

Suivi mensuel de la santé mentale des cadets durant le programme de formation

www.rcmpstudy.ca

Pourquoi étudier l'efficacité de l'autosuiivi de la santé mentale chez les cadets de la GRC durant la formation?

La recherche actuelle indique que, lorsqu'ils entrent au Programme de formation des cadets (PFC), l'état de santé mentale des cadets de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) semble comparable, voire meilleur, à celui de la population générale. Avant leur déploiement (c.-à-d. après avoir terminé le PFC, puis juste avant d'être déployés en service), ces mêmes cadets ont démontré une amélioration de leur état de santé mentale, par rapport aux évaluations effectuées avant la formation. Ils présentaient aussi un meilleur état de santé mentale que celui des membres actifs de la GRC. On poursuit cependant toujours l'analyse des mécanismes susceptibles d'améliorer l'état de santé mentale.

Contexte

On s'attendait à ce que les outils d'autosuiivi fournis aux participants à l'étude de la GRC durant le programme de formation des cadets (PFC) soutiennent la santé mentale des participants, directement et indirectement. Cependant, il n'y a pas encore de preuves sur les techniques et les modalités d'intervention les plus efficaces, et ce, malgré les efforts de longue date déployés pour apporter du soutien en santé mentale fondé sur des données probantes aux membres du personnel de la sécurité publique (PSP).

La présente étude

Cette recherche s'appuie sur les données de la plus vaste étude de la GRC sur dix ans, dans le cadre du Plan national sur le trouble de stress post-traumatique (TSPT). La présente étude a été conçue pour évaluer les liens entre les changements des scores de symptômes de trouble de santé mentale autodéclarés et la fréquence des autosuivis mensuels de santé mentale chez les cadets de la GRC durant leur formation ($n=355$).

Résultats

Les résultats de cette étude appuient l'hypothèse selon laquelle l'autosurveillance régulière de sa santé mentale est inversement liée à l'évolution des symptômes de troubles de santé mentale pendant le PFC, de la période préalable à la formation jusqu'à celle précédant le déploiement. Les cadets ayant répondu à plus de sondages mensuels sur les symptômes de troubles de santé mentale autodéclarés ont montré une plus grande amélioration, entre la formation et le déploiement, des symptômes autodéclarés de TAG, de TSPT et de TDC, mais pas du TUA ni du TP.

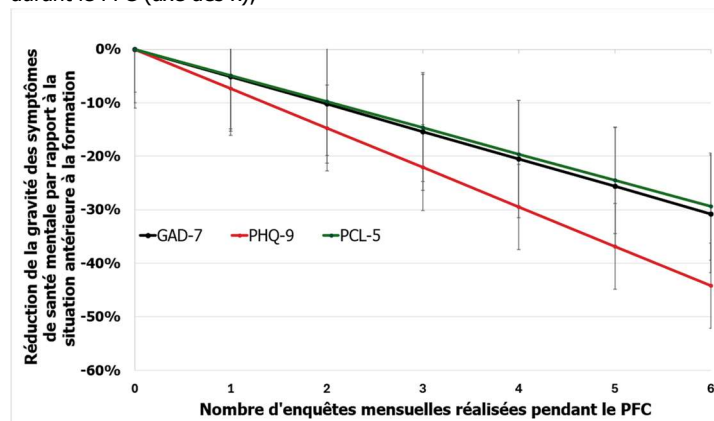
Conclusions

Les résultats suggèrent que:

1. L'état de santé mentale des cadets s'est amélioré pendant le PFC, du moins en partie parce qu'ils ont participé à l'étude de la GRC, et parce qu'ils se sont engagés à utiliser les outils d'autosuiivi;
2. Les cadets ayant utilisé les outils d'autosuiivi mensuel ont démontré une amélioration plus marquée de leurs symptômes autodéclarés de TAG, de TSPT et de TDC avant la formation et avant le déploiement;
3. L'autosuiivi mensuel constitue un outil facilement accessible, apparemment transdiagnostique, fondé sur des données probantes qui permet d'améliorer la santé mentale des cadets de la GRC. Il pourrait être étendu afin d'améliorer la santé mentale de tous les membres de la GRC, ainsi que d'autres membres du PSP.

Points forts

Atténuation de la sévérité des symptômes de trouble de santé mentale avant la formation (axe des y) pour chaque sondage mensuel rempli durant le PFC (axe des x);



*La formulation d'origine de cette étude a été modifiée et abrégée pour cet infographique de recherche.

L'étude de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) est financée par la GRC elle-même, le gouvernement canadien et le ministère de la Sécurité publique et de la Protection civile. R. N. Carleton bénéficie de l'appui de l'ICRTSP, du département de psychologie de la faculté des arts de l'Université de Regina, des Instituts de recherche en santé du Canada, du ministère de la Sécurité publique et de la Protection civile du Canada, de la Gendarmerie royale du Canada, ainsi que d'une subvention de projet de la Fondation Medavie. Le développement, les analyses et la diffusion de cet article ont été rendus possibles grâce à une généreuse subvention, très appréciée, de la Fondation Medavie.



Consultez l'étude complète ici :

T. A. Teckchandani, R. E. Shields, K. L. Andrews, J. Nisbet, T. O. Afifi, G. J. G. Asmundson, K. Q. Maguire, L. Jamshidi, J. P., Neary, G. P. Krätzig, S. Sauer-Zavala, L. M. Lix, S. H. Stewart, et R. N. Carleton (2025). *Monthly mental health self-monitoring and positive changes in mental health disorder symptoms scores among Royal Canadian Mounted Police cadets*. International Journal of Cognitive Behavioral Therapy. <https://doi.org/10.1007/s41811-025-00231-w>.



The RCMP Longitudinal
PTSD Study



University
of Regina