



DU NOUVEAU : La série d'outils de dépistage anonymes en ligne de l'ICRTSP

Le bref questionnaire anonyme offert en ligne, et qui sert d'instrument de mesure, est l'une des façons les plus simples de déterminer si vous présentez des symptômes de problèmes de santé mentale qui pourraient nécessiter une attention particulière. **L'ICRTSP a récemment dévoilé une série d'outils de dépistage anonymes en ligne pour la dépression, l'anxiété, les troubles anxieux ou liés au stress, les troubles de stress post-traumatique (TSPT), la panique, la phobie sociale et la consommation d'alcool.**

Après avoir répondu en ligne à une courte liste de questions anonymes, les membres du personnel de la sécurité publique peuvent obtenir immédiatement des résultats. Les réponses individuelles sont d'abord évaluées selon des méthodes officielles publiées pour chaque échelle. Par la suite, le pointage du répondant est comparé aux « scores seuils » publiés ainsi qu'à la moyenne des pointages publics d'un ou de plusieurs groupes (p. ex., comment se compare leur pointage à ceux d'un large échantillon d'autres membres du personnel de la sécurité publique). Les données actuelles permettent de comparer un vaste échantillon de membres du personnel de la sécurité publique travaillant dans le même domaine (c.-à-d., les agents des services correctionnels, les pompiers, les paramédics, les policiers, la GRC, et autres).

Les résultats fournis par les outils de dépistage anonymes en ligne permettent aux répondants d'être mieux informés sur leurs propres symptômes et obtenir des résultats préliminaires pouvant les aider à décider s'il y a lieu de consulter d'autres ressources. Le souhait de l'équipe de l'ICRTSP de redonner rapidement quelque chose aux membres du personnel de la sécurité publique de première ligne est à la base de cette série d'outils d'auto-évaluation en ligne.

La série complète d'outils de dépistage anonymes en ligne est accessible sur le site Web de l'ICRTSP au : <https://www.cipsrt-icrtsp.ca>

De la page *Accueil* pointer la souris sur *Sélectionner un test* ;

De la page *Sélectionner un test*, choisissez un des tests de dépistage offerts.



Sélectionner un test de dépistage s'il vous plaît

Vous trouverez ci-dessous une liste d'outils de dépistage anonymes offerts en ligne pour vous aider à déterminer si vous présentez des symptômes de troubles de l'humeur, d'anxiété, ou de stress post-traumatique. Les outils servent à instruire et non à poser un diagnostic clinique. Seuls un médecin ou un professionnel de la santé mentale qualifié reconnu par un ordre professionnel peuvent diagnostiquer correctement un trouble de l'humeur, un trouble anxieux, un trouble de stress post-traumatique, ou tout autre trouble

Anxiété	(GAD-7)
Dépression	(PHQ-9)
Dépression, Anxiété, Stress(DASS-21)	
TSPT	(PCL-5)
Trouble de panique	(PDSS-SR)
Consommation excessive d'alcool	(AUDIT)
Trouble d'anxiété sociale	(SIPS)

22. Vous pouvez choisir un champ de travail plus pertinent pour fins de comparaison. Si vous n'en choisissez aucun, vos résultats seront comparés à ceux de tout le personnel de la sécurité publique

^ v Done

Police
GRC

Services correctionnels

Pompiers

Paramédicaux

Préposés aux appels d'

DASS-21 Résultats

Conformément aux normes de référence d'instruments de mesure considérés valides, et fondés sur l'auto-évaluation des participants vos résultats peuvent indiquer la présence de symptômes cliniquement significatifs ; par conséquent, et si vous inquiet, il est recommandé de consulter votre médecin de famille ou un autre professionnel de la santé.

Résultat de l'état de dépression : normal

Relatif à celui du PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE, Votre pointage est inférieur à la moyenne



Résultat du niveau d'anxiété : normal

Relatif à celui du PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE, Votre pointage est inférieur à la moyenne



DASS-21

Les questions suivantes portent sur différents symptômes qui peuvent être ressentis dans le cadre d'événements stressants de la vie courante, mais qui peuvent aussi indiquer la présence d'une blessure psychologique.

Veillez lire chaque énoncé et indiquez à quel point chacun correspond à votre expérience au cours des 7 derniers jours. Ne vous attardez pas trop longtemps sur aucun des énoncés.

1. J'ai trouvé difficile de décompresser

- Ne s'applique pas du tout à moi
- S'applique un peu à moi, ou une partie du temps
- S'applique beaucoup à moi, ou une bonne partie du temps
- S'applique entièrement à moi, ou la grande majorité du temps

2. J'ai été conscient d'avoir la bouche sèche

- Ne s'applique pas du tout à moi
- S'applique un peu à moi, ou une partie du temps
- S'applique beaucoup à moi, ou une bonne partie du temps
- S'applique entièrement à moi, ou la grande majorité du temps