



STRATÉGIE POUR LA SANTÉ MENTALE À L'ÉCOLE

SOMMAIRE

- 3** MESSAGE DU MINISTRE DE L'ÉDUCATION ROB FLEMING
- 4** VISION
- 4** INTRODUCTION
- 5** UNE NOTE SUR LE BIEN-ÊTRE DES ADULTES
- 6** LA SANTÉ MENTALE À L'ÉCOLE
- 6** POLITIQUE DE RÉUSSITE DES ÉLÈVES DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE
- 7** **ELEMENT 01** | UN MODÈLE DE DIRECTION AXÉ SUR LA COMPASSION
- 8** **ELEMENT 02** | LE RENFORCEMENT DES CAPACITÉS
- 10** **ELEMENT 03** | LA SANTÉ MENTALE EN CLASSE
- 12** CONCLUSION

MESSAGE DU MINISTRE DE L'ÉDUCATION ROB FLEMING



Chaque élève en Colombie-Britannique devrait pouvoir prétendre à un milieu sain, sûr et bienveillant qui favorise son apprentissage, son développement et son épanouissement. Nous savons que les élèves sont plus à même de réussir lorsqu'ils entretiennent des relations saines et positives et disposent des appuis, des ressources et des outils qui conviennent. Nous souhaitons créer un milieu scolaire propice au bien-être et à la santé mentale des élèves.

Voici pourquoi nous sommes décidés à mettre en œuvre la Stratégie pour la santé mentale à l'école, une nouvelle politique consistant à intégrer la santé mentale dans tous les aspects du système éducatif : culture, direction, programmes d'études et milieux scolaires. Cette stratégie s'inspire de deux autres politiques du gouvernement provincial : la stratégie garantissant le respect et la sécurité aux apprenants (ERASE, pour Exiger le respect et la sécurité à l'école) et la stratégie pour l'amélioration de la prise en charge des maladies mentales et des toxicomanies (A Pathway to Hope).

La Stratégie pour la santé mentale à l'école est l'aboutissement d'une recherche approfondie et d'une démarche collaborative incluant l'apport de partenaires du secteur de l'éducation et des services de proximité de toute la province. Elle repose sur une décennie d'apprentissage socioaffectif et vise à tisser la compassion dans la trame même de notre système scolaire.

Au-delà de la simple promotion de la santé mentale, cette stratégie est destinée à apporter une aide active à chaque élève et à donner la possibilité de venir au secours des plus vulnérables. L'antiracisme, l'orientation sexuelle et l'identité de genre, l'usage de substances, la faim chez les élèves et l'expérience de ceux qui ont vécu l'immigration et la recherche d'asile — ce sont tous des facteurs de la santé mentale et du bien-être psychologique, et la Stratégie s'y intéresse de manière constructive.

Pendant bien trop longtemps, on n'a pas assez investi dans la santé mentale des élèves de la Colombie-Britannique. Dès la constitution du nouveau gouvernement, je me suis donné comme priorité de combler cette lacune. Notre système scolaire doit donner un coup d'épaule à tous les élèves, et je tiens à cerner et à renforcer ce rôle critique que nos écoles jouent dans la vie de tous les Britanno-Colombiens. Je souhaite que nos partenaires dans l'éducation — enseignants, familles, conseils scolaires, écoles indépendantes, éducateurs autochtones, organismes associatifs et scientifiques — collaborent étroitement, de manière à ce que les élèves sachent qu'on les voit, qu'on les entend, qu'on les apprécie et qu'on les appuie. De manière à ce qu'ils sachent qu'ils ne sont pas seuls, qu'ils sont entourés d'une communauté scolaire qui les appuiera s'ils ont des difficultés. De manière à ce qu'ils sachent que leur école tout entière est vouée au développement de la faculté de résilience afin de leur permettre de réaliser leur plein potentiel.

Le renforcement des initiatives de santé mentale et de bien-être psychologique dans les écoles appelle plus que jamais à l'effort de chacun. La pandémie de COVID-19 a démontré que les enseignants, le personnel administratif, les familles et les élèves sont capables d'adaptation et qu'ils peuvent réussir en dépit des difficultés. Les mesures prévues dans la Stratégie pour la santé mentale à l'école exploitent ces qualités pour trouver de nouvelles façons d'accroître le bien-être psychologique des acteurs du système scolaire M12.

La Stratégie pour la santé mentale à l'école prend appui sur le travail déjà en cours dans nos écoles et réaffirme notre engagement à donner à chaque élève les outils pour s'épanouir à l'école et pour le reste de sa vie. Ensemble, nous pouvons transformer nos écoles en communautés dynamiques et bienveillantes accompagnant les élèves dans l'atteinte de leurs buts, dans l'immédiat et bien au-delà.

Vision

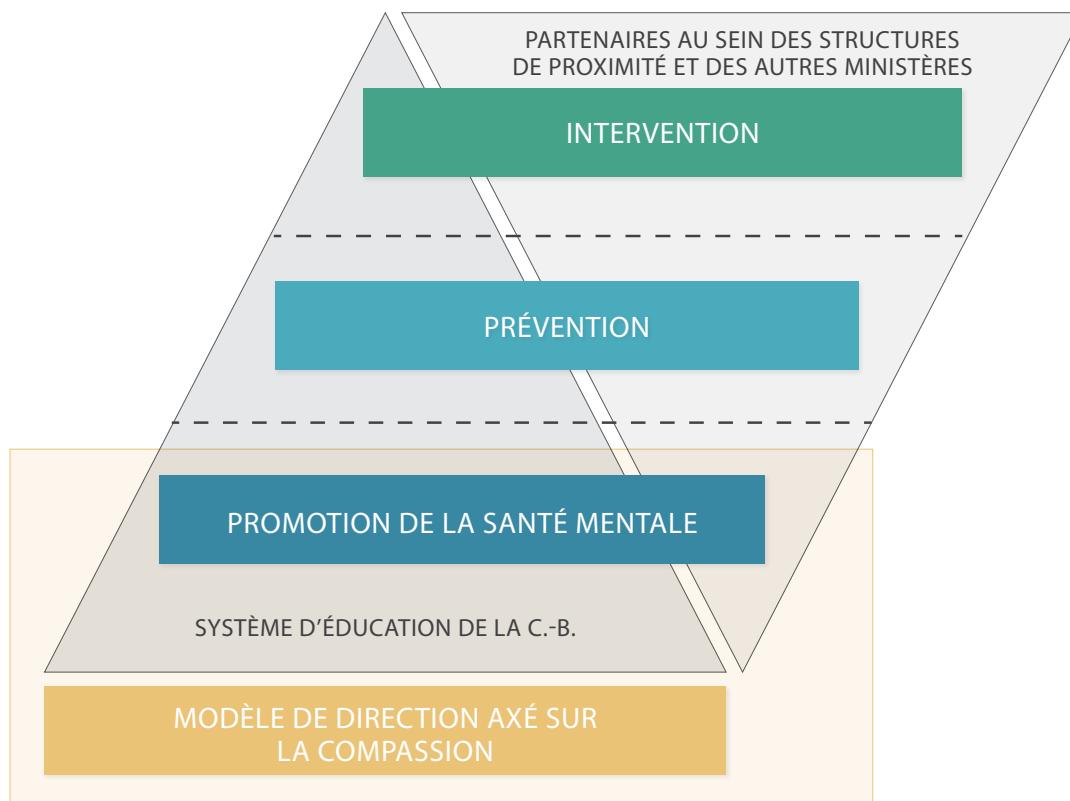
Un système scolaire propice à la bonne santé mentale, et où la promotion de la santé mentale fait partie intégrante de l'éducation dans tous ses aspects — culture, direction, programmes d'études et milieux d'apprentissage.

Introduction

Nous savons que donner aux enfants le meilleur départ possible dans la vie est essentiel à une bonne santé mentale dans la durée. La prévention et la promotion du bien-être doivent être au centre des priorités, dès les premières années de vie et tout au long de l'enfance. Auparavant, les efforts portaient surtout sur l'aide aux personnes en situation de crise; ces services seront toujours nécessaires. Cependant, un virage intentionnel vers le développement des capacités d'adaptation dès le plus jeune âge allégera la pression sur les soins de courte durée, réduira les coûts et améliorera le vécu des enfants et des familles.

Le gouvernement provincial est déterminé à transformer le système de prise en charge des maladies mentales et des toxicomanies en Colombie-Britannique par une approche impliquant l'ensemble de ses structures et décrite dans le texte de référence intitulé [A Pathway to Hope: A roadmap for making mental health and addictions care better for people in British Columbia](#). Le ministère de l'Éducation y joue un rôle prééminent en créant des milieux scolaires propices à la santé mentale des enfants et des adolescents.

Le bien-être psychologique, ou santé mentale, suppose une capacité de penser, de sentir et d'agir de manière à améliorer ses dispositions à profiter de la vie et à surmonter les difficultés. Les écoles jouent un rôle important en aidant les élèves à acquérir les savoirs et à développer les compétences nécessaires à leur bien-être général.



L'enseignement de la maternelle à la 12^e année en Colombie-Britannique repose sur un modèle de co-gouvernance, dans lequel le ministère de l'Éducation prend les décisions générales et établit les grandes orientations du système. Ce modèle met l'accent sur l'importance de la collaboration avec les autres ministères, avec les conseils scolaires, les écoles indépendantes et les partenaires de l'éducation, avec les ayants droit et partenaires autochtones, et avec les enseignants, les parents et les élèves pour apporter les services et le soutien nécessaires aux élèves et à leurs familles.

Alors que les définitions de « **systemique** » varient, le terme tel qu'il est employé dans la présente stratégie désigne les innovations et les approches utilisées dans le système scolaire impliquant divers groupes (*élèves, enseignants, administrateurs, parents, etc.*) à plusieurs niveaux. Les approches systémiques peuvent être mises en œuvre à l'échelle de la province tout entière, d'un conseil scolaire ou d'une école.

Un consensus se profile en C.-B. sur le fait que, vu la complexité de la question, tout progrès considérable sur la création de milieux scolaires propices à la santé mentale nécessitera une approche systémique.

La promotion de la santé mentale est un déterminant clé de la Stratégie pour la santé mentale à l'école. Outre ses bienfaits sur les résultats scolaires et la réussite des élèves, l'argument économique est également à prendre en considération : selon les estimations de la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC), les problèmes de santé mentale coûtent à l'économie canadienne environ 50 milliards de dollars par année. La CSMC estime que si l'on pouvait réduire le nombre de personnes nouvellement atteintes d'une maladie mentale de 10 % par année, au bout de 10 ans on disposerait de 4 milliards de dollars à investir dans d'autres services et ressources pour les Britanno-Colombiens.

La Stratégie pour la santé mentale à l'école est encore en émergence, ce qui veut dire qu'elle laisse au Ministère la possibilité de s'adapter et de réagir au système de soins de santé mentale, complexe et en mutation constante. Elle trace une vision et une démarche pour la promotion de la santé mentale au sein du système éducatif de la maternelle à la 12^e, et elle contribuera à guider les initiatives et les investissements du ministère de l'Éducation dans ce domaine au cours des années à venir.

La Stratégie pour la santé mentale à l'école repose sur beaucoup de recherches et de discussions. Elle est le résultat d'une démarche collaborative ayant recueilli les avis d'acteurs de l'enseignement et des organismes associatifs œuvrant déjà sur le terrain dans le secteur des soins mentaux.

La pandémie de COVID-19 a fait ressortir comme jamais l'importance que revêt le bien-être des intervenants adultes du système. Tout au long de la pandémie, les enseignants et le personnel scolaire se sont concentrés sur les besoins des élèves, tout en essayant de préserver leur propre santé mentale et à retrouver l'équilibre dans de nouveaux modes de vivre et d'enseigner.

UNE NOTE SUR LE BIEN-ÊTRE DES ADULTES

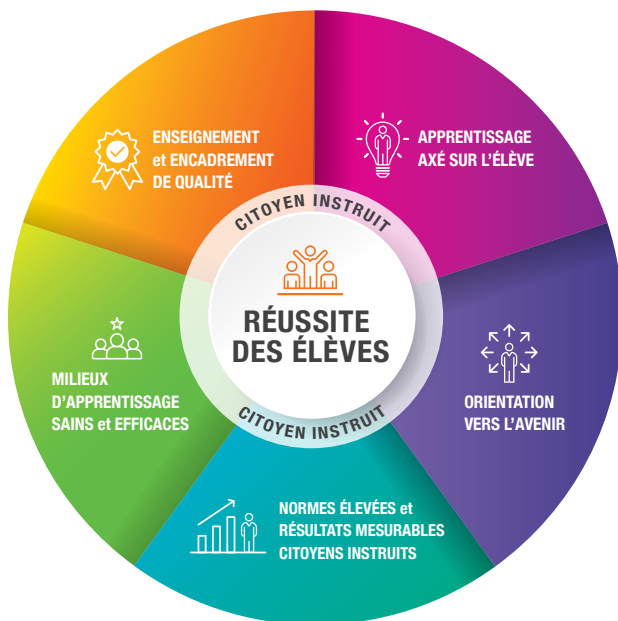
Même si la Stratégie porte essentiellement sur la santé mentale des élèves, nous savons que le bien-être des intervenants adultes du système n'est pas moins important. Les recherches confirment que le stress vécu par les administrateurs scolaires peut avoir des effets nocifs sur le personnel de l'école. Un lien direct a été établi entre le stress de l'enseignant et le niveau de stress des élèves : le premier se propage aux seconds et il affecte leur adaptation sociale et leur rendement scolaire.

Non seulement le stress des adultes a-t-il un effet direct sur les élèves, il peut aussi entraîner une augmentation du nombre de congés de maladie et de demandes de prestations d'invalidité et poser des problèmes de recrutement et de rétention du personnel — dont les contrecoups sont subis par le système éducatif dans son ensemble. L'optique systémique, et plus particulièrement l'importance accordée au modèle de direction axé sur la compassion, permet de constater que le bien-être des adultes est une composante critique de la recherche d'alignement et d'amélioration de la santé mentale à l'échelle du système. En adoptant une approche systémique de la promotion de la santé mentale, le Ministère vise à améliorer la santé mentale des élèves, et à agir globalement sur le rendement à long terme des capitaux investis dans la sphère économique et sociale.

LA SANTÉ MENTALE À L'ÉCOLE

La Stratégie pour la santé mentale à l'école traduit l'engagement du ministère de l'Éducation à poursuivre une approche systémique et systématique de la promotion de la santé mentale à l'école. La Stratégie pour la santé mentale à l'école s'articule autour de trois éléments principaux — **le modèle de direction axé sur la compassion, le renforcement des capacités, et la santé mentale en classe** — qui reposent sur les principes de l'apprentissage socioaffectif que les écoles britanno-colombiennes développent depuis dix ans. La promotion de la santé mentale à l'école, telle qu'elle est exposée dans la présente stratégie, est l'étape suivante de cette transformation du système.

En partant de ces trois éléments, il existe des principes essentiels qui guident les efforts de collaboration destinés à atteindre nos objectifs. Le Ministère souscrit à une approche équitable, respectueuse des cultures et centrée sur les points forts, reposant sur les données et élaborée par une approche collaborative et coconstruite.



POLITIQUE DE RÉUSSITE DES ÉLÈVES DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE

Le ministère de l'Éducation a pour mandat de donner à chaque élève les moyens de réaliser son plein potentiel. Ce mandat se reflète dans la [Politique de réussite des élèves](#), et il inspire notre passion d'œuvrer pour un avenir idéal où tous les citoyens sont instruits, engagés et prospères dans un monde en mutation rapide. En nous concentrant sur le système dans son ensemble qui soutient le personnel enseignant et encadrant tout en restant axé sur l'élève, nous continuerons de promouvoir des milieux d'apprentissage sûrs, sains et bienveillants qui à leur tour favoriseront la réussite continue et mesurable des élèves.

ÉLÉMENT 01

UN MODÈLE DE DIRECTION AXÉ SUR LA COMPASSION

Cultiver le bien-être de tous les acteurs du système avec un modèle de direction à visage humain.

Pour pouvoir contribuer au bien-être et à la capacité d'adaptation des élèves, les adultes doivent disposer des outils et pratiques permettant d'assurer leur propre bien-être. Le modèle de direction axé sur la compassion vise le changement systémique par le travail sur trois axes importants.

- 1| **Travail sur soi** — notamment par l'introspection et la pratique individuelle.
- 2| **Travail sur les relations** — établissement de liens authentiques et création d'un espace où l'on puisse être totalement présent.
- 3| **Travail sur le système** — rapports entre la personne, les autres et le système en général.

Dans le contexte éducatif, la bienveillance comme modèle de direction est une approche qui inspire la transformation et les pratiques d'enseignement exemplaires ouvrant la voie à la réussite des élèves. Elle est ancrée dans la conscience de soi, la conscience sociale, la prise de décision responsable, la gestion de soi et l'entregent. À partir des solides bases de leadership déjà développé, il faut mettre en jeu de nouveaux outils de sensibilisation systémique et tisser la compassion dans toutes les actions.

Actions essentielles à l'application d'un modèle de direction axé sur la compassion

Nous allons :

- faire équipe avec des acteurs principaux de l'éducation afin d'explorer et de promouvoir le bien-être des adultes au sein du système scolaire;
- développer des formations sur le modèle de direction axé sur la compassion et une infrastructure permettant de dispenser ces formations en français comme en anglais;
- incorporer le modèle de direction axé sur la compassion dans l'éducation de la petite enfance afin de faciliter la transition après la maternelle;
- soutenir la mise en œuvre du modèle PIS (prestation intégrée de services) afin de satisfaire les besoins des enfants, des adolescents et de leur famille par une approche globale intégrée et harmonisée en santé mentale.



ÉLÉMENT 02

LE RENFORCEMENT DES CAPACITÉS

Fournir au système scolaire les outils et les ressources nécessaires pour renforcer les capacités de prise en charge des problèmes de santé mentale à l'école.

Alors que la Stratégie pour la santé mentale à l'école concerne principalement la promotion de la santé mentale, le ministère de l'Éducation reconnaît qu'il y a divers degrés de santé mentale et que certains élèves ont besoin de plus d'aide que d'autres. Le cas échéant, l'école se fie aux autres structures du gouvernement et aux services de proximité. Or, l'école est une première étape de prise en charge importante. Cela signifie que le système scolaire doit s'efforcer d'établir des relations constructives avec les organismes associatifs et les fournisseurs de soins locaux afin de pouvoir y diriger les élèves ayant besoin d'une prise en charge plus poussée.

Les chercheurs, les pédagogues, les parents et les élèves sont tous d'accord que le fait de privilégier l'apprentissage socioaffectif, les connaissances de base en santé mentale et les pratiques tenant compte des traumatismes constitue un moyen efficace de promouvoir la santé mentale des élèves.

La participation constructive des communautés autochtones est également importante pour faire en sorte que les initiatives de promotion de la santé mentale soient pertinentes, respectueuses et équitables pour tous les élèves.

L'APPRENTISSAGE SOCIOAFFECTIF est un jeu de compétences particulières qui aident la personne à établir des objectifs, à gérer son comportement, à construire des relations et à assimiler l'information.

LES CONNAISSANCES DE BASE EN SANTÉ MENTALE permettent de savoir comment se développe et s'entretient le bien-être psychologique, de détecter les facteurs de risque et les signes de problèmes mentaux, de trouver de l'aide au besoin, et de réduire la stigmatisation dans ce domaine.

LES PRATIQUES TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES favorisent les milieux d'apprentissage inclusifs et axés sur la compassion; elles reposent sur la compréhension des stratégies d'adaptation, l'accompagnement de l'autonomie et le besoin qu'a l'élève de se protéger de tout stress ou traumatisme supplémentaire.



La C.-B. est reconnue dans le monde entier pour la qualité de ses données, de ses outils et de ses approches en santé mentale; ces données et ces recherches jettent les bases nécessaires au processus d'apprentissage, de développement et d'amélioration continus.

Outre le renforcement des capacités de promotion de la santé mentale, il existe aussi un besoin de renforcement supplémentaire des capacités d'interprétation des données. Le Ministère ne cesse d'améliorer sa collecte de données et ses recherches afin de solidifier les assises d'un dialogue alimenté par l'investigation.

La méthode pédagogique **holistique** reconnaît que la réussite dans les études et la vie est indissociable de l'apprentissage socioaffectif, des connaissances de base en santé mentale et des pratiques tenant compte des traumatismes, trois éléments clés venant appuyer une stratégie systémique de promotion de la santé mentale.

Actions essentielles au renforcement des capacités

Nous allons :

- créer des occasions pour les communautés scolaires de prendre connaissance des tendances et pratiques émergentes et de comprendre les dernières données et recherches;
- développer un réseau de leadership en santé mentale formé de responsables de chaque conseil scolaire;
- déterminer, de concert avec les élèves et les familles, les priorités en santé mentale;
- promouvoir les approches de santé mentale factuelles auprès des enseignants, des familles et des élèves;
- améliorer le recueil et l'analyse des données en santé mentale afin de renforcer les capacités de reconnaître, d'évaluer et de mesurer les améliorations du système et l'état de santé mentale des élèves qui guident les priorités.



ÉLÉMENT 03

LA SANTÉ MENTALE EN CLASSE

Incorporer le bien-être psychologique ainsi que le savoir et les perspectives autochtones dans tous les milieux d'apprentissage.

Nous savons que les relations sont essentielles à l'apprentissage, et les programmes d'études de la maternelle à la douzième année ont été retravaillés en fonction de cette notion pour créer des milieux d'apprentissage sûrs, réconfortants et bienveillants.

Les compétences essentielles et le savoir et les perspectives autochtones sont des éléments fondateurs des nouveaux programmes d'études, et ils s'appliquent à toutes les classes et dans toutes les disciplines. Indépendamment de ces éléments fondateurs, le programme d'éducation physique et santé est centré sur le bien-être et les liens entre santé physique, santé intellectuelle, santé mentale et santé sociale.

Compétences essentielles

Le programme de la maternelle à la douzième année définit trois compétences essentielles : la compétence de communication, la compétence de réflexion et la compétence professionnelle et sociale. Chacune de ces compétences stimule l'apprentissage socioaffectif et prévoit l'intégration des concepts liés au bien-être psychologique à chaque discipline, dans chaque classe. Les compétences personnelles et sociales englobent les compétences dont les élèves ont besoin pour leur épanouissement personnel, mais aussi celles qui sont nécessaires à l'introspection et à l'empathie. Les compétences essentielles étant transversales, les enseignants de toutes les disciplines peuvent saisir les nouvelles occasions d'apprentissage et les relier aux compétences essentielles. En reliant leurs leçons aux compétences essentielles, les enseignants peuvent ainsi aborder les sujets de bien-être psychologique dans n'importe quelle classe.

Le rôle des enseignants dans la santé mentale

Les enseignants ne sont pas des professionnels de la santé mentale, et ils ne devraient pas l'être. Leur rôle consiste à mener un dialogue ouvert avec les élèves au sujet du bien-être psychologique, à leur donner des informations sur la santé mentale, et à les diriger vers les ressources dont ils pourraient avoir besoin.

Savoir et perspectives autochtones

Les nouveaux programmes d'études de la maternelle à la douzième année incorporent le savoir et les perspectives autochtones dans toutes les sphères d'apprentissage de l'élève. Cela signifie que [les principes d'apprentissage des peuples autochtones](#) font partie intégrante de l'enseignement dans des classes où tous les élèves se sentent représentés et en sécurité sur le plan culturel et affectif.

[Les principes d'apprentissage des Peuples autochtones](#) définissent l'apprentissage comme une expérience holistique, réflexive et relationnelle soutenant le bien-être de l'individu, de la famille, de la communauté, de la terre, des esprits et des ancêtres.

Éducation physique et santé

Le programme d'éducation physique et santé est centré sur le bien-être et les liens entre santé physique, santé intellectuelle, santé mentale et santé sociale. En joignant l'éducation physique à l'éducation en santé, le programme d'études met en exergue les liens entre la santé physique et mentale, les relations interpersonnelles positives, l'usage de substances et l'effet des interactions dans la communauté sur le bien-être général.

Actions essentielles à la santé mentale en classe

Nous allons :

- collaborer avec les enseignants au renforcement des outils et ressources nécessaires à l'intégration de la santé mentale et du bien-être psychologique dans chaque classe;
- collaborer avec les éducateurs de la petite enfance à l'amélioration de l'apprentissage socioaffectif des enfants par l'application du cadre pédagogique pour la petite enfance;
- développer une langue et un entendement commun du vocabulaire de la santé mentale afin d'améliorer l'assimilation des connaissances de base du domaine et de réduire la stigmatisation;
- élaborer des stratégies aidant les enseignants à aborder l'usage de substances dans les programmes d'études.

Alignement avec l'éducation de la petite enfance

La qualité du vécu au cours des années préscolaires pose les assises des résultats scolaires et de la santé des enfants et continue de les influencer jusqu'à l'âge adulte.

Le Ministère a élaboré le [Cadre pédagogique pour la petite enfance](#) à l'intention des personnes amenées à intervenir dans l'éducation de la petite enfance. Le cadre établit un lien explicite avec les compétences essentielles des programmes d'études de la maternelle à la douzième année et facilite la transition entre les services de garde de la petite enfance et l'école primaire.

Le cadre aborde par ailleurs la promotion de la santé mentale dans la petite enfance par le biais de l'apprentissage socioaffectif.



CONCLUSION

La Stratégie pour la santé mentale à l'école repose sur beaucoup de recherches et de discussions. Elle est le résultat d'une démarche collaborative ayant recueilli les avis et l'expérience des acteurs de l'enseignement et des organismes associatifs du secteur œuvrant sur le terrain. La Stratégie pour la santé mentale à l'école est le document phare du système scolaire britannico-colombien, et elle vise à fournir aux élèves des assises solides pour leur avenir.

La responsabilité de favoriser la bonne santé mentale des élèves nous incombe à tous. Nous savons que la qualité de l'apprentissage est directement liée au type de relations qui se construisent dans des milieux d'apprentissage sûrs, réconfortants et bienveillants. La Stratégie pour la santé mentale à l'école pose les bases à partir desquelles le travail déjà en cours dans nos écoles peut se poursuivre. En collaborant avec nos partenaires — enseignants, ayants droit et partenaires autochtones, chercheurs, fonctionnaires publics, élèves et parents — nous pouvons créer des milieux sains et constructifs contribuant à la réussite de tous les apprenants.



