



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

## Conférence consensuelle sur la santé mentale des adultes émergents

Faire de la transition une priorité au Canada

## Transitions entre le secondaire et le postsecondaire

Catherine Willinsky, MHSc  
Centre d'innovation en matière de santé mentale  
sur les campus  
Le 3 novembre 2015





Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



- Comment se passe la transition entre le secondaire et le postsecondaire chez les adultes émergents (AE)?
- Quels sont les principaux enjeux pour cette population?
- Qu'en est-il des populations distinctes?
- Comment peut-on mieux préparer les jeunes à la transition?
- Comment la culture sur les campus peut-elle mieux soutenir la santé mentale et le bien-être mental?

# Objectifs

- Examiner le contexte et définir les enjeux clés de la transition entre le secondaire et le postsecondaire pour la population générale des AE et les populations spéciales.
- Présenter des pratiques prometteuses universelles et ciblées permettant de soutenir les jeunes pendant les transitions vers le postsecondaire.
- Présenter des outils importants et des ressources accessibles à l'heure actuelle.

## Contexte : Les transitions dans les études et les adultes émergents



- La période d'émergence de l'âge adulte revêt une importance particulière dans le contexte de la scolarité – c'est un nouveau stade de la vie qui est là pour rester.
- La transition entre l'école secondaire et le collège ou l'université est une étape cruciale pour de nombreux jeunes.
- Ce sont 9 élèves du secondaire sur 10 qui s'attendent à poursuivre leurs études.
- En tout, 78 % des personnes interrogées croient que des études collégiales ou universitaires représentent l'un des meilleurs atouts pour réussir dans la vie.
- Entre 1990 et 2007, les frais de scolarité ont triplé.
- Au total, 84 % des diplômés du postsecondaire croient que leurs études ont été un bon investissement.
- Les inscriptions au postsecondaire ne cessent d'augmenter.

### Situation actuelle des jeunes :

- Le taux de participation aux études postsecondaires du Canada compte parmi les plus élevés dans le monde : 74,7 %.
- Les étudiants internationaux sont de plus en plus nombreux.
- L'écart se creuse entre la participation des étudiants autochtones et celle des étudiants non autochtones : le taux d'inscription est de 24,3 % moins élevé.
- Les étudiants d'aujourd'hui : niveaux d'endettement plus élevés, moins de débouchés après l'obtention du diplôme, attentes plus élevées en matière de réussite dans les études, moins bien préparés pour une vie autonome.

# Ce que nous savons



## Y a-t-il une crise sur les campus?

- De 1992 à 2007 – hausse de 32 % des inscriptions parallèlement à une hausse de 320 % des étudiants ayant recours à des services destinés aux personnes ayant des difficultés d'accès/une invalidité, et particulièrement les services d'adaptation reliés à la santé mentale.
- 50 % des étudiants ont recours aux services de santé mentale sur le campus.
- 10 % sont vus en situation d'urgence ou en période de crise.
- Les étudiants sont plus nombreux à avoir un diagnostic de trouble mental à leur arrivée sur le campus.
- On constate une plus grande sensibilisation à la santé mentale des étudiants – les étudiants sont plus nombreux à demander de l'aide, les problèmes sont plus complexes – la plupart sont des cas isolés.
- Il y a très peu de données sur la santé mentale des populations étudiantes.
- Selon l'enquête *National College Health Assessment* menée en 2013 sur les campus canadiens, environ 60 % des répondants étaient déprimés au point de ne pas pouvoir fonctionner normalement et près des trois quarts éprouvaient une anxiété accablante.

**La prévalence de troubles mentaux majeurs dans la population n'a pas augmenté.**

## Ce que nous savons

- Les défis en matière de santé mentale s'intensifient peut-être au moment de la transition vers les établissements postsecondaires.
- La première année du postsecondaire est remplie de défis émotionnels qui vont bien au-delà des cours – pour tous les étudiants.
- Au-delà du manque de préparation scolaire, on constate un manque de littératie en matière d'état émotionnel et de santé mentale.
- Selon une nouvelle étude, la majorité des étudiants (60 %) aurait aimé recevoir plus d'aide pour se préparer émotionnellement au postsecondaire.
- Isolement et anxiété, particulièrement pour les étudiants qui quittent la maison pour une longue période pour la première fois.

## Ce que nous savons

- Certaines populations sont particulièrement vulnérables, notamment les LGBTQ, les étudiants autochtones et les étudiants internationaux, et ont besoin de plus de soutien.
- Les trois facteurs les plus courants qui se répercutent sur le rendement scolaire :
  - le stress (38 %);
  - les troubles du sommeil (26 %);
  - l'anxiété (26 %).
- La dépression peut souvent mener à une moyenne cumulative pondérée moins élevée et à une plus grande probabilité de décrochage (Eisenberg, 2005).
- On n'observe pas cette même tendance au décrochage lorsque la dépression a été traitée (Hysenbegasi, 2005).



## Ce que cela signifie

### Comblent le fossé entre les systèmes d'éducation et entre les générations :

- Les étudiants d'aujourd'hui sont moins bien préparés à la vie autonome que ceux des générations précédentes.
- Le système d'éducation doit remplir le rôle de fournisseur de soutien pour renforcer la littératie en matière d'état émotionnel et de santé mentale, et ne pas se contenter d'instruire les étudiants.
- Comblent le fossé entre le secondaire et le postsecondaire en ce qui a trait aux besoins en matière de documentation et d'accès à des mesures d'adaptation sur les campus.

### Transformer la culture sur le campus :

- Adopter une approche proactive de conception universelle pour la politique de santé mentale sur le campus – examen, révision et élaboration de politiques pour favoriser la santé mentale et le bien-être des étudiants.
- Établir des objectifs stratégiques et fournir des ressources.

## Ce que cela signifie

## Rehausser les services et les mesures de soutien :

- Une demande accrue de services a exercé des pressions sur les capacités existantes des campus.
- Mettre l'accent sur le dépistage précoce des étudiants en difficulté.
- Aider les jeunes aux prises avec un trouble mental ou un grave problème de santé mentale à avoir rapidement accès à des soins efficaces reposant sur des éléments probants.
- Améliorer la collaboration entre les services de soutien sur le campus et dans la collectivité.
- Il existe des modèles efficaces.

# Recommandations

## Au secondaire

- Mettre davantage l'accent sur une littératie en matière de santé mentale adaptée au stade de développement et sur les soins autoadministrés dans le cadre de l'acquisition de compétences psychosociales plus vastes.
- Intégrer l'apprentissage social/émotionnel et la littératie en matière de santé mentale aux cours obligatoires dans les écoles secondaires.
- Promouvoir des démarches globales en milieu scolaire en plus des approches axées sur le contenu pédagogique dans les salles de classe.
- Inculquer des compétences au personnel actuel – miser sur les points forts et sur l'infrastructure.
- Dispenser un soutien ciblé aux populations ayant des besoins particuliers.
- Soutenir une plus grande collaboration entre le secondaire et le postsecondaire – normaliser les exigences en matière de documentation pour les mesures d'adaptation en milieu scolaire.

# Recommandations

## Au postsecondaire

- Chaque établissement postsecondaire au Canada élaborera une stratégie exhaustive en matière de santé mentale.
- Accroître la collaboration entre établissements – partage de pratiques exemplaires et de processus pour l’élaboration et la mise en place de stratégies efficaces, adoption d’indicateurs significatifs de la santé mentale.
- Partage de pratiques exemplaires et de stratégies pour promouvoir la santé mentale : soutien par les pairs, mentorat, environnements d’apprentissage propices, etc.
- Rehausser la sensibilisation, le dépistage précoce et la recherche d’aide ainsi que l’accès rapide à des soins efficaces.
- Mesures d’adaptation en milieu scolaire – mettre l’accent sur les déficiences fonctionnelles des personnes qui ont un trouble mental diagnostiqué, et non pas sur le diagnostic et la divulgation.
- Fournir des mesures de soutien adaptées aux populations spéciales comme les étudiants ayant des problèmes diagnostiqués en matière de santé mentale et de toxicomanie, les LGBTQ, les étudiants autochtones et les étudiants internationaux.

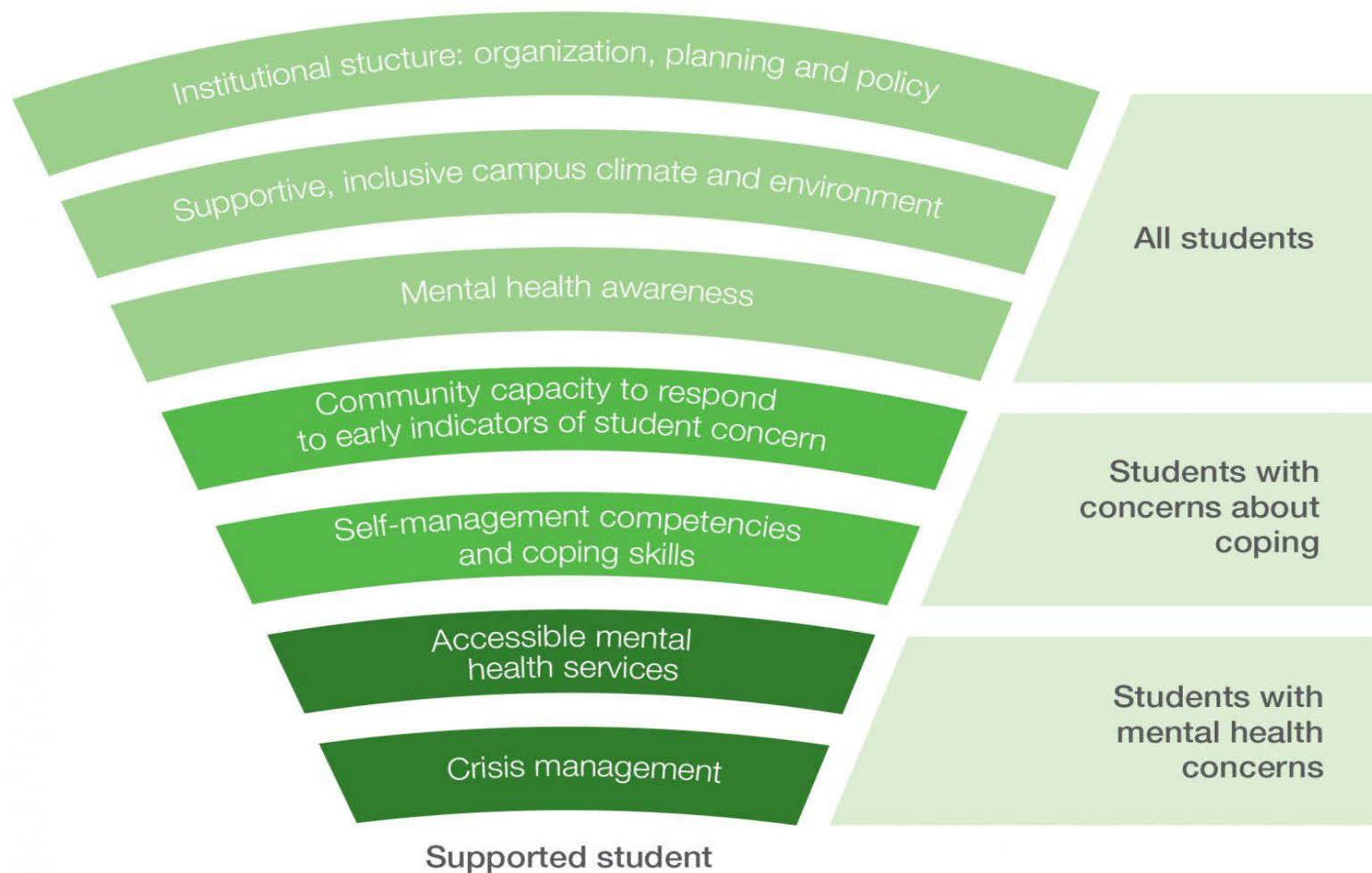
# Recommandations



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**Figure 2: Framework for Post-Secondary Student Mental Health**



# Sommaire

| <b>Secondaire</b>  | <b>Postsecondaire –<br/>santé de la population en<br/>général</b>  | <b>Postsecondaire –<br/>populations spéciales</b>  |
|--|--|--|
| Intégrer l'apprentissage social/émotionnel et la littératie en matière de santé mentale aux cours obligatoires dans les écoles secondaires | Partage de pratiques exemplaires et de stratégies pour promouvoir la santé mentale, rehausser la sensibilisation, la recherche d'aide ainsi que l'accès rapide aux soins                     | Dépistage précoce et accès rapide à des soins reposant sur des éléments probants   |
| Promouvoir des démarches globales en milieu scolaire en plus des approches axées sur le contenu pédagogique dans les salles de classe      | Chaque établissement postsecondaire au Canada élaborera une stratégie exhaustive en matière de santé mentale   | Normaliser les exigences en matière de documentation pour les mesures d'adaptation en milieu scolaire, mettre l'accent sur les déficiences fonctionnelles  |
| Inculquer des compétences au personnel actuel  | Collaboration entre établissements – partage de pratiques exemplaires et de processus pour l'élaboration de stratégies efficaces et adoption d'indicateurs significatifs de la santé mentale | Fournir des mesures de soutien adaptées aux populations spéciales comme les étudiants ayant des problèmes diagnostiqués en matière de santé mentale et de toxicomanie, les LGBTQ, les étudiant autochtones et les étudiants internationaux |