



# Guide d'implantation

Juin 2023

Ce guide vise à partager les pratiques qui se sont avérées être fructueuses dans les différents projets menés par le Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale, dont le programme HORS-PISTE. Il est destiné aux personnes soucieuses de favoriser la santé mentale des élèves et des membres du personnel des centres de formation professionnelle et des centres de formation générale aux adultes. C'est un document qui sera appelé à être bonifié au cours des prochaines années pour s'adapter davantage à la réalité de vos centres. Il faut donc le voir comme un document de travail.

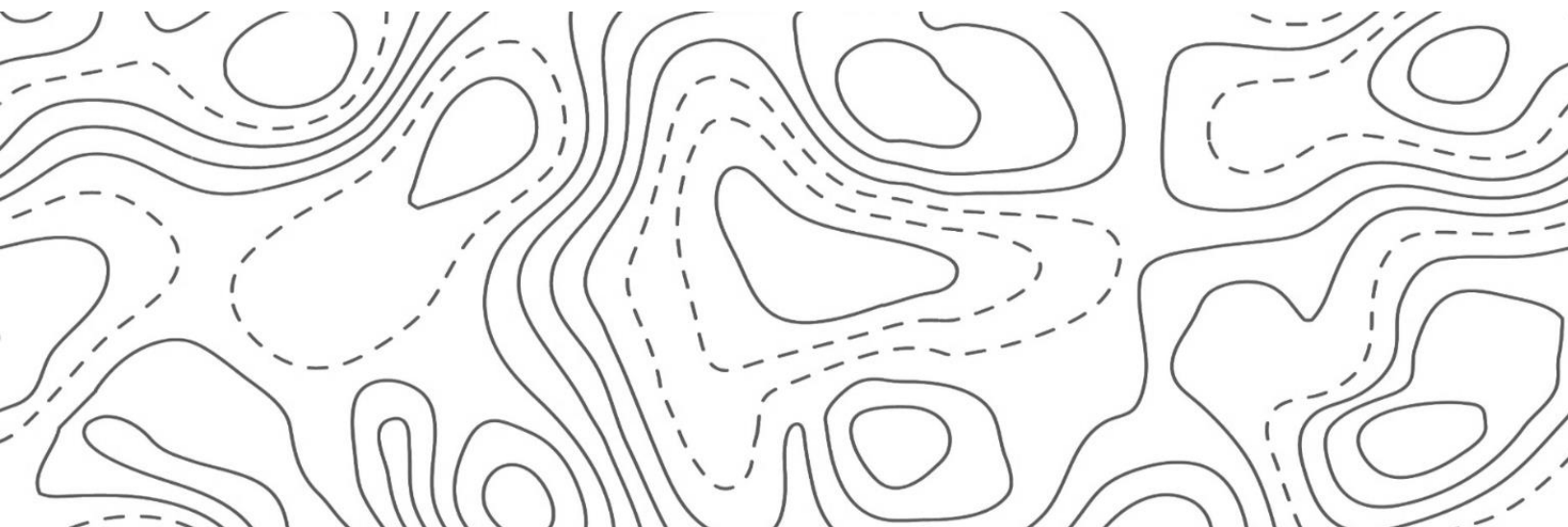


Centre RBC  
d'expertise universitaire  
en santé mentale

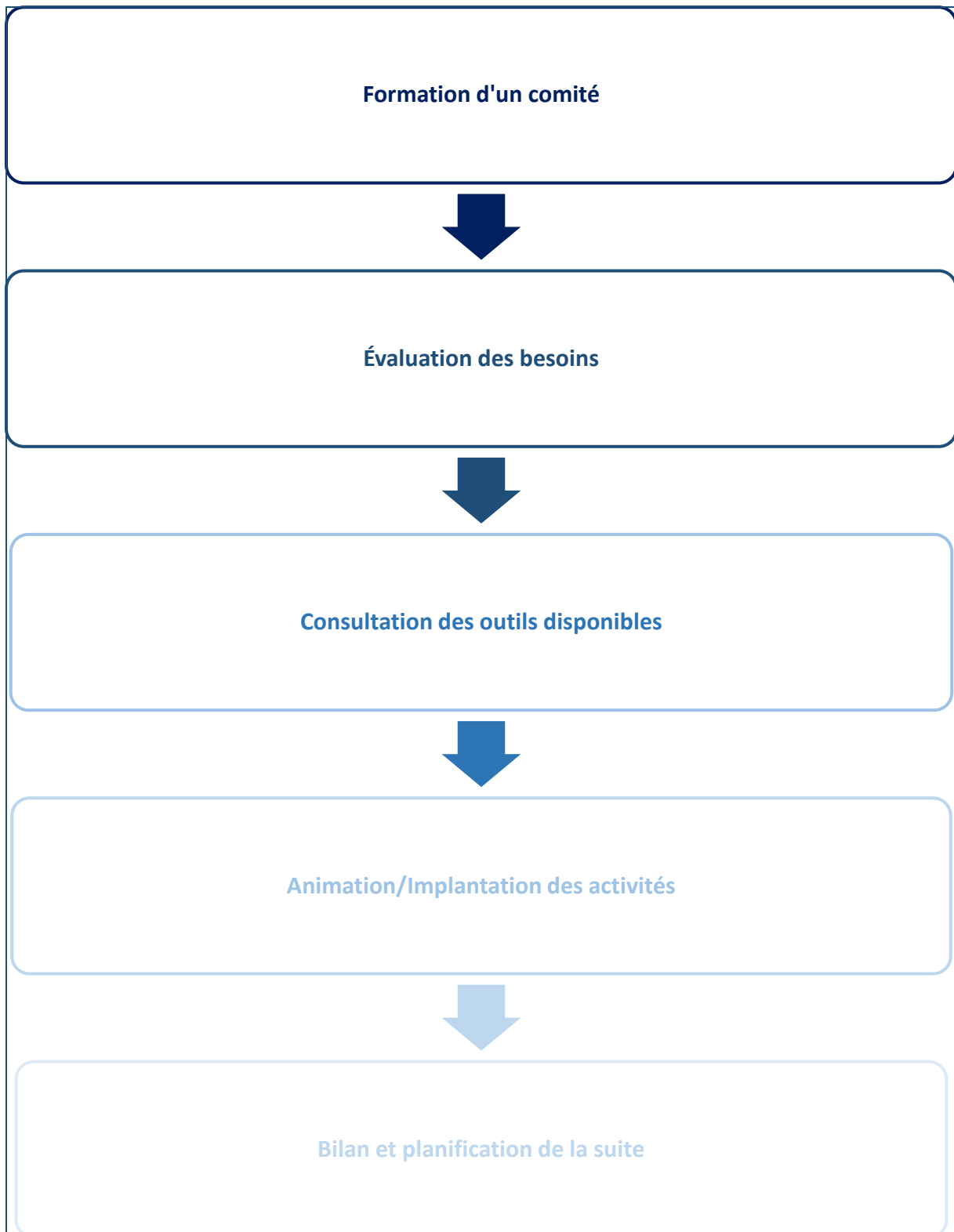
Avec la participation financière de

Québec 

 Université de  
Sherbrooke



# Étapes d'implantation



### Précision importante avant d'aller plus loin...

Il est possible que les bonnes pratiques présentées dans les lignes qui suivent soient difficiles, voire parfois impossibles à réaliser dans votre centre en fonction de votre contexte. Il faut donc voir ces bonnes pratiques comme des recommandations vers lesquelles tendre graduellement pour optimiser la portée de vos actions en santé mentale en fonction de ce qui est réaliste pour le centre. Ainsi, la question qui doit guider vos actions une fois avoir pris connaissance du contenu de ce guide est : « En fonction du contexte actuel de notre centre, quelle est la prochaine petite action qui peut être réalisée pour progresser vers ces bonnes pratiques? »

### Formation d'un comité « Santé mentale »

Comme la santé mentale des élèves est un dossier qui nécessitera toujours une attention particulière pour les centres de formation, il importe de mettre sur pied une instance responsable du dossier qui perdure dans le temps. La création d'un comité « Santé mentale » ou « Bien-être » (ou autre synonyme) est ainsi une pratique à intégrer. En effet, même s'il peut s'avérer difficile de créer ce genre de comité, ce dernier permet à l'établissement de réfléchir et de mettre en place des actions concertées. Il offre également la possibilité de porter une vision et des actions à plus long terme sur la santé mentale des élèves, ce qui est essentiel pour agir efficacement.

En ce qui concerne la composition de ce genre de comité, il est essentiel qu'une personne membre de la direction du centre siège sur le comité et agisse à titre de soutien stratégique du dossier de la santé mentale des élèves. Une personne doit également jouer le rôle de porteuse du dossier de la santé mentale des élèves, idéalement une personne intervenante de l'équipe psychosociale qui possède une certaine expertise en santé mentale. Pour bien jouer son rôle, cette personne doit avoir une libération de temps pour porter le dossier et le mandat de la promotion de la santé mentale des élèves doit être reconnu explicitement dans ses fonctions (le mandat ne doit pas simplement être ajouté à l'ensemble des tâches qui comblent habituellement toutes ses heures de travail). C'est donc cette personne qui est responsable de coordonner les rencontres du comité et d'assurer les suivis entre les rencontres. Outre ces deux personnes, les autres membres du comité doivent représenter le mieux possible l'écosystème du centre de formation. Ainsi, d'autres membres de la direction, d'autres personnes intervenantes, des membres du personnel enseignant, des membres du personnel administratif ainsi que (surtout) des élèves. Évidemment, les élèves ne sont pas toujours faciles à mobiliser. Il est important de choisir des élèves qui représenteront bien la population que vous souhaitez rejoindre avec vos actions.

### Stratégies gagnantes

- Identifier des élèves qui sont normalement moins mobilisés afin qu'ils représentent votre clientèle davantage à risque de décrochage (car ce sont souvent les mêmes qui s'impliquent);
- Si vous avez déjà un comité en place qui a une mission similaire, il n'est peut-être pas nécessaire ni réaliste de créer un comité supplémentaire. Vous pouvez élargir son champ d'action pour qu'il porte cette mission de promouvoir la santé mentale des élèves de votre centre.
- La présence de la direction au sein du comité fait toute la différence puisqu'elle possède une vision globale des enjeux importants à prendre en considération et qu'elle a le pouvoir de prendre les décisions importantes au nom du centre. Cela assure un ancrage institutionnel à la démarche.



## Évaluation des besoins

Une fois le comité constitué, la prochaine étape est de développer une vision commune des besoins prioritaires chez les élèves de votre centre relatifs à leur santé mentale. L'évaluation des besoins peut se faire à travers différentes activités : prendre connaissance des résultats d'études déjà réalisées sur la santé mentale des élèves, permettre à toutes les personnes membres de votre comité de partager leurs observations, effectuer des consultations auprès des membres du personnel, et surtout, effectuer des consultations ou une enquête (sondage) auprès des élèves concernés. L'évaluation des besoins implique également de documenter les actions et initiatives déjà en place dans votre centre pour répondre aux besoins des élèves en lien avec leur santé mentale. Cette documentation des actions déjà en place permet de vous assurer de ne pas dédoubler certaines actions et de cibler les besoins qui ne sont pas déjà répondus par les actions en place. Enfin, cette étape vous permet de prendre conscience comme équipe des forces actuelles de votre établissement (ce qui est très mobilisant pour les personnes impliquées) et de miser sur ces forces pour la conception de votre plan d'action.

### Stratégies gagnantes

- Partir du Programme d'engagement vers la réussite
- Varier les modalités de consultation pour rejoindre le plus de personnes possible (p. ex., questionnaire en ligne, entrevues, groupes de discussion, etc.)
- Impliquer des partenaires externes (p. ex., des membres de la direction de la santé publique de votre région) qui peuvent apporter une expertise pertinente (p. ex., conception d'enquête, partage de données d'enquêtes déjà réalisées)
- Consulter l'ensemble des groupes composant l'écosystème de votre centre (p. ex., les personnes étudiantes, les personnes enseignantes, les personnes professionnelles, les membres de la direction, le personnel de soutien).

## Consultation et choix des outils disponibles

À partir des besoins prioritaires identifiés à l'étape précédente, il importe d'identifier des actions qui sont appuyées sur les bonnes pratiques issues des connaissances scientifiques qui répondent à ces besoins. Le Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale met à votre disposition une trousse d'outils et d'initiatives qui visent autant la communauté étudiante que l'équipe-centre et qui est disponible à l'adresse suivante : [Postsecondaire - Centre RBC d'expertise universitaire \(usherbrooke.ca\)](https://usherbrooke.ca/postsecondaire)

Évidemment d'autres pistes d'actions que celles proposées par le Centre RBC peuvent être pertinentes. Il faut simplement s'assurer de choisir des actions qui sont appuyées scientifiquement et qui sont liées aux besoins identifiés. Il importe également que les différentes actions choisies fassent partie d'un plan d'actions concertées dans lequel chaque action est choisie de façon consciente en lien avec des objectifs clairs.

### Stratégies gagnantes

- Débuter par une formation sur la bienveillance ou sur l'anxiété pour les membres de l'équipe-école (surtout si vous constatez que les membres de votre équipe-centre ne sont pas encore très sensibles aux enjeux de santé mentale des élèves et au rôle qu'ils peuvent jouer pour y contribuer)
- En même temps que choisir une action à mettre en place, identifier un mécanisme pour évaluer les retombées de cette action afin d'améliorer votre démarche en continu.



## Implantation et animation des activités HORS-PISTE

Parmi les activités proposées pour les élèves, certaines sont offertes en prévention universelle (visent l'ensemble des élèves) et donc à animer en grand groupe dans les classes ou en dehors des classes (en parascolaire). Vous retrouverez le guide d'animation, le PPT ainsi que les fiches de réinvestissement (s'il y a lieu) sous chaque rubrique du site web.

Des ateliers d'intervention précoce sont offerts aux élèves et doivent être animés par un professionnel de votre équipe-école. Ces ateliers demandent aux personnes animatrices de suivre une formation avant de débiter. Vous trouverez l'offre de formations sur le site web dans l'onglet de l'atelier d'intervention précoce choisi.

Des activités « milieu » sont aussi offertes afin de sensibiliser les membres de l'équipe-école et la communauté étudiante aux enjeux de la santé mentale. Ces activités peuvent être offertes sous différentes formes (kiosques, animation dynamique sur l'heure du dîner, activité de prise de conscience de son bien-être, etc.)

### Stratégies gagnantes

- Les semaines thématiques sont des moments idéaux pour tenir des kiosques, des ateliers en classe, des activités extérieures axées sur le bien-être. Par exemple, la semaine de la santé mentale, les Journées de la persévérance scolaire, etc.
- Afin de maximiser la portée des ateliers de prévention universelle (rejoindre un plus grand nombre et une plus grande diversité d'élèves), il est pertinent de les animer dans le cadre d'un cours. Le fait d'accorder du temps de classe à un tel atelier lui accorde plus de crédibilité et d'importance aux yeux des élèves.

## Bilan et planification

À la fin de l'année scolaire, il importe de prendre le temps avec les membres du comité « Santé mentale » d'effectuer un bilan des actions et initiatives réalisées. Si des petites évaluations ont été effectuées pour certains initiatives (p. ex., des questionnaires de satisfaction ont été remplis), c'est un bon moment pour présenter une synthèse des résultats aux membres du comité. Lors de cette rencontre, le fait de souligner les bons coups et le chemin parcouru est aussi important que de rapporter des pistes d'amélioration. Après avoir identifié les retombées des actions qui ont été mises en place ainsi que les besoins moins répondus, un premier jet de plan de match pour la prochaine année peut être effectué. Ce dernier pourra ensuite être réajusté lors d'une des premières rencontres du comité « Santé mentale » l'automne prochain.

Puis les mêmes étapes se répètent de façon cyclique d'année en année.

