



# LIT SM : La santé mentale des élèves en action

## Fiche-conseils en matière de mise en œuvre à l'intention des équipes de direction des écoles

Cette fiche-conseils fournit des conseils en matière de mise en œuvre de la ressource **LIT SM : La santé mentale en action**, une série de leçons en quatre parties à l'intention des élèves du secondaire.

### Tenir compte de l'harmonisation et de la cohérence

Avant de présenter la ressource **LIT SM : La santé mentale en action**, réfléchissez au plan de votre école et à la façon dont cette série de leçons peut aider à répondre aux besoins identifiés. Pensez à votre communauté scolaire et aux autres stratégies liées à la santé mentale en cours. Tenez compte du contexte culturel et communautaire. S'agit-il de la bonne ressource à introduire en ce moment?

#### Avez-vous...

- Examiné les [plans de leçon et le matériel de soutien](#)?
- Réfléchi aux besoins des élèves dans ce domaine?
- Réfléchi à la manière dont vous pourriez amalgamer les leçons à d'autres plans et aux priorités de l'école?
- Réfléchi à la manière dont cette ressource s'ajoute aux autres efforts passés et actuels en matière de santé mentale, en veillant à ce qu'il n'y ait pas de messages contradictoires?

**Si cette ressource convient à votre école, les conseils énumérés ci-dessous pourront vous aider à la mettre en œuvre.**

### Démontrez votre engagement

En tant que directions et directions adjointes des écoles, vous donnez le ton. Trouvez des moyens de partager le message qu'aider les élèves à se renseigner sur leur santé mentale est une utilisation importante du temps de classe.

**« Les enseignants doivent allouer du temps de classe à de nombreuses initiatives, mais celle-ci est d'une importance capitale. Je crois que la santé mentale devrait être la priorité. »**



## Coordonner la mise en œuvre

La ressource LIT SM : La santé mentale des élèves en action est modulaire et peut être offerte de manière flexible. Elle peut être enseignée dans le cadre de différents cours et convient aux élèves du secondaire de toutes les classes. Elle peut (et doit) être adaptée aux élèves qui la reçoivent (p. ex., les scénarios utilisés pour les élèves de 12<sup>e</sup> année peuvent être différents de ceux utilisés pour la 9<sup>e</sup> année). Il est important de coordonner la mise en œuvre afin que tous les élèves aient accès à ces renseignements, mais qu'ils ne les reçoivent qu'une seule fois au cours d'une même année scolaire (et non par plusieurs enseignants dans différents cours). Il peut être intéressant de répéter les leçons d'une année scolaire à l'autre, car cela peut favoriser l'apprentissage et les conversations différeront naturellement au fur et à mesure que les élèves se développeront et évolueront. L'apprentissage peut également être renforcé dans d'autres classes.

- Vous pouvez présenter les leçons de la manière qui convient le mieux à votre école ou votre classe (p. ex., les leçons peuvent être présentées dans leur intégralité ou divisées en plusieurs parties et présentées en plusieurs sessions; des suggestions à cet égard sont fournies dans les leçons).
- Afin de réduire au minimum les chevauchements, vous pouvez choisir une période matinale en milieu de semaine et inviter le personnel scolaire à enseigner les leçons au même moment.
- Envisagez des moments stratégiques de diffusion pendant l'année scolaire (p. ex., la semaine de sensibilisation à la santé mentale, avant des transitions importantes comme la remise des diplômes, avant les périodes de fermetures prolongées de l'école).
- Si des événements récents ont suscité des inquiétudes dans votre communauté scolaire, veuillez consulter le leader en santé mentale de votre conseil scolaire et/ou le personnel de santé mentale de l'école afin de déterminer le bon moment pour engager ces conversations.
- Pour obtenir plus de renseignements sur la façon de choisir le bon moment, veuillez consulter le document : [suggestions pour se préparer à l'enseignement](#).

## Introduire la ressource LIT SM : La santé mentale des élèves en action de manière positive

Les membres du personnel scolaire ont suggéré les moyens suivants pour partager les leçons avec eux :

- via un courriel du conseil scolaire (p. ex., de la direction, de la direction adjointe de l'école ou du leader en santé mentale afin de montrer qu'ils soutiennent l'utilisation des leçons);  
par des présentations et des tours d'horizon des leçons (p. ex., une présentation de 5 à 10 minutes lors d'une réunion du personnel) (vous trouverez différentes options sous l'onglet « [Matériel pour aider les directions d'écoles à appuyer la mise en œuvre](#) »);



- par l'entremise d'enseignants champions qui peuvent susciter l'intérêt, partager le matériel, accroître la confiance des autres membres du personnel en l'accessibilité des leçons et les aider à les utiliser;
- en partageant et en réfléchissant aux liens possibles avec le matériel d'un cours afin d'identifier les endroits où introduire ou renforcer l'apprentissage de la ressource **LIT SM : La santé mentale des élèves en action**, par exemple :
  - Éducation physique et santé, exploration de carrière, biologie, enseignement religieux, stratégies d'apprentissage générales, psychologie, sociologie et anthropologie – mettre en évidence les liens avec le contenu du programme d'études associé à la santé mentale et au bien-être.
  - Enseignement coopératif – en plus des liens avec le programme d'études, notez comment les stratégies présentées dans la ressource **LIT SM : La santé mentale des élèves en action** peuvent favoriser le bien-être.
  - Mathématiques – suggérer d'utiliser les sondages et les statistiques présentées dans la ressource **LIT SM : La santé mentale des élèves en action** pour les sujets liés à la gestion des données.
  - Anglais – s'appuyer sur les renseignements concrets fournis dans la ressource **LIT SM : La santé mentale des élèves en action** afin de soutenir l'étude des romans qui portent sur le thème de la santé mentale.

## Rassembler les gens

La littératie en santé mentale peut être un sujet nouveau pour certains membres du personnel. Aidez le personnel scolaire à se sentir à l'aise et en confiance avec ce matériel. Il peut s'agir d'offrir une formation sur la littératie en santé mentale aux membres du personnel scolaire avant de mettre en œuvre la ressource **LIT SM : La santé mentale des élèves en action**. Ce point et d'autres considérations sont soulignés ci-dessous.

Comment puis-je...	Suggestions que vous pourriez envisager
Soutenir l'adhésion des enseignants?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veillez à ce que le personnel sache qu'il est autorisé et encouragé à utiliser les leçons.</li> <li>• Utilisez les données sur le climat scolaire pour déterminer à quels élèves les leçons doivent s'adresser en premier (p. ex., quelle année d'études ou matière, etc.) afin que le personnel voie les liens avec les priorités en cours.</li> <li>• Insistez sur le fait que les leçons offrent une occasion de créer des milieux positifs et de se concentrer sur les stratégies de bien-être qui aident les élèves à apprendre, quelle que soit la matière.</li> <li>• Donnez au personnel le temps de se familiariser avec le matériel et de se préparer.</li> <li>• Encouragez les premiers adoptants à partager leur expérience avec le personnel qui pourrait être plus réticent.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>Commencez par un rythme soutenu. Tenez compte de l'état de préparation du personnel et présentez un module à la fois, si nécessaire. Il peut y avoir d'autres occasions d'enseigner les leçons tout au long de l'année.</li> </ul>
Renforcer la confiance des enseignants dans leurs capacités d'enseigner les leçons?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partagez le <a href="#">matériel</a> préparatoire fourni avec les leçons; des ressources d'apprentissage supplémentaires sont également fournies (p. ex., la ressource <a href="#">LIT SM</a> à l'intention du personnel scolaire).</li> <li>Offrez au personnel scolaire la possibilité d'explorer les leçons.</li> <li>Réviser les leçons ensemble, en tant qu'école ou communauté.</li> <li>Rappelez au personnel tout soutien scolaire supplémentaire disponible (p. ex., le personnel de soutien aux élèves et le personnel de santé mentale en milieu scolaire) et invitez-les à s'associer à la diffusion des leçons.</li> <li>Invitez le personnel du conseil scolaire à soutenir la mise en œuvre des leçons, si possible (p. ex., en présentant les leçons lors d'une réunion du personnel et en proposant des visites de leur classe afin de soutenir la mise en œuvre des leçons).</li> </ul>
Aider les enseignants à créer des espaces propices afin de tenir ces conversations avec les élèves?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lors d'une réunion du personnel, engagez une conversation portant sur la stigmatisation, la santé mentale et l'importance de l'utilisation d'un langage adapté, et préparez le terrain pour inclure et valoriser toutes les voix et perspectives.</li> <li>À titre de membre du personnel, prenez le temps de réfléchir à vos préjugés et privilèges personnels, aux cultures et identités des élèves desservis, ainsi qu'aux éventuelles lacunes dans la perception qu'ont les enseignants et les élèves de la santé mentale et de la maladie mentale (le personnel de l'école ou du conseil scolaire responsable du dossier de la santé mentale et de l'équité peut vous guider). Veuillez consulter la page : <a href="#">Équité et santé mentale</a> à l'intention du personnel scolaire.</li> </ul>
Aider les enseignants à répondre aux besoins des élèves?	<p>Utilisez la lettre facultative destinée aux parents et aux aidants naturels (situé à la page six de la section « <a href="#">Matériel pour aider les directions d'écoles à appuyer la mise en œuvre</a> » de notre base de ressources) et les documents d'appui supplémentaires destinés aux parents et aux <a href="#">aidants naturels</a> pour informer les familles des leçons.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prévoyez des activités alternatives pour les élèves dont les parents ou les aidants naturels expriment des inquiétudes quant à leur participation (p. ex., un élève souffrant de problèmes de santé mentale qui est actuellement en crise).</li> <li>Tenez compte des élèves qui peuvent être vulnérables et discutez des options de participation avec le personnel (et, si possible, avec l'élève) afin d'harmoniser vos approches avant la présentation des leçons.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veillez à ce que les membres du personnel scolaire connaissent les aides disponibles à l'école et dans la communauté, et gardez les numéros de téléphone et les listes de ressources accessibles et à jour.</li> <li>• Présentez le personnel de soutien en santé mentale en milieu scolaire, le cas échéant.</li> <li>• Affichez dans les classes et dans l'école des renseignements sur les endroits où trouver de l'aide.</li> <li>• Rappelez au personnel que les sources de soutien informelles peuvent également être précieuses (p. ex., les chefs religieux, les aumôniers, les aînés, les membres de la famille).</li> </ul>
--	--

## Encourager le leadership chez les élèves

Rien n'est possible sans eux! Les élèves ont beaucoup à dire, et beaucoup à apporter, lorsqu'il s'agit de santé mentale. Ils veulent s'informer sur la santé mentale à l'école, et ils veulent être sûrs que cet enseignement est pertinent et adapté, et qu'il est dispensé par des membres du personnel scolaire et des professionnels de la santé mentale capables de répondre aux questions qui peuvent se poser. Afin de donner vie à l'apprentissage, vous pouvez demander l'aide des élèves plus âgés pour passer en revue et partager la ressource **LIT SM : La santé mentale en action**.

### Comment pouvez-vous faire participer les élèves?

- Discutez avec votre conseil d'élèves de la façon dont ceux-ci pourraient participer aux initiatives.
- Demandez à un groupe ou à un comité d'élèves en santé mentale d'aider à promouvoir les leçons par l'entremise d'annonces, de vidéos ou de visites dans les classes.
- Cherchez à savoir si les élèves des classes de leadership, avec un soutien et une planification appropriés, pourraient présenter ces leçons aux élèves plus jeunes de votre école.

Tandis que vous réfléchissez à la manière d'impliquer les élèves, pensez aussi à la manière d'impliquer les parents, les aidants naturels et le Comité d'école.

**« Je sais que je ne suis pas le seul élève qui se sent dépassé par la « surcharge de ressources » qui se produit en dehors de la classe. Ce sont des conversations essentielles et j'apprécie vos efforts pour les faciliter au sein des classes et pour combattre le problème plus important et profondément enraciné qu'est la stigmatisation de la santé mentale. » - Un élève**

*En tant que directions et directions adjointes des écoles, vous jouez un rôle essentiel pour que ces leçons atteignent les élèves. Merci!*

