

UQTR



Université du Québec
à Trois-Rivières

POLITIQUE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

Instance compétente : Conseil d'administration

Instance qui approuve tout amendement : Conseil d'administration

Date d'entrée en vigueur : 29 avril 2024, [2024-CA726-04.03.01-R8022](#)

TABLE DES MATIÈRES

1. PRÉAMBULE.....	1
2. OBJET	1
3. CHAMP D'APPLICATION	2
4. DÉFINITIONS	2
5. RÔLES ET RESPONSABILITÉS.....	3
6. COMITÉ EN SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE	6
7. CONTINUUM DE SERVICES	7
8. MESURES DE PRÉVENTION, SENSIBILISATION ET FORMATION	8
9. SERVICES ET INTERVENTION	8
10. RESPONSABLE DE L'APPLICATION ET DE LA DIFFUSION DE LA POLITIQUE	9
11. ENTRÉE EN VIGUEUR.....	9
12. MISE À JOUR.....	9

1. PRÉAMBULE

La présente politique vise à témoigner de la volonté de l'Université du Québec à Trois-Rivières (« UQTR ») d'assurer des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une bonne santé mentale. Elle souligne l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté universitaire en ce qui a trait à la santé mentale étudiante. Cet objectif implique la participation et l'engagement de toutes les parties prenantes, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

L'UQTR reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la motivation, à la persévérance et à la réussite étudiante. Les personnes étudiantes ont le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive. La présente politique affirme donc la volonté de l'UQTR 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, tous les membres de la communauté universitaire, sans égard à leur rôle, sont considérés comme des piliers en ce qui a trait aux activités et aux services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, 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.

2. OBJET

La présente politique énonce les principes et les fondements qui guideront l'UQTR dans l'élaboration et la mise en œuvre de pratiques et d'initiatives qui favorisent le bien-être et la santé mentale chez sa communauté étudiante.

À cette fin, l'UQTR prévoit notamment :

- d'offrir à la communauté étudiante un environnement qui soutient la motivation, la persévérance et la réussite académique par la mise en place de mesures qui favorisent le bien-être et la santé mentale, dans le respect de la diversité de ses besoins;
- de mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'UQTR au regard de la santé mentale;

- de veiller à ce que ses campus et ses centres universitaires constituent un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et tous.

3. CHAMP D'APPLICATION

La présente politique s'adresse à l'ensemble de la communauté universitaire de l'UQTR et vise le bien-être et la santé mentale de la communauté étudiante. Elle s'applique à l'occasion de toute activité ou situation vécue en contexte universitaire, non seulement sur les campus et les centres universitaires de l'UQTR, mais également dans les autres lieux où s'accomplit la mission de l'UQTR, dans la mesure où elle est reliée aux études, aux stages, à la recherche ou aux services à la collectivité d'une personne membre de la communauté étudiante. Elle s'étend aux médias sociaux et aux autres médias et plateformes numériques.

4. DÉFINITIONS

Aux fins de la présente politique, les mots et expressions suivants se définissent comme suit :

« **Communauté universitaire** » : Les personnes étudiantes, les membres du personnel, les membres de toute instance ou de tout comité, les professeures et professeurs associés ou invités, les membres d'une unité de recherche ainsi que les stagiaires postdoctoraux et autres stagiaires de l'UQTR.

« **Communauté étudiante** » : Ensemble des personnes étudiantes régulières, libres ou visiteurs tel que défini aux règlements des études.

« **Personne en relation pédagogique ou d'autorité** » : Une personne membre de la communauté universitaire chargée d'enseigner à une personne étudiante, de l'évaluer, de la superviser, de la recommander, de la sélectionner, de l'embaucher ou de lui allouer des ressources.

« **Postes de direction pédagogique et administrative** » : Désigne les postes de direction d'enseignement ou de direction de recherche prévus dans le Règlement de régie interne.

« **Santé mentale** » : État de bien-être permettant à chacune et à 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 sa communauté¹. La santé mentale ne se définit pas seulement par l’absence de trouble mental. Il s’agit d’une réalité complexe qui varie d’une personne à une autre, avec divers degrés d’intensité, de souffrance et des manifestations émotionnelles, cognitives et comportementales qui peuvent varier.

« **Santé mentale positive** » : La santé mentale positive² 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.

5. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

La mise en œuvre de la démarche en santé mentale est une responsabilité partagée qui engage chaque membre de la communauté universitaire, peu importe son rôle.

5.1 Les membres de la communauté universitaire

Le rôle collectif des membres de la communauté universitaire est de :

- a) Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s’y rattachent;
- b) Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale;
- c) Contribuer à la création et au maintien d’une culture de respect et de bienveillance favorable à une santé mentale positive et à la mise en place d’un climat positif, accueillant, inclusif et sécuritaire;
- d) Guider au besoin la communauté étudiante vers les services ou ressources appropriées.

¹ Organisation mondiale de la Santé, *Santé mentale : renforcer notre action*, [En ligne], 2018. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Consulté le 26 janvier 2024).

² Institut de la statistique du Québec, *Le concept de santé mentale positive, un aperçu*, [En ligne], 2020. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/concept-de-sante-mentale-positive-aperçu> (Consulté le 26 janvier 2024).

En plus des rôles et responsabilités prévus à l'article 5.1, certains membres de la communauté universitaire ont des rôles et responsabilités plus précis à l'égard de la présente politique :

5.2 Cadres supérieurs et cadres

Le rôle des cadres supérieurs et des cadres est de :

- a) S'assurer que la mission et les activités de l'UQTR soient cohérentes avec la vision et les principes énumérés dans la présente politique;
- b) Veiller à ce que cette politique soit cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment celle sur l'équité, la diversité et l'inclusion et celles visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel, la discrimination, le harcèlement et l'incivilité;
- c) Désigner les ressources humaines nécessaires à la mise en place d'initiatives portant sur la santé mentale étudiante, en fonction des rôles et responsabilités inhérents aux différents corps d'emplois;
- d) Faire en sorte que des services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale étudiante soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit accessible;
- e) Encourager les collaborations interdisciplinaires et inter réseaux, plus particulièrement avec les organismes communautaires, le réseau local de services et les acteurs du réseau public et parapublic de la santé et des services sociaux qui sont des partenaires essentiels en ce qui concerne la santé mentale étudiante.

5.3 Les personnes occupant un poste de direction pédagogique ou administrative, ainsi que les personnes en relation pédagogique ou d'autorité

Le rôle des personnes occupant un poste de direction pédagogique ou administrative, ainsi que les personnes en relation pédagogique ou d'autorité est de :

- a) Promouvoir les principes énumérés au sein de cette politique, les engagements institutionnels ainsi que les orientations liées à la santé mentale;
- b) Se montrer vigilant par rapport aux situations vécues par la communauté étudiante, puis collaborer avec les acteurs et actrices de la présente politique afin d'agir en prévention;

- c) Faire la promotion des divers services psychosociaux accessibles, à l'intérieur des limites de son rôle, et référer les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées lorsqu'une personne se confie sur des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement;
- d) Favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive en s'appuyant sur les connaissances issues de la recherche, notamment celles publiées par le ministère de l'Enseignement supérieur;
- e) Lorsque souhaité, informer les actrices et acteurs concernés de la présente politique des innovations, données probantes ou conclusions de recherche en lien avec la santé mentale étudiante et collaborer à leur mise en application.

5.4 Les personnes représentant les associations étudiantes

Le rôle des personnes représentant les associations étudiantes est de :

- a) Diffuser l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur de l'UQTR et guider la communauté étudiante vers elles;
- b) Promouvoir un climat positif, inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect, et où toute forme de violence et d'intimidation est proscrite;
- c) Veiller à représenter la diversité des voix étudiantes et à promouvoir les besoins de la communauté étudiante auprès des acteurs de la présente politique.

5.5 La communauté étudiante

Le rôle de la communauté étudiante est de :

- a) S'informer sur les ressources offertes par l'UQTR et aller chercher des services au besoin. Le cas échéant, collaborer avec les ressources professionnelles afin de leur communiquer les informations pertinentes qui permettront de recevoir le soutien nécessaire;
- b) Lorsque souhaité, donner son consentement éclairé visant l'échange d'informations entre les différentes parties concernées et leur remettre tout document pertinent;
- c) S'impliquer, selon ses compétences, ressources et désirs dans la communauté universitaire afin de favoriser un climat bienveillant, inclusif et sécuritaire pour toutes et tous.

6. COMITÉ EN SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

6.1 Mandat du comité

La présente politique crée le comité en santé mentale étudiante (CSMÉ) dont le mandat est de conseiller l'UQTR relativement à la santé mentale étudiante, de s'assurer de la promotion d'une santé mentale positive au sein de l'établissement et d'orienter les actions à prendre. Aux fins de la réalisation de ce mandat, le CSMÉ peut notamment :

- a) Mesurer l'état actuel de la santé mentale de la communauté étudiante et déterminer les besoins en cette matière;
- b) Prévoir des actions pour favoriser la santé mentale étudiante et contribuer à leur mise en œuvre;
- c) Émettre des recommandations à la vice-rectrice ou vice-recteur aux études et à la formation en vue d'améliorer le soutien offert à la communauté étudiante;
- d) Proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- e) Effectuer le bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- f) Évaluer la mise en œuvre de la présente politique et procéder à sa révision, s'il y a lieu.

6.2 Composition du CSMÉ

Sous la responsabilité de la vice-rectrice ou du vice-recteur aux études et à la formation, le CSMÉ est composé des membres suivants :

- a) La directrice ou le directeur du Service aux étudiants (ou une personne qu'elle ou il désigne pour la ou le représenter), qui préside le comité;
- b) La vice-rectrice ou le vice-recteur aux études et à la formation (ou une personne qu'elle ou il désigne pour la ou le représenter);
- c) La vice-rectrice ou le vice-recteur aux ressources humaines (ou une personne qu'elle ou il désigne pour la ou le représenter);
- d) Une directrice ou un directeur de département, nommé par et parmi eux;
- e) Une directrice ou un directeur de programme de premier cycle, nommé par et parmi eux;
- f) Une directrice ou un directeur de programme de cycles supérieurs, nommé par et parmi eux;
- g) Une directrice ou un directeur d'unité de recherche, nommé par et parmi eux;

- h) Une personne professionnelle de la santé mentale membre d'un ordre professionnel tels que psychologues, psychoéducatrices ou psychoéducateurs ou travailleuses ou travailleurs sociaux au sein du Service aux étudiants, désignée par la directrice ou le directeur du Service aux étudiants;
- i) Deux personnes étudiantes désignées par l'Association générale étudiante de l'UQTR;
- j) Deux personnes étudiantes désignées par l'Association générale des étudiants hors campus de l'UQTR;
- k) Une personne chargée de cours nommée par le Syndicat des chargés de cours;
- l) Deux personnes membres de la communauté universitaire reconnues pour leur expertise en matière de santé mentale, nommées par la vice-rectrice ou le vice-recteur aux études et à la formation;

La composition du comité doit tenir compte de la diversité de la population étudiante, notamment celle internationale. Le comité peut, au besoin, inviter des personnes-ressources qu'il juge utiles à l'atteinte de ses mandats.

6.3 Durée des mandats des membres du CSMÉ

À moins qu'elles soient membres d'office en raison de leur fonction, les personnes membres du CSMÉ siègent pour un mandat de deux (2) ans. Leur mandat peut être renouvelé.

7. CONTINUUM DE SERVICES

L'UQTR se réfère au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur [Québec.ca](#), pour la mise en œuvre d'un continuum de services.

8. MESURES DE PRÉVENTION, SENSIBILISATION ET FORMATION

L'UQTR s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de prévention et de sensibilisation en santé mentale, dans le respect de la diversité des besoins de sa communauté étudiante. Ces actions peuvent porter sur la santé mentale, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale³.

Des formations sur la santé mentale sont également offertes à l'ensemble de la communauté universitaire. Elles portent notamment sur l'atteinte et le maintien d'une santé mentale positive, l'inclusion et la santé mentale des étudiantes et étudiants 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 de l'UQTR.

9. SERVICES ET INTERVENTION

L'UQTR maintient un système de réception et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la communauté étudiante. Par ailleurs, afin d'offrir à la communauté étudiante un accompagnement adapté, elle met en place un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées.

³ À ce sujet, nous invitons les lecteurs à se référer aux documents suivants :

- Québec. Ministère de la Santé et des Services sociaux, *Programme national de santé publique 2015-2025 : pour améliorer la santé de la population du Québec*, Québec, Gouvernement du Québec, 2015, 85 p. Également disponible en ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2015/15-216-01W.pdf> (Consulté le 26 janvier 2024).
- Isabelle Doré et Jean Caron, « Santé mentale : concepts, mesures et déterminants », *Santé mentale au Québec*, vol. 42, n° 1, printemps 2017, p. 125-145. Également disponible en ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2017-v42-n1-smq03101/1040247ar/> (Consulté le 26 janvier 2024).

10. RESPONSABLE DE L'APPLICATION ET DE LA DIFFUSION DE LA POLITIQUE

La vice-rectrice ou le vice-recteur aux études et à la formation est responsable de l'application de la présente politique.

11. ENTRÉE EN VIGUEUR

La présente politique entre en vigueur au moment de son adoption par le conseil d'administration.

12. MISE À JOUR

La présente politique est mise à jour tous les cinq ans.



Références :

2024-CA726-04.03.01-R8022, 29 avril 2024