

PSPNET : Un traitement spécialisé en santé mentale offert en ligne au personnel des services correctionnels

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.

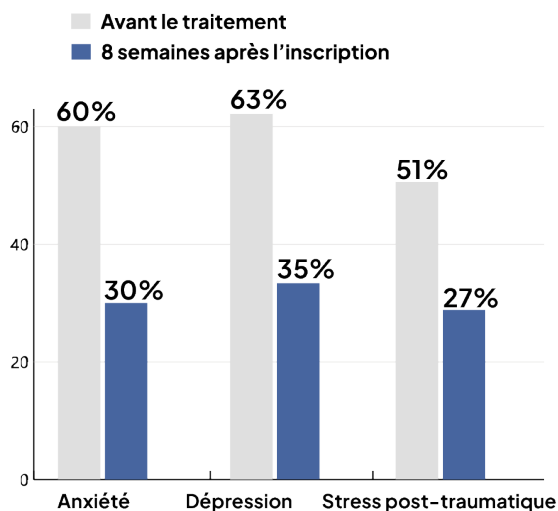
RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES

Collecte de données : janvier 2020 à mars 2026

431 clients des services correctionnels



SYMPTÔMES CLINIQUES



SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT

97% estiment que le PSPNET était utile

97% le recommanderaient à un ami

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

*J'avais l'habitude de donner raison à mes pensées négatives, mais ce cours m'a appris à les remettre en question et à les remplacer par des pensées **positives**.*
—Client des services correctionnels

CONCLUSIONS

- Le personnel des services correctionnels 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 services correctionnels inscrit au PSPNET déclare être très satisfait du traitement.

Inscrivez-vous dès aujourd'
pspnet.ca/fr



Note : 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.