

# SERVICE DELIVERY OUTCOMES

Internet-delivered Cognitive Behaviour Therapy (ICBT) involves using the internet to deliver the same treatment content that is normally covered in face-to-face cognitive behaviour therapy for depression, anxiety, and or posttraumatic stress injuries. The materials have been specifically tailored for Public Safety Personnel (PSP). Weekly therapist support is available for 8 to 16 weeks.

### WHAT WE DO

- Increase care for PSP
- Provide Online and telephone screening
- Offer ICBT content tailored to PSP
- Offer varying amount/duration of therapist support
- Specialized supervised clinicians
- Conduct research for continuous improvement

## CONDITIONS WE TREAT:

Anxiety  
 Depression  
 Panic  
 PTSD  
 Social Anxiety  
 Stress

## OUTCOMES

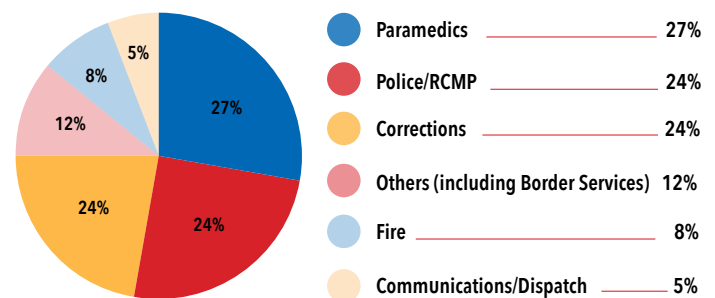


## CLIENT BACKGROUND:

To date, there have been 118 clients from Saskatchewan and 31 clients from Quebec who have been enrolled in courses provided by PSPNET.



## PSP SECTORS WE SERVED:



This study has been approved by the University of Regina Research Ethics Board.

[www.pspnet.ca](http://www.pspnet.ca)

Contact the PSPNET team at: [pspnet@uregina.ca](mailto:pspnet@uregina.ca) Tel: (306) 337-SAFE (7233) or Toll-free 1-833-317-7233

# RÉSULTATS DE L'OFFRE DE SERVICES

La thérapie cognitivo-comportementale offerte par Internet (TCCI) consiste à utiliser Internet pour fournir le même contenu de traitement qui est normalement présenté en thérapie cognitivo-comportementale en face-à-face pour contrer la dépression, l'anxiété et / ou les symptômes liés au stress post-traumatique. Le matériel est spécifiquement conçu pour le personnel de la sécurité publique (PSP). Le soutien hebdomadaire du thérapeute est disponible pendant 8 à 16 semaines.

## CE QUE NOUS FAISONS



Augmenter les soins et services pour les membres du PSP



Offrir des pré-évaluations en ligne et au téléphone



Fournir un contenu de TCCI spécialement conçu pour le PSP



Offre une flexibilité dans la durée et dans l'accompagnement thérapeutique



Permettre d'avoir accès à des cliniciens spécialisés et supervisés



Mener des études pour l'amélioration continue des connaissances et des services

## CE QUE L'ON TRAITE :



Anxiété  
Dépression  
Attaque de panique  
TSPT  
Anxiété sociale  
Stress

## RÉSULTATS

**99%**

rapportent que cela valait la peine

**96%**

affirment qu'ils recommanderaient à un ami

**90%**

déclarent une augmentation considérable en leur confiance à gérer leurs symptômes

**85%**

ont significativement amélioré ou maintenu un niveau sous-clinique de symptômes de **dépression**

**87%**

ont significativement amélioré ou maintenu un niveau sous-clinique de symptômes **anxieux**

**86%**

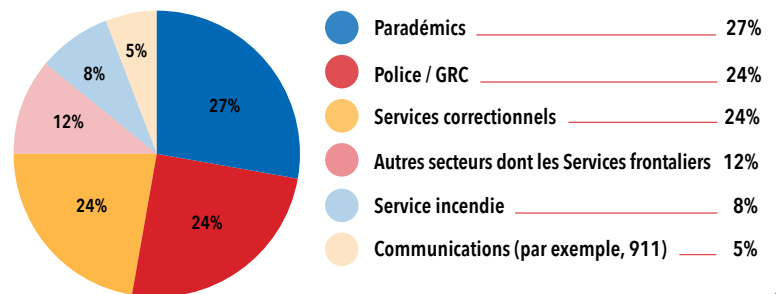
ont significativement amélioré ou maintenu un niveau sous-clinique de symptômes de **stress post-traumatique**

## ANTÉCÉDENTS DES UTILISATEURS

À ce jour, 118 clients de la Saskatchewan et 31 clients du Québec se sont inscrits à des cours fournis par le PSPNET.

Tranche d'âge :	21-65
Non urbains :	50%
Minorités ethniques :	16%
Travaillent :	93%
Médicamentés :	37%

## DÉMOGRAPHIE PAR SECTEURS :



Cette étude a été approuvée par le comité éthique à la recherche de l'Université de Regina.

[www.pspnet.ca/fr](http://www.pspnet.ca/fr)

Contactez l'équipe du PSPNET à: [pspnet@uregina.ca](mailto:pspnet@uregina.ca) Tél: (306) 337-SAFE (7233) ou sans frais 1-833-317-7233