

PSPNET : Un traitement spécialisé en santé mentale offert en ligne au personnel des communications de la sécurité publique

Le PSPNET propose une thérapie cognitivo-comportementale sur Internet (TCCI) **gratuite** et **confidentielle** développée avec et pour le personnel de la sécurité publique (PSP) du Canada. Obtenez de l'information et développez des compétences pour mieux gérer les symptômes liés aux enjeux de santé mentale, avec la possibilité de recevoir un soutien thérapeutique facultatif par messagerie sécurisée ou par téléphone.

RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES

Collecte de données : janvier 2020 à mars 2026

181

clients du secteur des communications de la sécurité publique



97% Travailleurs actifs



42% Prescription de médicaments pour la santé mentale



83% Femmes



21% Rôle de direction

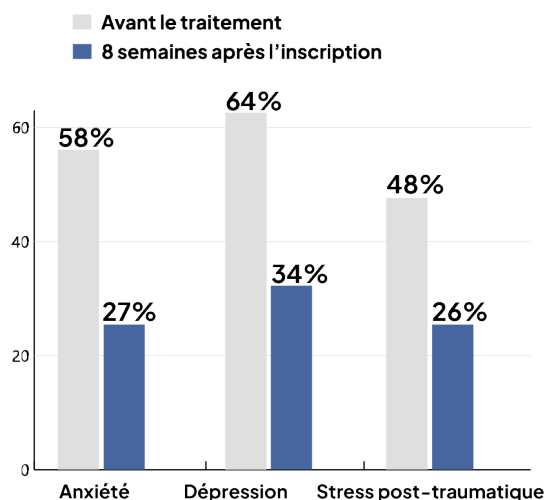


51% Collectivités < 100,000



9% Personnes racisées

SYMPTÔMES CLINIQUES



SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT

96% estiment que le PSPNET était utile

99% le recommanderaient à un ami

79% ont déclaré avoir développé une plus grande confiance dans la gestion de leur santé mentale

*Le cours a été très utile pour me rappeler que **je ne suis pas la seule personne** qui éprouve ces sentiments. Il m'a également donné d'autres idées pour **prendre soin de moi** et des **stratégies d'adaptation**.*

—Client du secteur des communications de la sécurité publique

CONCLUSIONS

- Le personnel des communications de la sécurité publique a manifesté de l'intérêt à l'égard de la TCCI en s'inscrivant au PSPNET.
- Le PSPNET peut réduire les symptômes d'anxiété, de dépression et de stress post-traumatique.
- Le personnel des communications de la sécurité publique inscrit au PSPNET déclare être très satisfait du traitement.

Inscrivez-vous dès aujourd'

pspnet.ca/fr



Note : Le personnel des communications de la sécurité publique comprend les répartiteurs et agents de centres d'appels fédéraux et municipaux, les répartiteurs ou agents des centres d'appels d'urgence (p. ex., 911) et d'autres intervenants. Ces données sont tirées de la base de données des exercices de routine de la démarche Développement du bien-être du PSP guidée par un thérapeute, de la démarche Gestion du trouble de stress post-traumatique et de la démarche autonome Développement du bien-être du PSP. Infographie de Lucas, T.K.