

PSPNET : Un traitement spécialisé en santé mentale offert en ligne aux Autochtones travaillant en 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 : ars 2020 à janvier 2026

138 clients autochtones



91% Travailleurs actifs



36% Prescription de médicaments pour la santé mentale



26% Personnel paramédical



68% Collectivités < 100,000



36% Rôle de leadership



22% Services correctionnels



57% Femmes

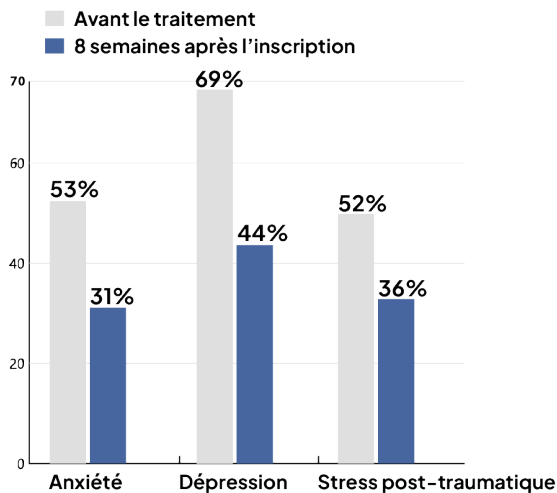


28% Services de police



25% Autres secteurs

SYMPTÔMES CLINIQUES



SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT

98% estiment que le PSPNET était utile

95% le recommanderaient à un ami

77% ont déclaré avoir développé une plus grande confiance dans la gestion de leur santé mentale

*J'ai adoré les ressources et le fait que le cours **porte sur les premiers intervenants**. Les premiers intervenants se sentent souvent isolés en raison de leurs expériences. De lire des cas semblables au mien m'a aidé à me sentir moins seul par rapport à ce que je vis.*

—Client autochtone

CONCLUSIONS

- Les Autochtones ont 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.
- Les Autochtones inscrits au PSPNET déclarent être très satisfaits 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.