


Aperçu de la thérapie cognitive et comportementale offerte par Internet pour le personnel de la sécurité publique : exploration des expériences des clients pendant et après le traitement (2021)

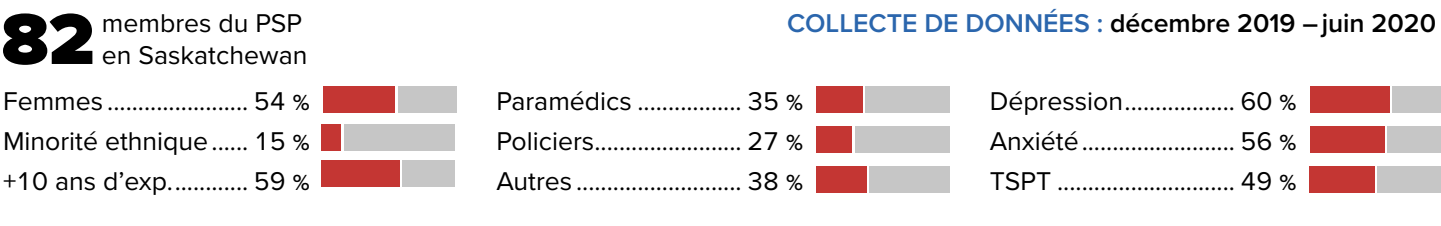
Beahm, J. D., McCall, H. C., Carleton, R. N., Titov, N., Dear, B., et Hadjistavropoulos, H. D.

Le PSPNET offre une thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) **gratuite et confidentielle**, développée avec et pour les membres du personnel de la sécurité publique (PSP) au Canada. Ce programme permet aux membres du PSP de s'instruire sur la santé mentale et d'acquérir des compétences au moyen de démarches en ligne et de profiter du soutien de thérapeutes par téléphone ou via un système de messagerie sécurisée. **Apprenez-en davantage en visitant le : <https://www.pspnet.ca/fr> !**

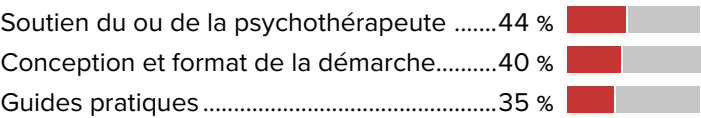


OBJECTIF :

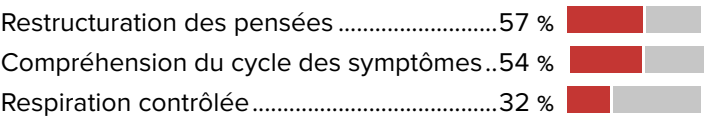
Mieux comprendre les expériences des membres du PSP avec la démarche *Développement du bien-être du PSP*, afin d'améliorer les résultats en santé mentale.



PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES DE LA DÉMARCHE :

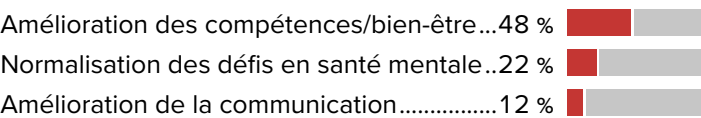


COMPÉTENCES LES PLUS UTILISÉES :

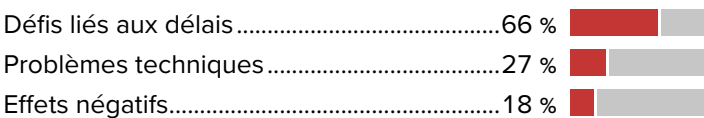


« J'ai commencé à me sentir plein d'espoir et même un peu plus compris dans la manière dont je lutte, ainsi que dans les différentes façons dont les gens peuvent avoir des difficultés en santé mentale en tant que PSP. — Client de PSPNET »

AVANTAGES :



PRÉOCCUPATIONS :



« Le cours m'a simplement obligé à affronter les problèmes de front. Il y avait une partie difficile, mais c'était nécessaire pour pouvoir guérir. — Client de PSPNET »

CONCLUSIONS :

1. Les membres du PSP sont intéressés par la TCCI adaptée à leurs besoins et s'y inscrivent.

2. Les effets négatifs étaient rares et n'ont pas altéré l'expérience globale de la TCCI.

Note : Ces données ont été extraites de la base de données des pratiques courantes de la démarche *Développement du bien-être du PSP* avec l'accompagnement d'un-e psychothérapeute de PSPNET.

Note : Les citations sont des traductions libres en français, de celles de clients anglophones.

Internet Interventions
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100481>
Conception infographique par Willick, T.J.