 2020).

Exemples d'environnements d'apprentissage transformationnels* :

- « Plaques tournantes » pour les étudiants-es (par exemple, le Student Wellness and Equitable Learning Center (SWEL) visant à fournir sous un même toit des services aux étudiants-es (de la part des représentants des établissements) ;
- Application de la conception universelle de l'apprentissage ou d'autres principes d'accessibilité à l'apprentissage (de la part des représentants des établissements) ;
- Programmes de mentorat, de soutien par les pairs et de vie étudiante ;
- Processus et caractéristiques qui encouragent l'empathie, la gentillesse et la courtoisie
- Processus qui reconnaissent et atténuent les obstacles pour les étudiants-es en situation de handicap, tels qu'informer les étudiants-es en situation de handicap sur leurs droits contre les préjugés et la discrimination et leur choix de ressources et de soutiens en matière de santé mentale ;
- Culture qui reconnaît que l'ensemble de l'établissement postsecondaire est responsable de la santé mentale et du bien-être de ses membres et que la santé mentale a une incidence sur l'apprentissage.

Exemples de mesures d'adaptation visant à améliorer l'accès et couvrant un large éventail d'éléments clés* :

- absences excusées pour des traitements de santé mentale et physique ;
- flexibilité des horaires de cours ;
- flexibilité dans les formats d'apprentissage et la conception pédagogique ;
- congés pour raisons de santé mentale ; et
- animaux d'assistance dans les logements ou les établissements.

Outil de suivi du campus en matière de santé mentale

L'outil de suivi du campus en matière de santé mentale est un outil de mise en œuvre utilisé pour guider et soutenir les établissements d'enseignement postsecondaire qui sont en train d'aligner leurs politiques et procédures sur la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire. Il s'agit d'un moyen pratique de documenter et d'évaluer de manière collaborative la mise en œuvre de la Norme au fil du temps. L'outil de suivi permet aux utilisateurs de collaborer aux évaluations et de générer des rapports personnalisables sur les progrès de leur établissement par rapport à la Norme. Il est gratuit, en ligne et disponible en [anglais](#) et en [français](#).

Inventaire des politiques de santé mentale

Introduction

Tout comme la Grille d'évaluation peut inspirer la réflexion et le changement concernant les différents services et programmes en santé mentale de votre établissement, cette section soutient une enquête de vos politiques. Tout en cherchant comment votre établissement postsecondaire peut mettre en œuvre la Norme, il est important de réfléchir au présent et à l'avenir.

Questions à se poser

Quels sont les politiques, services et programmes actuels de votre communauté de campus qui sont liés aux 6 piliers identifiés dans la Norme ? Et à l'avenir, quels changements ou ajouts devez-vous apporter à ces politiques, services et programmes pour mieux les aligner sur ces piliers ?

- Milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif
- Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation en matière de santé mentale
- Accessibilité
- Intervention précoce
- Mesures de soutien en santé mentale
- Gestion des crises et postvention

Lors de l'évaluation des politiques actuelles de votre établissement postsecondaire, il peut être utile de :

1. dresser un inventaire des politiques actuelles et comprendre comment elles s'alignent sur la Norme ;
2. avoir à l'esprit quelques questions clés qui aideront à identifier les politiques de votre établissement qui ont une incidence sur la santé mentale et le bien-être des étudiants-es et, à cette fin, les politiques qui pourraient manquer ;
3. regrouper les politiques de santé mentale et de bien-être sous le ou les piliers appropriés ;
4. identifier les piliers sur lesquels vos politiques s'alignent le plus et ceux sur lesquels elles ne s'alignent pas encore.

Les questions directrices suivantes peuvent servir d’outil de réflexion sur les politiques de santé mentale et les politiques connexes de votre établissement d’enseignement postsecondaire.

- Quelles sont les politiques qui répondent aux besoins de vos étudiants-es en matière de santé mentale, physique, émotionnelle et sociale ?
- Quelles politiques nouvelles ou récentes au sein de votre établissement d’enseignement postsecondaire sont susceptibles d’améliorer la santé mentale des étudiants-es ?
- Quelles sont les politiques qui sont à la base des programmes et/ou des pratiques de santé mentale au sein de la communauté du campus ?
- Comment votre établissement comprend-il l’utilisation d’un langage inclusif, en particulier dans les politiques ?
- Que remarquez-vous lorsque vous examinez les politiques de santé mentale et que vous les comparez aux politiques qui ont une incidence sur la santé mentale (par exemple, **une politique en matière d’examens**) ?
- Quelles sont les politiques existantes qui s’alignent sur les piliers de la Norme ?
- Quels sont les domaines négligés dans lesquels les politiques font une différence pour la santé mentale des étudiants-es ?
- Quelles sont les politiques manquantes ? Quels sont les piliers qui sont plus vides que d’autres ?
- Comment les politiques prennent-elles en compte les diverses expériences vécues par les groupes méritant l’équité ?

Une feuille à remplir contenant ces questions est disponible [ici](#).

Exemple : Il existe une politique selon laquelle un-e étudiant-e ne peut demander à modifier son horaire d’examen que s’il a 3 examens dans une période de 24 heures. Si un-e étudiant-e a 3 examens dans une période de plus de 25 heures, cette politique ne lui permet pas de modifier son emploi du temps. Le stress et l’anxiété engendrés par ces examens en peu de temps, à cause de cette politique, peuvent avoir un impact négatif sur la santé mentale de l’étudiant-e.

Exemples de politiques

Vous trouverez ci-dessous une série d'exemples de politiques qui s'alignent sur chacun des 6 piliers mentionnés dans la Norme. De nombreuses politiques peuvent s'inscrire dans chacun des piliers, et certaines peuvent relever de plusieurs d'entre eux. L'objectif de ces exemples est de vous aider à réfléchir sur :

- les politiques en vigueur au sein de votre communauté du campus ;
- les possibilités ou ajouts potentiels susceptibles de renforcer l'engagement de votre communauté de campus à l'égard de la Norme.

Pilier : Milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif

Exemple de politique : Politique en matière de violence sexuelle

Pour favoriser un campus plus solidaire et sécuritaire, intégrez une politique de lutte contre les violences sexuelles au sein de votre communauté de campus. Cette politique peut encourager les victimes de violences sexuelles à se manifester et à savoir que leur histoire est entendue et validée. En outre, la politique peut inclure un processus d'enquête qui protège les droits de la ou des personne-s affectée-s et tient la ou les personne-s qui a/ont commis l'acte responsable-s de ses/leurs actions.

Pilier : Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation en matière de santé mentale

Exemple de politique : Diversité, équité et inclusion

Intégrer les perspectives de lutte contre la stigmatisation et la discrimination dans une politique post-secondaire axée sur la réduction de la stigmatisation permet de promouvoir, d'éduquer et d'informer largement tous les membres de la communauté du campus sur l'importance de la santé mentale. Ce type de politique universelle reconnaît la santé mentale et le bien-être au lieu de les stigmatiser.

Pilier : Accessibilité

Exemple de politique : Mesures d'adaptation académiques

La politique pourrait se concentrer sur la différenciation entre l'accessibilité, qui se concentre sur la conception proactive de programmes et de services avec le moins d'obstacles possible, et les mesures d'adaptation académiques, qui se concentrent sur des plans individualisés pour les étudiants-es qui demandent des mesures d'adaptation. Les mesures d'adaptation académiques sont un terme générique qui peut englober tous les services, stratégies et adaptations des programmes d'études qui offrent à l'étudiant-e qui en fait la demande des chances égales de satisfaire aux normes académiques qui lui sont imposées. Cette politique soutient les étudiants-es qui demandent des mesures d'adaptation en promouvant un campus sécuritaire et respectueux.

Pilier : Intervention précoce

Exemple de politique : Vérification de bien-être

Une politique et une procédure de vérification de bien-être permettent de s'assurer que des soins précoces et de qualité sont fournis de manière égale sur le campus à tous les étudiants-es présentant des signes précoces de détresse. Une politique de vérification de bien-être garantit l'existence d'une procédure normalisée d'évaluation de la santé mentale et du bien-être des étudiants-es, ce qui permet une évaluation efficace et approfondie. Après cette évaluation initiale, une politique efficace peut également prévoir un ensemble de ressources accessibles au sein de la communauté et de l'établissement d'enseignement supérieur, ainsi qu'une procédure de suivi mise en œuvre dans le cadre de la politique afin de garantir que l'étudiant-e ou les étudiants-es sont bien soutenus-es.

Pilier : Mesures de soutien en santé mentale

Exemple de politique : Coordination des soins

Compte tenu de la complexité et de la diversité des besoins des étudiants-es, la coordination des soins, c'est-à-dire la fourniture synchronisée de soutien et de ressources par différents prestataires et spécialistes du campus et de la communauté, peut avoir un impact positif sur les étudiants-es. L'intégration d'un cadre de coordination des soins permet un temps de réponse efficace qui améliore le bien-être des étudiants-es et instaure une approche collaborative qui réduit le degré de cloisonnement de la communauté universitaire. Les domaines de coordination des soins peuvent inclure le maintien de la santé mentale et du bien-être par le biais d'environnements favorables, l'utilisation d'une approche globale du campus et la promotion d'un environnement de collaboration entre les différents domaines de la santé et du bien-être.

Pilier : Gestion de crise et postvention

Exemple de politique : Postvention du suicide

Une voie d'aiguillage, c'est-à-dire les mécanismes spécifiques qui relient les étudiants-es, ainsi qu'une procédure de suivi pour les étudiants-es à la suite d'une menace ou d'une tentative de suicide au sein de la communauté de votre campus, crée un processus de soutien durable pour toutes les personnes impliquées lorsque ceci est intégré dans une politique. Cette politique implique un soutien à l'échelle du campus et la création de partenariats avec les agences locales de santé mentale afin de s'assurer que les étudiants-es aiguillés-es vers un traitement reçoivent l'aide dont ils et elles ont besoin et qu'ils et elles sont assistés-es tout au long du processus. Dans le cadre de cette politique, vous pouvez également mettre en place une procédure de suivi des personnes qui ont été affectées par le suicidaire (par exemple, la famille, les témoins, les amis-es) ; elles peuvent être informées du soutien disponible et de la manière d'y accéder.

Principaux enseignements du projet mené avec la Société de recherche sociale appliquée (SRSA) et le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC)

Introduction

En 2020, le Groupe de l'Association canadienne de normalisation (CSA) a publié la Norme, officiellement connue sous le nom de Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire, en partenariat avec des intervenants du secteur postsecondaire et la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC). La Norme fournit aux établissements d'enseignement postsecondaire des lignes directrices pour améliorer et renforcer la santé mentale de leurs étudiants-es.

En 2021, un consortium de collèges de la région du Grand Toronto s'est réuni pour explorer les possibilités de naviguer et de mettre en œuvre la Norme au sein de leurs communautés de campus. Grâce au financement de Bell Cause pour la cause, ces établissements postsecondaires ont travaillé avec la Société de recherche sociale appliquée (SRSA) - un organisme de recherche à but non lucratif - et le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (CISMC) pour faciliter les discussions et l'utilisation des meilleures pratiques en termes de mise en œuvre de la Norme sur les campus de manière à répondre aux besoins divers et complexes des étudiants-es de niveau postsecondaire.

Le processus

Au début de ce projet, les représentants-es des établissements postsecondaires participants ont procédé à des auto-évaluations de l'état actuel des politiques, des programmes et des pratiques de leur campus en matière de santé mentale. Ces établissements postsecondaires ont utilisé l'outil de suivi du campus en matière de santé mentale, un outil d'auto-évaluation récemment mis au point par la SRSA (disponible en [anglais](#), en [français](#) et dans la présente trousse d'outils). Au cours de séances de travail, les établissements postsecondaires participants ont évalué en collaboration la force de leurs initiatives en matière de santé mentale par rapport à la Norme et aux domaines sur lesquels ils souhaitaient travailler.

Analyse environnementale

Le CISMC a réalisé une analyse environnementale en utilisant une approche à 2 volets. Le premier volet consistait à examiner la documentation universitaire canadienne sur les interventions en santé mentale auprès des étudiants-es de niveau postsecondaire, les termes de recherche étant en corrélation avec les piliers de la Norme. La seconde partie a consisté en une analyse de 148 sites Web d'établissements postsecondaires canadiens, à la recherche de programmes dans leurs pages consacrées au bien-être, à l'équité et à l'accessibilité. Afin d'assurer une analyse complète, le CISMC et la SRSA ont également mené des entretiens avec les parties prenantes du consortium postsecondaire.

Grille d'évaluation

La SRSA et le CISM ont collaboré à l'élaboration d'une grille d'évaluation des pratiques exemplaires en utilisant les termes de la Norme et l'outil de suivi du campus en matière de santé mentale. L'objectif de cet outil était de permettre aux établissements postsecondaires participants d'identifier les points forts et les points à améliorer dans leurs pratiques et leurs programmes. En utilisant cette grille d'évaluation pour évaluer leurs pratiques à un niveau élevé, ces établissements ont identifié les domaines qu'ils estimaient conformes à la Norme, les lacunes dues à des besoins non satisfaits et les types de ressources nécessaires pour répondre à ces besoins.

Une pratique, une politique ou un programme exemplaire a été mis en évidence dans la grille d'évaluation comme étant une pratique, une politique ou un programme qui :

- intègre autant de niveaux socio-écologiques que possible pour parvenir à un changement systémique, c'est-à-dire qu'il vise des changements au-delà du niveau individuel et cherche à accroître l'information, la collaboration et/ou la coordination au sein des établissements et/ou avec la communauté ;
- intègre autant de points de vue et de types de preuves que possible, en particulier de la part des étudiants-es et des groupes méritant l'équité, depuis les considérations éthiques jusqu'à la conception, la mise en œuvre et l'évaluation ;
- dispose d'un processus d'examen clair pour l'amélioration continue (en ce qui concerne la conception, la mise en œuvre, les résultats), y compris les considérations relatives à la durabilité et à la mise à l'échelle (le cas échéant).

Pour plus d'informations, la rubrique complète peut être consultée [ici](#).

Discussion sur les politiques

Dans le cadre de la dernière partie du projet, il a été demandé aux établissements postsecondaires participants de fournir des exemples de politiques existantes en matière de santé mentale et/ou de politiques adjacentes à la santé au sein de leur établissement, afin que le groupe puisse en discuter. L'objectif était de dresser un inventaire des politiques couvrant les piliers (milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif ; littératie, éducation et réduction de la stigmatisation ; accessibilité ; intervention précoce ; mesures de soutien en santé mentale ; et gestion des crises et postvention) afin d'ouvrir la voie à une collaboration future en matière d'élaboration et de révision des politiques. Les points de discussion ont porté sur les politiques favorables à la santé mentale, celles qui ont un impact sur la santé mentale et les lacunes perçues au sein des piliers.

Recommandations

- La confiance, le soutien et le retour d'information de la part des personnes à tous les niveaux de l'établissement font partie intégrante d'une mise en œuvre efficace du programme et de la poursuite, de l'extension ou de l'amélioration des programmes préexistants afin de mieux les aligner sur la Norme.
- Pour soutenir la mise en œuvre de la Norme, il est essentiel de disposer d'un cadre de base afin d'offrir un programme cohérent.
- Il est nécessaire d'en savoir plus sur la manière dont les campus peuvent intégrer une perspective anti-oppressive dans leurs pratiques, leurs politiques et leurs programmes de manière à s'aligner sur la Norme.
- Le climat politique et fiscal ainsi que les pressions économiques peuvent ajouter des contraintes supplémentaires à l'élargissement de l'accès aux ressources.
- La communauté du campus doit être impliquée dans l'élargissement du champ d'action afin d'accroître la diversité des étudiants-es touchés-es par les programmes de l'établissement en développant des principes directeurs, en incorporant des méthodes d'évaluation, en ciblant certaines facultés, en touchant différents campus et en impliquant davantage de groupes méritant l'équité.
- La cartographie des pratiques, programmes et politiques actuels en matière de santé mentale au sein de vos institutions pour chaque pilier permet de comprendre si votre établissement représente tous les piliers stratégiques de la Norme.

Conclusion

Conçue pour soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es sur les campus canadiens, la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire est la première du genre au monde. En tant que première, la Norme donne l'occasion aux universités, aux collèges, aux cégeps, aux établissements autochtones, aux écoles polytechniques et aux autres établissements d'enseignement postsecondaire d'envisager des approches nouvelles et novatrices en matière de santé mentale sur les campus. Cette trousse d'outils vise à fournir différents points d'entrée dans la mise en œuvre de la Norme en examinant d'abord le paysage national, puis la façon dont les campus s'alignent sur la Norme. En réfléchissant à leurs politiques, procédures et services et en les modifiant, les établissements postsecondaires peuvent collaborer pour s'assurer que les besoins en constante évolution des étudiants-es sont satisfaits tout au long de leur parcours postsecondaire.

Fiche d'information

L'utilisation de l'un ou de l'ensemble des outils de cette trousse d'outils peut vous aider à identifier les lacunes potentielles des politiques, procédures, programmes et services de votre établissement en termes d'alignement sur la Norme.

Une fois l'évaluation terminée, cette fiche d'information fournit une multitude de ressources pour vous aider à poursuivre la mise en œuvre de la Norme.

L'objectif de cette fiche est de fournir des ressources disponibles au niveau national qui peuvent soutenir la mise en œuvre de la Norme sur les campus postsecondaires canadiens. Les ressources sont organisées en fonction du cadre de santé mentale et de bien-être disponible dans la Norme.

À l'heure actuelle, bon nombre des ressources présentées dans cette fiche d'information ne sont disponibles qu'en anglais. Quoi qu'il en soit, nous vous encourageons à vous en inspirer dans votre démarche de mise en œuvre de la Norme sur votre campus francophone.

Pour commencer

Cette section contient des ressources et des renseignements sur la façon de commencer à appliquer la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants de niveau postsecondaire.

[La Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants de niveau postsecondaire](#)

Vous pouvez accéder gratuitement à un exemplaire de la norme sur le site Web du Groupe CSA (création de compte requise). Si vous téléchargez le document, veuillez noter qu'un accès à Internet et l'application Adobe Acrobat sont nécessaires pour l'ouvrir.

[Trousse de démarrage : Pour la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants de niveau postsecondaire](#)

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC), en collaboration avec le Groupe CSA, s'est fait le champion de l'élaboration de la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants de niveau postsecondaire. De plus, la CSMC a investi dans une trousse de démarrage pour aider les établissements à aligner leurs efforts sur la Norme. L'outil d'audit interne (p. 40-60), qui est un outil pratique pour évaluer l'alignement sur la Norme ou pour effectuer une évaluation des besoins, est particulièrement pertinent.

[Webinar: Getting Started with the Standard within the COVID-19 Context and Beyond](#)

(Webinaire : Commencer à utiliser la Norme dans le contexte de la COVID-19 et au-delà). Webinaire du CISMIC présentant la trousse de démarrage de la CSMC pour aider les établissements à aligner leurs efforts sur la Norme. Cette séance sera utile

à ceux et celles qui envisagent de travailler avec cette norme volontaire, avec un accent particulier sur les impacts de la pandémie mondiale sur les établissements postsecondaires.

[Webinar: An Introduction to the National Standard](#) (Webinaire d'introduction à la norme nationale)

Webinaire de Healthy Campus Alberta présentant la Norme, avec des panélistes du corps étudiant et professoral de l'Alberta et des représentants-es de la CSMC. Il passe en revue les outils et ressources disponibles pour soutenir l'alignement des campus sur la Norme.

[Follow-Up Workshop: Getting Started with the National Standard](#) (Atelier de suivi : S'initier à la Norme nationale)

Webinaire animé par l'équipe de Healthy Campus Alberta donnant un aperçu de l'outil d'audit interne dans le contexte de l'évaluation de l'alignement sur la Norme. Inclut quelques idées pratiques pour travailler avec l'outil d'audit interne.

[Keeping Student Mental Health at the Heart of Post-Secondary Education](#) (Garder la santé mentale des étudiants-es au cœur de l'enseignement postsecondaire)

En plus d'un aperçu de la Norme, cette courte vidéo de la CSMC souligne sa pertinence pour soutenir la santé mentale dans l'enseignement postsecondaire et présente 3 ressources/actions clés pour commencer.

[Promoting and Strengthening Post-Secondary Student Mental Health](#) (Promouvoir et renforcer la santé mentale des étudiants-es de niveau postsecondaire)

Une autre courte vidéo de la CSMC sur l'importance de la promotion de la santé mentale sur les campus postsecondaires. Elle peut être utile pour justifier la mise en œuvre de la Norme.

[Psychological Health and Safety Standard for Post-Secondary Students - 2020 Launch](#) (Norme de santé et de sécurité psychologiques pour les étudiants-es de niveau postsecondaire - Lancement 2020)

Une autre courte vidéo de la CSMC présentant les arguments en faveur de la mise en œuvre de la Norme.

[National Standard for Psychological Health and Safety of Post-Secondary Students Scoping Review](#) (Norme nationale sur la santé et la sécurité psychologiques pour les étudiants-es de niveau postsecondaire - Examen de la portée de la Norme)

Ce rapport examine les thèmes communs à la discussion sur la santé mentale des étudiants-es de niveau postsecondaire, tant au niveau national qu'international. Un examen de la portée détaillé de la littérature a été entrepris, explorant à la fois les sources académiques évaluées par les pairs et la littérature grise. Les principaux thèmes d'intérêt pour ce rapport ont été sélectionnés en collaboration avec le Comité consultatif exécutif (CCE), la Commission de la santé mentale du Canada et Bell Canada.

[Une norme pour la santé mentale au postsecondaire - un an plus tard](#)

Ce rapport célèbre les réussites des campus de tout le Canada qui travaillent avec la Norme, un an après la publication de la Norme en octobre 2020.

[Webinar: The Campus Mental Health Action Tracker](#) (Webinaire : Outil de suivi du campus en matière de santé mentale)

Des représentants de la CSMC et de la SRSA se joignent à ce webinaire du CSMC pour discuter de l'outil de suivi du campus en matière de santé mentale. Vous en apprendrez plus sur la Norme, sur la manière d'utiliser l'outil, sur les avantages qu'il présente et sur sa genèse.

Dimension 1 : les facteurs institutionnels

Cette section contient des ressources sur les articles de la Norme suivants : leadership, engagement, politiques et pratiques, mobilisation des parties prenantes.

[Okanagan Charter: An international charter for health promoting universities & colleges](#) (Charte de l'Okanagan : une charte internationale pour les universités et collèges promoteurs de santé)

Une nouvelle charte internationale, résultat de la Conférence internationale de 2015 sur les universités et collèges promoteurs de la santé / VIIe Congrès international, lance un défi aux universités et collèges pour créer des campus et des communautés plus sains. Des personnes de 45 pays ont rédigé la charte, signe d'une volonté mondiale d'affronter des questions de plus en plus complexes liées à la santé, au bien-être et à la durabilité des personnes et de la planète.

[Cadre du continuum du mieux-être mental des Premières Nations – Rapport sommaire](#)

Rapport sommaire créé par Santé Canada et l'Assemblée des Premières Nations. Le mieux-être mental est appuyé par la culture, la langue, les aînés, les familles et la création, et est nécessaire à une vie saine sur le plan individuel, communautaire et familial. Pour les Premières Nations, l'atteinte d'un bon état de santé global (mieux-être physique, mental, émotionnel, spirituel, social et économique) passe par l'adoption d'une approche coordonnée et exhaustive qui respecte, valorise et utilise leurs façons d'apprendre, leurs langues, leurs méthodes et leurs connaissances culturelles.

Leadership

[Webinar - A Health Promoting Campus: What is your role?](#) (Webinaire - Un campus promoteur de la santé : Quel est votre rôle ?)

Ce webinaire du CISMC aidera les dirigeants-es et les administrateurs-trices à comprendre ce que signifie devenir un campus promoteur de la santé et comment comprendre la Charte de l'Okanagan, une étape importante pour créer un plan de campus pour le bien-être. Une fiche d'information sur ce sujet est disponible [ici](#).

[Webinar: Optimizing Outcomes Through Trauma-Informed Leadership](#) (Webinaire : Optimiser les résultats grâce à un leadership tenant compte des traumatismes)

La croissance post-traumatique est un concept pertinent à une époque où les traumatismes collectifs et le retour à la « normale » font partie des conversations sur les campus postsecondaires. Ce webinaire de Healthy Campus Alberta donne un aperçu des recherches émergentes liées à la croissance post-traumatique afin de favoriser un leadership tenant compte des traumatismes dans les établissements d'enseignement postsecondaire. Ce webinaire explique comment le stress et l'adversité peuvent favoriser

la force et la résilience, et comment ils peuvent améliorer les résultats et la satisfaction. Une fiche de ressources sur la pratique tenant compte des traumatismes est également disponible [ici](#).

[Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)

Ce guide, créé par l'ASEUCC et l'ACSM, illustre un cadre pour aborder la santé mentale des étudiants-es dans les établissements postsecondaires. Le but de ce guide est de servir d'outil pour soutenir la création de communautés de campus profondément propices à l'apprentissage transformateur et au bien-être mental par le biais d'une approche systémique de la santé mentale des étudiants-es dans les collèges et les universités du Canada.

[Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)

Le Cadre de santé mentale des étudiants est né de la nécessité de poursuivre la conversation sur le bien-être et la santé mentale sur le campus de l'Université Carleton, qui a débuté avec le premier Cadre de santé mentale des étudiants en 2009. La portée s'est depuis élargie pour inclure des stratégies proactives et préventives dans l'élaboration d'une approche holistique de la santé mentale et du bien-être à l'échelle du campus.

[Évaluation du leader psychologiquement sécuritaire](#)

La Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail exige que les leaders soient compétents-es pour gérer les employés-es (dans le cas des établissements, le corps professoral et le personnel) de façon sécuritaire sur le plan psychologique. Cette évaluation aidera les leaders à déterminer et à renforcer leurs compétences dans ce domaine.

[Thriving in the Classroom](#) (S'épanouir en classe)

Cette trousse d'outils, élaborée par une équipe diversifiée de professeurs-es de l'enseignement postsecondaire, de professionnels-les de la santé mentale, d'experts-es en apprentissage et de partenaires communautaires, est conçue pour aider les éducateurs-trices de l'enseignement postsecondaire à promouvoir le bien-être et la résilience du corps étudiant dans les salles de classe virtuelles ou en personne. Cette trousse d'outils propose des ressources pratiques qui peuvent facilement être insérées directement dans votre programme d'études, des ressources pour vous aider à concevoir un programme d'études, à utiliser des approches pédagogiques qui favorisent la résilience, ainsi que des recherches approfondies pour ceux et celles qui souhaitent en savoir plus sur la résilience des étudiants-es. Un webinaire sur la mise en pratique de cette trousse d'outils peut être visionné [ici](#).

[Developing Leadership & Governance for Healthy Universities](#) (Développer le leadership et la gouvernance pour des universités saines)

Ce projet britannique vise à renforcer le Réseau national anglais des universités en santé, à produire et à diffuser des outils d'orientation et des études de cas en ligne et à soutenir d'autres développements nationaux.

Engagement, politiques et pratiques

[An Environmental Scan of Canadian Campus Mental Health Strategies](#) (Analyse environnementale des stratégies de santé mentale sur les campus canadiens)

Le Best Practices Network a examiné les stratégies canadiennes en matière de santé mentale sur les campus existant de 2009 à 2019 afin de soutenir les établissements postsecondaires dans l'élaboration de leur stratégie institutionnelle en matière de santé mentale et de bien-être. Cette analyse environnementale peut être utile pour explorer les approches d'autres campus en matière de politiques et de pratiques de santé mentale des étudiants-es.

[Well-Being Through SFU Policies & Procedures: A Guide for Action](#) (Le bien-être à travers les politiques et procédures de la Simon Fraser University : un guide d'action)

Ce document fournit un cadre pour considérer intentionnellement comment les politiques et procédures ont un impact sur le bien-être physique, social et mental des étudiants-es, à utiliser lors de la révision et de la création de nouvelles politiques et procédures. Une feuille de travail est également disponible [ici](#).

[Cannabis Legalization: An Opportunity for Healthier Relationships with Cannabis on Campus](#) (Légalisation du cannabis : Une opportunité pour des relations plus saines avec le cannabis sur les campus)

Cette ressource « Healthy Minds | Healthy Campuses » a pour but d'aider les campus à adopter et à mettre en œuvre une approche de promotion de la santé à l'égard du cannabis. Ce guide encourage les efforts visant à comprendre la consommation de cannabis dans le contexte du campus, à développer des connaissances communes et personnelles sur le cannabis parmi les membres du campus, à favoriser la connectivité et l'engagement pour faciliter l'action collaborative, et à appliquer une réglementation judicieuse qui reconnaît la diversité, soutient l'autonomie individuelle et suscite la responsabilité sociale. Les campus peuvent ainsi remplir leur mandat éducatif et guider le public comme l'exige la Charte de l'Okanagan.

[**Policy Approaches to Post-Secondary Student Mental Health: A Scan of Current Practice**](#) (Approches politiques de la santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : Une analyse des pratiques actuelles)

L'Université OCAD et la Toronto Metropolitan University se sont engagées à collaborer à l'élaboration stratégique d'initiatives en matière de santé mentale à l'échelle du campus. Le projet met l'accent sur l'élaboration de politiques en matière de santé mentale dans les établissements postsecondaires, sur les approches de conception de services et de systèmes pour des soins centrés sur l'étudiant-e, et sur l'application de la conception et de la pensée visuelle à la santé mentale sur le campus.

[**Health and Wellbeing Checklist for University Decision Making**](#) (Liste de contrôle de la santé et du bien-être pour la prise de décision universitaire)

Cette liste de contrôle englobe un processus de réflexion fondé sur des données probantes qui aideront les groupes de décision de l'Université de Sydney à prendre en compte l'impact sur la santé et le bien-être des décisions qu'ils envisagent.

[**Réduire les méfaits liés à l'usage du cannabis : un guide pour les campus de l'Ontario**](#)

Cette trousse d'outils du CISMC aborde les questions liées à l'usage du cannabis et donne aux lecteurs une vue d'ensemble des stratégies de santé pouvant réduire les méfaits et les risques qui y sont associés. Tous les professionnels-les du campus – enseignants-es, conseillers-ères pédagogiques, conseillers-ères ou professionnels-les des services aux étudiants-es - qui œuvrent auprès d'étudiants-es faisant usage de cannabis pourront se référer à ce guide pour obtenir de l'information à ce sujet. Un webinaire est également disponible ici.

[**Harm Reduction: A Guide for Campus Communities**](#) (Réduction des risques : un guide pour les communautés de campus)

Cette ressource « Healthy Minds | Healthy Campuses » place la réduction des méfaits dans le cadre d'une approche de promotion de la santé en tant qu'application appropriée de ses valeurs et de ses implications. Cette ressource comprend des stratégies explicitement liées à la consommation de substances par les membres en général, ainsi qu'à des situations préoccupantes liées à des substances spécifiques. Tous ces efforts s'inscrivent dans le cadre de l'encouragement de la communauté, de la promotion de la littératie et de la prise en charge des environnements. Les exemples cités s'appuient sur une analyse modeste de ce que les établissements postsecondaires de la Colombie-Britannique ont fait.

[**Trousse d'outils sur l'équité, la diversité et l'inclusion**](#)

Guide de soutien aux étudiants-es préparé par le CISMC et l'Association canadienne pour la santé mentale, division de l'Ontario.

[**Webinar: Equity on Campus: Creating Policies and Practices to Support Mental Health**](#) (Webinaire - Équité sur le campus : Créer des politiques et des pratiques pour soutenir la santé mentale)

Ce webinaire du CISMIC présente la relation entre l'équité et la santé mentale, en soulignant les déterminants sociaux de la santé qui ont le plus d'impact sur la santé mentale.

[**Supporting Mental Health and Wellbeing Among Students in Higher Education**](#) (Soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es de l'enseignement supérieur)

L'Observatoire nord-américain des systèmes et des politiques de santé (North American Observatory on Health Systems and Policies) a effectué une revue de la littérature académique et grise pour comprendre (1) comment les établissements postsecondaires soutiennent la santé mentale des étudiants-es, et (2) comment les gouvernements travaillent pour améliorer la santé mentale et le bien-être dans les établissements d'enseignement postsecondaire.

[**Environmental Scan of Promising Practices and Indicators Relevant to Campus Mental Health**](#) (Analyse environnementale des pratiques prometteuses et des indicateurs pertinents pour la santé mentale sur les campus)

Cette analyse, réalisée au cours de l'année 2015, a été commandée par le CISMIC. L'objectif de l'analyse était d'identifier les pratiques et les indicateurs prometteurs provinciaux, nationaux et internationaux qui seraient utiles aux collèges et aux universités bénéficiant d'une aide publique pour faciliter l'élaboration et l'évaluation des programmes et des services de santé mentale sur les campus. Des entrevues avec des informateurs clés ont été menées auprès d'experts-es à l'intérieur et à l'extérieur du secteur postsecondaire. Le dernier volet du projet consistait à proposer un cadre de travail permettant aux établissements postsecondaires de recueillir et de compiler des données sur les services de santé mentale offerts aux étudiants-es.

[**Tools for Success: Models for Exemplary Student Mental Health Initiatives at Alberta Post-secondary Institutions**](#) (Les outils de la réussite : Modèles d'initiatives exemplaires en matière de santé mentale des étudiants-es dans les établissements postsecondaires de l'Alberta)

Cette trousse d'outils présente des exemples d'études de cas de pratiques prometteuses de 11 établissements de l'Alberta liés aux thèmes de la structure globale de l'établissement, des politiques, des processus, de la programmation, de la sensibilisation, des soins directs aux étudiants-es et de la gestion de crise. Les études de cas sont une ressource pour une variété de publics dans un environnement postsecondaire pour la planification et la mise en œuvre d'initiatives efficaces.

[Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive – Première partie](#)

Cette première partie de la trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive, préparée par le CISMIC, vise à aider ceux et celles qui soutiennent les étudiants-es sur le campus à mieux comprendre ce qu'est la pratique anti-oppressive, comment elle recoupe la santé mentale et pourquoi il est important d'intégrer des pratiques anti-oppressives dans notre travail sur le campus.

[Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive – Deuxième partie](#)

La deuxième partie de la trousse d'outils de la pratique anti-oppressive du CISMIC évoque le colonialisme et la colonisation, l'impact qu'ils peuvent avoir sur les étudiants-es, et fournit aux individus des ressources qui permettent une auto-réflexion critique.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

[Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)

[Cadre du continuum du mieux-être mental des Premières Nations – Rapport sommaire](#)

Confidentialité

[Webinar: Health Privacy Issues on Campus](#) (Webinaire sur les questions de confidentialité en matière de santé sur les campus)

Le personnel clinique et non clinique des campus de l'Ontario soutient les étudiants-es tout en naviguant et en respectant leur vie privée au quotidien. Parfois, cela peut entraîner des questions et de la confusion. Ce webinaire du CISMIC fournit des informations sur la façon dont la *Loi de 2004 sur la protection des renseignements personnels sur la santé* (LPRPS) et la *Loi de 1996 sur le consentement aux soins de santé* (LCSS) s'appliquent aux campus ; comment les scénarios courants sur les campus se déroulent en vertu de la législation ontarienne sur la protection de la vie privée et le consentement.

Lois provinciales qui établissent des règles pour la collecte, l'utilisation et la divulgation des renseignements personnels sur la santé :

- Terre-Neuve - [Personal Health Information Act, 2011](#)
- Île-du-Prince-Édouard - [Health Information Act, 2021](#)
- Nouvelle-Écosse - [Personal Health Information Act, 2013](#)
- Nouveau-Brunswick - [Loi sur l'accès et la protection en matière de renseignements personnels sur la santé, 2009](#)
- Québec - [Loi concernant le partage de certains renseignements de santé, 2021](#)
- Ontario - [Loi sur la protection des renseignements personnels sur la santé, 2004](#)
- Manitoba - [Loi sur les renseignements médicaux personnels, 2022](#)
- Saskatchewan - [Health Information Protection Act, 2003](#)
- Alberta - [Health Information Act, 2001](#)
- Colombie-Britannique - [Personal Health Information Access and Protection of Privacy Act, 2008](#)

Mobilisation des parties prenantes

[Commission de vérité et réconciliation du Canada : Appels à l'action](#)

Afin de réparer les séquelles des pensionnats et de faire avancer le processus de réconciliation au Canada, la Commission de vérité et réconciliation lance 94 appels à l'action dans divers domaines, notamment l'éducation, la langue et la culture, et la santé.

[Post-Secondary Experience of Indigenous Students Following the Truth and Reconciliation](#)

[Commission - Summary of Survey Findings](#) (Expérience des étudiants-es autochtones du niveau postsecondaire à la suite de la Commission de vérité et réconciliation - Résumé des résultats de l'enquête)

En juillet et août 2018, Indspire a envoyé une enquête à 2000 étudiants-es des Premières Nations, inuits et métis inscrits-es dans des programmes au niveau postsecondaire à travers le Canada. L'objectif était d'obtenir un aperçu et un point de vue sur la façon dont les appels à l'action publiés par la Commission de vérité et réconciliation en 2015 avaient affecté leur expérience éducative.

[Intersectionnalité invisible - Soutenir les étudiants-es 2SLGBTQ+ sur le campus](#)

L'identité queer n'est pas quelque chose d'intrinsèquement visible, bien que le style personnel, les marqueurs communautaires et les actes actifs de visibilité permettent de mettre en évidence et de rendre publique notre position. Cette trousse d'outils traite de la manière dont les étudiants-es peuvent être confrontés-es à des défis et des obstacles sur le campus en raison de leur identité queer, de la manière dont ces défis peuvent être invisibles pour les personnes en position de soutien et fournit des recommandations pour mieux soutenir les étudiants-es 2SLGBTQ+.

[Webinar: Two-Eyed Seeing: Supporting Indigenous Students Mental Health](#) (Webinaire - Une approche à double perspective : soutenir la santé mentale des étudiants-es autochtones)

Les étudiants-es autochtones de niveau postsecondaire sont confrontés-es à de multiples obstacles systémiques dans la poursuite de leurs objectifs éducatifs, notamment le racisme, les traumatismes intergénérationnels, les problèmes de santé mentale, le choc culturel et l'isolement, ainsi que la violence coloniale. Malgré ces obstacles, ils et elles continuent de faire preuve de résilience, de réussite et de croissance personnelle s'ils et elles sont soutenus-es dans des espaces qui honorent leur identité autochtone. Les conseillers-ères ont une obligation éthique et sont mandatés-es par les 94 appels à l'action de la Commission de vérité et réconciliation pour s'assurer qu'ils et elles offrent des espaces culturellement sécuritaires aux étudiants-es autochtones. Ce webinaire du CISMIC se concentre sur les perspectives de bien-être holistique infusées dans les connaissances autochtones pour soutenir la santé mentale des étudiants-es autochtones. Une fiche d'information sur ce sujet est disponible [ici](#).

[LGBT Youthline](#) (Ligne de jeunesse LGBT)

Cet organisme dirigé par des jeunes offre des ressources et du soutien aux jeunes 2SLGBTQ+ dans tout l'Ontario. LGBT Youthline (Ligne de jeunesse LGBT) fournit une variété de ressources sur différents sujets tels que le sexe et la santé sexuelle, l'information sur les formulaires gouvernementaux pour les changements de nom/genre/sexe, la santé physique et mentale, et plus encore.

[Landscape of Accessibility and Accommodation in Post-Secondary Education for Students with Disabilities](#) (Paysage de l'accessibilité et des mesures d'adaptation dans l'enseignement postsecondaire pour les étudiants-es en situation de handicap)

Ce rapport de l'Association nationale des étudiant(e)s handicapé(e)s au niveau postsecondaire (NEADS) représente un examen approfondi du paysage actuel de l'accessibilité, des services, des mesures d'adaptation, des équipements techniques et des soutiens pour les étudiants-es en situation de handicap dans les établissements postsecondaires financés par le gouvernement au Canada.

[Webinar: Supporting International Students CICMH](#) (Webinaire du CISM : Soutenir les étudiants-es internationaux-ales)

De nombreux étudiants-es internationaux-ales ne cherchent pas spontanément à obtenir un soutien en matière de santé mentale, bien qu'ils ou elles soient confrontés-es à de nombreux défis dans leur transition vers un nouveau pays et un nouveau système éducatif. Ce webinaire du CISM examine certains des obstacles à l'accès, y compris la stigmatisation des problèmes de santé mentale, les perceptions culturelles différentes des définitions, des causes et du traitement de la santé mentale, et un manque de sensibilisation aux soutiens offerts sur et hors campus. Nous discuterons des moyens de surmonter ces obstacles tout en tenant compte des collaborations inter-campus nécessaires pour améliorer le soutien aux étudiants-es internationaux-ales.

[Supporting International Students HCA webinar part 1 and 2](#) (Webinaire de Healthy Campus Alberta - parties 1 et 2 : Soutenir les étudiants-es internationaux-ales)

Bien que l'expérience positive des étudiants-es continue d'être une priorité pour les universités canadiennes, les étudiants-es internationaux-ales ont des besoins uniques et font face à de nombreux défis lorsqu'ils et elles s'adaptent à la vie et à l'apprentissage au Canada. Il est donc essentiel pour les établissements de s'assurer que des soutiens significatifs, appropriés et adaptés à la culture sont en place pour mieux assurer le bien-être holistique de leur population étudiante internationale. Ce webinaire se concentre sur certains des défis uniques auxquels les étudiants-es internationaux-ales peuvent être confrontés-es lorsqu'ils et elles vivent et apprennent au Canada, sur l'impact que la COVID-19 a eu sur l'éducation internationale et l'expérience des étudiants-es internationaux-ales, ainsi que sur les recommandations pour développer des approches plus holistiques et culturellement adaptées pour soutenir les étudiants-es internationaux-ales.

[Webinar: Engaging Student Voice to Cultivate Wellness Culture](#) (Webinaire : Faire entendre la voix des étudiants-es pour cultiver une culture du bien-être)

La culture du bien-être organisationnel peut soutenir la santé mentale et le bien-être dans les pratiques quotidiennes et les politiques plus larges. Ce webinaire explore la stratégie du personnel étudiant de Healthy Campus Alberta qui cultive une culture de bien-être, engage la voix étudiante et favorise l'apprentissage étudiant.

[Complex Collaboration Toolkit](#) (Trousse d'outils pour les collaborations complexes)

Cette trousse d'outils de Healthy Campus Alberta décrit un cadre pour établir et maintenir des collaborations inter-campus ou multi-institutionnelles. Le modèle de collaboration complexe montre les étapes typiques d'une collaboration et la façon de naviguer entre ces étapes.

[Webinar: Indigenizing Mental Health Care Within the Post-Secondary Setting](#) (Webinaire : L'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire)

Ce webinaire du CISMCM traite de la décolonisation et de l'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire. Dans ce webinaire, on discute des éléments clés de la vision du monde autochtone qui pourraient être incorporés dans les services et les programmes, au profit des étudiants-es autochtones et non autochtones.

[Student Led Initiatives Toolkit](#) (Trousse d'outils pour les initiatives menées par les étudiants-es)

Cette trousse d'outils de Healthy Campus Alberta fournit des stratégies pour s'engager avec les étudiants-es et renforcer les initiatives de santé mentale dirigées par les étudiants-es. Le Guide du leader étudiant est conçu pour aider les leaders du gouvernement étudiant à mettre en œuvre des initiatives visant à soutenir la santé mentale des étudiants-es. Le Student Journey Map peut aider à comprendre quand et comment s'engager auprès du corps étudiant.

[Rapport sur la voix des jeunes de Jack.org 2021-2022](#)

Chaque année, Jack.org publie le rapport La voix des jeunes. Le rapport La voix des jeunes 2021-22 reflète les voix des jeunes de chaque province et territoire, partageant leurs expériences et leurs perspectives sur ce qui cause les problèmes en santé mentale dans leurs communautés et ce qui empêche les jeunes d'accéder à l'aide dont ils ont besoin. L'objectif de ce rapport est de s'assurer que les expériences et les pensées des jeunes sont prises en compte et incluses dans toutes les solutions élaborées pour aborder la santé mentale des jeunes. Le CISMCM a également organisé un webinaire avec Jack.org sur le rapport 2019 de la Voix des jeunes, qui peut être visionné ici.

[Trousse d'outils sur l'engagement étudiant](#)

La trousse d'outils sur l'engagement étudiant du CISMC vise à fournir une compréhension de ce que signifie l'engagement étudiant dans différents contextes de campus, des pratiques clés pour augmenter l'engagement étudiant et met en avant des initiatives qui sont actuellement couronnées de succès. Le contenu de cette trousse d'outils peut être utile au personnel de l'enseignement postsecondaire au sein de divers départements tels que les services de carrière, le bien-être étudiant, les services d'apprentissage, les administrateurs-trices académiques de haut niveau tels que les doyens-nes, ainsi que le corps enseignant.

[Webinar: Striking a Balance: Tips and Tricks for Effective Youth Engagement](#) (Webinaire - Trouver l'équilibre : Conseils et astuces pour une mobilisation efficace des jeunes)

De nombreux campus ont mis en place des services et des programmes de santé mentale innovants pour leurs étudiants-es, mais ont parfois du mal à susciter leur mobilisation. Certains défis consistent à faire connaître ces services et à s'assurer qu'ils répondent aux besoins changeants des étudiants-es. Ce webinaire du CISMC traitera de la mobilisation du corps étudiant dans la promotion, la conception et la prestation. Nous discuterons de certaines pratiques exemplaires en matière de sensibilisation et de mobilisation, y compris les leçons tirées de nos programmes nationaux de renforcement des capacités des jeunes. Enfin, nous partagerons des idées sur la co-création de ces programmes par les étudiants-es et les étapes nécessaires à une mobilisation durable.

[Trousse d'outils pour la santé mentale des étudiants-es aux cycles supérieurs](#)

Un guide du CISMC axé sur l'amélioration de la santé mentale des étudiants-es aux cycles supérieurs, avec des recommandations concernant les politiques et les programmes. Un webinaire sur la mise en pratique de la trousse d'outils peut également être visionné [ici](#).

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Trousse d'outils sur l'équité, la diversité et l'inclusion](#)
- [Webinar - Equity on Campus: Creating Policies and Practices to Support Mental Health](#) (Webinaire - Équité sur le campus : créer des politiques et des pratiques pour soutenir la santé mentale Webinar)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive – Première partie](#)
- [Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive - Deuxième partie](#)

Dimension 2 : planification

Cette section contient des ressources sur les articles de la Norme suivants : facteurs psychosociaux, collecte de données, objectifs et cibles, plan d'action, environnement favorable/sécuritaire/inclusif, éducation et réduction de la stigmatisation, accessibilité.

[An Environmental Scan of Canadian Campus Mental Health Strategies](#) (Analyse environnementale des stratégies en matière de santé mentale sur les campus canadiens)

Élaborée par le Best Practice Network, cette analyse a pour but de soutenir les établissements postsecondaires dans l'élaboration de leur stratégie en matière de santé mentale et de bien-être, en rendant compte d'un examen des stratégies en matière de santé mentale sur les campus canadiens. Le Best Practice Network a effectué une analyse de l'environnement des stratégies de santé mentale postsecondaires existantes au Canada entre 2009 et 2019, et a identifié des thèmes communs et différents en ce qui concerne leur processus de développement, leur structure organisationnelle, les composantes de la stratégie, les recommandations clés et l'évaluation.

[Webinar: Creating the Roadmap to a Campus Mental Health Strategy](#) (Webinaire : Créer la feuille de route d'une stratégie en matière de santé mentale sur le campus)

Dans ce webinaire organisé conjointement par le CISMIC et Healthy Campus Alberta, les participants-es découvrent les principes pratiques qui peuvent être appliqués à divers environnements de campus lors de l'élaboration d'une stratégie en matière de santé mentale, et écoutent 2 membres expérimentés de la communauté des campus mettre en lumière les principaux enseignements tirés de leur propre parcours, grâce à des salles de discussion (virtuelles).

[In It Together: Taking Action on Student Mental Health](#) (Ensemble, c'est possible : agir sur la santé mentale des étudiants-es)

Reconnaissant que l'Ontario doit être proactif pour relever les défis actuels et répondre aux défis futurs, la College Student Alliance, la Ontario Undergraduate Student Alliance, Collèges Ontario et le Conseil des universités de l'Ontario se sont réunis pour élaborer un plan d'action sur la santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire.

[University of Victoria Student Mental Health Strategy](#) (Stratégie en matière de santé mentale pour les étudiants-es de l'Université de Victoria)

Ce cadre vise à fournir une orientation à la Division des affaires étudiantes et à l'ensemble de la communauté universitaire de l'Université de Victoria afin d'examiner de manière exhaustive et proactive les ressources et les possibilités de promotion de la santé mentale, de planification et de réactivité à l'appui de notre communauté étudiante. Il s'agit d'un cadre pour le développement et la mise en œuvre de plans d'action visant à soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es afin d'améliorer le potentiel de réussite de tous les étudiants-es.

Facteurs psychosociaux

[Facteurs pouvant influencer sur la santé mentale](#)

Parallèlement aux déterminants sociaux de la santé, d'autres facteurs peuvent accroître notre niveau de stress et avoir des conséquences néfastes sur notre sentiment de bien-être. Ce qui n'implique pas, toutefois, que ces facteurs vont nécessairement entraîner un problème de santé mentale. Cette page Web vise simplement à vous rappeler en quoi notre santé mentale peut parfois être altérée lorsque nous devons affronter ces expériences de la vie courante.

[Individual, Interpersonal, and Institutional Level Factors Associated With the Mental Health of College Students](#) (Facteurs individuels, interpersonnels et institutionnels associés à la santé mentale des étudiants-es universitaires)

Cette étude basée aux États-Unis examine les facteurs individuels, interpersonnels et institutionnels qui sont associés à la santé mentale globale des étudiants-es universitaires. Les données proviennent d'une enquête transversale en ligne auprès de 2 203 étudiants-es présentement inscrits-es dans une grande université publique des États-Unis. Résultats : les effets combinés des mesures au niveau individuel et institutionnel étaient associés à la santé mentale des étudiants-es. En particulier, des capacités d'adaptation limitées et un climat de campus perçu comme racialement tendu ont contribué à la détresse psychologique des étudiants-es. Conclusions : traiter simultanément les influences aux niveaux individuel et institutionnel sur la santé mentale offre l'aide la plus prometteuse pour les étudiants-es.

Collecte des données, objectifs et cibles

[Webinar: Canadian Campus Wellbeing Survey](#) (Webinaire : Enquête Bien-être sur les campus canadiens)

Healthy Minds | Healthy Campuses a co-organisé un webinaire du CISMIC sur l'enquête Bien-être sur les campus canadiens (BECC). L'enquête BECC aidera les établissements postsecondaires à mieux évaluer la santé et le bien-être des étudiants-es sur les campus, à identifier les priorités d'intervention et à accroître la capacité de relier la recherche aux politiques et aux pratiques.

[Developing a coordinated Canadian postsecondary surveillance system: a Delphi survey to identify measurement priorities for the Canadian Campus Wellbeing Survey \(CCWS\)](#) (Développer un système de surveillance postsecondaire canadien coordonné : une enquête Delphi pour identifier les priorités de mesure pour l'enquête Bien-être sur les campus canadiens (BECC))

Des interventions visant à promouvoir la santé et le bien-être des jeunes adultes sont nécessaires. Cependant, de telles interventions nécessitent des outils de mesure qui soutiennent la planification, le suivi et l'évaluation des interventions. Le principal objectif de cette étude est de décrire le processus d'élaboration d'un cadre pour un outil de surveillance de la santé dans les établissements postsecondaires canadiens, connu sous le nom d'Enquête Bien-être sur les campus canadiens (BECC).

[National College Health Assessment Executive Summary 2022](#) (Résumé de l'évaluation de la santé dans les établissements d'enseignement supérieur 2022)

Le National College Health Assessment (NCHA) est une enquête nationale développée par l'American College Health Association (ACHA) afin de collecter des données sur les comportements et les perceptions des étudiants-es sur différents sujets de santé. Ce résumé présente les résultats de cette enquête.

[Webinar: National College Health Assessment Information](#) (Webinaire d'information sur l'évaluation nationale de la santé dans les collèges)

Ce webinaire organisé par Healthy Campus Alberta était une séance d'information sur la préparation et la mise en œuvre de l'Évaluation nationale de la santé dans les collèges de 2019 sur le campus

[Webinar - Compassionate Data Collection: Promoting Equity in Evaluation](#) (Webinaire - Collecte de données compatissantes : Promouvoir l'équité dans l'évaluation)

Ce webinaire du CISMIC discute de l'importance de la collecte de données démographiques et de la manière dont ces données peuvent être utilisées efficacement pour promouvoir l'équité dans le soutien aux étudiants-es en matière de santé mentale.

[NCHA Post-Data Collection: Analysis, Dissemination and Mobilization Webinar](#) (Collecte des données de l'enquête NCHA : webinaire d'analyse, de diffusion et de mobilisation)

En 2019, la NCHA s'est avérée être une ressource indispensable pour de nombreux établissements pour informer la programmation et mobiliser les parties prenantes autour du bien-être. Dans ce webinaire interactif organisé par Healthy Campus Alberta, les invités-es explorent les moyens d'utiliser les résultats de la NCHA.

[Alberta Post-Secondary Mental Health and Addiction Framework](#) (Cadre de travail de l'Alberta sur la santé mentale et la dépendance au niveau postsecondaire)

Ce document décrit les concepts clés, les considérations et les stratégies d'action pour traiter les problèmes de santé mentale et de dépendance des étudiants-es dans les établissements postsecondaires. Il s'agit d'un document de collaboration représentant les perspectives de nombreux-ses intervenants-es de la province. L'objectif du cadre est de fournir des idées complètes, systémiques et spécifiques à l'Alberta pour la création de communautés de campus saines, inclusives et résilientes.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Supporting Mental Health and Wellbeing Among Students in Higher Education](#) (Soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es de l'enseignement supérieur)

Plans d'action

[Inventory for Campus Mental Health](#) (Inventaire de la santé mentale sur le campus)

Cet inventaire est un complément au document Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique (sous Dimension 1 : Leadership). Il développe l'annexe C du Guide en un processus qui vise à vous aider à évaluer les forces, les domaines de croissance et à identifier les résultats potentiels spécifiques au campus concernant la santé mentale des étudiants-es.

[A Guide to Campus Mental Health Action Planning](#) (Guide du Plan d'action pour la santé mentale sur le campus)

Accompagne une série de 4 webinaires sur le Plan d'action pour la santé mentale sur le campus (CampusMHAP) produits par la Fondation Jed et EDC, Inc. et archivés sur le site Web de la Fondation Jed. Cette icône apparaît tout au long du Guide, dirigeant les lecteurs-trices vers des enregistrements audio de responsables de campus parlant de la manière dont ils et elles ont appliqué les principes et méthodes décrits dans ce Guide.

[FITA Manual: Translating Institutional Mental Health Intention into Program Action](#) (Manuel FITA : Traduire les intentions de l'établissement en matière de santé mentale en actions de programme)

Ce manuel offre un modèle clair de service au corps étudiant qui peut être utilisé pour lancer des programmes similaires dans d'autres collèges, universités et écoles secondaires. Nos recherches indiquent que le programme FITA (From Intention to Action - De l'intention à l'action) peut apporter des changements importants dans la vie des étudiants-es et des établissements d'enseignement qui jouent un rôle central dans la constitution du capital humain. Ce programme renforce la capacité à soutenir les étudiants-es très vulnérables et à améliorer la santé mentale, la réussite et, à terme, la rétention.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Alberta Post-Secondary Mental Health and Addiction Framework](#) (Cadre de travail de l'Alberta sur la santé mentale et la dépendance au niveau postsecondaire)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Supporting Mental Health and Wellbeing Among Students in Higher Education](#) (Soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es de l'enseignement supérieur)

Environnement postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif

[Creating Well-Being Through Physical Spaces at SFU](#) (Créer le bien-être grâce aux espaces physiques à SFU)

Apprenez comment améliorer le bien-être par la conception d'espaces physiques nouveaux ou existants. Les principes peuvent être consultés [ici](#), et une infographie peut être consultée [ici](#).

[Webinar - Six Principles to Inform Action: Creating Inclusive Campuses for Autistic and Neurodivergent Students](#) (Webinaire - Six principes pour guider l'action : Créer des campus inclusifs pour les étudiants-es ayant un trouble du spectre de l'autisme et neurodivergents-es)

Ce webinaire de Healthy Campus Alberta vous informe des 6 principes clés, développés en collaboration avec une équipe d'auto-intervenants ayant un trouble du spectre de l'autisme, qui soutiennent une meilleure compréhension, acceptation et valorisation de l'autisme et de la neurodivergence. Les principes de Communication, Structure, Flexibilité, Environnement, Émotion et Connexion seront partagés, et chaque principe inclura des informations et des stratégies faciles à mettre en œuvre. L'objectif final est de permettre aux participants-es de repartir avec les moyens d'agir par le biais d'une variété d'actions basées sur les alliances qui créent et favorisent des environnements où chacun peut s'épanouir en établissant des relations saines, en collaborant, et en identifiant et en mettant en œuvre des stratégies proactives pour l'inclusion. Un guide est également disponible [ici](#).

[Le choc de l'apprentissage](#)

Avec l'augmentation du nombre d'étudiants-es internationaux-ales dans les établissements d'enseignement supérieur, le choc d'apprentissage, ou choc académique, peut être un phénomène courant. Le choc d'apprentissage peut se produire chez les étudiants-es lorsqu'il y a un changement notable dans les méthodes d'enseignement ou d'apprentissage, en fonction d'un changement de géographie, de culture ou de situation (pandémie ou guerre). Cette fiche d'information du CISMIC explique ce qu'est le choc d'apprentissage, comment les méthodes d'apprentissage et d'enseignement peuvent différer d'une culture à l'autre, comment soutenir les étudiants-es internationaux-ales qui apprennent à naviguer dans ces changements et quelques ressources pour mieux s'équiper.

[Trousse d'outils sur la santé mentale en contexte d'apprentissage](#)

Cette trousse d'outils du CISMIC aidera le corps professoral et le personnel enseignant à prendre des mesures au sein de la classe dans un effort collectif pour soutenir la santé mentale des étudiants-es. Les webinaires sur ce sujet peuvent également être consultés [ici](#) et [ici](#).

[Webinar: Accessibility and the Neurodiverse Campus Community](#) (Webinaire : L'accessibilité et la communauté neurodiverse du campus)

Ce webinaire du CISMIC traite de l'amélioration de l'accessibilité pour des personnes neurodiverses dans les espaces post-secondaires. Le webinaire se penche sur le concept de neurodiversité et discute de la façon dont nous pouvons incorporer cette perspective dans l'élaboration de pratiques accessibles dans l'ensemble d'une communauté universitaire.

[Embedding Conditions for Wellbeing in Academic Settings](#) (Intégrer les conditions du bien-être dans les environnements universitaires)

Ce recueil de cas met en lumière la manière dont les conditions de bien-être peuvent être intégrées dans les unités académiques. Les conditions de bien-être sont définies, accompagnées de possibilités d'action et d'exemples provenant des facultés et départements de Simon Fraser. Les exemples inclus ne constituent pas une liste exhaustive, mais visent plutôt à célébrer les réussites et à inspirer d'autres actions.

[Santé mentale et bien-être des étudiantes et étudiants des cycles supérieurs : une trousse](#)

Le Caucus national des 2e et 3e cycles de la Fédération canadienne des étudiantes et étudiants s'est engagé dans un projet de recherche d'un an visant à développer une trousse sur la santé mentale des étudiants-es des cycles supérieurs. Cette trousse d'outils a pour but d'aider les communautés d'étudiants des cycles supérieurs à évaluer et à améliorer l'état de la santé mentale et du bien-être des étudiants-es des cycles supérieurs dans les établissements d'enseignement postsecondaire canadiens.

[Intersectional Approaches to Mental Health Education: A Facilitators Guide](#) (Approches intersectionnelles de l'éducation à la santé mentale : Guide du facilitateur)

Élaboré par le Bureau de l'équité et de l'inclusion de l'Université de la Colombie-Britannique (UBC), ce guide est conçu pour aider les facilitateurs-trices à soutenir l'enseignement de la connaissance de la santé mentale dans une perspective d'équité, d'inclusion et de diversité. Ce guide examine les intersections entre la santé mentale et d'autres aspects tels que la race, la sexualité et le genre, et vise à aider les professionnels-les de la promotion de la santé à avoir des conversations sur les impacts des facteurs de risque, de la stigmatisation et des discriminations en ce qui concerne la santé mentale.

[Trousse d'outils sur les étudiants-es internationaux-ales](#)

Au cours des dernières années, le recrutement d'étudiants-es internationaux-ales dans les établissements d'enseignement postsecondaire de l'Ontario a considérablement augmenté. La santé mentale et le bien-être des étudiants-es internationaux-ales sont des sujets importants que les établissements d'enseignement postsecondaire doivent aborder. L'éloignement de leur communauté d'origine et les différences culturelles dans la compréhension du bien-être font des étudiants-es internationaux-ales une population importante dont les établissements doivent tenir compte lorsqu'ils élaborent des services et des programmes de soutien en matière de santé mentale et de bien-être. Cette trousse d'outils, créée par le CISMC, vise à disséquer les questions clés et à fournir une compréhension complète de la façon dont la vulnérabilité unique des étudiants-es internationaux-ales s'entrecroise avec la vie quotidienne pour modeler les résultats en matière de santé mentale.

[Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#)

(La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)

Ce rapport présente des perspectives synthétisées sur la gestion de crise, la façon de répondre aux étudiants-es les plus vulnérables, la garantie de l'accessibilité, l'inclusion et l'éthique de la justice sociale à partir de perspectives multiples. Il s'agit notamment des voix d'un échantillon national représentatif de professionnels-les de la santé mentale et d'aperçus de résultats de recherche émergents. Vers la fin de ce rapport, des idées pragmatiques, des suggestions et des recommandations sont proposées aux lectrices afin qu'ils et elles aient des idées d'actions pour façonner leurs services de santé mentale sur le campus en fonction des circonstances évolutives de la pandémie de COVID-19.

[Réponse à la violence sexuelle sur le campus](#)

Créée par le CISMC, cette trousse d'outils s'adresse aux intervenants-es qui travaillent dans les bureaux de lutte contre la violence sexuelle en Ontario. Elle vise à fournir aux intervenants-es sur les campus les informations nécessaires pour améliorer ou développer leur programme d'intervention en cas de violence sexuelle, ainsi que pour soutenir au mieux les étudiants-es qui ont subi une forme quelconque de violence sexuelle. La trousse d'outils met en évidence les effets de la violence sexuelle sur la santé mentale, les nuances de la collecte de données sur la violence sexuelle et un ensemble de pratiques exemplaires et prometteuses en matière d'intervention contre la violence sexuelle.

[Creating an Online Community](#) (Créer une communauté en ligne)

L'apprentissage en ligne peut être une adaptation pour certains-es étudiants-es. Les conseils suivants pour créer une communauté en ligne dans votre classe peuvent non seulement aider les étudiants-es à surmonter les sentiments d'isolement - la communauté peut également améliorer l'expérience d'apprentissage pour tous les membres de la classe. En faisant participer les apprenants-es en tant que membres du groupe, l'apprentissage peut devenir non seulement un processus actif, mais aussi un processus interactif, ce qui vous aidera, vous et vos étudiants-es, à atteindre et à réaliser des résultats d'apprentissage d'un niveau supérieur.

[Racism Impacts Mental Health](#) (Le racisme a un impact sur la santé mentale)

Cette infographie, créée par Alberta Health Services, Provincial Addiction & Mental Health - Knowledge Exchange, décrit l'impact du racisme sur la santé mentale, les différentes formes de racisme, les méfaits du racisme sur la santé mentale, le racisme dans les services de santé mentale et les ressources permettant d'obtenir des informations supplémentaires.

[Webinar: Mental Health Supports for BIPOC Students](#) (Webinaire : Soutien à la santé mentale pour les étudiants-es PANDC)

Ce webinaire du CISMIC invite un panel de conseillers-ères, de directeurs-trices et de facilitateurs-trices de nombreux programmes de soutien postsecondaires pour les personnes autochtones, noires et de couleur (PANDC) de tout le pays à discuter de leurs programmes, des raisons pour lesquelles il est vital de soutenir les étudiants-es PANDC, des lacunes dans les services actuels, des défis et de la façon dont ils amélioreraient leurs propres programmes.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Trousse d'outils sur l'équité, la diversité et l'inclusion](#)
- [Webinar - Equity on Campus: Creating Policies and Practices to Support Mental Health](#) (Webinaire - Équité sur le campus : créer des politiques et des pratiques pour soutenir la santé mentale Webinar)
- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Webinar - Two-Eyed Seeing: Supporting Indigenous Students Mental Health](#) (Webinaire - Une approche à double perspective : soutenir la santé mentale des étudiants-es autochtones)
- [Trousse d'outils pour la santé mentale des étudiants-es aux cycles supérieurs](#)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Intersectionnalité invisible - Soutenir les étudiants-es 2SLGBTQ+ sur le campus](#)
- [LGBT Youthline](#) (Ligne de jeunesse LGBT)
- [Landscape of Accessibility and Accommodation in Post-Secondary Education for Students with Disabilities](#) (Paysage de l'accessibilité et des aménagements dans l'enseignement postsecondaire pour les étudiants-es handicapés-es)
- [Webinar: Supporting International Students](#) (Webinaire : soutenir les étudiants-es internationaux-ales)
- [Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive – Première partie](#)
- [Trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive – Deuxième partie](#)
- [Webinar: Indigenizing Mental Health Care Within the Post-Secondary Setting](#) (Webinaire : L'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire)
- [Webinar - Compassionate Data Collection: Promoting Equity in Evaluation](#) (Webinaire - Collecte de données compatissantes : Promouvoir l'équité dans l'évaluation)

Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation

[Webinar - Embedding Wellness in Post-Secondary Learning and Experience: For-credit Wellness Courses](#) (Webinaire - Intégrer le mieux-être dans l'apprentissage et l'expérience postsecondaires : Les cours sur le mieux-être donnant droit à des crédits)

Les cours sur le mieux-être donnant droit à des crédits accompagnent et aident à accélérer un changement de paradigme dans les priorités, les services et les programmes d'études des établissements d'enseignement supérieur. Intégrer les thèmes de la santé mentale, du mieux-être et de l'identité dans les programmes d'études de base des établissements postsecondaires permet de générer une culture du bien-être à l'échelle du campus et de préparer les étudiants-es de manière proactive à la réussite. Une fiche d'information sur ce sujet est également disponible [ici](#).

[Webinar - Knock-out Stigma: Promoting Athlete Mental Health on Campus](#) (Webinaire - Éliminer la stigmatisation : Promouvoir la santé mentale des athlètes sur le campus)

Les athlètes de niveau postsecondaire font souvent face à un stress important, non seulement parce qu'ils et elles doivent exceller dans leur sport, mais aussi parce qu'ils et elles le font pendant une période éducative critique de leur vie. Qu'il s'agisse de trouver un équilibre entre leurs horaires d'entraînement et de cours, de faire leurs devoirs ou d'étudier pour les examens, le stress croissant qu'ils et elles subissent peut conduire à l'anxiété et à la dépression et avoir un impact sur leur santé mentale globale et leurs performances. Ce webinaire du CISMV vise à montrer comment Talk Today (Parlons-en), l'un des programmes de santé mentale et de sport les plus complets au Canada, brise la stigmatisation liée à la recherche d'aide et favorise un environnement sûr pour les athlètes qui souhaitent parler de leurs problèmes de santé mentale.

[Webinar: Embedding Mental Health & Wellbeing in Higher Education Learning Environments](#)
(Webinaire : Intégrer la santé mentale et le bien-être dans les environnements d'apprentissage de l'enseignement supérieur)

Ce webinaire, organisé par Healthy Minds | Healthy Campuses, invite l'Université de Victoria et l'Université Simon Fraser à discuter de quelques exemples clés de la façon dont la santé mentale et le bien-être ont été intégrés dans les environnements d'apprentissage de l'enseignement supérieur.

[L'esprit curieux, postsecondaire](#)

Développé par la CSMC, le programme L'esprit curieux, postsecondaire est conçu pour promouvoir la santé mentale et réduire la stigmatisation de la maladie mentale dans les établissements postsecondaires.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Réduire les méfaits liés à l'usage du cannabis : un guide pour les campus de l'Ontario](#)
- [Webinar: Indigenizing Mental Health Care Within the Post-Secondary Setting](#) (Webinaire : L'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire)
- [Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#) (La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)
- [Intersectional Approaches to Mental Health Education: A Facilitators Guide](#) (Approches intersectionnelles de l'éducation à la santé mentale : Guide du facilitateur)
- [National College Health Assessment Executive Summary 2022](#) (Résumé de l'évaluation de la santé dans les établissements d'enseignement supérieur 2022)
- [Trousse d'outils sur les étudiants-es internationaux-ales](#)
- [Réponse à la violence sexuelle sur le campus](#)

Accessibilité

[Recommendations for Documentation Standards and Guidelines for Academic Accommodations for Post-Secondary Students in Ontario with Mental Health Disabilities](#) (Normes et lignes directrices relatives à la documentation requise pour la prise en compte des besoins des personnes présentant des troubles de santé mentale dans le cadre de leurs études postsecondaires)

Ce rapport présente une série de recommandations pour le secteur postsecondaire découlant d'une étude menée par des chercheurs-ses de l'Université Queen's et du St. Lawrence College. Le financement de ce projet de 30 mois, qui a débuté en janvier 2013, a été assuré par le ministère de la Formation et des Collèges et Universités de l'Ontario dans le cadre du Fonds d'innovation en santé mentale.

[Webinar: Supporting Students with Autism Spectrum Disorder](#) (Webinaire : Soutien aux étudiants-es atteints-es de troubles du spectre autistique)

De nombreux adultes atteints de troubles du spectre autistique éprouvent des difficultés avec les compétences d'organisation et de planification qui relèvent de la « fonction exécutive ». Ces difficultés deviennent plus problématiques lorsque les jeunes adultes commencent à vivre séparés de leurs parents et doivent s'adapter à des cours moins structurés qu'à l'école secondaire. Une compréhension des besoins des étudiants-es atteints-es de troubles du spectre autistique, ainsi qu'un soutien pour leurs difficultés, peuvent grandement contribuer à leur réussite dans les établissements d'enseignement supérieur. Ce webinaire du CISMIC examinera les programmes destinés aux étudiants-es atteints de troubles du spectre autistique au niveau postsecondaire.

[Webinar: Intersecting Approaches to Student Wellness and Accessibility Services](#) (Webinaire : Approches intersectionnelles du bien-être et des services d'accessibilité des étudiants-es)

Les étudiants-es de niveau postsecondaire cherchent de plus en plus à obtenir du soutien pour leurs besoins en matière de santé mentale et leurs besoins en matière de mesures d'adaptation et d'accessibilité - et souvent les 2 à la fois. Dans ce webinaire collaboratif, Healthy Campus Alerta et les communautés de la Post-Secondary Accessibility and Disability Resource Association - Alberta (PADRA) explorent les approches à l'intersection des services de bien-être des étudiants-es sur les campus et des services d'accessibilité pour les étudiants-es.

[Post-Secondary Students with Mental Health Disabilities: A Guide to Academic Accommodations and Managing your Mental Health while on Campus](#) (Étudiants-es de niveau postsecondaire ayant des troubles de santé mentale : un guide sur les mesures d'adaptation académiques et la gestion de votre santé mentale sur le campus)

Ce guide est le produit d'une étude de recherche, entreprise conjointement par l'Université Queen's et le St. Lawrence College, et financée par le ministère de la Formation et des Collèges et Universités par le biais du Fonds d'innovation en santé mentale. Le document a été révisé par des étudiants-es ayant des troubles de santé mentale, dont les commentaires attentifs ont contribué à façonner la version finale. Bien qu'elle ne constitue pas un avis juridique, la section juridique du guide a été révisée par le cabinet d'avocats Hicks Morley.

[Trousse d'outils sur l'accessibilité et l'adaptation](#)

Cette trousse d'outils du CISMIC est un guide destiné à tous les membres de la communauté du campus, en dehors des services d'accessibilité, afin qu'ils apprennent à soutenir au mieux les étudiants-es en situation de handicap de l'enseignement postsecondaire. Il s'agit notamment du corps enseignant, du personnel administratif, des responsables étudiants, des services étudiants, des services de counseling, des services de santé, etc. L'objectif de cette trousse d'outils est de permettre à la communauté du campus de bien comprendre les notions de handicap, de mesures d'adaptation et d'accessibilité, de soutenir et d'orienter les étudiants-es si nécessaire, et de concevoir leurs programmes de la manière la plus accessible possible. Un webinaire sur ce sujet est également disponible [ici](#).

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#) (La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)
- [Supporting Mental Health and Wellbeing Among Students in Higher Education](#) (Soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es de l'enseignement supérieur)
- [Intersectionnalité invisible - Soutenir les étudiants-es 2SLGBTQ+ sur le campus](#)
- [Creating Well-Being Through Physical Spaces at SFU](#) (Créer le bien-être grâce aux espaces physiques à SFU)
- [Well-Being Through SFU Policies & Procedures: A Guide for Action](#) (Le bien-être à travers les politiques et procédures de la Simon Fraser University : un guide d'action)
- [Health and Wellbeing Checklist for University Decision Making](#) (Liste de contrôle de la santé et du bien-être pour la prise de décision universitaire)
- [Webinar: Accessibility and the Neurodiverse Campus Community](#) (Webinaire : L'accessibilité et la communauté neurodiverse du campus)
- [FITA Manual: Translating Institutional Mental Health Intention into Program Action](#) (Manuel FITA : traduire les intentions de l'établissement en matière de santé mentale en actions de programme)
- [Webinar: Indigenizing Mental Health Care Within the Post-Secondary Setting](#) (Webinaire : L'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire)

Dimension 3 : Composantes d'un cadre socio-écologique

Cette section contient des ressources sur les articles de la Norme suivants : intervention précoce, mesures de soutien en santé mentale, gestion de crise et postvention.

Intervention précoce

[Plus forts ensemble](#)

Ce site Web du CISMC offre une formation au personnel non clinique sur la façon de reconnaître, de répondre et d'orienter les étudiants-es vers des services, ainsi que de réfléchir à leurs interactions avec les étudiants-es. Vous pouvez regarder un webinaire de formation pour les formateurs-trices [ici](#).

[Webinar - The 3 R's: How to Recognize, Respond and Refer Students Experiencing Mental Health Issues on Campus](#) (Webinaire - Les 3 R : Comment reconnaître, répondre et référer les étudiants-es ayant des problèmes de santé mentale sur le campus)

Ce webinaire du CISMC explore les 3 R : reconnaître les indicateurs de problèmes de santé mentale, réagir d'une manière appropriée aux indicateurs présents et à la relation que vous avez avec l'étudiant-e, et référer aux ressources appropriées si nécessaire, afin que l'étudiant-e puisse accéder aux services qui lui sont disponibles.

[Fiche d'information sur le système d'alerte précoce sur les campus postsecondaires](#)

La recherche indique que le taux d'abandon scolaire élevé chez les étudiants-es de niveau postsecondaire est principalement dû au stress, à l'épuisement ou à des problématiques de santé mentale. On l'observe surtout chez les étudiants-es de première année ou venant de l'étranger qui vivent la période de transition du début des études postsecondaires sans avoir acquis un sentiment d'appartenance à la vie de campus.

[Trousse d'outils sur l'intervention en cas de crise de santé mentale sur le campus](#)

Cette trousse d'outils, conçue par le CISMC, a pour but d'aider le corps professoral, le personnel et les administrations des campus à passer d'une approche compartimentée de l'intervention de crise de santé mentale à une approche globale du campus où chacun joue un rôle.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#) (La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)

Soutiens en matière de santé mentale

Programmes

[Trousse d'outils pour le soutien par les pairs sur le campus](#)

Cette trousse d'outils du CISMC fournit un guide pour mettre en œuvre et gérer les programmes de soutien par les pairs sur les campus. Un webinaire sur comment lancer le soutien par les pairs peut être visionné [ici](#).

[Trousse d'outils sur les soins par paliers pour les établissements d'enseignement postsecondaire](#)

Cette trousse d'outils du CISMC fournit une vue d'ensemble de la prestation de services de santé mentale sur le campus, les étapes de la mise en œuvre de Stepped Care 2.0, et un examen des défis que les parties prenantes peuvent rencontrer au cours de la mise en œuvre de Stepped Care 2.0.

[Webinar - Meeting the Demand for Post-Secondary Student Concerns in Health and Mental Health Centers: Thinking Through a Clinical Triage Model](#)

(Webinaire - Répondre à la demande des préoccupations des étudiants-es au niveau postsecondaire dans les centres de santé et de santé mentale : Penser à travers un modèle de triage clinique)

Ce webinaire du CISMC aidera les dirigeants-es et les administrateurs-trices à comprendre ce que signifie devenir un campus promoteur de santé et comment comprendre la Charte de l'Okanagan est une étape importante pour créer le bien-être au sein du campus.

[Webinar: Walk-in Counseling on Campus](#)

(Webinaire sur le counseling sans rendez-vous sur le campus)

Ce webinaire du CISMC se penchera sur le modèle de consultation sans rendez-vous à l'Université York, et sur la façon dont le modèle a été adapté pour répondre aux besoins de l'établissement et de ses étudiants-es. Le webinaire fournira un bref aperçu de la structure de la thérapie sans rendez-vous, et ce à quoi le personnel et le corps étudiant peuvent s'attendre lors d'une séance.

[Supporting Students in Distress Programs and Resources](#) (Programmes et ressources de soutien aux étudiants-es en détresse)

L'équipe de Bp-Net.ca élabore des programmes et des ressources sur la façon d'aider les étudiants-es en détresse. Cette page Web fournit des liens vers des ressources dans les établissements postsecondaires du Canada.

[Webinar - Thriving in Action, From There to Here to Next: The Story of a Ryerson Resilience Intervention](#) (Webinaire - S'épanouir dans l'action, de là à ici et après : L'histoire d'une intervention de résilience chez Ryerson)

Les participants-es à ce webinaire du CISMC peuvent s'attendre à en apprendre davantage sur les résultats convaincants de nos recherches préalables et postérieures qui explorent les impacts de Thriving in Action (TiA ou S'épanouir dans l'action) sur les étudiants-es, sur nos instituts de formation Thriving in Action et sur notre communauté grandissante, sur les initiatives TiA de mentorat basé sur les arts et de soutien par les pairs, ainsi que sur le projet Thriving in Action Online, qui sera bientôt lancé et partagé.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Supporting Mental Health and Wellbeing Among Students in Higher Education](#) (Soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants-es de l'enseignement supérieur)
- [Webinar: Indigenizing Mental Health Care Within the Post-Secondary Setting](#) (Webinaire : L'indigénisation des soins de santé mentale dans le contexte postsecondaire)
- [Trousse d'outils sur l'accessibilité et l'adaptation](#)

COVID-19

[La santé mentale des étudiants sur les campus canadiens : Les effets persistants de la COVID-19](#)

Ce rapport de la CSMC décrit les résultats d'une enquête menée auprès de 69 établissements postsecondaires canadiens, par la Communauté de pratique en santé mentale sur les campus de l'Association des services aux étudiants des universités et collèges du Canada (ASEUCC). Le rapport explore les expériences de la COVID-19 au cours de l'année universitaire 2020-21 et de la période de planification pour le semestre d'automne 2022, ainsi que les données sur l'utilisation de la Norme.

[**Webinar: Delivering Virtual Counselling and Care to Post-Secondary Students**](#) (Webinaire sur la prestation de counseling et de soins virtuels aux étudiants-es de niveau postsecondaire)

L'émergence de la COVID-19 a eu un impact important sur la prestation de services de santé mentale en personne dans les campus du Canada. Afin de continuer à répondre aux besoins des étudiants-es, de nombreux départements de counseling se tournent rapidement vers la prestation de soins par le biais de technologies de santé mentale en ligne. Ce webinaire de 3 heures du CISMC est l'occasion de discuter des changements au niveau du système et de la pratique qui peuvent soutenir la transition vers les soins virtuels et fournir les soutiens dont les étudiants-es ont tant besoin.

[**Conseils pour s'adresser à une personne en crise à l'heure de la COVID-19**](#)

La pandémie de la COVID-19 en cours est une source d'anxiété pour les habitants-es du pays tout entier, et des collègues, amis-es et membres de votre famille se tournent possiblement vers vous en quête de soutien. Mais que leur dites-vous ? Utilisez les astuces ci-dessous pour améliorer votre écoute active afin d'aborder ces conversations délicates avec plus d'assurance.

[**Composer avec le stress, l'anxiété et l'usage de substances pendant la COVID-19 \[infographie\]**](#)

Présente des faits, des conseils et des ressources pour aider les Canadiens-nes à composer avec le stress, l'anxiété et l'usage de substances pendant la COVID-19. Parmi les sujets abordés, mentionnons les signes et symptômes de l'anxiété et du stress, et des mécanismes compensatoires, tels que la respiration carrée. Formule des conseils pour surveiller son usage de substances en période de stress et réduire les méfaits. Également disponible en inuktitut ici, traduit par l'association inuite Nunalituqait Ikajuqatigiitut.

[**Être dans un foyer violent pendant la pandémie de la COVID-19 : conseils et ressources**](#)

Les mesures de santé publique visant à combattre la COVID-19 ont forcé la plupart d'entre nous à s'isoler à l'intérieur de nos demeures. Mais pour les personnes vivant dans un foyer où il y a de la violence, le confinement peut avoir des conséquences graves. Si vous êtes une personne isolée avec un-e agresseur-se, utilisez ces conseils et ressources afin de protéger votre bien-être physique et psychologique.

[**L'esprit au travail COVID-19 : Guide de prise en charge de sa santé mentale pour bâtir sa résilience**](#)

Utilisez cette feuille de travail pour déterminer comment et quand utiliser ces pratiques d'autosoins et ces stratégies de renforcement de la résilience. Identifiez ce pour quoi vous avez besoin de soutien et trouvez les personnes et les ressources qui peuvent vous aider. Prenez le temps de découvrir ces soutiens dès maintenant afin d'y avoir accès plus facilement lorsque vous en aurez réellement besoin.

[Taking Charge of What You Can: A COVID-19 Toolkit](#) (Prendre en charge ce que vous pouvez : Une trousse d'outils sur la COVID-19)

Nous avons tous besoin de retrouver un sentiment de contrôle en ce moment. Cette trousse d'outils a été conçue pour vous aider à vous concentrer sur les aspects de votre vie que vous pouvez prendre en charge et à cesser de dépenser de l'énergie sur les choses que vous ne pouvez pas contrôler.

[COVID-19 Impact on College Student Mental Health COVID-19](#) (Impact de la COVID-19 sur la santé mentale des étudiants-es universitaires)

Active Minds a interrogé 2 086 étudiants-es américains-es en avril 2020 concernant l'impact de la COVID-19 sur leur santé mentale. Cette infographie illustre les résultats de l'enquête.

Autre ressource pertinente mentionnée plus haut dans le document :

[Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#) (La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)

Autres

[From Surviving to Thriving: Developing Personal and Academic Resilience](#) (De la survie à l'épanouissement : Développer une résilience personnelle et académique)

Cette ressource peut vous aider à passer du simple fait de survivre à votre expérience postsecondaire à celui de réellement vous épanouir en vous aidant à développer votre résilience et à planifier les situations stressantes. L'élaboration d'un plan pour surmonter les situations potentiellement stressantes peut avoir un impact positif sur votre vie personnelle et universitaire.

[Webinar: Student Food Insecurity and the Impacts on Mental Health](#) (Webinaire : L'insécurité alimentaire des étudiants-es et ses conséquences sur la santé mentale)

L'insécurité alimentaire sur les campus postsecondaires est un problème grave mais négligé, dont on parle rarement d'un point de vue institutionnel. Elle est souvent laissée à l'appréciation des banques alimentaires des campus. L'impact de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale et physique est important et peut conduire à des résultats scolaires médiocres, ainsi qu'à des problèmes de santé pour les étudiants-es et leurs familles. Ce webinaire de Healthy Campus Alberta donne un aperçu de l'insécurité alimentaire des étudiants-es et de ses facteurs, de l'impact qu'elle a sur la santé mentale et le bien-être, et propose quelques solutions pour accroître la reconnaissance de ce problème.

[Campus-Community Partnerships Toolkit](#) (Trousse d'outils pour les partenariats campus-communauté)

Cette trousse d'outils du CISMIC fournit aux campus et aux agences communautaires un processus étape par étape pour développer des partenariats efficaces. Un webinaire sur le sujet peut être visionné [ici](#).

[Webinar: Increasing Capacity to Support Students with an Eating Disorder](#) (Webinaire sur l'amélioration de la capacité à soutenir les étudiants-es souffrant de troubles de l'alimentation)

Ce webinaire du CISMIC a pour but d'augmenter la confiance des nombreux-ses professionnels-les des services au corps étudiant – des professionnels-les de la résidence et de la vie étudiante aux prestataires de santé mentale sur le campus - qui ne savent pas comment soutenir au mieux ces étudiants-es. Une fiche d'information sur ce sujet est disponible [ici](#).

Gestion de crise et postvention

[Webinar: Campus Suicide Prevention and Postvention](#) (Webinaire : Prévention et postvention du suicide sur le campus)

Le suicide est la deuxième cause de décès chez les jeunes Canadiens-nes, ce qui est un problème auquel toute université ou collège peut être confronté sur son campus. Ce webinaire du CISMIC mettra en évidence les pratiques exemplaires en matière de promotion de la vie, de prévention, de gestion des risques et de stratégies de postvention qui entrent dans la création de politiques de campus concernant le suicide des étudiants-es.

[Webinar: Campus Suicide Prevention and Postvention, Part II](#) (Webinaire : Prévention et postvention du suicide sur les campus, deuxième partie)

Ce webinaire du CISMIC offre des exemples spécifiques de politiques de campus qui ont établi des stratégies de prévention et de postvention.

[Creating a Campus Suicide Prevention Framework](#) (Créer un cadre de prévention du suicide sur le campus)

Ce webinaire de Healthy Campus Alberta passe en revue le processus de développement et de mise en œuvre d'un cadre de prévention du suicide sur le campus, l'obtention de l'adhésion des parties prenantes du campus et l'intégration du cadre dans les stratégies de l'ensemble du campus.

[Suicide Prevention for International College Students](#) (Prévention du suicide pour les étudiants-es universitaires internationaux-ales)

La brochure de l'Université de l'État de l'Ohio sur la prévention du suicide pour les étudiants-es universitaires internationaux-ales contient une liste de ressources.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Campus Mental Health In Times of COVID-19 Pandemic: Data-Informed Challenges & Opportunities](#) (La santé mentale sur le campus en période de pandémie de COVID-19 : Défis et opportunités liés aux données)
- [Trousse d'outils sur l'intervention en cas de crise de santé mentale sur le campus](#)
- [Réponse à la violence sexuelle sur le campus](#)

Dimension 4 : évaluation et rapports

[Trousse d'outils d'évaluation](#)

Le CISMIC s'investit dans le développement de la capacité du personnel de première ligne des collèges et universités de l'Ontario à évaluer efficacement les impacts de leurs services et programmes en matière de santé mentale et de toxicomanie. Cette trousse d'outils traite de ce qu'est l'évaluation, de la planification des évaluations, de la réalisation des évaluations, du partage et de l'apprentissage.

[Webinar - Evaluation 101: Learning How to Conduct Evaluation of Programs and Services](#) (Webinaire - Évaluation 101 : Apprendre comment mener une évaluation des programmes et services)

Vous vous êtes déjà demandé comment donner un sens à l'évaluation ? Rejoignez le CISMIC pour ce webinaire passionnant d'une heure qui vous présentera l'évaluation comme un outil puissant pour raconter l'histoire de la différence que vous faites à travers les services que vous fournissez sur votre campus ! Nous verrons pourquoi l'évaluation est importante, comment poser les bonnes questions d'évaluation et comment développer des plans d'évaluation significatifs qui vous aideront à comprendre et à mesurer votre succès dans le travail que vous faites ! Ce webinaire s'adresse aux responsables et aux travailleurs-ses de première ligne des services de counseling, des bureaux d'accessibilité, des services aux étudiants-es, etc.

[Webinar: Evaluation 3.0 Workshop](#) (Webinaire : Atelier sur l'évaluation 3.0)

Le CISMIC a récemment tenu le troisième volet d'une série sur le développement et la mise en œuvre de projets d'évaluation de programmes sur le campus. Cette série est un complément à notre programme Champion d'évaluation qui associe un-e professionnel-le chevronné-e de l'évaluation de programmes à un partenaire du campus afin de concrétiser les projets d'évaluation de programmes. Debbie Chiodo, l'une de nos dévouées championnes de l'évaluation, anime cette série d'ateliers.

[Outil de suivi du campus en matière de santé mentale](#)

L'outil de suivi offre un tableau de bord interactif pour documenter et évaluer les progrès de la mise en œuvre. Il est en cours d'élaboration et devrait être mis à la disposition de tous les campus canadiens à la fin de 2022.

Autres ressources pertinentes mentionnées plus haut dans le document :

- [Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach](#) (Santé mentale des étudiants-es au niveau postsecondaire : un guide pour une approche systémique)
- [Student Mental Health Framework 2022-2026](#) (Cadre de travail sur la santé mentale des étudiants 2022-2026)
- [Canadian Campus Wellbeing Survey Webinar](#) (Webinaire : Enquête Bien-être sur les campus canadiens)
- [Developing a coordinated Canadian postsecondary surveillance system: a Delphi survey to identify measurement priorities for the Canadian Campus Wellbeing Survey \(CCWS\)](#) (Développer un système de surveillance postsecondaire canadien coordonné : Une enquête Delphi pour identifier les priorités de mesure pour l'enquête Bien-être sur les campus canadiens (BECC))



Les piliers stratégiques de la Norme nationale du Canada pour la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire

Milieu postsecondaire propice, sécuritaire et inclusif (article 5.4.2)

L'établissement postsecondaire doit établir un milieu propice, sécuritaire et inclusif qui contribue à créer une culture institutionnelle qui favorise la santé mentale et le bien-être des étudiants-es. La création d'un milieu postsecondaire propice est en mesure d'inclure des efforts visant les environnements physiques, sociaux, numériques et scolaires, ainsi que le milieu d'apprentissage. Les espaces physiques qui encouragent des interactions positives entre les membres de la communauté postsecondaire contribuent à créer un sentiment d'appartenance positif, minimisent les facteurs de stress ou de risque et favorisent un environnement sain. Les efforts déployés pendant les périodes de transition importantes dans le cycle de la vie étudiante (p. ex., admission, orientation, transfert, remise de diplôme) sont également essentiels pour promouvoir un milieu d'apprentissage florissant et propice.

Littératie, éducation et réduction de la stigmatisation (article 5.4.3)

La sensibilisation à la santé mentale et la compréhension des facteurs qui contribuent à une santé mentale positive sont essentielles à la création et au maintien d'un environnement sain, propice et inclusif. Promouvoir la sensibilisation à la santé mentale contribue à diminuer la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale et encourage une culture de recherche d'aide.

Accessibilité (article 5.4.4)

Tout en respectant la législation sur les droits de la personne et les obligations légales, les établissements postsecondaires doivent inclure le devoir d'accommoder sans discrimination ni contrainte excessive. Les établissements postsecondaires doivent s'assurer que leurs politiques, programmes, milieux et initiatives offrent un accès respectueux et équitable aux milieux d'apprentissage sans compromettre la qualité ou l'intégrité de l'éducation ou du programme. L'objectif ultime est d'aider les étudiants-es à rester dans leurs établissements postsecondaires, à se sentir respectés-es et soutenus-es, tout en fournissant les outils permettant de s'épanouir dans leur parcours personnel et scolaire.

Intervention précoce (article 5.4.5)

Les établissements postsecondaires doivent mettre en œuvre des systèmes et des programmes afin de doter la communauté postsecondaire des connaissances nécessaires pour reconnaître les étudiants-es qui présentent des signes avant-coureurs de problèmes de santé mentale et de bien-être, intervenir auprès d’eux et elles, et les orienter vers des ressources et des services appropriés.

Mesures de soutien en santé mentale (article 5.4.6) (article 5.4.6)

Les mesures de soutien en santé mentale et en bien-être sont un élément essentiel d’une approche systémique et holistique de la santé mentale et du bien-être des étudiants-es du postsecondaire. Les mesures de soutien prévues peuvent comprendre ce qui suit, mais sans s’y limiter :

- accès à un large éventail de services tels que le soutien par les pairs ;
- cybersanté mentale ;
- conseils en matière de consommation de substances et de toxicomanie ;
- réduction des méfaits ;
- pleine conscience ;
- huttes de sudation ;
- espaces pour la cérémonie de purification par la fumée ;
- programmes de plein air, tels que des initiatives se rapportant à la terre et des séances de marche ; et
- services de conseils professionnels et psychiatriques.

Gestion des crises et postvention (article 5.4.7)

Les processus de gestion des crises permettent à l’établissement et à la communauté postsecondaires de réagir efficacement aux situations de crise qui présentent dans bien des cas une détresse aiguë ou un risque imminent d’acte autodestructeur ou de préjudice à autrui. Ces situations exigent un degré de réponse élevé pour assurer la sécurité de toutes les parties concernées, de même que des mesures de postvention pour procurer du soutien après une crise ou un événement critique.

Ces piliers stratégiques sont tirés de la Norme nationale pour la santé mentale et le bien-être des étudiants de l’enseignement postsecondaire, qui peut être consultée [ici](#).

Quelles sont les politiques existantes qui s’alignent sur les piliers de la Norme ?

Quels sont les domaines négligés dans lesquels les politiques peuvent faire une différence pour la santé mentale des étudiants-es ?

Quelles sont les politiques manquantes ? Quels piliers sont plus vides que d’autres ?



CENTRE D'INNOVATION EN

SANTÉ MENTALE SUR LES CAMPUS