**Modules de littératie en santé mentale pour Exploration de carrière (GLC2O) du ministère de l’Éducation de l’Ontario**

Ressources de mise en œuvre pour les directions et directions adjointes d’école

Modèles de communication

Le ministère de l’Éducation de l’Ontario a lancé une série de deux modules/plans de leçon pour soutenir une attente révisée et une nouvelle attente dans le [Domaine A du programme Exploration de carrière (GLC2O)](https://www.dcp.edu.gov.on.ca/fr/curriculum/secondaire-orientation-et-formation-au-cheminement-de-carriere) Les leçons (qui sont disponibles à la fois pour enseignement en personne et en ligne) permettront aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies qui sont adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être.

Ces modèles de communication sont facultatifs et destinés à être utilisés de manière flexible pour répondre aux besoins des écoles et des élèves. Ils comprennent du matériel prêt à l’emploi afin de faciliter l’apprentissage et la communication, et de continuer à soutenir la promotion constante de la santé mentale des élèves au sein de la communauté scolaire.

Les ressources comprennent les éléments suivants :

* Un diaporama pour la présentation des modules au personnel scolaire
* Des annonces de promotion à l’échelle de l’école
* Un message du système de notification scolaire
* Un bulletin d’information/Insertion dans une page Web
* Un document pour les parents ou les aidants naturels

Tous les documents peuvent être adaptés au contexte de la direction ou direction adjointe de l’école ou du conseil scolaire.

**Diaporama pour la présentation des leçons au personnel scolaire**

Un court [diaporama](https://smhosmso-my.sharepoint.com/:p:/g/personal/documents_smho-smso_ca/Ef0KrylnHw9DkvKelnbp5EcB0sDbRMdqH7cWrSSDypCepg?e=B15g6F), incluant des notes d’animateur, a été créé afin de faire connaître les leçons au personnel scolaire (p. ex., lors d’une réunion du personnel pour sensibiliser l’ensemble de l’équipe scolaire et/ou lors d’une réunion de service pour les membres du personnel scolaire qui enseignent le cours Exploration de carrière ).

**Annonces de promotion à l’échelle de l’école**

Ces messages reposent sur les concepts des leçons de littératie en santé mentale pour le cours Exploration de carrière (GCL2O), mais sont également utiles et appropriés pour tous les élèves.

|  |
| --- |
| 1. Nous avons toutes et tous une santé mentale. Qu’est-ce qui soutient la tienne? Connaître et adopter des stratégies qui t’aident à te sentir bien a une importance au quotidien, et pas seulement lorsque tu rencontres des difficultés. Intègre les stratégies de santé mentale à ta routine quotidienne!  2. Nous ressentons toutes et tous du stress parfois. Ressentir un peu de stress est une bonne chose! Nous pouvons en profiter à bien des égards. La gestion du stress est une compétence que nous pouvons pratiquer et améliorer. Certaines stratégies peuvent aider.  3. Le fait d’observer des changements dans ta santé mentale peut t’aider à savoir quand employer les stratégies qui fonctionnent pour toi. Chercher de l’aide lorsque tu en as besoin est aussi une stratégie importante pour prendre soin de ta santé mentale!  4. Nos choix de mots peuvent contribuer à la stigmatisation liée à la santé mentale et à la maladie mentale. Des mots réfléchis peuvent aider les autres à se sentir à l’aise de communiquer leurs expériences et de chercher de l’aide, s’ils en ont besoin.  5. Saurais-tu vers qui ou quoi te tourner pour parler de tes problèmes de santé mentale? Les adultes qui travaillent dans la communauté scolaire se soucient de toi. Si tu éprouves le besoin de parler, cherche de l’aide auprès d’un adulte en qui tu as confiance. Tu n’as pas besoin d’attendre d’avoir de gros problèmes avant d’en parler à quelqu’un.  6. Parfois, nous jouons un rôle important pour soutenir nos ami(e)s. Parfois, nous avons besoin que d’autres personnes jouent également un rôle. Nous n’avons pas à gérer seul(e) notre préoccupation pour un ami ou une amie, et il est bon de prioriser notre propre santé mentale alors que nous aidons un ami ou une amie. Notre santé mentale compte aussi. |

**Message du système de notification scolaire**

|  |
| --- |
| À [NOM DE L’ÉCOLE], nous soutenons la santé mentale et le bien-être des élèves. Dans le cadre des travaux en cours dans tous les conseils scolaires de l’Ontario, le ministère de l’Éducation a introduit deux nouvelles leçons pour appuyer la révision d’une attente concernant la littératie en santé mentale au sein du cours Exploration de carrière de la 10e année. Cet apprentissage permettra aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies inclusives, adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être, tout en sachant que cet apprentissage diffère d’une personne à l’autre. Nous sommes ravis d’inclure cet apprentissage supplémentaire au cours Exploration de carrière!  Si vous avez des questions sur cet apprentissage ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec [AJOUTER LE NOM], la direction ou direction adjointe de notre école [OU AUTRE MEMBRE DU PERSONNEL APPROPRIÉ]. |

**Bulletin d’information/Insertion dans une page Web**

|  |
| --- |
| Les nouveaux modules de littératie en santé mentale du cours Exploration de carrière de la 10e année soutiennent la santé mentale et le bien-être des élèves.  Le ministère de l’Éducation a introduit deux nouveaux modules pour appuyer une nouvelle attente et une attente révisée **concernant la littératie en santé mentale** dans le Domaine A du programme Exploration de carrière. Cet apprentissage sera offert par le personnel enseignant, à la fois en personne et en ligne, et permettra d’améliorer l’enseignement du programme et de mettre l’accent sur la santé mentale. Cet apprentissage permettra aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies inclusives, adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être.  Voici plusieurs raisons importantes qui expliquent l’introduction de ces modules en salle de classe :   * Répondre aux demandes des élèves d’en apprendre davantage sur la santé mentale en milieu scolaire. * Aider les élèves à développer des compétences qui favorisent une bonne santé mentale. * Appuyer les apprentissages dans tous les domaines. * Encourager les élèves à obtenir du soutien lorsqu’ils ont besoin d’aide pour leur santé mentale.   Cette [vidéo](https://youtu.be/pd2XWLwIZ9E?si=vMZrS5xC4IldU7u-) d’introduction fournit plus de renseignements.  Si vous avez des questions sur cet apprentissage ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec [AJOUTER LE NOM]. |

**Document pour les parents ou les aidants naturels**

|  |
| --- |
| [En-tête de l’école]  Chers parents/aidants naturels,  Nous voulons tous et toutes que nos jeunes puissent jouir d’une bonne santé mentale et d’un bien-être en général. Nous voulons qu’ils s’épanouissent en période de stabilité tout comme en période de stress. Nous voulons qu’ils sachent comment prendre soin de leur propre bien-être et comment utiliser des stratégies d’adaptation et de soutien efficaces pendant les périodes difficiles. C’est pourquoi, les élèves de 10e année inscrits au cours Exploration de carrière participent à deux nouvelles leçons du ministère de l’Éducation qui soutiennent le programme Exploration de carrière, et nous voulions partager l’apprentissage avec vous aussi. Voici quelques éléments clés que les élèves pourront explorer :   * Des signes possibles de stress en nous-mêmes et chez les autres. * Des stratégies pour gérer le stress et prendre soin de notre santé mentale. * Des moyens d’intégrer les stratégies de gestion du stress à notre vie quotidienne. * Des signes qui indiquent que le stress peut devenir problématique et comment chercher du soutien pour nous-mêmes et nos amis, au besoin.   Il existe de nombreuses raisons importantes de donner la priorité à l’apprentissage en santé mentale, notamment les suivantes :   * Les élèves [**souhaitent**](https://smho-smso.ca/online-resources/onecoute-2021-la-voix-des-eleves-sur-la-sante-mentale-rapport-final/) en apprendre davantage sur la santé mentale en milieu scolaire. * Cet apprentissage aide les élèves à développer des compétences qui favorisent une bonne santé mentale et le bien-être. * Les apprentissages en santé mentale appuient les apprentissages dans tous les domaines. * Cet apprentissage peut susciter des conversations et aider les élèves qui en ont besoin à obtenir un soutien.   Il existe également une brève [vidéo](https://youtu.be/pd2XWLwIZ9E?si=vMZrS5xC4IldU7u-) qui donne un aperçu des leçons et de leur contenu.  Comme toujours, les élèves sauront qu’ils peuvent s’adresser à de nombreux adultes à l’école s’ils ont des questions supplémentaires sur l’apprentissage, et que des possibilités de soutien de suivi leur seront offertes. Si vous avez des questions sur ces leçons ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec moi.  Vous jouez un rôle important dans l’apprentissage de la santé mentale et du bien-être de votre enfant.  Cordialement,  [NOM DE LA DIRECTION D’ÉCOLE] |
| **Réflexions des directions et directions adjointes d’école**   * Qui souhaite recevoir des informations sur cet apprentissage? Par exemple, vais-je le transmettre aux parents/aidants naturels pour souligner l’un des nombreux moyens mis en œuvre par notre école pour favoriser le bien-être des élèves? Serait-il utile que le personnel de soutien scolaire ou les professionnels de la santé mentale qui peuvent faire partie de mon école le sachent? * Comment est-ce que je donne l’exemple en prenant soin de mon propre bien-être et en encourageant mon personnel à faire de même? * Comment cet apprentissage pourrait-il aider à susciter une littératie plus large en matière de santé mentale qui rejoint tous les élèves? |

**Avec qui devrais-je communiquer si j’ai des questions à propos des leçons?**

Vous pouvez soit communiquer avec votre leader en santé mentale ou la surintendance responsable du dossier de la santé mentale.

Vous souhaitez en savoir plus?

Trouvez des ressources supplémentaires pour les directions et directions adjointes d’école sur le site Web de Santé mentale en milieu scolaire Ontario : [smho-smso.ca](https://smho-smso.ca/directions-decoles-directions-de-services-et-leaders-du-systeme/).

Nous vous suggérons également de vous inscrire au [cours en ligne gratuit](https://smho-smso.ca/directions-et-directions-adjointes-decole/cours-de-litteratie-en-sante-mentale/) à l’intention des directions et directions adjointes d’école, ou de télécharger le [livre électronique Diriger pour favoriser la santé mentale à l’école](https://smho-smso.ca/online-resources/livre-electronique-diriger-pour-favoriser-la-sante-mentale-a-lecole/), un guide complet rempli d’idées pratiques basées sur les données probantes les plus récentes.