

INSPQ

INSTITUT NATIONAL
DE SANTÉ PUBLIQUE
DU QUÉBEC

Centre d'expertise
et de référence

Influencer positivement la santé mentale des jeunes en contexte scolaire

Marie-Claude Roberge, conseillère scientifique, INSPQ

Mai 2021

www.inspq.qc.ca

Institut national
de santé publique
Québec 

Objectifs



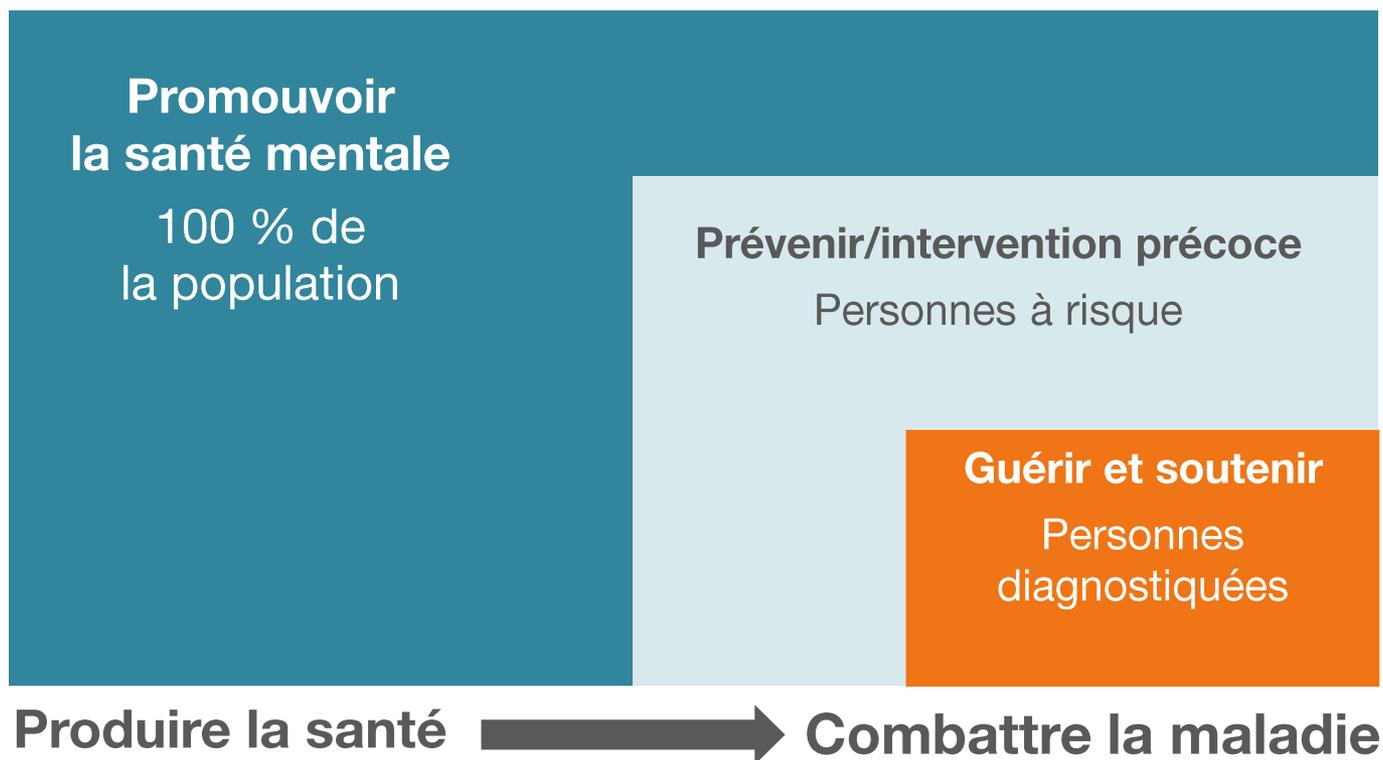
- Décrire les fondements d'une perspective de santé des populations pour agir sur la santé mentale;
- Identifier des champs d'action pertinents pour promouvoir la santé mentale des jeunes en contexte scolaire.

La santé mentale des jeunes

Deux logiques complémentaires pour agir sur l'état de santé mentale

- Réduire l'apparition et l'impact des troubles mentaux
 - Offre de services psychosociaux et médicaux;
 - Mesures compensatoires et d'accompagnement.
- Améliorer les conditions qui « produisent » la santé mentale
 - Conditions favorables au développement positif des individus et des milieux de vie.

La santé mentale des jeunes



santé
recherche
innovation
centre d'expertise et de référence
infectieuses
promotion de sair
santé environnementale
se
toxicologie
prévention des maladies chroniques
impact des politiques pub
innovation
santé au travail
développement des personnes et des communautés

www.inspq.qc.ca

Promouvoir la santé mentale : des fondements

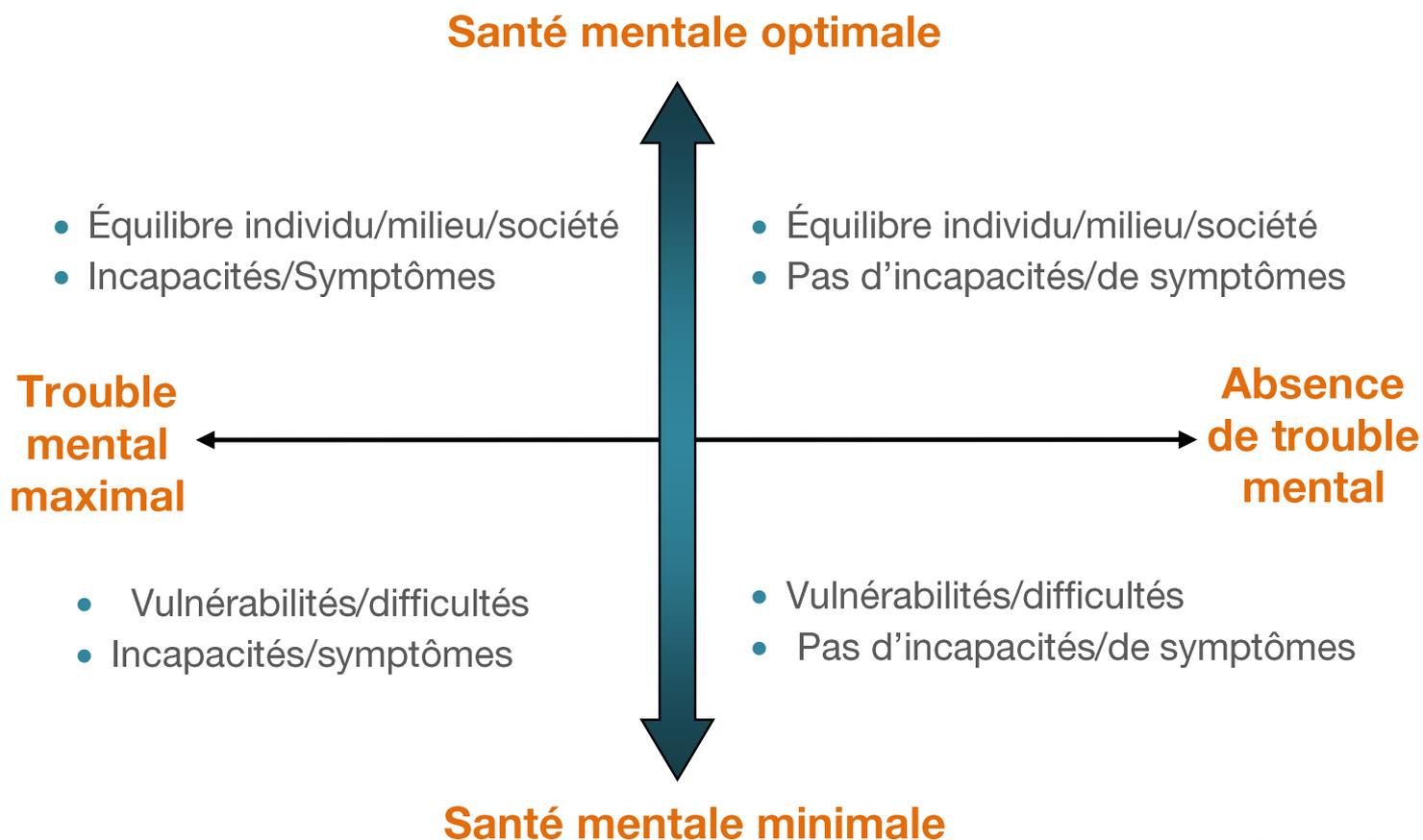
de l'état de santé de la population
microbiologie
prom
sécurité et prévention des traumatismes
recherche
santé au tra
**Institut national
de santé publique
Québec** 

Distinguer santé mentale et trouble mental

La santé mentale : plus que l'absence de maladie

- Santé mentale
 - Sentiment positif à l'égard de la vie;
 - Fonctionnement psychologique et social.
- Trouble mental
 - Symptomatologie.

Distinguer santé mentale et trouble mental



Distinguer santé mentale et trouble mental

La santé mentale concerne tout le monde

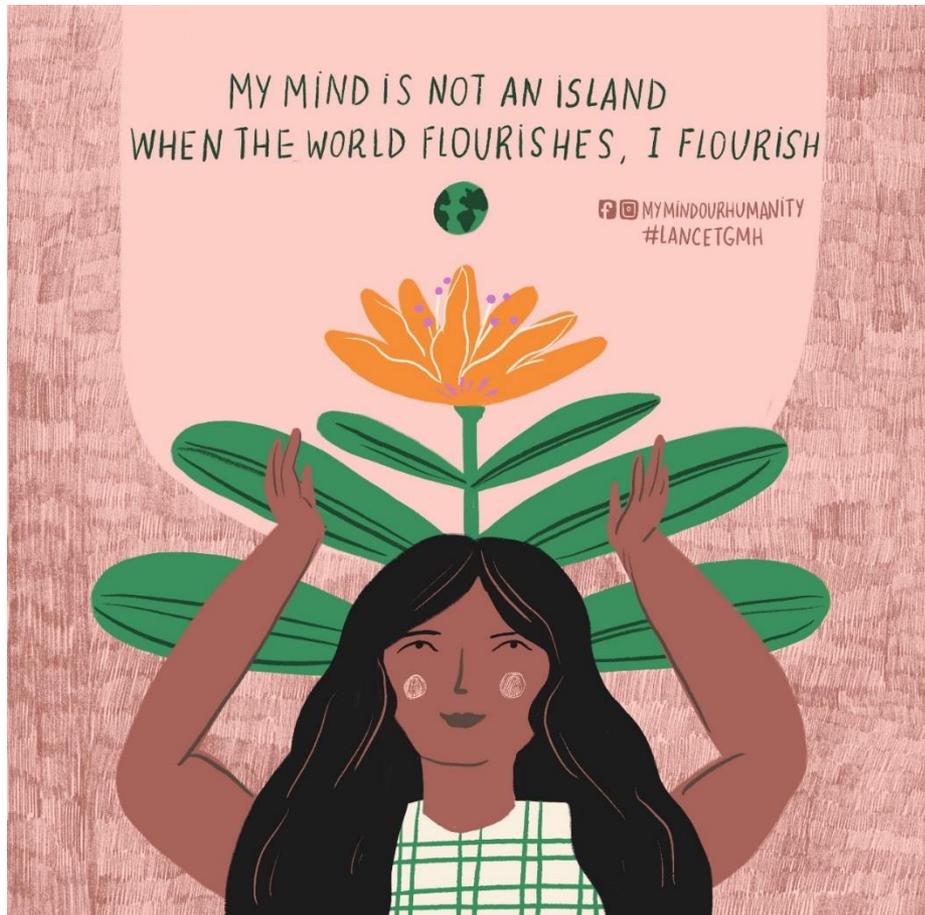
- Fluctuation selon les situations rencontrées et les ressources disponibles pour y faire face.
- Effet protecteur sur :
 - la santé physique;
 - le risque de troubles mentaux;
 - les comportements suicidaires.

Favoriser l'épanouissement de tous

Renforcer les capacités des individus et des milieux

- Permet à ceux qui sont bien de s'épanouir;
- Retarde l'apparition de certains problèmes et atténue les symptômes;
- Améliore la qualité de vie des personnes ayant un trouble mental.

Favoriser l'épanouissement de tous

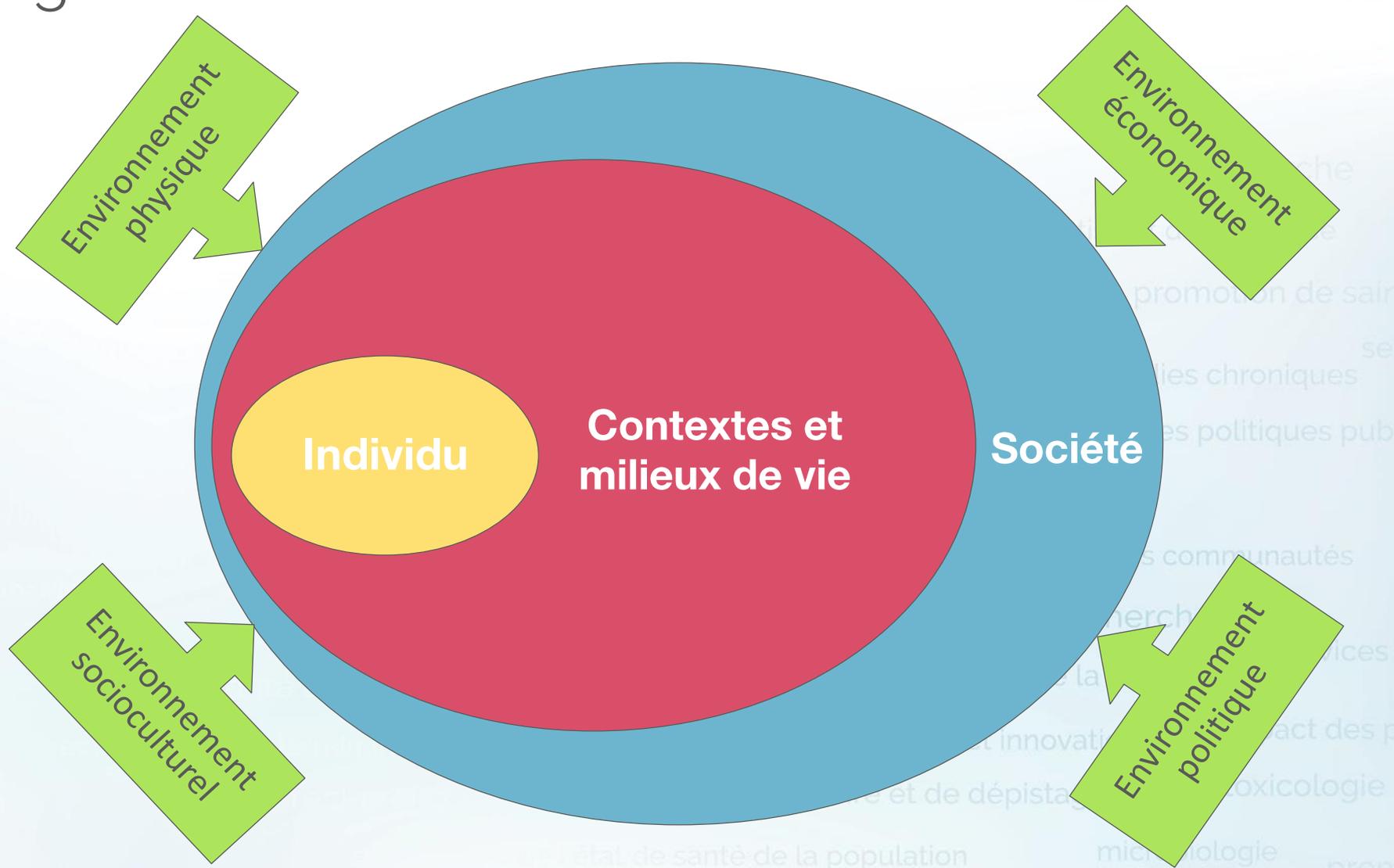


Tiré de : The Lancet Commission on Global Mental Health, 2018

Mon esprit n'est
pas une île.
Quand le monde
autour
s'épanouit,
je m'épanouis

(Traduction libre)

Agir sur les déterminants et leur distribution



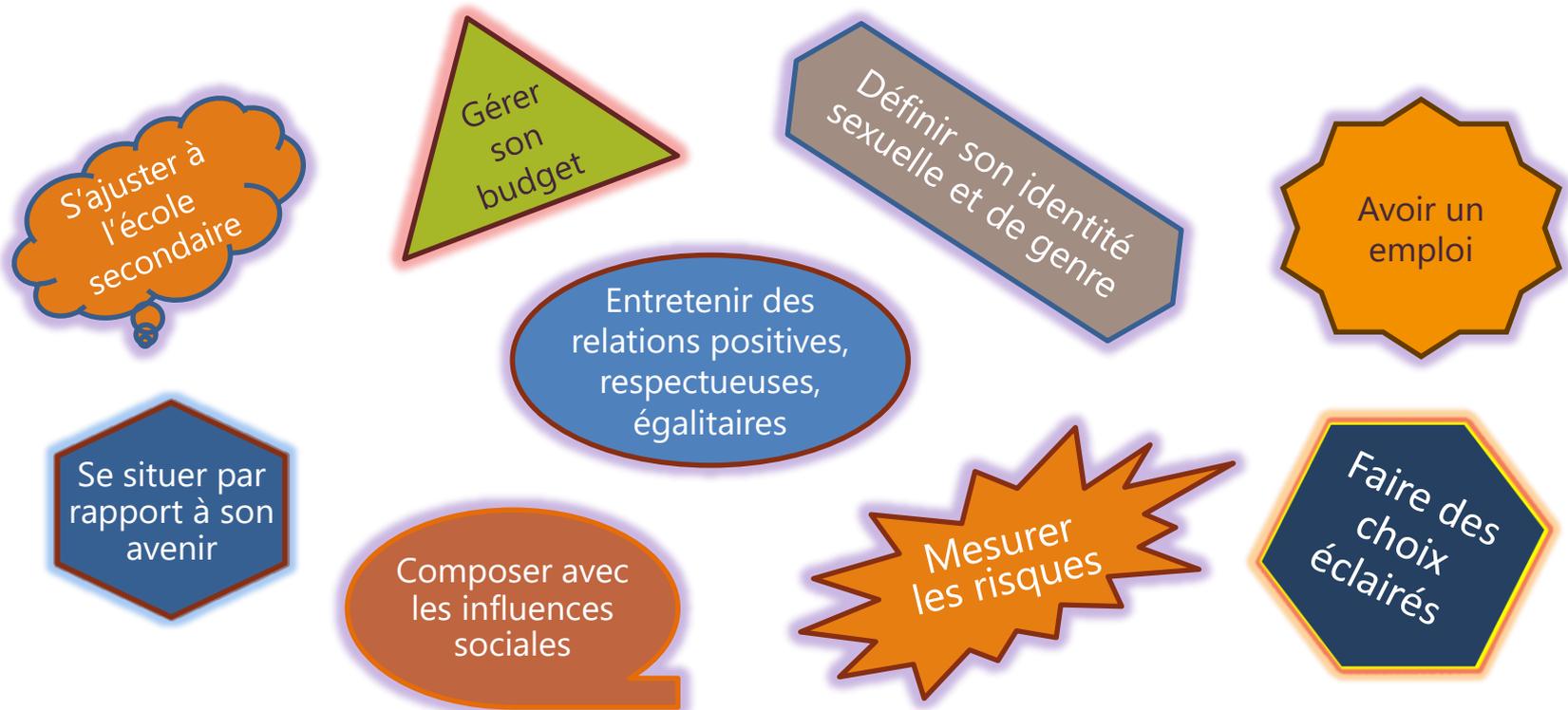
Orpana et collab., 2016; Roberge et Déplanche, 2017; Tessier et Comeau, 2017;
World Health Organization et Calouste Gulbenkian Foundation, 2014;

Agir sur les déterminants et leur distribution

Différents niveaux de déterminants

- Sociétal
 - Les politiques influencent les opportunités offertes aux individus.
- Contexte et milieux de vie
 - La qualité des milieux de vie influence l'exposition de certains groupes aux facteurs de risque et de protection.
- Individuel
 - Le soutien aux jeunes facilite le développement de compétences et permet de réduire les conséquences de certaines expériences/certains traumatismes.

Soutenir les diverses situations de vie



La capacité de faire face aux situations de vie influence la santé mentale

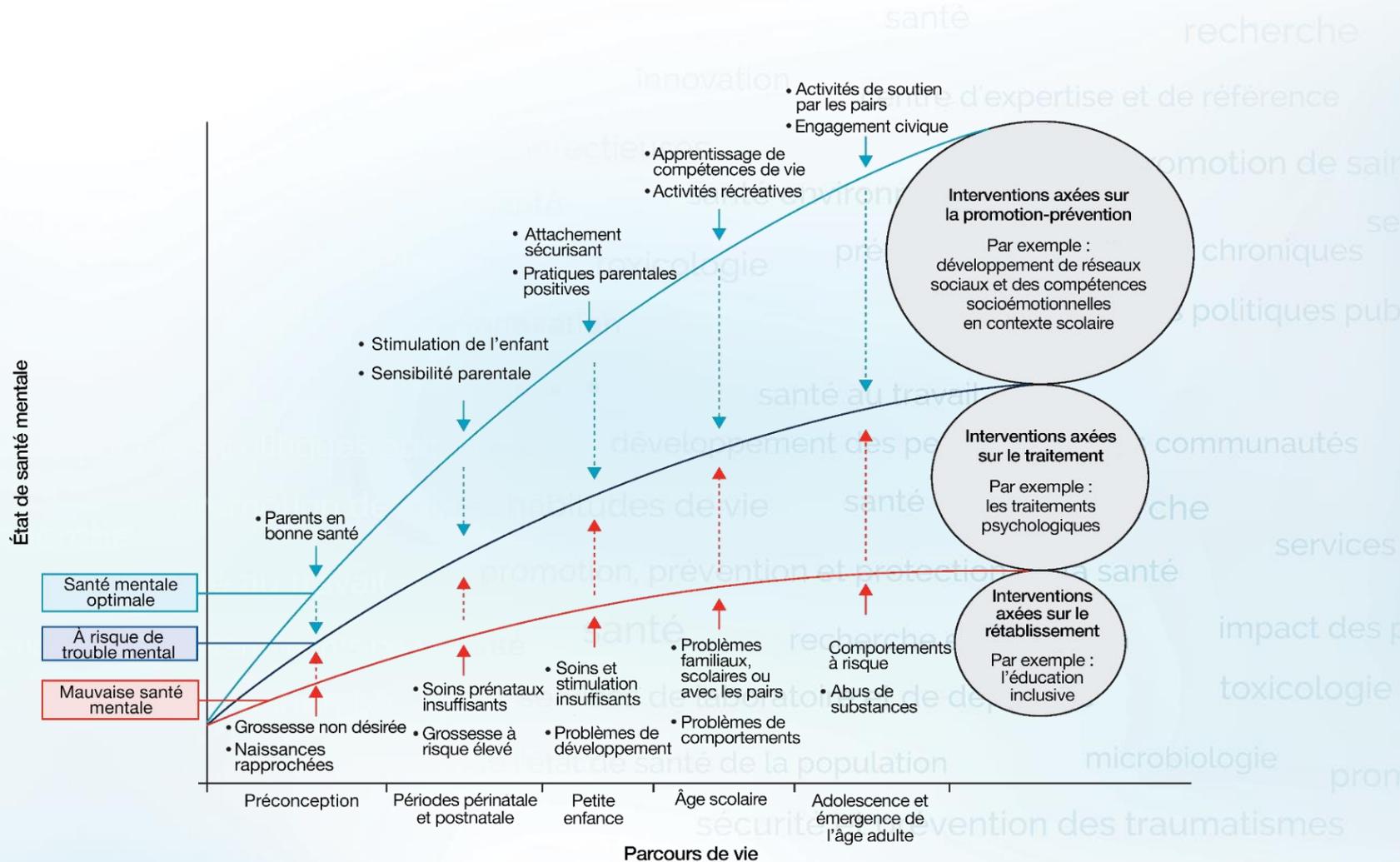
santé recherche
innovation centre d'expertise et de référence
infectieuses promotion de sair
santé environnementale se
toxicologie prévention des maladies chroniques
innovation impact des politiques pub
santé au travail
développement des personnes et des communautés

www.inspq.qc.ca

Champs d'action pertinents en contexte scolaire : ensemble coordonné d'actions intersectorielles

de l'état de santé de la population microbiologie prom
sécurité et prévention des traumatismes
recherche santé au tra
**Institut national
de santé publique
Québec** 

Ensemble coordonné d'actions intersectorielles



Adapté de Patel et collab., 2018

Ensemble coordonné d'actions intersectorielles

Des politiques scolaires qui attestent une préoccupation claire pour la santé mentale des jeunes et du personnel

- Protection contre la violence, le harcèlement, la discrimination;
- Équité, diversité, inclusion, sécurité culturelle;
- Encadrement de la consommation de substances psychoactives (SPA);
- ...

Ensemble coordonné d'actions intersectorielles

L'école, un milieu de vie propice à la santé mentale

- Soutien au développement global des étudiants;
- Relations interpersonnelles attentionnées;
- Valorisation de l'engagement des jeunes;
- Réponse rapide aux difficultés vécues;
- Acteurs sensibles aux réalités des jeunes.

Ensemble coordonné d'actions intersectorielles

Des jeunes compétents pour relever les défis

- Développer les compétences personnelles et sociales :
 - Situations réalistes, possibilités de pratique, rétroaction;
 - Jumelées à des interventions au niveau des milieux de vie.

santé
recherche
innovation
centre d'expertise et de référence
infectieuses
promotion de sair
santé environnementale
toxicologie
prévention des maladies chroniques
impact des politiques pub
santé au travail
développement des personnes et des communautés

www.inspq.qc.ca

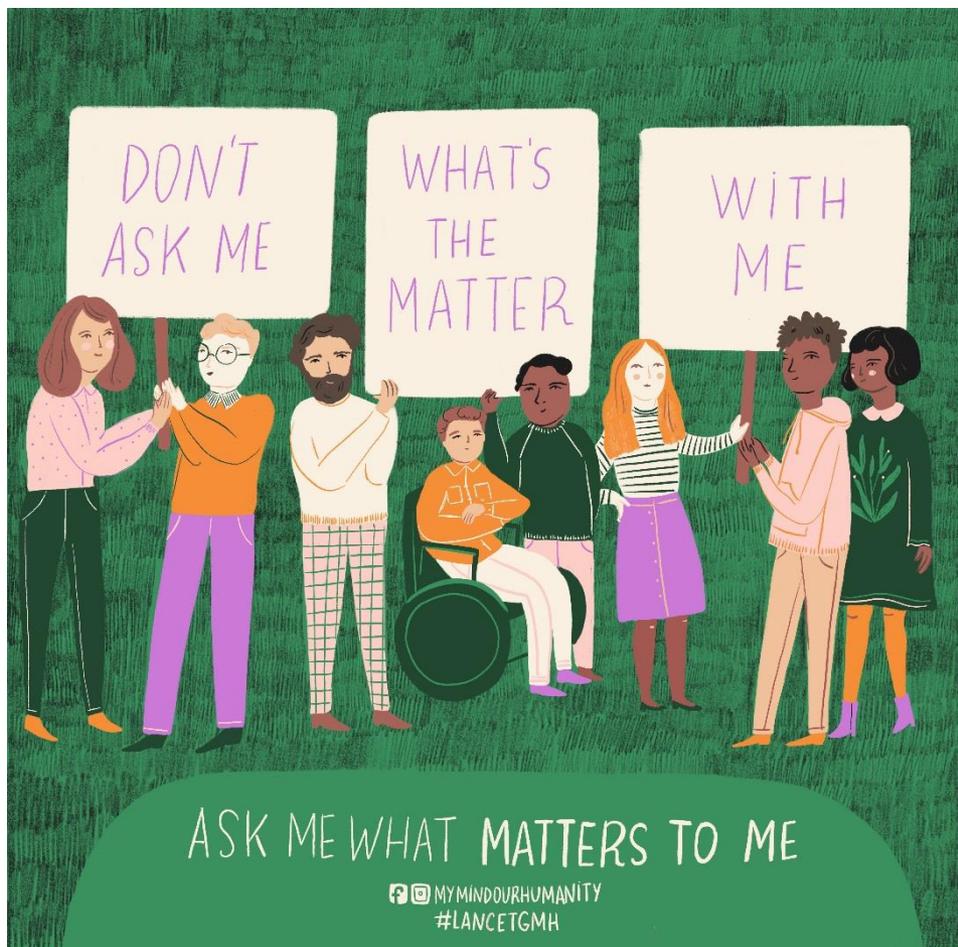
Conclusion

de l'état de santé de la population
microbiologie
sécurité et prévention des traumatismes
recherche
santé au tra

**Institut national
de santé publique**
Québec



Conclusion



Ne me demandez pas ce qui ne va pas avec moi.

Demandez-moi ce qui compte pour moi.

(Traduction libre)

Tiré de : The Lancet Commission on Global Mental Health, 2018



Conclusion

Les actions doivent permettre :

- la capacité de contrôle des jeunes sur leur vie;
- l'accès à des ressources matérielles et sociales dans leurs milieux de vie;
- la possibilité de participer à la vie sociale et économique;
- la protection contre la discrimination et la violence.

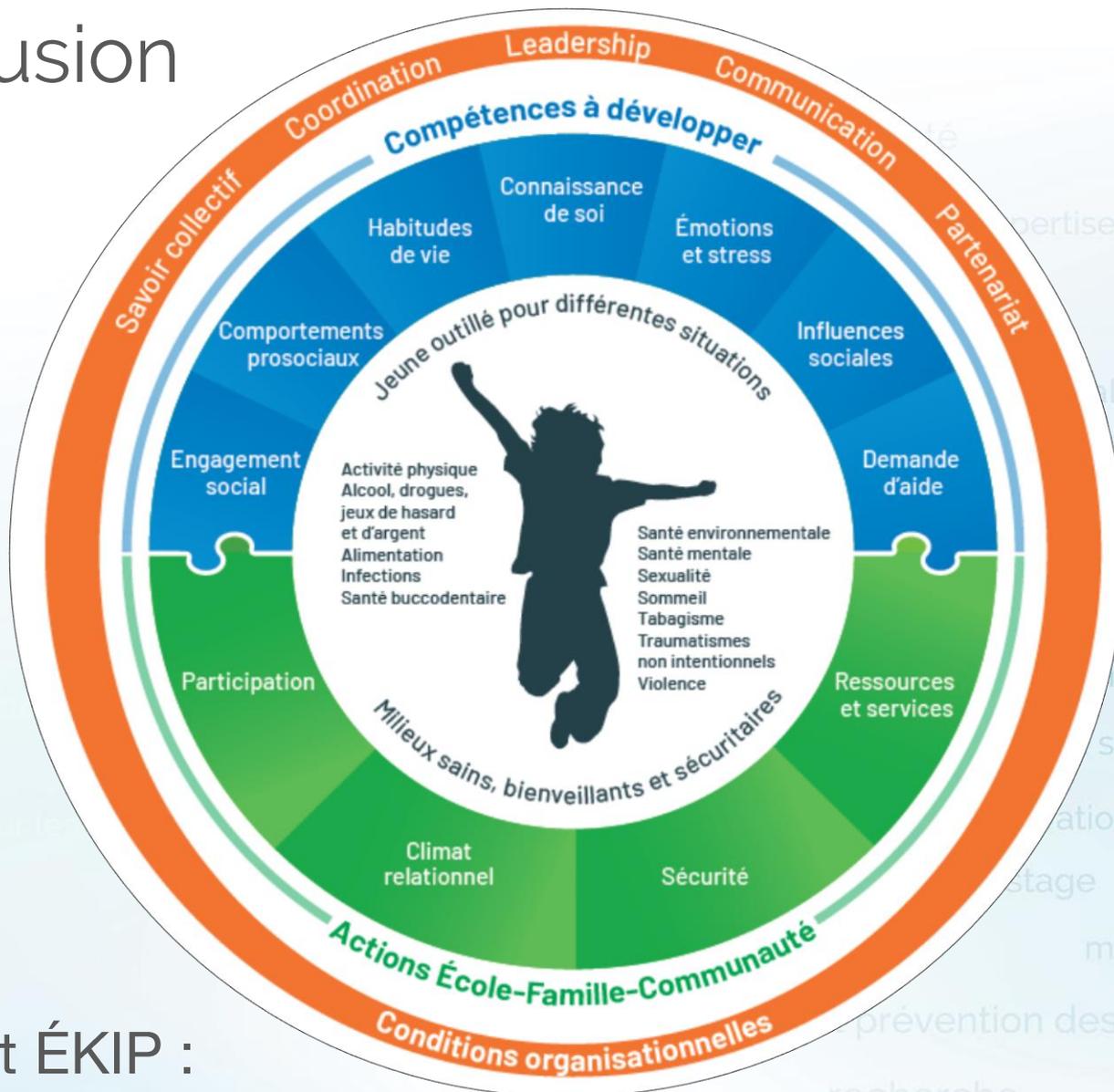
Conclusion



En somme

- Les jeunes vivent différentes situations de vie;
- Une conception holistique des jeunes permet de considérer l'ensemble de leurs besoins;
- La participation des jeunes est une condition de succès;
- Les approches globales et intégrées sont une avenue prometteuse :
 - Ex. : École en santé.

Conclusion



Le référent ÉKIP :
un levier pour des actions de promotion de la SM

<https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/sante-bien-etre-jeunes/ekip>

Institut national
de santé publique

Québec



MERCI!

marie.claude.roberge@inspq.qc.ca

Pour en savoir plus :



<https://www.inspq.qc.ca/publications/2283>



<https://www.inspq.qc.ca/publications/2562>

Références

- Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2012). *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids*. Document rédigé en collaboration avec Québec en forme et l'Institut national de santé publique du Québec. Québec : Gouvernement du Québec. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2012/12-289-03.pdf>
- Orpana, H., Vachon, J., Dykxhoorn, J., McRae, L., et Jayaraman, G. (2016). Surveillance de la santé mentale positive et de ses facteurs déterminants au Canada : élaboration d'un cadre d'indicateurs de surveillance de la santé mentale positive. *Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada : recherche, politiques et pratiques*, 36(1), 1-10. <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/migration/phac-aspc/publicat/hpcdp-pspmc/36-1/assets/pdf/ar-01-fra.pdf>
- Patel, V., Saxena, S., Lund, C., Thornicroft, G., Baingana, F., Bolton, P., Unützer, J. (2018). The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. *The Lancet*, 392(10157), 1553-1598. <https://www.thelancet.com/commissions/global-mental-health>
- Roberge, M. C., et Déplanche, F. (2017). *Synthèse des connaissances des champs d'action pertinents en promotion de la santé mentale des jeunes adultes*. Montréal : Direction du développement des individus et des communautés, INSPQ. <https://www.inspq.qc.ca/publications/2283>
- Roberge, M. C., Laforest, J. et Melançon, A. (2019). *Consultation sur l'organisation des services de santé mentale pour les jeunes : propositions de santé publique*. Montréal : Direction du développement des individus et des communautés, INSPQ. <https://www.inspq.qc.ca/publications/2562>
- Tessier, C., Comeau, L. (2017). *Le développement des enfants et des adolescents dans une perspective de promotion de la santé et de prévention en contexte scolaire*, Montréal : Direction du développement et des individus de l'Institut national de santé publique du Québec. <https://www.inspq.qc.ca/publications/2243>
- The Lancet Commission on global mental health (2018). Youth campaign. <https://globalmentalhealthcommission.org/youth-campaign/>.
- World Health Organization et Calouste Gulbenkian Foundation. (2014). *Social determinants of mental health*. Genève, Suisse : World Health Organization. https://www.who.int/mental_health/publications/gulbenkian_paper_social_determinants_of_mental_health/en/

