



## Version 1

# ÉLÈVES DE LA PRÉMATERNELLE À LA 12<sup>e</sup> ANNÉE AUX TERRITOIRES DU NORD-OUEST

## CADRE DES PROGRAMMES EN SANTÉ MENTALE ET MIEUX-ÊTRE EN MILIEU SCOLAIRE

*Favoriser la résilience des enfants, des jeunes et des familles grâce à des services de santé mentale en milieu scolaire*

K'áhshó got'jne xádá k'é hederi ḡedjhtl'é yeriniwé ni dé dúle.  
Dene kádá

'is Dëne Sųliné yati t'a huts'elkér xa beyáyatı the?ą ?at'e, nuwe ts'ei  
Dëne sułiné

Ɂondı dehgáh got'je zhatié k'éé edat'éh enahddhé níde naxets'é ed  
Dene zhatié

wandak izhii ginjik vat'atr'ijahch'uu zhit yinohthan ji', diits'at ginohl  
Dinjii zhu' ginjik

**Uvanittuaq ilitchurisukupku Inuvialuktun, ququaqluta.  
Inuvialuktun**

◀ ՀՐԱՄԱՆԱԴՐԻ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ, ▶ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ

kīspin ki nitawihtin ē nihiyawihk oma acimowin, tipwāsinān.  
nēhiyawēwin

Tłjchö yati k'èè. Dì wegodi newo dè, gots'o gonede.  
Tłjchö

**Langues autochtones**  
request Indigenous\_languages@gov.nt.ca

An English version of this document is available

# Table des matières

Introduction .....	4
Combattre la stigmatisation .....	4
<b>Le modèle</b> .....	5
Travailler ensemble .....	5
Mise en contexte .....	6
Mesures déjà en place dans les écoles .....	6
La suite des choses .....	6
Vision des services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire .....	7
Objectifs .....	7
Principes directeurs .....	8
Prise en compte des traumatismes .....	8
Adaptation à la culture .....	8
Bonne pratiques .....	9
Leadership bienveillant .....	9
Relations axées sur la personne .....	10
Éducation inclusive .....	10
Services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire .....	11
Niveau 1 : Promotion de la santé mentale et du mieux-être .....	11
Niveau 2 : Prévention et intervention en matière de santé mentale .....	12
Services en santé mentale et mieux-être dans le système de santé .....	14
Niveaux 3 et 4 : Counseling clinique et soins spécialisés et de courte durée .....	14
Normes de reddition de comptes pour les services en santé mentale en milieu scolaire .....	15
Respect de la vie privée, confidentialité et consentement .....	15
Processus d'aiguillage .....	17
Mentorat bienveillant .....	18
Formation et perfectionnement professionnel .....	19
Collecte de données .....	19
Obligations en matière de production de rapports .....	19
Définitions .....	21
Références .....	23
ANNEXE A .....	4

# Introduction

Les experts en santé mentale du Canada connaissent le rôle vital que jouent les écoles dans la promotion du mieux-être chez les élèves. Comme les enfants et les jeunes passent une bonne partie de leur temps à l'école, celle-ci devient une partenaire incontournable dans leur quête d'une bonne santé mentale et du mieux-être. Le présent cadre sert à guider les écoles dans une mise en œuvre efficace des programmes visant à favoriser la santé mentale et le mieux-être des élèves. Ces programmes comprennent notamment des activités de promotion et de prévention qui mettent de l'avant des pratiques positives, renforcent la résilience des élèves et leur fournissent les outils pour composer avec le stress et les situations difficiles.

Comme il est à même de détecter les premiers signes de difficultés chez les enfants, le personnel scolaire est dans une position idéale pour influencer positivement la santé mentale et le mieux-être des élèves. La détection précoce permet d'intervenir rapidement pour aider les élèves et les diriger vers les services dont ils ont besoin, avant qu'une situation de crise ne survienne. Le ministère de l'Éducation, de la Culture et de la Formation (MECF) a conçu le présent cadre pour orienter l'élaboration des programmes régionaux en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire destinés aux élèves des Territoires du Nord-Ouest (TNO).

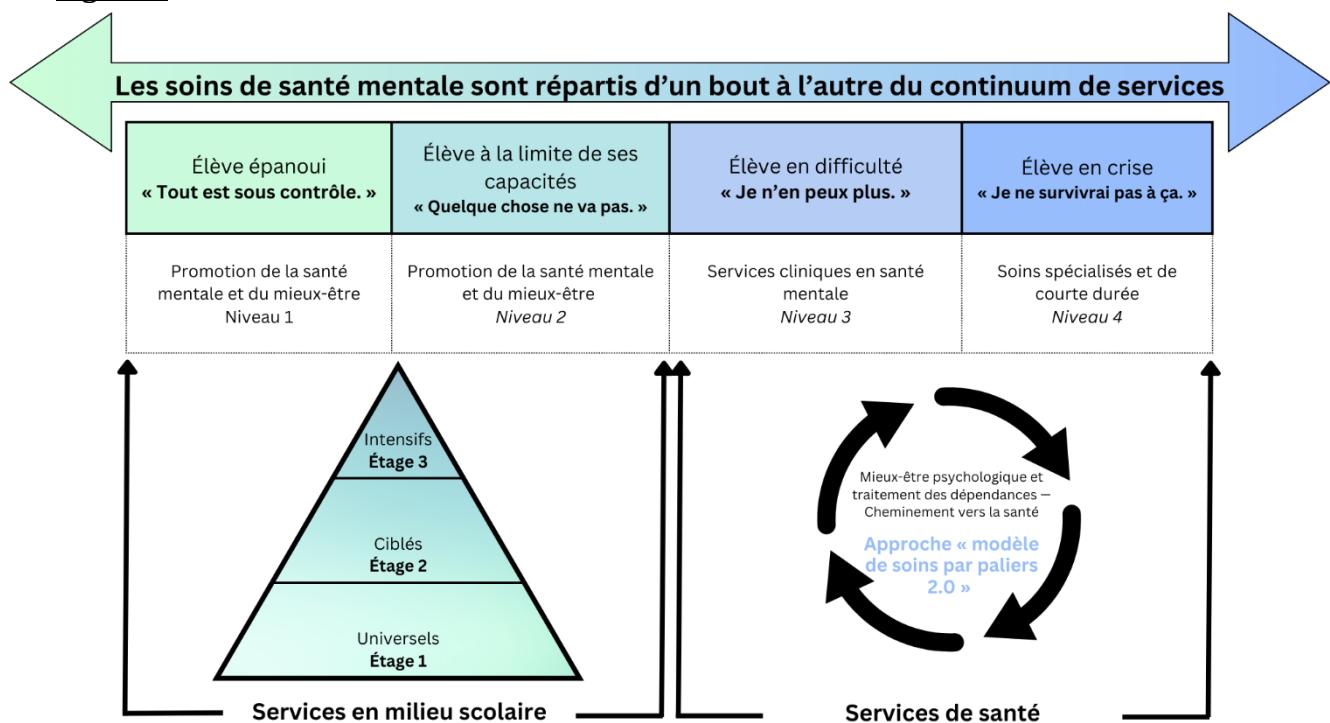
## Combattre la stigmatisation

La santé mentale est un aspect primordial du bien-être; c'est pourquoi chaque personne devrait pouvoir obtenir le soutien dont elle a besoin. Malheureusement, en raison de la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale, des personnes hésitent parfois à demander de l'aide, ce qui entraîne de l'isolement et une aggravation de leur état. Les écoles peuvent jouer un rôle crucial dans la lutte contre la stigmatisation en créant des milieux inclusifs et bienveillants. Si elles présentent la santé mentale et le mieux-être comme des aspects universels et indispensables, et font preuve d'empathie et de compréhension à l'égard des personnes qui vivent des difficultés, elles sont susceptibles d'inciter les enfants, les jeunes et les familles à faire des démarches pour demander de l'aide, au besoin. Une telle approche peut être bénéfique pour la santé mentale des élèves et contribuer à la création de milieux scolaires plus motivants et inclusifs. Ensemble, nous pouvons créer un environnement où la santé mentale est universellement valorisée et mise de l'avant.

## Le modèle

Grâce à leur collaboration, le ministère de l'Éducation, de la Culture et de la Formation (MECF) et le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) favorisent une offre de services diversifiée en santé mentale et mieux-être pour les enfants d'âge scolaire et les jeunes. L'offre est répartie d'un bout à l'autre d'un continuum de services qui regroupe la promotion de la santé mentale, la prévention et les interventions précoces, le counseling clinique et les soins spécialisés (figure 1). Les niveaux compris dans ce modèle recoupent à la fois la logique fondée sur les niveaux du système d'éducation, pour soutenir les élèves dans les écoles, et le « modèle de soins par paliers 2.0 » du système de santé et des services sociaux, visant à opérationnaliser le soutien en santé mentale à l'échelle des TNO. De plus amples détails sont fournis à l'annexe A.

**Figure 1**



## Travailler ensemble

L'efficacité de la collaboration entre les écoles et le Programme de counseling communautaire (PCC) est tributaire d'une relation bien établie et d'une compréhension commune des deux systèmes. Les processus d'aiguillage et le cheminement qu'ils impliquent – de pair avec la compréhension commune des lois et protocoles en matière de **consentement éclairé** et d'échange de renseignements – donnent lieu à un partenariat fructueux en vue de la prestation de services en santé mentale allant d'une extrémité à l'autre du continuum. La promotion du processus de transition entre les services scolaires et les services de santé, une fois le consentement obtenu, vise à répondre aux besoins des enfants et des jeunes en matière de santé mentale de façon complémentaire et efficace.

# Mise en contexte

Les **organismes scolaires** des TNO sont responsables d'offrir des programmes et des services de qualité en santé mentale et mieux-être, notamment grâce à des ressources de soutien de divers niveaux conformes aux principes directeurs établis dans le présent cadre, soit des services qui tiennent compte des traumatismes, qui reposent sur un leadership bienveillant et qui sont adaptés à la culture, axés sur la personne, fondés sur de bonnes pratiques et propices à l'éducation inclusive.

## Mesures déjà en place dans les écoles

Les organismes scolaires savent qu'on optimise l'apprentissage des élèves si on favorise leur santé mentale et leur mieux-être. Dans toutes les écoles des TNO, les organismes scolaires utilisent diverses ressources fondées sur des données probantes et sur les résultats pour promouvoir la santé mentale et le mieux-être, dont les suivantes :

- Plans de sécurité des écoles
- Programme de promotion des relations saines
- Apprentissage socioaffectif
- Autorégulation
- Pratique tenant compte des traumatismes
- Pratiques réparatrices
- Formation sur la lutte contre l'intimidation
- Formation sur la lutte contre le racisme
- Formation Bien vivre ensemble pour le personnel
- Formation continue du personnel

## La suite des choses

Le MECF sait combien il est important de collaborer étroitement avec le MSSS pour garantir l'accès des élèves à des ressources en santé mentale et mieux-être, quels que soient leurs besoins.

Le MECF fournit une direction et une orientation aux organismes scolaires pour l'ensemble du système concernant l'élaboration, la mise en œuvre, le maintien et la surveillance des résultats des services de santé mentale et de mieux-être offerts en milieu scolaire de la prématernelle à la 12<sup>e</sup> année aux TNO.

Pour assurer une prestation efficace des programmes et services en la matière dans les écoles, le présent cadre s'arrime à la Politique sur la santé mentale et le mieux-être en milieu scolaire de la prématernelle à la 12<sup>e</sup> année des TNO et aux lignes directrices connexes.

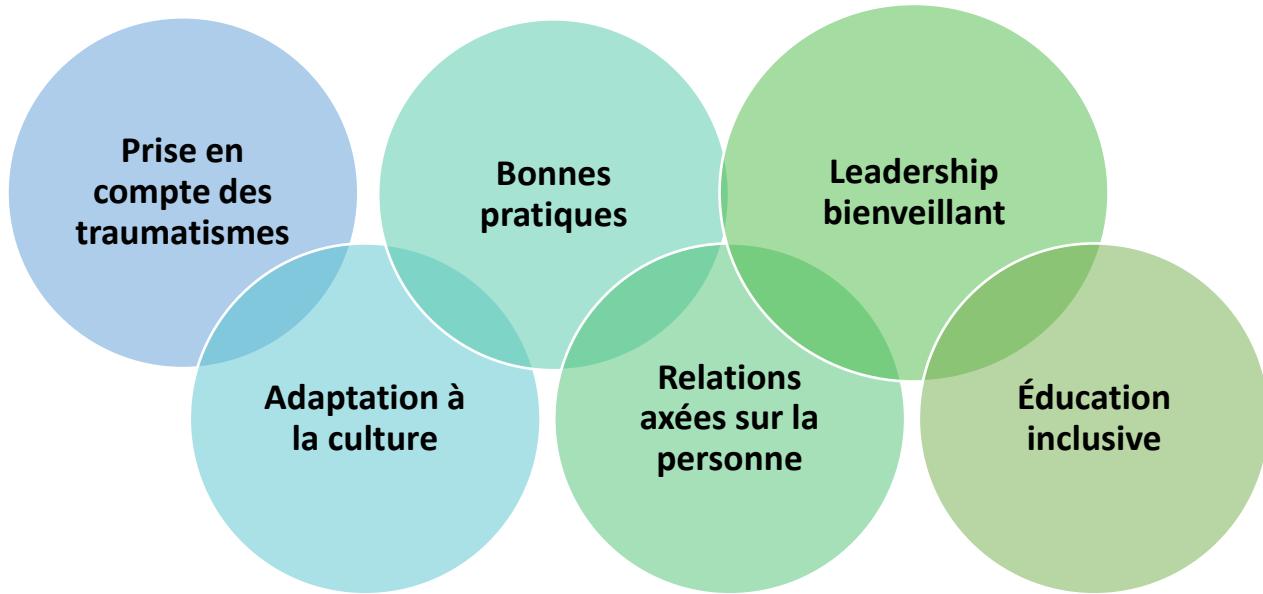
# Vision des services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire

Aux TNO, les élèves ont accès à des services de soutien essentiels en santé mentale et mieux-être et à un milieu d'apprentissage bienveillant. Les ressources offertes dans les écoles mettent de l'avant ces deux aspects par des activités de promotion et de prévention, et des interventions s'appuyant sur une approche globale axée sur les forces.

## Objectifs

1. Mettre en œuvre une approche scolaire globale pour des écoles sûres et solidaires sous l'angle de la promotion de la santé mentale et du mieux-être.
2. Fournir aux élèves des ressources pour les aider à adopter des comportements bénéfiques pour la santé mentale et des stratégies de prévention, comme la régulation des émotions, les stratégies d'adaptation, les relations interpersonnelles et la résolution de problèmes.
3. Répondre de façon précoce et efficace aux besoins en santé mentale des élèves.
4. Établir des partenariats avec les familles, la communauté et les professionnels de la santé et des services sociaux afin d'améliorer la capacité du système à répondre aux besoins de tous les élèves en matière de santé mentale.

# Principes directeurs



## Prise en compte des traumatismes

Pour favoriser la santé mentale et le mieux-être, il faut reconnaître les répercussions du stress traumatique sur la vie des élèves et des membres du personnel. Un milieu favorable à la santé mentale et à la réussite requiert l'adoption de pratiques tenant compte des traumatismes dans la gestion de tous les niveaux de stress et des réactions à ce dernier. Les **fournisseurs de services en mieux-être psychologique** et les enseignants peuvent se concerter pour comprendre les effets du stress et des traumatismes sur eux-mêmes et sur les élèves, leurs répercussions sur le mieux-être affectif et comportemental, et mieux en reconnaître les signes et les symptômes. Ils peuvent alors intervenir concrètement auprès des élèves pour qu'ils se sentent vus, entendus et valorisés. En utilisant des mesures proactives pour créer des milieux scolaires positifs axés sur la résilience et les forces, les écoles contribuent à améliorer la santé mentale et le mieux-être des élèves, tout en réduisant le risque de causer de nouveaux traumatismes.

Avec une approche qui tient compte des traumatismes, le personnel enseignant et les fournisseurs de services en mieux-être psychologique en milieu scolaire utilisent des pratiques uniformes pour créer un environnement inspirant la sécurité et la confiance chez les élèves et leur permettant d'améliorer leur capacité d'adaptation et de nouer de saines relations. Les élèves sont ainsi mieux positionnés pour vivre des réussites, à l'école comme ailleurs dans leur vie.

## Adaptation à la culture

Pour optimiser la santé mentale et le mieux-être pour tous, il faut cultiver des liens porteurs de sens avec la famille, la communauté, l'identité culturelle et la terre en préservant les pratiques et traditions culturelles. Ces dernières sont une source vitale de réconfort, d'orientation et d'inspiration et instillent un profond sentiment d'appartenance et une raison d'être. En honorant et en préservant

ces pratiques et traditions selon un point de vue culturel, les élèves peuvent enrichir leur vie, approfondir leurs relations et nourrir leur esprit, ce qui les amènera à se réaliser dans tous les aspects de leur vie.

Les efforts déployés pour promouvoir la santé mentale et le mieux-être dans les écoles devraient être axés en priorité sur la sensibilité aux réalités culturelles, la sécurité et l'humilité à l'égard de toutes les cultures. Pour créer un environnement sécuritaire et inclusif propice à une promotion culturellement adaptée de la santé mentale et du mieux-être, il importe d'aborder la question de la sécurité culturelle avec une ouverture d'esprit et la volonté d'en apprendre plus sur les croyances et pratiques culturelles des élèves. Cette approche est très efficace pour ancrer un sentiment d'identité et d'appartenance chez les élèves, ce qui peut grandement rehausser leur estime de soi et leur mieux-être psychologique à l'école.

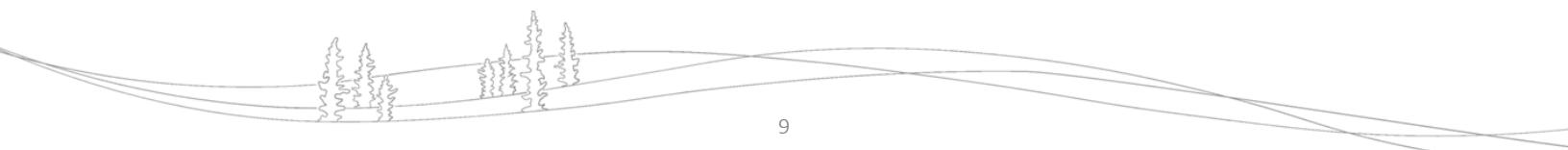
Pour mieux comprendre le contexte culturel aux TNO, consulter le [Guide sur l'éducation et les langues autochtones de la prématernelle à la 12<sup>e</sup> année : nos peuples, nos terres, nos approches, nos langues](#).

## Bonnes pratiques

L'efficacité des services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire repose sur une compréhension globale des personnes et des communautés servies, notamment des aspects physique, affectif, mental et spirituel. Les **bonnes pratiques** consistent à tenir compte du savoir, des perspectives et des expériences locales et autochtones pour transcender les modèles habituels. Pour offrir des services en santé mentale aux enfants et aux jeunes dans les écoles, il est essentiel d'adopter des pratiques et des services qui sont adaptés sur le plan culturel et soutenus par des approches **fondées sur des données probantes**. On encourage ainsi des interventions pratiques et efficaces auprès des élèves. Les services devraient s'ancrer dans des connaissances objectives et être offerts de façon réfléchie, en tenant compte des besoins uniques de chacun. En adaptant les techniques et les approches aux besoins, les enfants et les jeunes reçoivent une aide pertinente et accessible qui leur apprend à gérer leur mieux-être psychologique et à s'épanouir dans leur quotidien.

## Leadership bienveillant

Il faut encourager les adultes à prioriser leur santé mentale et leur mieux-être; le système d'éducation peut en bénéficier, puisque les membres du personnel enseignant prêchent ainsi par l'exemple et sont en mesure de répondre efficacement aux besoins des élèves. Le leadership bienveillant mise sur l'introspection, la pleine conscience et la gestion du stress. Les enseignants sont appelés à trouver un équilibre mental avec des outils et des pratiques efficaces qui améliorent la santé mentale. Outre les bienfaits qu'ils en tirent, ils contribuent aussi à créer un environnement sain et propice où les élèves peuvent se réaliser sur le plan scolaire et affectif. Pour faire de la santé mentale une priorité dans le système d'éducation, il faut tenir compte de chacun de ses membres.



## Relations axées sur la personne

L'établissement de relations axées sur la personne vise à répondre aux besoins uniques de chaque personne, en tenant compte de ses expériences, valeurs, besoins et préférences dans les décisions et la prestation des services. Cette approche a pour but de comprendre l'expérience de la personne, selon son point de vue. Lorsqu'une école adopte ce type d'approche, le personnel et la direction doivent en respecter les principes, soit d'avoir des relations et des interactions empreintes de respect, de dignité et de compassion avec les pairs, le personnel, les élèves et les familles. Pour ce faire, la personne est placée au centre des décisions et se voit offrir la possibilité d'améliorer ses connaissances, ses aptitudes et sa confiance afin d'atteindre ses objectifs individuels dans le milieu d'apprentissage.

## Éducation inclusive

L'éducation inclusive, cruciale dans la promotion de la santé mentale dans les écoles, consiste à créer un environnement accueillant et respectueux où les élèves se sentent valorisés et appuyés, quels que soient leur passé, leur culture et leurs capacités. En matière de santé mentale, l'éducation inclusive consiste à reconnaître et à respecter la diversité, et à répondre aux besoins uniques de tous les élèves, y compris ceux qui vivent des problèmes de santé mentale. Il peut s'agir, notamment, de fournir une gamme de services accessibles aux élèves, quels que soient leur statut socio-économique et leurs capacités. En promouvant l'éducation inclusive, les écoles peuvent contribuer à réduire la stigmatisation et favoriser un sentiment d'appartenance et de connexion chez les élèves, des facteurs incontournables dans la promotion de la santé mentale.

# Services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire

La **promotion** s'entend d'initiatives proactives qui mettent de l'avant les comportements, habitudes de vie et relations ayant une incidence positive sur la santé mentale en favorisant la croissance et le développement des enfants et des jeunes dans leur globalité. Ultimement, la promotion de la santé mentale vise à cultiver la résilience des élèves pour les aider à composer avec le stress et les difficultés de la vie.

La **prévention** consiste à s'attaquer aux facteurs de risque et à mettre en place des mesures proactives pour éviter que les préoccupations liées à la santé mentale deviennent de réels problèmes, notamment par la détection précoce et les interventions visant à renforcer les facteurs de protection chez les élèves et dans l'environnement. Ultimement, la prévention vise à réduire les préoccupations liées à la santé mentale dans la population scolaire.

La promotion, la prévention et les interventions relatives à la santé mentale sont des ingrédients essentiels à la bonne santé mentale et au mieux-être des enfants et des jeunes.

## Niveau 1 : Promotion de la santé mentale et du mieux-être

Les services de promotion de la santé mentale reposent sur des stratégies universelles et proactives visant l'ensemble des élèves : habitudes et structures favorisant la santé et le mieux-être, apprentissages socioaffectifs, possibilités d'apprentissage pour le personnel et les élèves, outils d'autoassistance et de régulation, campagnes de lutte contre l'intimidation et la stigmatisation, etc.

La promotion de la santé mentale est portée par tous les volets du milieu scolaire, qui favorisent la résilience et atténuent l'**internalisation** et l'**externalisation** de problèmes par des stratégies favorables à la santé mentale et au mieux-être, dont les suivantes :

- Promouvoir chez les élèves les compétences favorables à une bonne santé mentale, comme les compétences sociales, affectives et de régulation.
- Par des programmes fondés sur des données probantes, créer un climat scolaire positif et apprendre aux élèves à gérer l'intimidation et les conflits, à résoudre les problèmes, à développer de saines relations avec leurs pairs, à participer à des activités pour prévenir le suicide et la consommation de substances, etc.
- Proposer des programmes et de la formation pour promouvoir la vie, les habitudes propices à la santé mentale et au mieux-être, l'amélioration des connaissances sur la santé mentale et la réduction de la stigmatisation qui y est associée (p. ex., encourager les gens à demander de l'aide).
- Mettre en œuvre des programmes d'apprentissage social et affectif, des pratiques et services conçus pour améliorer la capacité des élèves à réguler leurs émotions, à résoudre des problèmes et à interagir socialement.
- Mettre en œuvre des programmes et des interventions pour accroître la sécurité et l'inclusion culturelles et s'attaquer au racisme et à la discrimination contre les élèves,

notamment les personnes bispirituelles, lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queers, intersexes (2ELGBTQIA+) et autres.

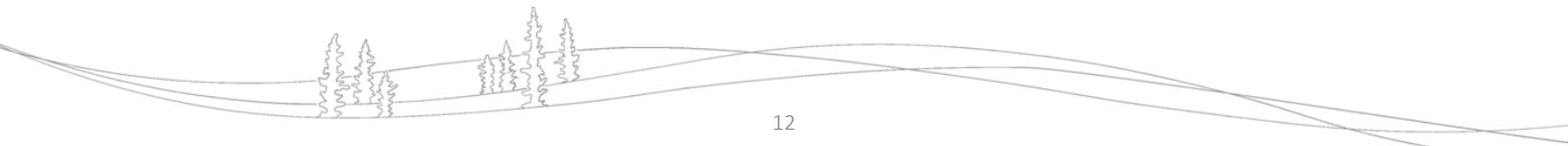
## Niveau 2 : Prévention et intervention en matière de santé mentale

Les services de prévention en santé mentale en milieu scolaire font partie intégrante du soutien au mieux-être des élèves. S'arrimant aux activités de promotion universelles, ils offrent un soutien additionnel aux élèves présentant des vulnérabilités ou des besoins précis. Ces interventions visent à réduire l'internalisation (inquiétude excessive, isolement social, démoralisation persistante, etc.) et l'externalisation (agitation, passages à l'acte, opposition, etc.) chez les élèves à risque de développer des problèmes de santé mentale.

Les services de prévention, idéalement offerts sous forme individuelle ou en petits groupes, favorisent l'acquisition de diverses compétences, comme savoir gérer ses émotions, apprendre à se concentrer, faire diminuer l'inquiétude excessive et acquérir des stratégies d'adaptation et de résolution de conflits et de problèmes. Voici des exemples d'interventions de ce type :

- Créer une culture scolaire où les enseignants et le personnel scolaire sont formés pour reconnaître les signes précurseurs de préoccupations liées à la santé mentale chez les élèves et s'y retrouver dans le réseau local de ressources en santé mentale.
- Évaluer les besoins des élèves afin de mettre en œuvre des stratégies de prévention et des mesures de soutien appropriées, avec le concours de l'élève.
- Mettre en place des services d'intervention précoce pour les élèves ayant besoin d'autres ressources :
  - Groupes d'exploration du stress, du deuil, de la colère, de l'inquiétude, de la tristesse, etc.
  - Soutien en petits groupes ou sous forme individuelle par l'entremise d'une approche d'acquisition d'aptitudes axée sur l'adaptation, la régulation des émotions, la résolution de problèmes et les relations interpersonnelles.
- Élaborer des plans de mieux-être, de soutien affectif et de sécurité.
- Explorer les services en santé mentale pour aider les élèves à accéder aux ressources locales et virtuelles (processus d'aiguillage).

L'approche d'acquisition d'aptitudes vise à enseigner des aptitudes aux élèves et à leur transmettre les outils nécessaires pour les appliquer. Si des interventions thérapeutiques sont nécessaires, il faut faire appel à un professionnel en santé mentale, qui possède la formation, les connaissances et les compétences nécessaires. Autrement dit, les services de santé mentale offerts en milieu scolaire aident les élèves à développer des aptitudes et pratiques qui, dans leur quotidien, favorisent leur santé mentale et leur mieux-être. Cela signifie, par exemple, de parler ouvertement des sentiments et de ne pas hésiter à approcher un enfant ou un jeune qui est manifestement contrarié ou qui a de la difficulté à contrôler ses émotions. Les interventions thérapeutiques, quant à elles, vont plus loin;



elles visent à « dénouer » les expériences, émotions, raisonnements et autres dans un cadre compétent et sécuritaire.

Il faut habituellement avoir une bonne capacité d'adaptation pour créer un lien thérapeutique en vue de « dénouer » des facteurs de stress et des expériences antérieures. C'est à ce chapitre que les services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire jouent un rôle essentiel, c'est-à-dire en préparant l'élève à la prochaine étape de son cheminement, lorsqu'il sera prêt à faire le saut.

Le counseling clinique offert dans le cadre des services de santé doit être fourni par des professionnels en santé mentale ayant le titre et la formation nécessaires pour faire des interventions valides et adaptées à l'intention première. Les conseillers embauchés par les écoles, à l'interne ou sous contrat, ont pour principal mandat d'assurer la prestation des services de niveaux 1 et 2. La supervision clinique doit être assurée par l'école. Dans la plupart des cas, les élèves qui ont besoin de services de niveaux 3 et 4 sont dirigés à l'externe, vers le système de santé et de services sociaux.

Le cas échéant, l'échange de renseignements entre le système et l'école ou le sous-traitant ne peut avoir lieu qu'avec le consentement de l'élève ou de son parent, tuteur ou aidant.

# Services en santé mentale et mieux-être dans le système de santé

## Niveaux 3 et 4 : Counseling clinique et soins spécialisés et de courte durée

Voici les services offerts dans le système de santé et de services sociaux :

- Counseling clinique pour les personnes et les familles (p. ex., troubles de santé mentale concomitants, trouble de l'alimentation, problème de dépendance ou de consommation de drogues, troubles complexes liés à un traumatisme ou à un deuil, violence familiale et traumatismes intergénérationnels)
- Thérapie familiale
- Groupes de thérapie (thérapie comportementale dialectique, deuil, etc.)
- Consultations spécialisées en santé mentale
- Intégration dans le système de santé et collaboration (psychiatrie, médecine, soins de courte durée, etc.)

# Normes de reddition de comptes pour les services en santé mentale en milieu scolaire

## Respect de la vie privée, confidentialité et consentement

Dans le système d'éducation, chaque intervenant est tenu de respecter les exigences légales et les normes éthiques professionnelles encadrant les droits des élèves en matière de respect de la vie privée et de confidentialité. Il est essentiel que les élèves connaissent et comprennent le rôle des personnes qui offrent les services ainsi que les limites des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire quant au respect de la vie privée et à la confidentialité. Ces limites établissent clairement le type de renseignements qui doit légalement être divulgué par le personnel scolaire, et à qui ils doivent l'être. Il faut vraiment s'assurer que l'élève sait qui, dans l'équipe responsable des services en santé mentale et mieux-être, a accès à ses renseignements. Il s'agit d'une condition *sine qua non* au maintien de relations sécuritaire dans l'accès aux services en santé mentale des TNO. Pour en savoir plus sur les responsabilités et les procédures, consulter les procédures opérationnelles des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire du MECF.

### Consentement éclairé

Le consentement éclairé est un droit qu'ont tous les élèves et qui doit être respecté dans le cadre d'un lien thérapeutique. Cela signifie que l'élève peut accepter ou non que ses renseignements soient divulgués, et choisir de recevoir ou non les services. Les élèves et les parents ou tuteurs ont le droit d'être informés des types de services disponibles : programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire, programmes virtuels en santé mentale et programmes communautaires locaux (Programme de counseling communautaire, programmes d'aide aux communautés autochtones, programmes de mieux-être communautaire, etc.). Ils ont aussi droit de regard sur l'échange de renseignements. Le consentement éclairé est un processus continu et dynamique dans lequel l'élève ou les parents ou tuteurs sont informés du rôle des services de santé mentale offerts en milieu scolaire et des demandes d'échange de renseignements entre les services en santé mentale de l'école et ceux assurés à l'externe.

### Considération de l'âge dans l'accès aux services

Aux TNO, il n'y a pas d'âge minimum de consentement pour recevoir des services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire; tout dépend de la capacité de la jeune personne à donner un consentement éclairé. Est considérée comme étant apte à consentir toute personne qui comprend :

1. l'information relative au traitement proposé;
2. les conséquences raisonnablement prévisibles du consentement ou du refus.

*REMARQUE : En vertu du paragraphe 25(1) de la Loi sur l'éducation, un parent d'élève a le droit de s'informer de ses progrès, de sa conduite et de son assiduité et d'être associé aux décisions qui portent atteinte de façon significative à l'éducation, à la santé et à la sécurité de celui-ci.*

Le paragraphe ne précise pas ce que signifie « porter atteinte de façon significative » à l'éducation, à la santé et à la sécurité d'un élève ni le type de « décisions » dont il est question. Chaque décision peut être évaluée pour déterminer l'ampleur des répercussions, et l'élève doit être informé des exigences s'appliquant à l'échange de renseignements, soit les limites de la confidentialité. Il est recommandé de prendre ces décisions en consultation ou en équipe, par exemple avec le concours de l'équipe de soutien scolaire.

Toute politique régissant l'accès aux services doit trouver un équilibre entre le droit des parents de prendre part aux décisions importantes concernant la santé, l'éducation et la sécurité de l'élève, et les questions liées à la protection de la vie privée abordées à l'article 32 et dans la *Loi sur l'accès à l'information et la protection de la vie privée*, et au concept de « mineur mature » de la common law, qui vise à assurer l'intérêt supérieur de l'élève.

Un mineur mature est un enfant ou un jeune qui n'a pas l'âge de la majorité (19 ans), mais qui est capable de comprendre la nature et les conséquences de ses décisions et qui, au terme d'un processus d'évaluation continue, a été jugé assez mature pour prendre des décisions concernant ses soins.

## **Échange de renseignements**

L'échange de renseignements sert exclusivement à fournir l'information nécessaire aux personnes tenues de la connaître; il doit se faire conformément aux lois fédérales et territoriales régissant les questions de confidentialité et de protection de la vie privée, aux protocoles organisationnels établis et aux processus de consentement éclairé, et par des modes de transfert d'information sécurisés. Pour en savoir plus sur les responsabilités et les procédures, consulter les procédures opérationnelles normalisées des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire du MECF.

## **Espaces pour les services thérapeutiques**

Pour offrir des services de mieux-être psychologique en milieu scolaire, il est important de disposer de locaux convenant aux activités de promotion et de prévention, qu'il s'agisse de séances de groupe ou sous forme individuelle. Pour choisir les locaux, il faut tenir compte du confort, de la sécurité et de la protection de la vie privée des élèves et garder en tête des facteurs comme l'achalandage, la fenestration, les portes et le bruit ambiant. L'endroit doit être accueillant, apaisant, sécuritaire et accessible, tout en préservant une certaine confidentialité.

## **Normes relatives à la consignation et à l'entreposage des dossiers**

Il est important d'accorder du temps aux fournisseurs de services de mieux-être psychologique pour consigner les services offerts et les interventions réalisées, de façon à être conformes aux lois ainsi qu'à l'éthique et aux normes de pratique professionnelle. Ils doivent par ailleurs avoir accès à des options sécuritaires pour classer leurs documents et leurs dossiers.

Conformément aux pratiques exemplaires en matière d'accès à l'information et de protection de la vie privée, les organismes scolaires doivent utiliser des systèmes de stockage des fichiers électroniques cryptés ou protégés par un mot de passe. Si l'école ou l'organisme scolaire souhaite

conserver des copies papier des dossiers confidentiels, ces derniers doivent être rangés dans un classeur verrouillé entreposé dans un local privé sous clé. Pour en savoir plus sur les responsabilités et les procédures, consulter les procédures opérationnelles normalisées des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire du MECF.

## Processus d'aiguillage

### Processus d'aiguillage à l'interne

- *Un graphique sera ajouté en annexe dès qu'il sera approuvé.*
- Les interventions en matière de santé mentale et de mieux-être sont complètement volontaires. L'élève doit avoir le choix d'accepter ou de refuser le service sans risque de conséquence ou de pénalité.
- Les processus d'aiguillage doivent respecter les processus liés au consentement éclairé et à la confidentialité.
- Chaque région ou école est responsable de l'établissement d'un processus d'aiguillage à l'interne uniforme qui répond aux exigences suivantes :
  - Permet de détecter les élèves susceptibles de bénéficier d'interventions préventives de niveau 2 en santé mentale. L'élève qui est aiguillé vers ces services ou activités doit y participer de façon volontaire.
  - Les élèves et les familles peuvent demander des services de niveau 2 (demande d'accès direct).
  - Les conseillers communautaires peuvent aiguiller les élèves vers des services de niveau 2 offerts par des fournisseurs de services en mieux-être psychologique.

### Processus d'aiguillage à l'externe et partenaires communautaires

- *Un graphique sera ajouté en annexe dès qu'il sera approuvé.*
- L'aiguillage d'un élève vers le Programme de counseling communautaire local de l'Administration des services de santé et des services sociaux concernée peut être fait par l'école, par un fournisseur de soins de santé, par un membre de la famille ou par l'élève lui-même. Tous les services de counseling offerts par l'Administration sont **volontaires** et requièrent le consentement de la personne ou du parent ou tuteur. Il faut aussi obtenir un consentement approprié concernant la divulgation de renseignements entre l'Administration et le personnel scolaire.
- Durant le processus d'aiguillage, il est possible de fournir un soutien additionnel aux élèves :
  - Expliquer le processus d'aiguillage à l'élève ou à sa famille pour l'aider à obtenir le niveau de service souhaité et nécessaire;
  - Une fois que l'élève a été aiguillé vers des ressources à l'externe, l'accompagner dans les étapes subséquentes en l'aidant à surmonter les obstacles physiques et psychologiques qui l'empêchent de poursuivre la démarche.

### Accompagnement dans la transition

- Promouvoir des partenariats entre les services de santé et de services sociaux et l'école lorsque les élèves passent d'un système à l'autre pour obtenir des services en santé mentale,

et voir à obtenir les consentements appropriés en prenant soin d'expliquer les droits et limites en matière d'échange de renseignements.

- Mettre de l'avant les pratiques uniformes déjà en usage dans l'école pour les transferts d'une classe ou d'une école à l'autre afin de favoriser le soutien en santé mentale.

## Mentorat bienveillant

Les services en santé mentale et mieux-être offerts par des fournisseurs du milieu scolaire peuvent être exigeants sur les plans affectif et psychologique. Le mentorat bienveillant est un mécanisme qui permet aux fournisseurs de services en mieux-être et non spécialisés de recevoir en continu des conseils, un accompagnement et un soutien affectif par un **spécialiste en santé mentale**.

La prestation efficace de programmes et services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire est essentielle à l'équilibre des élèves. Le mentorat bienveillant offert sur une base régulière y contribue et fait en sorte que les services sont offerts de façon éthique et contextuelle, et qu'ils sont fondés sur des données probantes. Par ailleurs, il donne aux fournisseurs en milieu scolaire une plateforme où évaluer l'efficacité de leurs services, tester des pratiques fondées sur des données probantes en milieu scolaire et valider certains cas complexes. En adoptant cette pratique, les écoles s'assurent que leurs programmes et services en santé mentale offrent les meilleurs soins possible aux enfants et aux jeunes.

Lorsqu'il est de qualité, le mentorat bienveillant s'avère très efficace pour accroître la capacité et atténuer les traumatismes par procuration des fournisseurs de services en mieux-être psychologique des écoles. L'importance du mentorat réside dans son efficacité à bonifier les capacités de résolution de problèmes, notamment pour les préoccupations liées à la santé mentale des élèves, à favoriser une prestation de services créative, à encourager la réflexion personnelle pour améliorer la conscience émotionnelle et à améliorer la qualité des services en santé mentale de niveaux 1 et 2.

### Pourquoi le mentorat bienveillant est-il important?

Permet aux fournisseurs en milieu scolaire de consolider leurs aptitudes et leur savoir;

Permet aux fournisseurs en milieu scolaire d'élargir leurs connaissances en matière de santé mentale;

Contribue à combler les lacunes entre les services de niveau 2 et de niveau 3;

Favorise de meilleurs résultats en santé mentale et mieux-être chez les élèves.

**REMARQUE :** Les organismes scolaires des TNO doivent s'assurer que ce type de soutien est accessible aux titulaires de postes embauchés dans le cadre du programme en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire. La Politique sur la santé mentale et le mieux-être en milieu scolaire du MECF et les procédures opérationnelles du programme précisent les responsabilités et les procédures.

## Formation et perfectionnement professionnel

Il est important d'investir dans le perfectionnement pour assurer la réussite des fournisseurs de services en mieux-être psychologique œuvrant en milieu scolaire. Pour soutenir efficacement les élèves, ces fournisseurs doivent avoir accès à de la formation, du mentorat bienveillant et des cours, qui leur permettront de se mettre à jour avec les études et les nouvelles pratiques fondées sur des données probantes. Pour ces intervenants, les lacunes dans le perfectionnement peuvent mener à de l'insatisfaction au travail et à des occasions ratées d'accroître leurs capacités et de découvrir d'autres types d'interventions susceptibles de profiter aux élèves.

Un plan de perfectionnement devrait être établi pour l'année scolaire par le fournisseur de services en mieux-être psychologique et le directeur d'école ou le coordonnateur régional. Le coordonnateur des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire et la personne responsable du mentorat bienveillant peuvent cibler les domaines propices à l'apprentissage et à la croissance.

## Collecte de données

La collecte de données et l'évaluation de programme font partie intégrante du plan de surveillance continue des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire. Les procédures opérationnelles normalisées du MECF donnent de plus amples renseignements sur les outils, responsabilités et mesures en matière de collecte de données.

La collecte de données est une étape nécessaire à la production de rapports à divers échelons du système d'éducation :

- Le MECF utilise les données pour orienter ses politiques, améliorer les lignes directrices, demander des fonds et affecter efficacement les ressources financières.
- Les organismes scolaires utilisent les données pour prendre des décisions éclairées sur l'affectation des ressources et effectuer une planification efficace afin de répondre aux besoins des écoles de chacune des régions en matière de services en santé mentale.
- Pour les écoles, les données aident l'administration scolaire et les fournisseurs de services en mieux-être psychologique à cerner les habitudes et les tendances susceptibles d'orienter les approches à adopter pour la mise en place de différents niveaux de services en santé mentale.
- Les données permettent enfin de cibler les domaines où le soutien pourrait être amélioré pour optimiser les résultats chez les personnes et les groupes, et de mesurer les progrès au fil du temps.

## Obligations en matière de production de rapports

### Entre les fournisseurs de services en mieux-être psychologique et la direction

Les obligations en matière de production de rapports consistent à veiller au respect des lois sur la confidentialité et la protection de la vie privée et à s'assurer que les **élèves sont informés des limites de la confidentialité dans les services en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire**. Des pratiques uniformes sont nécessaires pour faciliter le rapport entre la direction et le fournisseur de services en mieux-être psychologique, ainsi que pour préserver le lien de confiance

entre ce dernier et les élèves. Pour en savoir plus sur les responsabilités et les procédures, consulter les procédures opérationnelles normalisées des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire du MECF.

### **Entre les organismes scolaires et le MECF**

Les organismes scolaires seront tenus d'inclure des détails concernant les programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire dans leur plan d'exploitation annuel et leur rapport annuel pour chacune de leurs écoles et collectivités. Ils doivent utiliser les indicateurs et les échéanciers établis dans les procédures opérationnelles normalisées des programmes en santé mentale et mieux-être en milieu scolaire du MECF.

# Définitions

**Approche scolaire globale :** Mesure concertée et collaborative prise par une communauté scolaire et conçue stratégiquement pour améliorer, de façon continue, les apprentissages, la santé mentale et le mieux-être des élèves.

**Bonnes pratiques :** Pratiques qui reconnaissent la sagesse des pratiques autochtones en vue de prendre soin des personnes dans leur globalité (aspects physique, affectif, mental et spirituel).

**Externalisation de problèmes de santé mentale :** Manifestation de comportements qui perturbent le fonctionnement au quotidien : impulsivité, opposition, difficultés relationnelles, difficulté de concentration, agressivité, etc.

**Fondé sur des données probantes :** Information qui s'appuie sur des données de recherche, l'expertise et les préférences des bénéficiaires des services afin d'orienter les décisions relatives à la prestation de services en santé mentale. Une telle démarche requiert une revue de la littérature, soit l'examen critique et la synthèse des études, pour déterminer les meilleures approches. Une approche fondée sur des données probantes vise à offrir les meilleurs soins possible, en fonction de données fiables et à jour.

**Fournisseurs de services en mieux-être psychologique :** Intervenants qui jouent un rôle proactif pour aider les élèves à se préparer à affronter et à gérer les difficultés du quotidien. Ils cultivent chez les élèves l'amélioration de l'image de soi, l'enthousiasme et le sentiment d'appartenance en les aidant à acquérir les aptitudes nécessaires et les comportements bénéfiques pour la santé mentale.

**Internalisation de problèmes de santé mentale :** Dissimulation de difficultés affectives et psychologiques qui, si elles sont ignorées, peuvent nuire considérablement au fonctionnement d'une personne au quotidien et à son bien-être général. Les difficultés de ce type passent souvent inaperçues, puisqu'elles ne sont pas apparentes. Les personnes aux prises avec un problème de santé mentale internalisé présentent souvent des signes d'inquiétude excessive, d'isolement social, de démoralisation et de faible estime de soi ainsi qu'une perte d'intérêt pour des activités autrefois prisées.

**Organisme scolaire :** Une administration scolaire de district, un conseil scolaire de division, une commission scolaire francophone de division, l'Agence de services communautaires tlicho (ASCT) ou l'ensemble de ces organismes, selon le cas.

**Préoccupation liée à la santé mentale :** Questions soulevées à l'égard de la santé mentale d'une personne lorsque celle-ci adopte soudainement de nouveaux comportements ou des pratiques nuisibles à sa santé mentale. Par exemple, lorsqu'elles sont confrontées à des situations difficiles comme une rupture amoureuse ou une perte d'emploi, certaines personnes peuvent adopter des comportements malsains (consommation de substances, isolement, anxiété extrême, etc.) ou commencer à entretenir des pensées négatives persistantes (méfiance envers autrui, faible estime de soi, etc.) qui nuisent à leur capacité de maintenir de saines relations, de fonctionner de façon autonome ou de profiter de la vie.

**Prévention en matière de santé mentale :** Mesures ou interventions visant à stopper la progression des préoccupations liées à la santé mentale en s'attaquant aux facteurs de risques et en renforçant les facteurs de protection (aptitudes à réguler les émotions, à s'adapter, à résoudre des problèmes, etc.) avant même qu'un trouble de santé mentale soit décelé.

**Promotion de la santé mentale :** Mesure qui encourage et facilite la mise en place de facteurs de protection et l'adoption de comportements favorisant la santé mentale et le mieux-être en général. Ces mesures visent à aider les personnes à cultiver et à maintenir de saines relations et habitudes, et un mode de vie sain, ce qui est propice au maintien d'une bonne santé mentale malgré le stress et les épreuves.

**Spécialiste en santé mentale :** Professionnel ayant la formation et l'expertise requises pour évaluer, traiter et prévenir les troubles de santé mentale : psychiatre, psychologue, conseiller en santé mentale et autres professionnels de la santé spécialisés en santé mentale.

**Volontaire :** Consentement d'un enfant ou d'un jeune à recevoir des services en santé mentale qui lui sont offerts, une fois qu'il en a compris la teneur.

## Références

- Braam, M. W. G., S. P. A. Rasing, D. A. M. Heijs, J. Lokkerbol, D. D. van Bergen, D. H. M. Creemers et J. Spijker (2023). « Closing the gap between screening and depression prevention: a qualitative study on barriers and facilitators from the perspective of public health professionals in a school-based prevention approach », *BMC Public Health*, 23(1), 1-14. <https://doi-org.berlioz.brandonu.ca/10.1186/s12889-023-15705-9>
- Collier, S., R. Meyen, S. Smith, C. Valentin et E. Eustache (2021). « Enhancing quality supervision for the delivery of mental health care through nonspecialist clinicians in resource-limited settings », *Harvard Review of Psychiatry*, 29(6), 390-400. Doi : 10.1097/HRP.00000000000313
- Collings, P., E. Ready et O. M. Medina-Ramírez (2023). « An Ethnographic Model of Stress and Stress Management in Two Canadian Inuit Communities », *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 54(3), 407-428.
- Crooks, C. V., E. Cwinn et K. Short (2022a). « Evidence-Based, Implementation-Sensitive Approaches to School Mental Health: Introduction to the Special Issue », *Canadian Journal of Community Mental Health*, 41(3), 1-4. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.7870/cjcmh-2022-036>
- Crooks, C. V., A. Fortier, R. Graham, M. E. Hernandez, E. Chapnik, C. Cadieux et K. A. Ludwig (2022b). « Implementing a Brief Evidence-Based Tier 2 School Mental Health Intervention: The Enablers and Barriers as Seen through a Clinical Team Supervisor Lens », *Canadian Journal of Community Mental Health*, 41(3), 139-156. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.7870/cjcmh-2022-017>
- Clarke, A., M. Sorgenfrei, J. Mulcahy, P. Davie, P., C. Friedrich et T. McBride (2021). *Adolescent mental health: A systemic review of the effectiveness of school-based interventions*. <https://www.eif.org.uk/report/adolescent-mental-health-a-systematic-review-on-the-effectiveness-of-school-based-interventions>
- Johnstone, K. M., E. Kemps et J. Chen (2018). « A Meta-Analysis of Universal School-Based Prevention Programs for Anxiety and Depression in Children », *Clinical Child & Family Psychology Review*, 21(4), 466-481. <https://doi-org.berlioz.brandonu.ca/10.1007/s10567-018-0266-5>
- Kilgus, S. P., C. Oddleifson, A. Kittelman et D. A. Rowe (2022). « Enhancing Support for Student Mental Health in Schools », *Teaching Exceptional Children*, 55(2), 84-87. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.1177/00400599221147085>
- Linklater, Renee (2014). *Decolonizing trauma work: Indigenous stories and strategies*. Halifax, Nouvelle-Écosse (Canada) : Fernwood Publishing.
- Mák, G., A. Fortier, H. S. Fowler, A. Bobadilla et J. Rae (2022). « Focusing on Uptake: The Evolution of an Evidence-Informed Classroom Resource for Student Mental Health », *Canadian Journal of Community Mental Health*, 41(3), 57-75. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.7870/cjcmh-2022-023>
- Miles, J., R. C. Espiritu, N. Horen, J. Sebian et E. Waetzig (2010). *A public health approach to children's mental health: A conceptual framework*. Washington, D.C. : Georgetown University Center for Child and Human Development, National Technical Assistance Center for Children's Mental Health.
- Ryan, E. et M. Jenkins (2020). « The Bridge in Schools: a psychodynamic impact model for child mental health in disadvantaged areas », *Journal of Child Psychotherapy*, 46(1), 51-71. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.1080/0075417X.2020.1734057>
- Williams, C. K., A. L. Strickland, N. R. Riggs, A. R. Dyett, Z. R. Gibson et A. D. Pulskamp (2018). « Colorado Healthy Schools Smart source: Testing the association between collaboration with community mental health centers and Tier 2 implementation », *School Mental Health: A Multidisciplinary Research and Practice Journal*, 10(2), 163-172. <https://doi.org.berlioz.brandonu.ca/10.1007/s12310-018-9247-6>
- vanLoon, A. W. G., H. E. Creemers, W. Y. Beumer, A. Okorn, S. Vogelaar, N. Saab, A. C. Miers, P. M. Westenberg et J. J. Asscher (2020). « Can Schools Reduce Adolescent Psychological Stress? A Multilevel Meta-Analysis of the Effectiveness of School-Based Intervention Programs », *Journal of Youth & Adolescence*, 49(6), 1127-1145.

## ANNEXE A

Les soins de santé mentale sont répartis d'un bout à l'autre du continuum de services

