FÉDÉRATION DU PERSONNEL PROFESSIONNEL DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC (CSQ)

CHANGER LE MONDE UN ÉLÈVE À LA FOIS

10 octobre 2025

Journée mondiale de la santé mentale

Dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale, la FPPE-CSQ met en lumière la contribution des professionnel·les de l'éducation en soutien à la santé mentale des élèves.

La Fédération du personnel professionnel de l'éducation du Québec (FPPE-CSQ) représente 18 syndicats regroupant 13 000 membres dans toutes les régions du Québec (69 des 72 organismes scolaires). Il y a 37 corps d'emplois de professionnel·les de l'éducation pour assurer des services aux élèves, des services pédagogiques et administratifs, en soutien à la mission de l'école québécoise.

L'école : le milieu de vie des élèves

Même si les professions de plusieurs membres de la FPPE-CSQ sont souvent associées au domaine de la santé et des services sociaux, ce qui distingue les professionnel·les de l'éducation, c'est d'avoir développé une expertise bien ancrée dans la réalité scolaire.

L'intervention professionnelle dans le réseau scolaire permet d'agir dans le milieu de vie de l'élève, en collaboration avec l'équipe-école.

« Ce que j'aime du scolaire, c'est que j'ai accès à tout le monde autour de l'élève, autant les enseignantes, TES, les parents, les amis. Tout le monde est là. Si on réfère en psychologie à l'externe (MSSS, privé), il y a une grosse perte. On devrait en faire plus dans le scolaire parce que c'est là que ça se passe. L'école, c'est la fenêtre d'opportunité, c'est la 2e maison. »
Alain, psychologue

« Contrairement aux orthophonistes d'autres milieux que le scolaire, on suit l'élève sur plusieurs années. C'est un milieu de vie l'école. On a un accès privilégié à une grande partie de sa vie. La collaboration avec les autres intervenants du milieu scolaire est quotidienne. »
Audrey, orthophoniste

Note : Toutes les citations sont tirées de groupes de discussions animés par la FPPE-CSQ en juin 2024.

10 octobre 2025

Journée mondiale de la santé mentale

FÉDÉRATION DU PERSONNEL PROFESSIONNEL DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC (CSQ)

CHANGER LE MONDE UN ÉLÈVE À LA FOIS

Valoriser les expertises professionnelles et leurs impacts

Les membres de la FPPE-CSQ souhaitent que leur expertise en matière de santé mentale soit mieux connue et reconnue. Les formations universitaires de plusieurs catégories d'emplois les préparent à agir en santé mentale. Il faut valoriser le développement de nouvelles connaissances et expertises en milieu scolaire.

L'apport spécifique de chaque profession doit être reconnu à sa juste valeur.

« En travail social, on évalue le fonctionnement social de l'élève pour agir sur son environnement. On va aller voir quelles sont les structures qui vulnérabilisent nos élèves, entre autres par rapport à leur santé mentale, pour agir directement là-dessus. »
Méli-Rose, travailleuse sociale

« Le langage, c'est bien plus que de ne pas bien prononcer les sons. Reconnaître l'impact du trouble du langage sur le développement de l'enfant, son comportement, sa santé mentale... on a encore du chemin à faire dans la population.
Les orthophonistes, nous avons un grand rôle de prévention. »
Anne-Josée, orthophoniste

« En ergothérapie, on vise à trouver le "juste défi". C'est essentiel que ce qu'on demande à l'élève dans toutes ses activités – prendre l'autobus, se déplacer dans l'école, faire sa routine, s'assoir, écrire... toutes ces petites tâches quotidiennes – il faut que ça corresponde à son juste défi, à ses capacités. Les ergothérapeutes, on va aider les équipes à ajuster le niveau des tâches et l'environnement pour que l'enfant soit capable de s'engager, de participer. C'est directement en lien avec son sentiment d'efficacité personnel, son bien-être, sa santé mentale. »
Camille, ergothérapeute

Une diversité d'expertises pour répondre à une diversité de besoins

Il y a 17 catégories d'emplois professionnels en services directs à l'élève qui ont en commun de conseiller, d'évaluer, d'intervenir et de collaborer avec l'équipe-école pour favoriser la réussite éducative et le bien-être des élèves. Le réseau scolaire doit offrir un éventail de services pour assurer l'accès à la bonne personne intervenante, au bon moment.

Les rôles et expertises sont complémentaires et non interchangeables.

> *« Notre travail d'équipe, c'est de voir entre nous qui est la mieux placée pour intervenir. Quand il y a une démotivation scolaire, des inquiétudes, c'est souvent moi qui vais être impliquée, entre autres pour le plan d'intervention. »*
> *Stéphanie, conseillère d'orientation*

10 octobre 2025

Journée mondiale de la santé mentale

FÉDÉRATION DU PERSONNEL PROFESSIONNEL DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC (CSQ)

CHANGER LE MONDE UN ÉLÈVE À LA FOIS

Le milieu scolaire doit offrir un climat scolaire bienveillant et sécuritaire. Plusieurs catégories de professionnel·les sont là pour soutenir l'ensemble des élèves, en amont, dans une perspective de services universels.

« Les CO, on est souvent les premières personnes à recevoir une confidence très lourde. On n'est pas menaçant, alors la discussion ouvre souvent sur "je ne pensais pas te parler de ça, mais..." C'est souvent moi qui vais mettre ou remettre un cadre de confiance. »
Audrey, conseillère d'orientation

Des professionnel·les interviennent de façon plus spécifique auprès d'élèves à besoins particuliers ou qui ont des problématiques complexes.

Leurs interventions s'effectuent souvent de façon concertée avec le réseau de la santé et des services sociaux et autres partenaires. Les objectifs sont de favoriser la réussite éducative, mais aussi le bien-être des élèves et leur inclusion scolaire et sociale.

« J'aborde divers sujets liés à la santé mentale dans les animations que je fais en classe : identité de genre, identité sexuelle, diversité culturelle, troubles de la santé mentale, sécurité alimentaire, etc. J'ai un local d'accueil : un nouvel élève qui arrive, un bris d'amitié ou un élève qui vit de l'isolement, ben moi je suis là. Les jeunes se font des amis à l'intérieur de ce local-là, ils peuvent sortir de leur impasse. D'autres vont rester parce que les habiletés sociales, c'est plus difficile et ça leur donne un espace sécuritaire. Je travaille aussi en comité avec les élèves, on a des pairs aidants... ».
Catherine, ADPEC (animatrice de développement personnel et d'engagement communautaire)

« Je travaille avec des élèves en déficience intellectuelle moyenne à sévère et je constate que leur rapport au langage, surtout pour la compréhension, ça a beaucoup d'impact sur leur sentiment de sécurité dans le monde. Si on travaille sur des solutions en langage, ça va défaire des nœuds d'anxiété, les apaiser. Avant la médication, on peut essayer du travail en orthophonie. »
Amélie, orthophoniste

« L'élève qui a un diagnostic de psychopathologie, il a été au régulier, puis en classe d'adaptation scolaire avant d'arriver à notre école (spécialisée). Sa place dans le monde scolaire, il la cherche. On veut un peu réparer cette relation-là, c'est pour ça qu'on veut vraiment soutenir une santé mentale positive. »
Véronique, psychoéducatrice

10 octobre 2025

Journée mondiale de la santé mentale

FÉDÉRATION DU PERSONNEL PROFESSIONNEL DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC (CSQ)

CHANGER LE MONDE UN ÉLÈVE À LA FOIS

SANTÉ MENTALE : 5 CONSTATS EN MILIEU SCOLAIRE

1. L'établissement scolaire détient une responsabilité en santé mentale
2. La santé mentale est liée à la réussite scolaire
3. L'école est un lieu pour la promotion de la santé mentale
4. La période scolaire est un moment déterminant du développement
5. La santé mentale des adultes et des jeunes s'influence mutuellement
(Table régionale en santé mentale de Montréal, 2021)

Des actions qui donnent des résultats

Malgré les défis, dans certains milieux, le personnel constate les impacts positifs des mesures mises en place et du travail des équipes-écoles pour mieux soutenir les élèves en lien avec la santé mentale.

Certaines initiatives sont porteuses de sens et peuvent servir d'inspiration.

« On a fait un comité cette année pour le rayonnement des pratiques en lien avec la santé mentale. Comme psychologue, avec le temps, on se spécialise en scolaire : l'apaisement, l'affectif, l'attachement… J'essaie de me dégager des évaluations, de vraiment aller plus en prévention, en rôle-conseil, puis de soutenir les équipes. Je trouve que, dans les écoles, ça prend place. C'est super intéressant de voir de plus en plus d'ouverture. »
Éliane, psychologue

« Dans les classes au régulier, on est beaucoup dans la promotion de la santé mentale positive. On travaille à implanter des programmes de gestion du stress et de l'anxiété dès la maternelle. Avec nos cohortes de 3e-4e année, ceux qui ont fait les programmes, on voit l'amélioration chez nos jeunes ! »
Jacynthe, psychoéducatrice

10 octobre 2025

Journée mondiale de la santé mentale

FÉDÉRATION DU PERSONNEL PROFESSIONNEL DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC (CSQ)

CHANGER LE MONDE UN ÉLÈVE À LA FOIS

Financer adéquatement le réseau scolaire public et reconnaître l'importance de la santé mentale

L'augmentation et la complexification des besoins des élèves en soutien à la santé mentale sont connues et documentées (ISQ, 2024). Malheureusement, le manque chronique de financement et le désengagement du ministère de l'Éducation à l'égard des enjeux de santé mentale (ex. abandon de la « Stratégie d'entraide éducative et de bien-être à l'école ») mettent un frein aux ambitions des équipes-écoles.

Comme le mentionnait le Conseil supérieur de l'éducation (2020) : pour assurer le bien-être de l'enfant à l'école, faisons nos devoirs.

> *« On sait ce qu'est la recette, on sait ce qu'il faut faire pour améliorer la santé mentale des élèves, mais on n'a pas les moyens de nos ambitions en ce moment ».*
> *Chantal, psychoéducatrice*

La santé mentale du personnel scolaire

En février 2025, l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a publié les résultats d'une étude sur l'état de la santé mentale et l'exposition aux risques psychosociaux du travail du personnel du réseau scolaire public du Québec. Avec la participation de plus de 21 800 enseignant·es, professionnel·les, personnel de soutien et de direction, cette enquête d'envergure démontre que la situation est alarmante : plus de la moitié du personnel scolaire vit une détresse psychologique élevée ou très élevée, et ce, dans toutes les catégories d'emploi.

Le personnel professionnel est exposé à plusieurs risques psychosociaux :

- **72,99 % ont une charge de travail trop lourde**
- **47,21 % ressentent une faible reconnaissance au travail**
- **32,46 % ont de la difficulté à concilier travail-vie personnelle**
- **31,96 % ont un faible sens au travail**
- **29,15 % ont un faible soutien du ou de la supérieur·e**
- **24,62 % manquent de latitude décisionnelle**

Devant ce portrait, l'INSPQ suggère une réflexion plus approfondie sur les actions préventives à mettre en place et la concertation des acteur·trices des milieux concernés afin de réduire l'exposition aux facteurs de risque psychosociaux du travail et leurs effets sur la santé.

Conclusion

La FPPE-CSQ veut contribuer à l'amélioration du bien-être et de la santé mentale en milieu scolaire, tant pour les élèves que pour le personnel.

Mieux connaître et reconnaître le rôle et le travail des professionnel·les de l'éducation, valoriser leurs expertises en santé mentale, améliorer la collaboration en équipe-école et avec les partenaires du réseau de la santé et des services sociaux sont des premières pistes d'action qui peuvent être mises en place.

Une réflexion plus large sur le rôle de l'école est nécessaire : comment donner aux élèves tous les outils nécessaires pour favoriser leur réussite éducative et leur bien-être ?

Comment donner à l'école les moyens pour remplir sa triple mission d'instruction, de socialisation et de qualification ?

> *« Quand je pense à une école, je pense à une maison. L'école qui crée un milieu suffisamment encadrant, suffisamment bienveillant ».*
> *Véronique, psychologue*