

Définir la promotion de la santé mentale : une revue d'une sélection de sources

Le 6 mai 2021

Le langage commun est un marqueur du développement sur le terrain. Il soutient également la communication et la compréhension au sein et entre les secteurs. Le Carrefour DEC a exploré les définitions de la promotion de la santé mentale (PSM) à partir d'un ensemble très sélectif de cadres et de documents de politique sur la santé mentale de la population. Nous avons privilégié les sources canadiennes au niveau national et les principales sources internationales. Nous avons privilégié les sources récentes et nous nous sommes concentrés presque exclusivement sur les définitions de la PSM. Les définitions de « santé mentale positive » et de « bien-être mental » sont incluses lorsque celles-ci sont proposées par des organisations canadiennes de premier plan dans le domaine de la PSM. Nous prévoyons de mettre à jour cette ressource avec des définitions supplémentaires au fil du temps.

Source	Définition de la PSM
<p>Barry, M., Clarke, A.M., Petersen, I., & Jenkins, R. (eds). (2019). <i>Implementing mental health promotion</i> (2nd ed.). Switzerland: Springer.</p>	<p>« La promotion de la santé mentale vise à assurer une santé mentale et un bien-être positifs au niveau de l'individu, de la communauté et de la population. L'objectif de ce domaine de pratique multidisciplinaire est de renforcer les facteurs de protection pour une bonne santé mentale, d'améliorer les environnements favorables et de permettre l'accès aux ressources et aux opportunités de vie pour les individus et les communautés qui favoriseront leur bien-être social et émotionnel. La promotion de la santé mentale se concentre sur l'ensemble de la population dans le but d'améliorer la santé mentale et le bien-être de la population.</p> <p>«... Les principes suivants de la promotion de la santé mentale peuvent être articulés:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Impliquer la population dans son ensemble dans le contexte de sa vie quotidienne, plutôt que de se concentrer sur les personnes à risque de troubles mentaux spécifiques. • Mettre l'accent sur les facteurs de protection pour améliorer le bien-être et la qualité de vie. • Aborder les environnements psychosociaux, physiques, culturels et économiques qui déterminent la santé mentale des populations et des individus. • Adopter des approches complémentaires et des stratégies intégrées opérant du niveau individuel au niveau socio-environnemental. • Impliquer une action intersectorielle, travaillant à travers les secteurs et les contextes s'étendant au-delà du secteur de la santé. • Basé sur la participation, l'engagement et l'autonomisation du public. »

Source	Définition de la PSM
Association canadienne de la santé mentale	<p>« La promotion de la santé mentale fait référence aux actions prises pour renforcer la santé mentale. Elle s'applique à tout le monde – c'est-à-dire des groupes particuliers et la population en général. La promotion de la santé mentale :</p> <ul style="list-style-type: none"> • augmente la capacité de à prendre le contrôle de la vie et de la santé, • favorise la résilience, • s'appuie sur des liens intersectoriels, et • adopte une perspective positive. »
Cadre du continuum du mieux-être mental des Premières Nations, Santé Canada et 'Assemblée des Premières Nations	<p>« Le mieux-être mental consiste en un équilibre entre les aspects mental, physique, spirituel et émotionnel. Il y a renforcement de cet équilibre chez les individus qui ont un <i>but</i> dans leur vie quotidienne, que ce but passe par l'éducation, l'emploi, la prestation de soins ou une façon d'être et de faire ancrée dans la culture; qui entretiennent à l'égard de leur avenir et de celui de leur famille un <i>espoir</i> qui repose sur un sentiment d'identité, des valeurs autochtones uniques et une croyance en l'esprit; qui éprouvent un <i>sentiment d'appartenance</i> et d'attachement relativement à leur famille, à leur communauté et à leur culture; et qui ont le sentiment que la vie a <i>un sens</i> et qui comprennent de quelle façon leur vie et celles des membres de leur famille et de leur communauté s'inscrivent dans la création et dans une histoire riche. »</p>
Cadre d'action (2017-2022) de la Commission de la santé mentale du Canada	<p>Un des piliers stratégiques de ce cadre d'action se concentre sur la prévention et la promotion et encadre des « stratégies holistiques de prévention, à la promotion du bien-être mental, à l'augmentation des activités de sensibilisation et d'éducation en matière de santé mentale positive à tous les stades de la vie, et qu'une attention plus ciblée soit accordée aux déterminants sociaux de la santé de manière sûre et compétente sur le plan culturel. Il comprend aussi les efforts continus menés pour respecter les droits de la personne, améliorer l'inclusion sociale et éliminer la stigmatisation et la discrimination. »</p>
Ministère de la Santé Ministère des Soins de longue durée de l'Ontario (en anglais)	<p>« La promotion de la santé mentale est le processus de renforcement de la capacité des individus et des communautés à accroître le contrôle de leur vie et à améliorer leur santé mentale ... c'est une approche qui vise à améliorer la santé des individus, des familles, des communautés et de la société en influençant les interactions complexes entre les facteurs sociaux et économiques, l'environnement physique et les comportements et conditions individuels tout au long de la vie (c.-à-d. les déterminants sociaux de la santé). »</p>

Source	Définition de la PSM
Centres de collaboration nationale en santé publique	<p>Les Centres de collaboration nationale en santé publique ont développé une collection de ressources qui se concentrent sur la promotion de la santé mentale des populations pour les enfants et les jeunes. Dans la ressource « Healthy public policies and population mental health promotion for children and youth », la PSM est décrit ainsi : « favoriser le développement de la santé mentale individuelle et communautaire. C'est aussi de créer des environnements ou des milieux de vie fournissant un soutien, et de réduire les inégalités de santé mentale ». La ressource « Fondements : définitions et concepts pour cadrer la promotion de la santé mentale des populations chez les enfants et les jeunes » précise qu'une « approche axée sur la santé des populations pour promouvoir la santé mentale des enfants et des jeunes a pour objet le sain développement des jeunes dans leur ensemble. C'est une stratégie globale qui vise à entretenir et à améliorer la santé mentale. Ce genre de stratégie aide à prévenir les problèmes de santé mentale chez les personnes à risque d'avoir une mauvaise santé mentale, et à améliorer les possibilités de guérison et la qualité de vie des garçons, des filles et des jeunes gens vivant avec une maladie mentale, quoique la prévention et le traitement ne soient pas les premiers objectifs. »</p> <p>Concepts clés de la PSM présents à travers la collection comprennent :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'approche axée sur le parcours de vie • L'approche axée sur la santé des populations • La santé mentale positive • L'équité • Les déterminants de la santé mentale des populations
Agence de la santé publique du Canada	<p>« ...la promotion de la santé mentale renvoie au processus consistant à accroître la capacité des individus et des collectivités de se prendre en main et d'améliorer leur santé mentale... elle vise à accroître l'estime de soi, la résilience, le soutien social et le bien-être de tous les individus et collectivités, la promotion de la santé mentale est une approche qui habilite les individus et les collectivités à avoir avec leur environnement une interaction qui les rendra plus forts sur les plans émotionnel et spirituel. C'est une approche qui mise sur la résilience individuelle et sur les environnements sociaux favorables ; elle vise à combattre la discrimination à l'égard des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale. La promotion de la santé mentale pour tous passe nécessairement par le respect de la culture, l'équité, la justice sociale, les interconnexions et la dignité personnelle. »</p>

Source	Définition de la PSM
Organization mondiale de la santé	<p>« La santé mentale peut être conceptualisée comme un état de bien-être dans lequel l'individu réalise ses capacités, peut faire face au stress normal de la vie, peut travailler de manière productive et fructueuse, et est capable de faire une contribution à sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le fondement du bien-être et du fonctionnement efficace d'un individu et d'une communauté. Ce concept de base de la santé mentale est conforme à son interprétation large et variée à travers les cultures. La promotion de la santé mentale englobe une variété de stratégies, toutes visant à avoir un impact positif sur la santé mentale. Comme toute promotion de la santé, la promotion de la santé mentale implique des actions qui créent des conditions et des environnements de vie pour soutenir la santé mentale et permettre aux gens d'adopter et de maintenir des modes de vie sains. Cela comprend une gamme de mesures qui augmentent les chances qu'un plus grand nombre de personnes aient une meilleure santé mentale. »</p>

