



# DISCOURS

Résumé vulgarisé

Forum ICRSMV 2023 : Discussion en groupe

## NOUS MONTONS LA GARDE : FAIRE PROGRESSER LA RECHERCHE ET LES SOINS POUR LES VÉTÉRAN(E)S ET LE PERSONNEL DE SÉCURITÉ PUBLIQUE

### APERÇU

Les militaires, les vétérans et vétéranes, les premières et premiers intervenants et le personnel de la sécurité publique (PSP) ont en commun des problèmes de santé au travail et de santé mentale qui n'ont pas été étudiés à fond. Des chercheurs et chercheuses et des personnes représentant le domaine militaire et le domaine de la sécurité publique ont discuté des recoupements entre ces deux secteurs au cours de la séance d'ouverture du Forum de recherche sur la santé des militaires et des vétérans et vétéranes tenu à Gatineau, au Québec, en octobre 2023. Le groupe d'experts a examiné les possibilités de collaboration et discuté du besoin de mesures de soutien en santé mentale pour améliorer le bien-être de tous ceux et celles qui servent fièrement. Ceci est un résumé de la discussion.

### L'IMPORTANCE DE CETTE DÉMARCHE

La professeure Nicole Sadler, de Phoenix Australia, a présenté le groupe d'experts et expliqué pourquoi il s'agit d'un sujet important. Chaque jour, les efforts exigés des militaires et du personnel de la sécurité publique ainsi que de leurs proches sont de plus en plus grands. Les deux secteurs ont en commun des similitudes importantes qui ont, ces dernières années, stimulé un plus grand partage des connaissances. Il reste toutefois beaucoup à apprendre, mais nous savons que les militaires et le personnel de la sécurité publique sont résilients. Leurs valeurs concordent. Ils partagent des cultures fortes et la fierté de leur travail. Les membres des deux secteurs vivent souvent des événements traumatisants et ils sont exposés à d'autres facteurs de stress organisationnels et professionnels. Les problèmes de santé mentale, y compris les blessures morales, sont de plus en plus nombreux, mais ils hésitent à demander de l'aide. Les familles, les proches et les pairs ont aussi besoin de mesures de soutien spéciales.

### CULTURE, IDENTITÉ ET TRAUMATISMES

Le sergent Brent MacIntyre, du Service de police d'Ottawa (SPO), a raconté un événement changeant la vie en tant que responsable du Programme de soutien par les pairs du SPO. Quand un neuvième membre du SPO qu'il s'efforçait de soutenir s'est suicidé, il a été dévasté et il a éprouvé un écrasant sentiment d'insuffisance et de perte. Le sergent MacIntyre a demandé une aide professionnelle, qui a mené à des conclusions importantes : les traumatismes ne limitent pas tous la vie et ils ne sont pas tous insurmontables. Les traumatismes nécessitent toutefois, pour permettre un rétablissement, des soins et du soutien. L'amour et le soutien social des amis proches, des collègues de travail et même d'étrangers peuvent changer la donne pour

L'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans (ICRSMV) s'emploie à mobiliser les chercheuses et les chercheurs du milieu universitaire et du milieu gouvernemental, à faciliter les nouvelles recherches, à accroître les capacités de recherche et à favoriser l'application des connaissances. L'ICRSMV tient un forum annuel qui réunit des chefs de file pour présenter les nouvelles recherches, échanger des idées, communiquer des observations, apprendre et collaborer, avec pour objectif commun de satisfaire les besoins particuliers des militaires en service actif et des vétérans et vétéranes en matière de santé.

# DISCOURS

un membre du PSP ou un militaire qui est touché par le trouble de stress post-traumatique, une honte profonde ou d'autres problèmes de santé mentale. Les soins organisationnels, ou la compassion du milieu de travail, jouent un rôle déterminant pour ce qui est de soutenir le rétablissement et le retour au travail.

## SURMONTER L'ABNÉGATION POUR SOUTENIR LE RÉTABLISSEMENT

La cheffe de la psychiatrie d'Anciens Combattants Canada, la Icol (retraîtée) **Alexandra Heber**, a donné des conseils aux cliniciens et cliniciennes qui dispensent des soins de santé mentale aux militaires et au personnel du PSP. Les membres de ces secteurs ont des valeurs communes qui peuvent les isoler du monde civil : l'honneur, le courage, la loyauté, le stoïcisme, l'engagement envers le service, la soumission à une chaîne de commandement et le sacrifice des besoins personnels au profit du bien collectif. Ces valeurs empêchent beaucoup de personnes de demander de l'aide. L'abnégation et l'autogestion de la santé ne vont pas de pair.

Les cliniciens et cliniciennes civils qui dispensent des soins de santé mentale et qui travaillent avec la population paramilitaire devraient :

- **s'informer** : acquérir des compétences culturelles dans leur milieu pour mieux servir ses membres;
- **lutter contre les préjugés comportementaux** : être conscients du phénomène de contre transfert (réactions internes et émotions relatives à la profession);
- **reconnaître les mérites de la profession** : tenir compte de l'accent que ce personnel met sur la protection du public et pour ce qui est d'aider les personnes malades et vulnérables et servir en dépit du sacrifice;
- **utiliser le bon langage** : établir un contact avec les clients en utilisant un langage qui trouve écho auprès d'eux;
- **s'appuyer sur leurs chefs** : les chefs des militaires et du personnel de la sécurité publique sont des alliés pour ce qui est de soutenir la santé mentale et le bien-être de leurs subordonnés;
- **normaliser les soins de santé** : dispenser des soins cliniques le plus près possible du lieu de travail pour faciliter l'accès aux soins.

## SATISFAIRE LES BESOINS DES FAMILLES DES MILITAIRES ET DU PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE

**Heidi Cramm**, PhD, qui est la directrice de la stratégie de recherche sur la famille à l'ICRSMV, a discuté de l'importance des familles, qui « servent » aux côtés des militaires et du PSP. Pour les familles, trouver son identité peut être une tâche complexe. La couverture médiatique du milieu de la police et du milieu militaire est souvent négative et les familles proches se sentent en conséquence isolées de la collectivité. Des stress additionnels (déménagements fréquents, réseaux sociaux brisés et perturbation des études des enfants) compliquent l'isolement. La crise du coût de la vie ajoute une couche de complexité. Ensemble, ces stress ont un effet et il est nécessaire d'en tenir compte.

Des efforts se font actuellement dans l'ensemble du milieu de la recherche pour constituer un écosystème de la recherche permettant de soutenir les familles. Le [Garnet Families Network](#), à l'Université Queen's, a été lancé en vue de mieux comprendre, soutenir et améliorer la vie des familles des militaires et du personnel de la sécurité publique par la recherche et au moyen de ressources et de campagnes de sensibilisation du public. Ce regroupement est un moyen collectif de faire une différence.

# DISCOURS

## UNE APPROCHE DE SANTÉ PUBLIQUE COMMUNAUTAIRE DU TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (TSPT)

**Stephanie Priest**, de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC), a présenté le cadre fédéral applicable au trouble de stress post-traumatique (TSPT), qui est devenu loi en 2018. La loi :

- reconnaît que tous les Canadiens peuvent être exposés au TSPT et que, en raison de la nature de leur travail, beaucoup d'entre eux courent des risques plus élevés;
- accroît l'importance du TSPT au niveau national et reconnaît qu'il s'agit d'un enjeu de santé publique;
- établit un langage commun concernant les rôles, les actions et le travail dans l'ensemble des secteurs, des collectivités et des champs d'activité;
- offre un glossaire des termes communs utilisés pour décrire les traumatismes psychologiques;
- offre une base permettant de collaborer en matière de TSPT.

**Stephanie Priest** a conclu par le message selon lequel personne ne devrait faire seul face à des problèmes de santé mentale. Il existe un grand nombre d'obstacles et de lacunes et même si les cadres établissent une base, il y a encore du travail à faire. Les actions, la mise en œuvre, l'évaluation constante et le partage des connaissances contribuent à de meilleures issues pour les personnes qui vivent avec des problèmes de santé mentale.

## COLLABORATION EN MATIÈRE DE SOLUTIONS PARTAGÉES PAR L'ENSEMBLE DES SECTEURS

**Nick Carleton**, PhD, qui est le directeur scientifique de l'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique (ICRTSP), a conclu la discussion en groupe par un résumé des apprentissages et des occasions favorisant la collaboration. Il a souligné les liens inhérents entre les militaires et le personnel de la sécurité publique. Les risques et les expériences qu'ils partagent illustrent leur résilience exceptionnelle.

Il existe également des différences importantes qui nécessitent une attention. Par exemple, la recherche sur les militaires et les vétérans et vétéranes éclipse encore la recherche sur la santé mentale du personnel de la sécurité publique. Les chercheurs et les chercheuses doivent examiner les expériences communes et uniques dans les deux secteurs, ce qui permettra au milieu de la recherche de mieux comprendre les circonstances dans lesquelles les politiques, les procédures et les pratiques fonctionnent pour les deux groupes.

Il existe des moyens de faciliter des solutions. [L'étude longitudinale de la GRC sur le TSPT](#), qui présente une feuille de route permettant d'évaluer et de réduire les blessures de stress post-traumatique touchant le personnel de la GRC et les personnes qui servent fièrement, en est un exemple. L'étude soutient le personnel au moyen d'outils de protection fondés sur des données probantes et par une formation sur les compétences émotionnelles. L'utilisation d'une surveillance biométrique novatrice dans cette étude pourrait révolutionner les systèmes de détection rapide des préoccupations en matière de santé physique et mentale.

## MESSAGES CLÉS À L'INTENTION DES DIRIGEANTS ET DIRIGEANTES ET DES CHERCHEURS ET CHERCHEUSES

- **L'attention et la compassion dont l'organisation est la source favorisent un retour au travail réussi.** Les militaires et le personnel de la sécurité publique doivent se sentir soutenus lorsqu'ils recherchent des services de santé mentale. Les dirigeants doivent également communiquer le message que les membres de l'organisation seront soutenus à leur retour au travail après un congé pour raisons de santé mentale.



# DISCOURS

- **Le choc des cultures entre le personnel des services de santé mentale et les militaires et le personnel de la sécurité publique peut susciter la méfiance.** De nombreuses personnes hésitent à demander de l'aide et refusent d'entreprendre un traitement. Les professionnels de la santé mentale qui travaillent avec ce groupe doivent acquérir des compétences culturelles, utiliser le langage qui convient et normaliser la recherche de soins de santé mentale.
- **L'importance des familles.** Il existe un moyen et un mouvement collectifs permettant de mieux soutenir les familles des militaires, des vétérans et vétéranes et du personnel de la sécurité publique qui font face à leurs problèmes particuliers et qui, souvent, se sentent isolées.
- **La législation et la politique fédérales peuvent contribuer à des programmes efficaces sur le terrain.** La *Loi sur le cadre fédéral relatif à l'état de stress post-traumatique* présente un cadre solide de santé publique pour soutenir les militaires, les vétérans et vétéranes, le personnel de la sécurité publique et les travailleurs de la santé touchés par un TSPT dans l'après-pandémie.
- **La collaboration entre les différents secteurs, à l'échelle tant nationale qu'internationale, peut donner des solutions concrètes précieuses.** Les cultures communes, les réalités et les expériences concrètes des deux secteurs offrent d'importantes possibilités de recherche connexe.

Ceci est un résumé vulgarisé de la discussion de la séance d'ouverture intitulée « Nous montons la garde : intégrer et faire progresser la recherche et les soins pour les vétéran(e)s et le personnel de sécurité publique », qui a eu lieu à l'occasion du Forum de l'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans (ICRSMV), le 16 octobre 2023, à Gatineau, au Québec.

Discussion animée par **Nicole Sadler**, AM, CSC, MPSYCH (CLIN), responsable des politiques et des pratiques, Phoenix Australia Centre for Posttraumatic Mental Health

Experts

- **Sgt. Brent MacIntyre**, coordonnateur du soutien par les pairs, Service de police d'Ottawa
- **Lcol (retraîtée) Alexandra Heber**, M.D., associée du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada (FRCPC), cheffe de la psychiatrie, Anciens Combattants Canada, et professeure adjointe, département de psychiatrie et des neurosciences comportementales, Université McMaster
- **Heidi Cramm**, PhD, OT Reg. (Ont.), professeure, École de réhabilitation, Université Queen's, et responsable de la stratégie de recherche sur la famille, Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans
- **Stephanie Priest**, directrice générale par intérim, Centre de santé mentale et de mieux-être, Agence de la santé publique du Canada
- **R. Nicholas Carleton**, PhD, R.D. Psych, professeur de psychologie, Université de Regina, et directeur scientifique, Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique

Voir la vidéo : **Forum ICRSMV 2023 séance d'ouverture**