



# Programmes Safeguard et de bilans de santé mentale obligatoires : Analyse et recommandations

## Comité sur les services psychologiques de l'ACCP novembre 2023

Handley, K.D.; Carleton, R.N.; Deschênes, A.A.; Devlin, J.; Kamkar, K.; Lee, V.; Mackoff, R.; Martin-Doto, C.; & Shields, N.; Stockdale, K.; & Teale Sapach, M.

### Qu'est-ce que Safeguard?

Les programmes Safeguard impliquent l'application systématique de bilans de santé mentale proactifs et obligatoires pour le personnel de la sécurité publique, pour ceux qui sont régulièrement exposés à des contenus traumatisants dans le cadre de leurs fonctions. Bien qu'il n'existe pas de définition ou de cadre cohérent pour Safeguard, les programmes à travers le pays comportent le plus souvent les éléments suivants :

- 1) Participation obligatoire de tous les membres des sections désignées au sein du service de police
- 2) Les sections désignées sont sélectionnées en fonction de la fréquence et de l'intensité perçues de l'exposition à des situations potentiellement traumatisantes sur le plan psychologique ou à d'autres facteurs de stress liés au travail ou au contenu qui vont au-delà des expériences policières habituelles
- 3) Fourni à des intervalles réguliers et prédéterminés
- 4) Fourni par un professionnel de la santé mentale, le plus souvent un psychologue clinicien
- 5) Codifié dans les procédures et les descriptions de poste pour les rôles au sein des unités désignées

Contrairement aux évaluations de l'aptitude au travail, qui sont réactives et axées sur une problématique particulière, les sessions Safeguard sont proactives et visent plus généralement à réduire la stigmatisation, à renforcer la prise de conscience des signes personnels de stress et des stratégies d'adaptation, et à accroître la volonté de rechercher de l'aide lorsqu'on est confronté à un problème de santé mentale.

### Safeguard est-il efficace?

Compte tenu de l'absence d'un cadre cohérent pour les programmes Safeguard et du nombre limité d'études sur ces programmes à ce jour, on ne dispose pas de beaucoup d'informations sur l'impact des programmes Safeguard sur la santé mentale du personnel de la sécurité publique.

Toutefois, il existe des preuves que les éléments couramment utilisés dans les programmes Safeguard sont associés à des résultats positifs en matière de santé mentale. Par exemple, des études ont avancé que le fait de rendre obligatoire le counselling en matière de santé mentale augmentait le bien-être autodéclaré des membres de la police (Tanigoshi, Kontos et Remley, 2008), que le suivi systématique de la santé mentale était associé à une moindre gravité autodéclarée des symptômes de santé mentale (Shields et al., 2023) et que les bilans de santé annuels obligatoires chez le personnel militaire américain amélioraient la recherche d'aide, augmentaient la résilience autodéclarée et diminuaient les inquiétudes professionnelles liées à la stigmatisation (Adler, Bliese, Allard et Sharp, 2023).

## Les services de police devraient-ils mettre en oeuvre Safeguard?

Les programmes Safeguard doivent être envisagés comme l'un des éléments d'une stratégie globale de santé mentale pour les services de police et ne doivent être mis en œuvre que s'ils correspondent aux besoins, aux ressources et au stade de développement d'un service donné. Si un programme Safeguard est envisagé, l'ensemble des preuves suggère que le programme devrait inclure les éléments suivants :

- 1) Une participation obligatoire pour tous les membres de la section désignée, bien que le niveau de participation et le contenu de la session soient déterminés par le membre
- 2) Des sessions offertes à intervalles prédéterminés, généralement une fois par année
- 3) Des séances confidentielles dispensées par un clinicien agréé en santé mentale ayant des compétences culturelles en matière de travail avec les premiers intervenants
- 4) Seule la participation du membre à la session est rapportée au service et des directives claires sur la manière dont les informations sont protégées doivent être explicites dès le début
- 5) Comprend une composante d'autosurveillance à l'aide de mesures libres et gratuites que le membre complète entre les rendez-vous du programme Safeguard
- 6) Comporte des mécanismes d'évaluation du programme et de retour d'information pour surveiller l'efficacité

## Quelles sont les prochaines étapes?

Le recours à ces principes généraux lors de l'élaboration d'un programme Safeguard permettra d'établir un cadre cohérent pour la mise en œuvre de ces programmes dans l'ensemble du Canada. Au fur et à mesure que d'autres services de police adoptent la même approche, les chercheurs seront mieux à même de mesurer l'impact que ce programme peut avoir sur les principaux résultats en matière de santé mentale.

## Références

Adler, A. B., Bliese, P. D., Allard, Y. S., et Sharp, D. (2023). Wellness Checks: Piloting a Universal Intervention for Soldiers. *Psychological Services*. Publication anticipée en ligne. <https://dx.doi.org/10.1037/ser0000794>

Handley, K.D.; Carleton, R.N.; Deschênes, AA; Devlin, J.; Kamkar, K.; Lee, V.; Mackoff, R.; Martin-Doto, C.A.; Shields, N.; Stockdale, K.; Teale Sapach, M. (2023). Safeguard Programs and Mandatory Mental Health Checks in Canadian Police Agencies: History, Trends, and Future Directions.

Shields, R. E., Teckchandani, T. A., Asmundson, G. J. G., Nisbet, J., Krakauer, R., Andrews, K.L., Maguire, K. Q., Jamshidi, L., Afifi, T. O., Lix, L. M., Brunet, A., Sauer-Zavala, S., Krätzig, G.P., Neary, J. P., Sareen, J., et Carleton, R. N. (2023). Daily survey participation and positive changes in mental health symptoms scores among Royal Canadian Mounted Police cadets. *Frontiers in Psychology*, 14, 1145194. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1145194>.

Tanigoshi, H., Kontos, A. P., et Remley, T. P. (2008). The effectiveness of individual wellness counseling on the wellness of law enforcement officers. *Journal of Counseling and Development*, 86(1), 63-74.