

Les thèmes des modules

Le syndrome de stress post-traumatique (SSPT)

Ce module fournit des renseignements de base sur le syndrome de stress post-traumatique (SSPT), notamment :

- les signes indiquant qu'une personne est aux prises avec un syndrome de stress post-traumatique ;
- les différences entre les réactions normales à un traumatisme et le syndrome de stress post-traumatique ;
- les effets du syndrome de stress post-traumatique sur la personne qui en souffre et sur son entourage ;
- les manières de réagir face à une personne ayant vécu un événement traumatisant.

La psychose

Ce module fournit des renseignements de base sur la psychose, notamment :

- ce qu'est la psychose ;
- les signes et les symptômes de la psychose ;
- les maladies associées à la psychose ;
- les manières d'aider et de soutenir une personne aux prises avec une psychose ou qui s'en rétablit.

La schizophrénie

Ce module fournit des renseignements de base sur la schizophrénie, notamment :

- ce qu'est la schizophrénie et ses effets sur la vie d'une personne ;
- les principaux signes et symptômes de la schizophrénie ;
- les types de traitement, notamment les médicaments et l'intervention précoce ;
- la manière de réagir efficacement face à une personne atteinte de schizophrénie.

Les étapes du changement

Ce module fournit des renseignements de base sur les étapes du changement, notamment :

- ce qu'est le modèle des étapes du changement ;
- le mode de fonctionnement du modèle des étapes du changement ;
- l'incidence du modèle des étapes du changement sur les gens ;
- la manière dont vous pouvez utiliser le modèle des étapes du changement dans votre vie professionnelle ou privée.

Les préjugés

Ce module fournit des renseignements de base sur les préjugés et leur incidence sur les personnes, notamment :

- ce qu'est un préjugé ;
- le lien existant entre le préjugé, l'opinion préconçue et la discrimination ;
- les facteurs alimentant les préjugés ;
- les incidences des préjugés sur les personnes ;
- les stratégies pratiques pour éliminer les préjugés.

www.camh.net/mha101

Santé mentale et toxicomanie 101

« Étant donné qu'un Canadien sur cinq devrait être confronté à un grave problème de santé mentale ou de dépendance au cours de sa vie, tout le monde a intérêt à mieux se renseigner sur ces questions »

Santé Canada (2002)

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale propose maintenant des cours en ligne gratuits, concis et conviviaux à toute personne qui désire parfaire ses connaissances sur les sujets de la toxicomanie et de la santé mentale.

Des modules pour celles et ceux qui :

- travaillent dans des rôles non cliniques dans les domaines de la consommation d'alcool ou d'autres drogues et de la santé mentale ;
- se trouvent en présence de personnes confrontées à des problèmes liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues ou à des problèmes de santé mentale, quel que soit le cadre de travail ;
- ont des amis ou des membres de leur famille aux prises avec des problèmes liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues ou des problèmes de santé mentale.

Des activités d'apprentissage interactives

Mythe ou réalité ? – Connaissez-vous vraiment les faits ?

Exercice – Résolvez des problèmes concrets

Révision rapide – Testez vos connaissances

Mots croisés – Révissez quelques définitions



www.camh.net/mha101



Centre for Addiction and Mental Health
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la santé
et de l'Organisation mondiale de la Santé
Affilié à part entière à l'Université de Toronto

Les thèmes des modules

Les troubles anxieux

Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles anxieux, notamment :

- la différence entre une angoisse normale et un trouble anxieux ;
- les signes indiquant qu'une personne souffre peut-être d'un trouble anxieux ;
- les manières de traiter les troubles anxieux.

Le trouble bipolaire

Ce module fournit des renseignements de base sur le trouble bipolaire, notamment :

- les signes et les symptômes du trouble bipolaire ;
- les différences entre un épisode maniaque et un épisode dépressif ;
- les effets du trouble bipolaire sur la vie d'une personne ;
- la manière de réagir utilement face à une personne ayant un trouble bipolaire.

Les troubles concomitants

Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles concomitants, notamment :

- ce que sont les « troubles concomitants » ;
- les causes des troubles concomitants ;
- la manière dont les troubles de santé mentale et ceux liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues peuvent interagir entre eux ;
- les manières de traiter les troubles concomitants ;
- la manière de réagir face à une personne ayant des troubles concomitants.

La dépression

Ce module fournit des renseignements de base sur la dépression, notamment :

- la différence entre une tristesse normale et une dépression majeure ;
- les signes et les symptômes de la dépression majeure ;
- les moyens d'aider et de soutenir les personnes atteintes de dépression

La réduction des méfaits

Ce module fournit des renseignements de base sur la réduction des méfaits en ce qui concerne la consommation d'alcool ou d'autres drogues, notamment :

- ce qu'est la « réduction des méfaits » ;
- les avantages de la réduction des méfaits dans le domaine de la consommation d'alcool ou d'autres drogues ;
- des stratégies concrètes pour appliquer les principes de la réduction des méfaits.

Les thèmes des modules

Introduction aux dépendances

Ce module fournit des renseignements de base sur les dépendances, notamment :

- ce qu'est la « dépendance » ;
- la manière dont la dépendance se développe ;
- les facteurs de risque et les facteurs de protection en ce qui concerne la dépendance ;
- les effets de la dépendance ;
- les signes indiquant qu'une personne est susceptible d'avoir une dépendance ;
- la manière de réagir face à une personne susceptible d'avoir une dépendance.

Introduction à la santé mentale

Ce module fournit des renseignements de base sur la santé mentale, notamment :

- ce qu'est la « santé mentale » ;
- ce qu'est la « maladie mentale » ;
- les facteurs qui exposent les personnes au risque d'avoir des problèmes de santé mentale ;
- les manières de favoriser la santé mentale.

Les personnes âgées

Ce module fournit des renseignements de base sur les questions de santé relatives aux personnes âgées, notamment :

- une définition de l'âgisme ;
- la différence entre ce qui est normal et ce qui ne l'est pas dans le vieillissement ;
- la difficulté d'élucider les causes des changements de comportement chez les personnes âgées ;
- les problèmes éventuels liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues, à la santé mentale et au jeu ;
- les manières d'améliorer la communication avec les personnes âgées.

Les troubles de la personnalité

Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles de la personnalité, notamment :

- ce qu'est un trouble de la personnalité ;
- la manière dont se développe un trouble de la personnalité ;
- les signes et les symptômes des différents types de troubles de la personnalité ;
- les effets des troubles de la personnalité sur la vie d'une personne ;
- la manière dont les troubles de la personnalité sont traités ;
- la manière de réagir face à une personne ayant un trouble de la personnalité.