

Ce modèle reconnaît que la santé mentale d'un individu n'est pas simplement noire et blanc. Le modèle passe graduellement de la santé et de l'adaptation (vert) aux maladies et troubles cliniques nécessitant des soins médicaux plus concentrés (rouge), en passant par une détresse ou des difficultés de fonctionnement légères et réversibles (jaune) et une blessure ou un dysfonctionnement plus graves et persistants (orange).

Modèle du continuum de la santé mentale



Les flèches sous les quatre blocs de couleur montrent qu'il s'agit d'un continuum, et leur mouvement le long du continuum dans les deux directions indique qu'il est toujours possible de revenir à la santé totale et à un niveau de fonctionnement complet. De cette façon, personne n'est « rejeté » simplement à cause de symptômes d'une maladie ou de traitements d'un trouble ou d'une maladie. On reconnaît également que plus une intervention, quelle qu'elle soit, se produit à un stade précoce, plus il est facile de revenir à la santé et à un niveau de fonctionnement intégraux (vert).

Source: *La Défense nationale et les Forces armées canadiennes: En route vers la préparation mentale (RVPM)*