

POLITIQUE SUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

ADOPTION		
INSTANCE	DATE	DÉCISION
Conseil d'administration	25 avril 2023 *	486A-20230425-4276

MODIFICATION(S)		
INSTANCE	DATE	DÉCISION

RESPONSABLE	Service des études supérieures et de la réussite étudiante Service des ressources humaines
CODE	P-41-2023.1

* Entre en vigueur le 1^{er} septembre 2023

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE	1
1. OBJECTIFS	1
2. DÉFINITIONS	1
3. CHAMP D'APPLICATION	2
4. RESPONSABLE DE L'APPLICATION	2
5. COMITÉ INSTITUTIONNEL EN SANTÉ MENTALE (CISM).....	2
6. RÉSEAU DES PERSONNES ALLIÉES EN SANTÉ MENTALE	3
7. RÔLES ET RESPONSABILITÉS.....	4
7.1 Conseil d'administration	4
7.2 Personnel cadre supérieur et personnel cadre	4
7.3 Corps professoral	4
7.4 Communauté INRS	5
7.5 Communauté Étudiante.....	5
7.6 Associations étudiantes.....	5
8. CONTINUUM DE SERVICES	6
9. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION	6
9.1 Mesure de formation	6
10. SERVICES ET INTERVENTION	6
10.1 Appréciation des retombées.....	6
11. MISE À JOUR.....	7
12. DISPOSITIONS FINALES	7

PRÉAMBULE

L'Institut national de la recherche scientifique (**INRS**) reconnaît la nécessité d'assurer des milieux de vie et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une Santé mentale positive. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la Communauté INRS en ce qui a trait à la Santé mentale étudiante.

L'INRS reconnaît que la Santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite étudiante. La Communauté étudiante a le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement permettant de cultiver une Santé mentale positive. La *Politique sur la santé mentale étudiante* (**Politique**) affirme ainsi la volonté de l'INRS de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la Santé mentale de sa Communauté étudiante, par l'entremise d'un cadre structurant.

À ce titre, les membres de la Communauté INRS ainsi que les associations étudiantes et syndicales sont considérés comme des piliers en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant la Santé mentale. Ils jouent aussi un rôle essentiel en ce qui concerne la mise en place ou le soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur le bien-être.

1. OBJECTIFS

La Politique vise à promouvoir les grandes orientations favorisant la Santé mentale étudiante. Ainsi, afin de soutenir la Santé mentale de sa Communauté étudiante, l'INRS entend :

- a) lui offrir un environnement soutenant la persévérance et la réussite étudiante par la mise en place de mesures favorisant le bien-être et la Santé mentale dans le respect de la diversité de ses besoins;
- b) mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'INRS au regard de la Santé mentale;
- c) mettre en place des conditions propices à l'épanouissement et au développement d'une Santé mentale positive.

2. DÉFINITIONS

Aux fins d'application de la Politique, les expressions définies revêtent le sens qui leur est donné dans le présent article.

Centre : le Centre Eau Terre Environnement, le Centre Énergie Matériaux Télécommunications, le Centre Armand-Frappier Santé Biotechnologie ou le Centre Urbanisation Culture Société de l'INRS.

Communauté étudiante : toute personne admise et inscrite à titre d'étudiante ou étudiant à des activités d'enseignement, de formation ou de recherche à l'INRS.

Communauté INRS : les membres du personnel, incluant le Personnel cadre supérieur, le personnel cadre et le Corps professoral, la Communauté étudiante, les stagiaires et les stagiaires postdoctoraux de l'INRS.

Corps professoral : une personne à l'emploi de l'INRS à titre de professeure ou professeur régulier, sous octroi ou substitut régié par la *Convention collective de travail entre l'INRS et le Syndicat des professeurs/es de l'INRS*.

Personnel cadre supérieur : la directrice générale ou le directeur général, la directrice scientifique ou le directeur scientifique, la directrice ou le directeur de l'administration ainsi que la secrétaire générale ou le secrétaire général de l'INRS.

Réduction des méfaits : une approche consistant principalement à la réduction des conséquences négatives liées à l'usage des drogues plutôt que dans l'élimination du comportement d'usage lui-même.

Santé mentale : un état de bien-être permettant à chacune et chacun de reconnaître ses propres capacités, de se réaliser, de surmonter les tensions normales de la vie, d'accomplir un travail productif et fructueux et de contribuer à la vie de la communauté INRS.

Santé mentale positive : la santé mentale positive s'attarde aux aspects mentaux positifs de l'être humain et à son potentiel de croissance, comme ses forces et capacités, le bonheur, des qualités telles que la responsabilité, le courage, la créativité et la persévérance, ainsi que les ressources matérielles et sociales qui les favorisent ou les soutiennent. Une personne ayant un niveau élevé de santé mentale positive est dite avoir une santé mentale florissante, et celle en ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante.

3. CHAMP D'APPLICATION

La Politique s'applique à la Communauté INRS. Elle s'applique en tout temps à l'égard de toute activité ou situation se déroulant sur les lieux de l'INRS ou à l'extérieur de ceux-ci, dans la mesure où elle est reliée aux études ou aux stages d'une ou un membre de la Communauté étudiante et qui s'inscrit dans la mission de l'INRS. Ceci inclut les activités de formation, de recherche, d'enseignement, d'intervention, de stage, d'accueil, d'intégration, sociale ou toute réunion liée à la mission de l'INRS.

4. RESPONSABLE DE L'APPLICATION

La Direction scientifique est responsable de l'application de la Politique.

5. COMITÉ INSTITUTIONNEL EN SANTÉ MENTALE (CISM)

La Santé mentale est influencée par une multitude de facteurs qui concernent toute la Communauté INRS. Tous ses membres doivent collectivement contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une Santé mentale positive. À cet effet, le comité institutionnel en santé mentale se compose des personnes suivantes :

- la directrice ou le directeur du Service des études supérieures et de la réussite étudiante comme personne représentant la Direction de l'INRS;
- une personne du Corps professoral par Centre, désignée par la direction du Centre;

- une personne membre de la Communauté étudiante par Centre, désignée par la Fédération étudiante du Centre, après consultation des associations étudiantes;
- une personne désignée par le Service des études supérieures et de la réussite étudiante;
- la personne responsable en Santé mentale (psychologue);
- une personne désignée par le Service des ressources humaines;
- la conseillère ou le conseiller en équité, diversité et inclusion.

Ce comité a la responsabilité de réviser et d'assurer le suivi de la Politique. Il est également responsable :

- a) de prévoir des actions pour favoriser la Santé mentale de la Communauté étudiante, incluant la promotion d'une Santé mentale positive, et de contribuer à leur mise en œuvre;
- b) d'émettre des recommandations à la Direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la Communauté étudiante;
- c) de proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en Santé mentale;
- d) de faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- e) d'évaluer la mise en œuvre de la Politique.

6. RÉSEAU DES PERSONNES ALLIÉES EN SANTÉ MENTALE

Ce réseau fait partie de l'offre de services de l'INRS en matière de Santé mentale. Il permet de briser l'isolement et d'offrir de l'écoute, du soutien moral et de l'aiguillage vers les ressources appropriées. Ce réseau est constitué de membres du personnel de l'INRS et de la Communauté étudiante. Ces personnes agissent de manière bénévole et confidentielle. Elles reçoivent une formation adaptée et font l'objet d'un encadrement par une personne professionnelle en Santé mentale (psychologue) et le comité institutionnel en santé mentale.

Ces personnes doivent notamment :

- se rendre disponible pour soutenir les personnes ayant des besoins en Santé mentale;
- suivre la formation nécessaire;
- assurer le suivi nécessaire avec les *personnes aidées*;
- faire un rapport de leurs activités à la personne responsable en Santé mentale (psychologue);
- demander de l'accompagnement à la responsable en Santé mentale (psychologue), au besoin;
- participer à la communauté de pratique des personnes alliées;
- adopter des valeurs de respect, d'acceptation, de congruence et de bienveillance;
- écouter, sans jugement;
- évaluer les besoins;
- aider à cheminer;
- diriger vers les ressources appropriées.

7. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

7.1 CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le Conseil adopte la Politique.

7.2 PERSONNEL CADRE SUPÉRIEUR ET PERSONNEL CADRE

Tout membre du Personnel cadre supérieur ou du personnel cadre a la responsabilité de :

- s'assurer de la mise en œuvre de la Politique et veiller à son application;
- allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du [Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026](#);
- mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs;
- faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en Santé mentale soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit accessible;
- encourager les collaborations interdisciplinaires et inter-réseaux afin de créer des liens avec eux et de les intégrer dans les activités de promotion de la Santé mentale et les services offerts à la Communauté étudiante;
- veiller à ce que les besoins de la Communauté étudiante soient pris en compte.
- favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de la Communauté étudiante;
- aider la Communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place d'accommodements permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie;
- soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale de la Communauté étudiante dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- encourager la présence de représentantes et représentants de la Communauté étudiante ayant des besoins particuliers dans les comités;
- guider au besoin la Communauté étudiante vers les ressources en Santé mentale disponibles;
- suivre les formations proposées portant sur la Santé mentale;
- contribuer à la création et au maintien d'un climat d'enseignement et de recherche positif, inclusif, sécuritaire et bienveillant;
- être un modèle positif pour la Communauté étudiante en écoutant ses propres besoins et ceux des autres, en communiquant ses émotions et en adoptant un comportement respectueux;
- créer un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour les étudiantes et étudiants et pour les autres membres du personnel.

7.3 CORPS PROFESSORAL

Chaque membre du Corps professoral a la responsabilité de :

- suivre les formations proposées portant sur la Santé mentale;
- promouvoir et orienter au besoin la Communauté étudiante vers les ressources appropriées internes ou externes;
- favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une Santé mentale positive;
- mettre en place des conditions favorables à la Santé mentale;
- faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes lorsqu'une personne se confie sur des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.

7.4 COMMUNAUTÉ INRS

Tout membre de la Communauté INRS a la responsabilité de :

- prendre connaissance de la Politique, ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent;
- suivre les formations proposées portant sur la Santé mentale;
- participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la Santé mentale positive, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion;
- collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement et au développement d'une Santé mentale positive.

7.5 COMMUNAUTÉ ÉTUDIANTE

Chaque membre de la Communauté a la responsabilité de :

- s'informer, aller chercher des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire. Bien que chaque membre de la Communauté étudiante soit libre de divulguer ou non des renseignements personnels, la mention de la présence d'un diagnostic, de suivis ou d'autres services permet aux ressources de mieux analyser les besoins et d'y offrir la réponse la plus appropriée;
- suivre les formations proposées portant sur la Santé mentale.

7.6 ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

La Fédération des étudiantes et étudiants de l'INRS ainsi que chacune des associations étudiantes dans les Centres s'assurent de :

- diffuser de l'information sur les ressources en Santé mentale;
- faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en Santé mentale;
- promouvoir un climat scolaire positif, notamment dans les associations (climat inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect et, où toute forme de violence et d'intimidation à proscrire);
- veiller à représenter la diversité des voix étudiantes, dont celles des membres de la communauté ayant des besoins particuliers.

8. CONTINUUM DE SERVICES

L'INRS se réfère au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#) pour la mise en œuvre d'un continuum de services envers sa Communauté étudiante.

9. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

L'INRS s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de sensibilisation, de promotion et de prévention en Santé mentale, dans le respect des besoins de la Communauté étudiante. Ces actions peuvent porter sur la Réduction des méfaits, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la Santé mentale. Des programmes axés sur le développement des compétences socioémotionnelles et sur la gestion du stress sont également mis en place.

9.1 MESURE DE FORMATION

Des formations sur la Santé mentale sont offertes à l'ensemble de la Communauté INRS. Elles portent notamment sur l'inclusion et la Santé mentale positive de la Communauté étudiante ayant des besoins particuliers, les saines habitudes de vie, les troubles mentaux et les premiers soins psychologiques. Le calendrier des formations est diffusé auprès de la Communauté INRS.

10. SERVICES ET INTERVENTION

L'INRS met en place un système de réception et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la Communauté INRS. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, l'INRS offre à sa Communauté étudiante un [service de soutien psychologique, psychosocial et à l'apprentissage](#) permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation et de les orienter vers des ressources appropriées.

L'INRS propose également des programmes de soutien par les pairs tels que les personnes alliées et le mentorat, ainsi que des outils.

10.1 APPRÉCIATION DES RETOMBÉES

L'INRS doit évaluer les retombées sur la Santé mentale de la Communauté étudiante en considérant notamment les éléments suivants :

- la participation de la Communauté étudiante aux différents sondages sur la Santé mentale et le bien-être ainsi qu'aux décisions qui la concernent;
- l'inclusion de la Communauté étudiante dans les activités de l'INRS de manière à refléter sa composition et sa diversité;
- l'évaluation de différents facteurs psychosociaux;
- le respect des principes d'équité, de diversité et d'inclusion;
- la collaboration entre les différentes ressources professionnelles et la complémentarité des services de l'INRS;
- la collaboration avec des partenaires externes.

Les données recueillies permettent de faire le bilan de la mise en œuvre de la Politique, d'analyser les obstacles rencontrés et d'apporter les modifications nécessaires. Les résultats obtenus peuvent être transmis à l'ensemble des membres de la Communauté INRS.

11. MISE À JOUR

La Politique est mise à jour au besoin ou, au minimum, tous les trois ans.

12. DISPOSITIONS FINALES

La Politique entre en vigueur le 1^{er} septembre 2023. Suivant son adoption et lors de toute révision, elle doit être transmise à la ou au ministre responsable de l'enseignement supérieur.