

Pratiques scolaires en matière de santé mentale positive

Préparé et soumis par le CCÉS, en collaboration avec D^{re} Patti Peterson et D^r Bill Morrison

Les recherches menées récemment en matière de santé mentale dans les sphères de santé et d'éducation soulignent l'importance d'aller au-delà de l'approche interventionniste axée sur le problème, et de se concentrer plutôt sur une approche plus proactive et préventive nommée **santé mentale positive (SMP)**.

Bien que la définition du terme reste un peu floue, SMP reconnaît de façon générale que le bien-être psychologique n'est pas attribuable qu'à l'absence

de problèmes ou de maladies physiques ou mentales, mais aussi à des facteurs au sein d'individus et de cadres sociaux qui contribuent à la croissance et au développement positifs. Selon l'Institut canadien d'information sur la santé (ICIS), « un élément clé de la promotion de la santé mentale est de faciliter le développement de la santé mentale positive, soit en appuyant la résilience individuelle, en créant des milieux de soutien et en tenant compte des facteurs déterminants plus larges en matière de santé. »

Reconnaissant que pour beaucoup d'élèves, l'école est une source d'intégration sociale, de sécurité et d'appartenance, le **Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé** (CCÉS) travaille à la promotion de pratiques liées à la SMP dans les milieux scolaires. Comme le démontre le diagramme, le CCÉS fait appel à une approche globale de la santé en milieu scolaire et encourage l'intégration des pratiques de SMP dans **quatre secteurs du milieu scolaire et de l'apprentissage**.



« Un élément clé de la promotion de la santé mentale est de faciliter le développement de la santé mentale positive, soit en appuyant la résilience individuelle, en créant des milieux de soutien et en tenant compte des facteurs déterminants plus larges en matière de santé. »

1 – Les politiques saines dans les écoles sont les pratiques de gestion, les procédures de prise de décisions, les règles et les politiques à tous les niveaux, qui favorisent la santé et le bien-être, et façonnent un milieu scolaire respectueux, accueillant et attentif.

Des **politiques saines dans les écoles** pour une santé mentale positive

Est-ce que votre école :

- ✓ ...fournit des mesures autres que les politiques de tolérance zéro qui permettent de poursuivre et les liens avec l'école et le rétablissement?
- ✓ ...assure que tous les élèves et le personnel sont responsables de respecter et créer des règles en matière de comportement respectueux?
- ✓ ...a des politiques qui contribuent à la sécurité physique et émotionnelle de tous les élèves?
- ✓ ...s'adapte aux besoins de tous les élèves en matière d'apprentissage et de développement social, y compris les élèves à besoins spéciaux?
- ✓ ...offre un perfectionnement professionnel continu en matière de santé mentale positive?
- ✓ ...appuie les évaluations en temps utile et la prestation de services d'intervention rapide aux étudiants qui ont des problèmes d'apprentissage ou socio-émotionnels?

2 – Le milieu social et physique désigne la qualité des relations au sein du personnel et des étudiants, ainsi qu'entre eux en milieu scolaire. Il désigne aussi les bâtiments, les terrains, l'espace de jeu et l'équipement qui se trouve à l'intérieur et à l'extérieur de l'école.

Le milieu social et physique
pour une santé mentale positive
Est-ce que votre école :

- ✓ ...encourage les élèves à participer à la prise de décisions?
- ✓ ...crée un climat de confiance, de tolérance, de coopération et d'empathie?
- ✓ ...a un environnement accueillant axé sur les élèves (p. ex., sofas, plantes décoratives, œuvres des élèves, citations et photos)?
- ✓ ...expose les réalisations et l'unité des élèves?
- ✓ est conçu de sorte que tous les étudiants puissent accéder aux installations et y évoluer, et qu'ils soient capables de participer à des activités d'apprentissage et d'en profiter pleinement?

Des partenariats et services
pour une santé mentale positive
Est-ce que votre école :

- ✓ ...interagit avec les parents à l'égard des problèmes d'apprentissage de l'élève?
- ✓ ...collabore avec les familles lors de la conception d'initiatives d'apprentissage et d'amélioration de l'école?
- ✓ ...adopte des politiques pour assurer la collaboration avec les organismes communautaires et gouvernementaux?
- ✓ ...offre la possibilité de participer dans des groupes d'action ou des comités

3 – L'enseignement et l'apprentissage ont une incidence sur la SMP, et comprennent les ressources, les activités et le programme provincial ou territorial dans le cadre desquels les élèves acquièrent des expériences et des connaissances appropriées à leur âge, qui les aident à développer des compétences visant à améliorer leur santé et leur bien-être.

L'enseignement et l'apprentissage
pour une santé mentale positive
Est-ce que votre école :

- ✓ ...permet aux élèves de mieux comprendre et apprécier la diversité?
- ✓ ...intègre des thèmes culturels dans les pratiques et activités pédagogiques?
- ✓ ...offre aux élèves la possibilité d'apprendre et de pratiquer des compétences sociales?
- ✓ ...s'adapte aux préférences et aux besoins d'apprentissage de chacun?
- ✓ ...appuie l'autonomie en allégeant le contrôle, en écoutant et en valorisant les perspectives des élèves?

4 – Les partenariats et les services forment une composante essentielle de la facilitation d'une approche globale de la santé en milieu scolaire. Lorsque des liens sont tissés entre l'école, les familles des élèves et les organismes communautaires, des relations de travail coopératives sont formées, permettant ainsi à la santé, à l'éducation et aux autres secteurs de travailler en collaboration à l'avancement des écoles en santé.

Pour en savoir plus à l'égard de la santé mentale positive, veuillez consulter le document « Le milieu scolaire comme terrain propice à la promotion de la santé mentale positive: Meilleures pratiques et perspectives » sur le site Web du CCÉS :

www.jcsh-cces.ca