



Comprendre les mesures de soutien de santé mentale en milieu scolaire pour aider votre enfant

Il faut tout un village pour élever un enfant, et ce village comprend certainement des écoles. L'établissement de relations de confiance et d'une communication continue entre les parents ou aidants naturels et les écoles contribuent à l'apprentissage ainsi qu'à la santé mentale des élèves. Les systèmes éducatifs sont toutefois complexes et s'y retrouver peut s'avérer difficile.

Cette ressource a été conçue pour aider les parents et les aidants naturels à soutenir, à explorer et à défendre la santé mentale de leur enfant à l'école.

À noter : Bien que nous utilisions le terme « enfant » partout dans ce document, nous reconnaissons que l'enfant dont vous vous occupez peut en fait être un adolescent ou un jeune adulte, et qu'il se peut que vous vous occupiez de plusieurs enfants.

Comment l'école de mon enfant soutiendra-t-elle son bien-être et sa santé mentale?

Saviez-vous que les conseils scolaires de la province utilisent une approche à trois niveaux pour offrir un accès à un soutien en santé mentale à chaque élève de l'Ontario?

Les soutiens scolaires vont de l'éducation en matière de santé mentale aux interventions et soutiens directs.

Niveau 1 (conçu pour tous les élèves) – Le travail quotidien que les écoles accomplissent pour accueillir et inclure chaque élève, renforcer les connaissances en santé mentale, promouvoir des habitudes qui favorisent la santé mentale, et collaborer avec les familles, les élèves et la communauté scolaire pour créer un environnement favorable.

Niveau 2 (nécessaire pour certains) – Pour les élèves nécessitant un soutien supplémentaire, le personnel enseignant et le personnel scolaire travaillent à renforcer leurs compétences et à éliminer les obstacles à leur apprentissage. Les professionnels réglementés de la santé mentale en milieu scolaire (travailleurs sociaux et psychologues) peuvent fournir des services de prévention et d'intervention précoce en milieu scolaire.

TROISIÈME NIVEAU

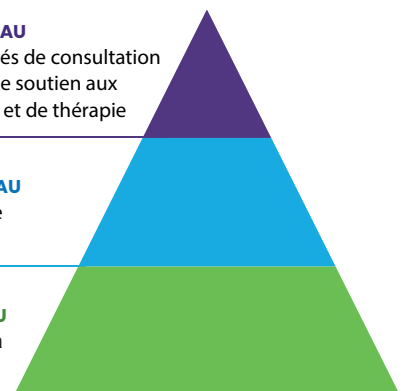
Services spécialisés de consultation et d'évaluation, de soutien aux aidants familiaux et de thérapie

DEUXIÈME NIVEAU

Prévention ciblée et services brefs

PREMIER NIVEAU

Promotion de la santé mentale



Santé mentale en milieu scolaire



Niveau 3 (essentiel pour quelques-uns) – Un nombre restreint d'élèves nécessite un soutien plus intensif. Bien que ces services soient parfois fournis à l'école par des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire, il est souvent préférable pour les jeunes d'accéder à des services communautaires ou à des services de santé appropriés. Le personnel de l'école peut aider à coordonner les soins continus d'un élève.

Si vous êtes préoccupé par la santé mentale de votre enfant, vous pouvez discuter avec son enseignant ou avec un membre du personnel scolaire en qui vous avez confiance au sujet des services d'intervention et de soutien en milieu scolaire.

Comment l'apprentissage en matière de santé mentale est-il dispensé à l'école?

L'apprentissage de la santé mentale (ou la littératie en matière de santé mentale) est offert directement et indirectement à l'école :

Directement : Tout au long de l'année, plusieurs membres du personnel scolaire enseignent aux élèves les connaissances de base en matière de santé mentale. Les cours se concentrent sur les moyens de promouvoir une bonne santé mentale, les signes de problèmes de santé mentale, la manière de soutenir ses pairs et la manière de demander de l'aide en cas de besoin.

Indirectement : L'apprentissage de la santé mentale se fait également indirectement par le biais de pratiques quotidiennes en matière de santé mentale (p. ex., des stratégies de promotion du bien-être en classe, comme la respiration profonde avant un examen, des affiches ou des rappels sur la façon de trouver de l'aide pour les problèmes de santé mentale). Aider un élève à comprendre ses émotions ou à gérer un conflit en réponse à des situations en temps réel l'aide à mettre ses compétences en pratique.

Le ministère de l'Éducation offre des cours obligatoires sur les connaissances de base en matière de santé mentale dans les classes de 7^e, 8^e et 10^e années. Ces informations sont à votre disposition, en tant que parents et aidants naturels, pour poursuivre la conversation à domicile.



Pour de plus amples informations sur les signes de problèmes de santé mentale et sur la façon d'offrir un soutien à votre enfant, consultez [Remarquer les problèmes de santé mentale chez votre enfant](#).

[Explorer la santé mentale ensemble : Ressources pour les parents et les aidants naturels](#)

[Modules de littératie en santé mentale pour Exploration de carrière \(GLC20\) : Ressources pour les parents et les aidants naturels](#)

Modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7^e et 8^e année

Explorer la santé mentale ensemble : Ressources pour les parents et les aidants naturels

En discutant de la santé mentale à l'école, les élèves peuvent acquiescer des compétences et des habitudes comportementales de soutien les uns des autres. Ils peuvent également être en mesure de gérer les émotions, à reconnaître les signes de troubles de santé mentale chez eux et à savoir où et comment chercher de l'aide en cas de besoin. Prenez le temps d'être en contact avec les ressources de l'école et de parler avec le personnel de l'éducation pour les élèves de la 7^e et 8^e année, vous pouvez apprendre en même temps et trouver des conseils utiles que les forces de soutien de votre enfant peuvent utiliser à la maison.

Ces Santé Mentale en milieu scolaire Ontario nous fournissent des ressources qui sont conçues en Ontario, accessibles, faciles à utiliser et adaptées à vos besoins pour soutenir la santé mentale de vos enfants. Vous trouverez sur le site Web de santementale.ca/parents des renseignements sur la santé mentale, la littératie en santé mentale en milieu scolaire en Ontario.

Cette liste de ressources pour les parents et les aidants naturels vise à compléter l'apprentissage que votre enfant recevra dans le cadre des modules de l'éducation.

Existe-t-il des activités que nous pouvons pratiquer à la maison?

En discuter avec vos enfants aide votre enfant à gérer les émotions et l'aider à acquiescer avec des compétences sociales et émotionnelles (par exemple, identifier ses émotions, gérer les conflits, résoudre des problèmes, vous sentir mieux à l'école). Ignorer les signaux de son enfant peut empêcher votre enfant de se familiariser avec les compétences avant qu'il n'ait besoin de les utiliser.

Ministère de l'Éducation Ontario | Santé mentale en milieu scolaire Ontario | www.smho-smsso.ca

Modules de littératie en santé mentale pour Exploration de carrière (GLC20)

Ressources à l'intention des parents et des aidants naturels

La santé mentale et le bien-être de nos jeunes nous tiennent tous à cœur. Afin de nous assurer qu'ils ont le soutien nécessaire pour réussir dans leur vie, nous devons nous assurer que nous sommes tous conscients de leur santé mentale et de leur bien-être. Nous sommes tous conscients de leur santé mentale et de leur bien-être. Nous sommes tous conscients de leur santé mentale et de leur bien-être.

Aperçu de l'apprentissage

Les modules de littératie en santé mentale pour l'exploration de carrière (GLC20) ont été conçus pour offrir aux parents et aux aidants naturels des ressources utiles pour soutenir la santé mentale de leur enfant.

La santé mentale?

Les élèves peuvent apprendre à propos de la santé mentale, et souligner que leur parent, leur aidant naturel ou leur famille s'intéresse également davantage à la santé mentale!

santementale.ca/parents

Voici les engagements clés liés à ces modules :

- Les modules de littératie en santé mentale, couvrent les notions essentielles et les stratégies de soutien de votre enfant pour aider à contrôler ce stress et à mieux gérer.
- De nombreuses ressources sont disponibles en français, en anglais, en espagnol, en vietnamien et en chinois.
- Les modules de littératie en santé mentale sont conçus pour être utilisés par les parents, les aidants naturels, les enseignants et les élèves, nous pouvons choisir des stratégies efficaces. Si vous communiquez à l'aide de stratégies de la langue anglaise, vous pouvez également utiliser l'interprète de la langue anglaise.

Ministère de l'Éducation Ontario | Santé mentale en milieu scolaire Ontario | www.smho-smsso.ca

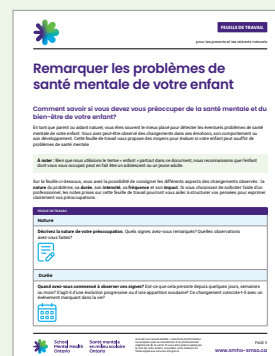
Dois-je communiquer avec l'école si je remarque des changements concernant la santé mentale de mon enfant?

Si vous êtes préoccupé par la santé mentale de votre enfant, discutez-en avec son enseignant ou avec un autre membre du personnel en qui vous avez confiance.

- Donnez des détails précis sur votre préoccupation de façon à ce que vous et le membre du personnel puissiez trouver la meilleure manière d'aider votre enfant. Fournissez-lui tous les renseignements qui, selon vous, pourraient lui être utiles :
 - les situations qu'a vécues votre enfant et qui peuvent influencer sur sa santé mentale;
 - les approches qui semblent l'aider;
 - les comportements précis que vous avez remarqués.
- Demandez au membre du personnel ce qu'il a remarqué à l'école. Certains enfants peuvent sembler bien se comporter à l'école, mais afficher des comportements différents à domicile. Discutez de ce que vous observez.
- Vous pouvez aussi convoquer une réunion avec d'autres membres du personnel scolaire (p. ex., la direction de l'école, la direction adjointe ou le personnel enseignant en orientation) pour discuter de la meilleure manière de soutenir votre enfant.
- Renseignez-vous sur les façons de communiquer régulièrement avec l'école (p. ex., appels téléphoniques, réunions de suivi, etc.) de manière à lui transmettre toute nouvelle observation.

Les membres du personnel enseignant ne sont pas des professionnels de la santé mentale et ne peuvent diagnostiquer les problèmes de santé mentale, mais ils jouent toutefois, avec le personnel de soutien, un rôle important dans le cercle de soutien des élèves et font partie intégrante de l'équipe de soutien des élèves recevant un traitement. Le personnel scolaire peut aider à aiguiller les élèves vers des soins professionnels de santé mentale et peut fournir un soutien continu en classe.

L'outil suivant peut vous aider à organiser vos pensées et à faire part de vos préoccupations si vous choisissez de demander de l'aide pour votre enfant : [Feuille de travail – Remarquer les problèmes de santé mentale de votre enfant](#)



Mes communications avec l'école resteront-elles confidentielles?

Le personnel scolaire est tenu de maintenir la confidentialité concernant les questions personnelles, y compris les problèmes de santé mentale.

Les services en matière de santé mentale offerts au sein des conseils scolaires sont totalement confidentiels; cela signifie que si votre enfant bénéficie de ces services, aucun autre membre du personnel scolaire n'en sera informé ni n'aura accès aux informations, sauf si votre enfant et/ou vous-même, en tant que parent ou aidant naturel, donnez votre consentement explicite.

Il existe quelques exceptions importantes à la confidentialité :

Obligation de signaler : Si le personnel d'une école estime qu'un élève risque de se faire du mal ou de faire du mal à autrui, il a l'obligation légale de le signaler aux sociétés d'aide à l'enfance et/ou aux services d'urgence compétents, selon la nature du problème. Cela comprend les situations où il existe un risque d'automutilation, de préjudice causé à autrui ou de maltraitance.



Politiques scolaires : Pour assurer le bien-être des élèves, les conseils scolaires peuvent avoir des politiques particulières concernant la transmission de renseignements entre les membres du personnel. Pour plus de précisions sur la confidentialité, discutez-en avec la direction de l'école de votre enfant.

Le personnel scolaire peut avoir besoin de transmettre certains renseignements au personnel de soutien aux élèves, aux professionnels de la santé mentale en milieu scolaire, aux directions d'école ou aux autres membres du personnel concernés afin de fournir un soutien approprié. N'hésitez pas à demander directement au membre du personnel quelles autres personnes doivent être informées ou impliquées.

Qui soutient la santé mentale à l'école?

Les écoles sont les endroits les plus courants où les élèves ont accès à des services de soutien en matière de santé mentale et de nombreuses personnes peuvent les aider, notamment :

- **Les membres du personnel enseignant** aident à déterminer et à surveiller les problèmes de santé mentale et fournissent un soutien continu et bienveillant en classe.
- **Les aides-enseignants** travaillent avec le personnel enseignant pour soutenir le bien-être des élèves recevant des services à l'enfance en difficulté.
- **Les directions et les directions adjointes** collaborent avec les parents et les aidants naturels pour fournir des renseignements supplémentaires et aider à coordonner les soutiens.
- **Les enseignants en orientation et les enseignants de l'enfance en difficulté** peuvent offrir un soutien supplémentaire pour répondre aux besoins individuels de chaque élève.
- **Le personnel de soutien aux élèves**, comme les praticiens en intervention auprès des enfants et des jeunes et les accompagnateurs pour l'obtention du diplôme, contribue à la promotion du bien-être et peut offrir des activités de développement des compétences dans le cadre d'un petit groupe.
- **Les professionnels de la santé mentale en milieu scolaire**, comme les travailleurs sociaux et les psychologues, effectuent des évaluations formelles et fournissent des interventions brèves et éclairées par des données probantes à l'école.

Les écoles peuvent également vous aiguiller vers des professionnels de la santé mentale communautaire qui fournissent, si nécessaire, des services thérapeutiques intensifs.

Comment puis-je défendre les intérêts de mon enfant et sa santé mentale?

Défendre les intérêts de votre enfant signifie s'exprimer et veiller à ce que ses besoins et ses souhaits soient entendus.

Cela comprend les éléments suivants :

- Communiquer avec l'enseignant de votre enfant et le personnel scolaire au sujet de la santé mentale de votre enfant : poser des questions, faire part de vos préoccupations et, si nécessaire, demander de l'aide et du soutien.
- Demander et participer à des réunions sur la santé mentale de votre enfant, se sentir à l'aise de parler ouvertement de votre enfant, demander une copie des notes, demander des éclaircissements, se faire accompagner par un traducteur et encourager votre enfant à obtenir de l'aide.



Si mon enfant est handicapé ou bénéficie de services à l'enfance en difficulté, comment puis-je défendre davantage sa santé mentale?

En plus d'une communication régulière et continue avec l'enseignant, si votre enfant est sélectionné par un processus du Comité d'identification, de placement et de révision ou qu'il est soutenu par un plan d'enseignement individualisé, vous aurez des liens supplémentaires avec le personnel scolaire. Vous pouvez défendre les intérêts de votre enfant en communiquant directement avec le personnel scolaire et en utilisant des occasions comme les réunions d'équipe ou le processus du Comité d'identification, de placement et de révision (CIPR) pour exprimer vos préoccupations et vos idées afin de mieux soutenir votre enfant à l'école.

Comment puis-je soutenir mon enfant s'il souhaite défendre ses intérêts?

Vous avez un rôle important à jouer en collaborant avec l'école de votre enfant pour garantir que sa voix soit au centre de la planification de sa santé mentale et de son bien-être. Les enfants plus âgés et les adolescents peuvent vouloir exprimer leurs besoins de manière indépendante. Vous pouvez les aider par les moyens suivants :

- Encouragez-les à parler au personnel scolaire ou à un adulte bienveillant à l'école. Les inclure dans le processus contribue à renforcer leurs capacités, leur confiance et leurs compétences pour l'avenir.
- Envisagez de les inviter à assister à des réunions pour expliquer leur expérience et leurs besoins.
- Impliquez-les dans le processus de prise de décision.

Ressources utiles :

- [Modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7^e et 8^e année - Explorer la santé mentale ensemble : Ressource pour les parents et les aidants naturels](#) – Santé mentale en milieu scolaire Ontario
- [Modules de littératie en santé mentale pour Exploration de carrière \(GLC20\) – Ressources pour les parents et les aidants naturels](#) – Santé mentale en milieu scolaire Ontario
- [Notre approche - À propos de Santé mentale en milieu scolaire Ontario](#) – Santé mentale en milieu scolaire Ontario

