

L'approche globale de la santé en milieu scolaire peut-elle favoriser le bien-être dans les écoles primaires et secondaires?

Les effets de la pandémie de COVID-19 montrent à quel point les écoles jouent un rôle fondamental dans la santé et le bien-être des élèves et du personnel. Il est plus que jamais évident qu'une approche coordonnée à tous les niveaux du système d'éducation est nécessaire pour s'attaquer aux questions de santé mentale, de sécurité et d'appartenance dans les écoles. L'approche globale de la santé en milieu scolaire est de plus en plus reconnue par les conseils scolaires au Canada pour promouvoir le bien-être des élèves, du personnel enseignant et d'autres membres de la communauté scolaire.

L'approche globale de la santé en milieu scolaire est une approche systémique qui :

- Permet d'acquérir des connaissances et des aptitudes en matière de santé (p. ex., l'importance du sommeil, l'incidence du temps d'écran, les techniques de régulation sociale et affective), tant en classe qu'à l'extérieur;
- Reconnaît que les écoles peuvent influencer directement sur la santé et le bien-être des élèves;
- Crée des politiques qui favorisent des collectivités sûres et bienveillantes (p. ex., politiques contre l'intimidation);
- Requiert la participation et le soutien de la famille et de la collectivité dans son ensemble.

LES QUATRE ÉLÉMENTS CLÉS DE LA SANTÉ GLOBALE EN MILIEU SCOLAIRE

<p>Milieux social et physique</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Un milieu social met l'accent sur la qualité des relations entre le personnel scolaire et les élèves, de même que sur le bien-être émotionnel des élèves • Le milieu physique comprend l'espace physique et les structures dans l'école (p. ex., salle de classe, terrain de jeux) conçus pour promouvoir l'accessibilité et la sécurité des élèves. Par exemple, prévoir un endroit désigné dans la classe où les élèves peuvent converser, se concentrer et se calmer.
<p>Enseignement et apprentissage</p>	<p>Accroître le savoir, la compréhension et les compétences de la communauté scolaire au moyen d'occasions d'apprentissage formel et informel :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intégrer les programmes de santé et d'éducation physique aux activités pédagogiques et multidisciplinaires • Donner aux élèves des occasions de comprendre et de mettre en pratique des aptitudes aux relations saines et des stratégies d'autorégulation • Offrir au personnel enseignant des séances de développement professionnel axé sur leur bien-être (p. ex., stratégies d'équilibre vie professionnelle/personnelle, préjugés à l'égard de la santé mentale au travail)
<p>Politique</p>	<p>Établir des politiques, des lignes directrices et des façons de faire qui :</p> <ul style="list-style-type: none"> • soutiennent des relations et des comportements sains (p. ex., politiques sur la sécurité et la bienveillance, sécurité numérique, transport actif); • renvoient les plans de développement professionnel et scolaire pour y intégrer l'importance du bien-être du personnel et des élèves; • incluent le bien-être comme point de discussion lors des réunions du personnel et des rencontres avec les parents
<p>Partenariats et services</p>	<p>Travailler en collaboration avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> • divers services communautaires à l'école (p. ex., services de promotion de la santé des bureaux de santé locaux) qui peuvent offrir à peu de frais ou gratuitement leurs compétences en santé mentale; • les parents et services de garde pour comprendre la diversité (p. ex., intégrer les expériences/ identités culturelles aux projets scolaires) et les initiatives d'apprentissage social et affectif (p. ex., échange de connaissances sur les « zones de régulation » à l'école et à la maison, et encouragement à l'égard de leur utilisation).

Lorsqu'on adopte une approche globale de la santé en milieu scolaire, ce sont des communautés scolaires entières qui peuvent profiter d'un bien-être amélioré, de lieux éducatifs plus sains et de meilleurs résultats d'apprentissage pour les élèves. La recherche montre cependant que les écoles doivent investir du temps et des ressources dans la création d'un milieu propice à la santé qui soutient le bien-être des élèves et du personnel. Bien que cela puisse sembler être une tâche colossale, toutes les parties prenantes – dirigeants scolaires, collègues, parents et membres de la communauté – peuvent apporter leur petite contribution pour susciter un changement. Comme première étape importante, nous devons continuer de nous sensibiliser et de sensibiliser les autres à l'approche globale de la santé en milieu scolaire et à ses avantages.

Pour plus de ressources en ligne et de références : www.edcan.ca/faits-en-education

Auteures, **Shelly Russell-Mayhew, Ph. D. et Kerri Murray**