



« *Problème de santé mentale* »

Un problème en santé mentale fait référence à tout état de santé mentale défavorable, allant des réactions normales au stress quotidien aux troubles de santé mentale.

#L'importance des mots

Améliorer la littératie en santé mentale



Problème de santé mentale

Trouble de santé mentale

1. Terme générique

2. Notre bien-être émotionnel, psychologique et social. Cela influence notre manière de penser, de ressentir et d'agir.

3. Une mauvaise santé mentale ne correspond pas aux critères officiels de diagnostic établis par des cliniciens enregistrés..

Les deux se concentrent sur la santé mentale. Pour plus d'informations, consultez [Continuum de santé mentale](#)

1. Terme spécifique

2. Des schémas ou des changements dans la pensée, les émotions ou le comportement provoquent de la détresse ou perturbent la capacité d'une personne à fonctionner.

3. Un diagnostic officiel est fourni par un clinicien enregistré en utilisant des critères de diagnostic officiels.

#L'importance des mots

Améliorer la littératie en santé mentale



« Problème de santé mentale » est un ajout bénéfique au Glossaire 3.0.

Le terme « Problème de santé mentale » permet aux gens de comprendre et de conceptualiser leur santé mentale le long d'un spectre. Bien que de nombreuses personnes connaissent des fluctuations dans leur santé mentale et leur bien-être, cela ne signifie pas qu'elles ont une maladie mentale. Cependant, l'intégration de termes décrivant des expériences difficiles en santé mentale qui ne relèvent pas d'un diagnostic formel établi par un clinicien enregistré peut jouer un rôle crucial dans la validation de ces expériences difficiles dans la vie quotidienne.

**#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale**



Références

Heber A, Testa V, Groll D, Ritchie K, Tam-Seto L, Mulligan A, Sullo E, Schick A, Bose E, Jabbari Y, Lopes J, Carleton RN. Glossaire des termes : Une compréhension commune des termes courants utilisés pour décrire les traumatismes psychologiques, version 3.0. Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada. 2023;43(10/11). <https://doi.org/10.24095/hpcdp.43.10/11.09f>

Mental Health vs. Mental Illness: Understanding the Differences (healthline.com)

Mental Health: What's normal, what's not - Mayo Clinic

*Le modèle de continuum de la santé mentale (MCSM)
<https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/avantages-militaires/sante-soutien/en-route-vers-la-preparation-mentale/modele-du-continuum-de-la-sante-mentale.html>*

#L'importance des mots

Améliorer la littératie en santé mentale



Glossaire des termes

Contexte

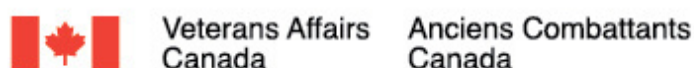
Le glossaire des termes a été créé pour promouvoir une compréhension commune de nombreux termes courants utilisés pour décrire les problèmes de santé mentale découlant de l'exposition à des événements et des facteurs de stress potentiellement traumatisants sur le plan psychologique.

Le but initial du glossaire était de :

- 1) faciliter le discours et les conversations ouvertes entre les nombreux partenaires et parties prenantes à la Conférence nationale sur le TSPT qui s'est tenue en 2019; et
- 2) contribuer à l'élaboration du cadre fédéral sur le TSPT. À ce jour, la Loi C-211 est la seule loi du gouvernement fédéral qui reconnaît l'importance des facteurs de risques liés au travail dans le développement du TSPT chez certaines professions.

COLLABORATION

Le Glossaire des termes réunit un groupe diversifié, multi-institutionnel, pancanadien d'universitaires, de cliniciens et de décideurs. Ensemble, nous travaillons vers un ensemble de termes largement acceptés pour les cliniciens, les scientifiques, les décideurs, les gens ayant une expérience vécue, et le grand public.



Canadian Institute for Pandemic Health Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien d'éducation et d'intervention en santé en cas de pandémie

