



Programmes de formation en santé mentale pour les pompiers : différences, préférences et obstacles liés aux programmes

Nous voulions savoir : Comment différents programmes de formation en santé mentale pour les pompiers se comparent-ils les uns aux autres, et quelles sont les préférences et les barrières des pompiers en matière de formation ?



Quel est le problème ?

Il existe de nombreux programmes de santé mentale et de résilience pour aider les pompiers à faire face aux incidents critiques et à gérer leur santé mentale. Cependant, tous ces programmes coûtent du temps et de l'argent et ont des contenus différents. Les pompiers indiquent qu'il est souvent difficile d'y faire un choix. Or c'est à eux de déterminer le programme qui correspond le mieux à leurs besoins et à leurs priorités.

Comment l'équipe a-t-elle étudié le problème ?

Nous avons interrogé un total de 14 personnes (10 pompiers à temps plein, 3 pompiers volontaires et 2 employés d'organisations de pompiers), à travers le Canada, sur leurs expériences avec différents programmes de formation en santé mentale : Resilient Minds (RM), Road to Mental Readiness (R2MR) et Before Operational Stress (BOS). Nous les avons interrogés sur leurs perceptions du contenu des cours, des caractéristiques du programme (p. ex. méthodes d'enseignement, outils/ressources d'apprentissage) et de leurs préférences. Nous avons résumé leurs perceptions et leurs expériences.

Quels sont les résultats de l'étude ?

Les participants ont estimé que RM, R2MR et BOS étaient tous utiles et avaient des méthodes d'enseignement, des objectifs et des compétences similaires. Cependant, ils pensent que chaque cours a ses propres caractéristiques et objectifs principaux. RM est enseigné par un pair et se concentre sur l'enseignement de compétences pratiques en matière de santé mentale pour vous-même, vos pairs et les citoyens, principalement par le biais d'activités de groupe et de méthodes d'enseignement basées sur des jeux de rôle. R2MR se concentre sur l'identification de problèmes de santé mentale personnels ou chez vos pairs et sur la création d'un langage commun pour en parler, principalement par le biais d'un enseignement magistral. BOS est enseigné par un professionnel de la santé mentale et se concentre sur la façon dont le stress affecte le cerveau, dans une approche théorique de type magistral. La plupart des pompiers (70 %) qui ont suivi le programme RM et un autre cours ont préféré RM parce qu'il est « conçu par des pompiers pour les pompiers » et qu'il leur a permis d'acquérir des compétences pertinentes de manière interactive et attrayante. Les pompiers ont identifié le coût comme le principal obstacle aux programmes de formation en santé mentale. Ils pensent que la formation en personne est préférable, mais que la formation virtuelle est plus pratique. Nombre d'entre eux ont déclaré qu'une formation continue était nécessaire.

Comment ces recherches peuvent-elles être utilisées ?

Les services d'incendie peuvent utiliser ces comparaisons pour déterminer ce qui est faisable et ce qui correspond le mieux aux besoins du service ou de l'individu. Les prestataires devraient être plus explicites sur les informations nécessaires pour faire des choix - contenu du programme, coût, justification, preuves à l'appui, engagement dans le temps, approches d'apprentissage, modèle de prestation. Pour garantir le maintien des avantages pour la santé, il faut prendre des décisions sur la manière de superposer ou d'actualiser les différents programmes au fil du temps.

Mises en garde

Les résultats de l'étude sont basés sur la perception des programmes par les participants et n'ont pas mesuré l'évolution du bien-être mental. En outre, il existe différentes versions de chaque programme, ce qui peut avoir une incidence sur les expériences.

Référence : Stretton SM, MacDermid JC, Lomotan M, Killip SC. (2025). [A comparison of firefighter mental health education programs : A descriptive thematic analysis of firefighter experiences](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2024.152547). *Comprehensive Psychiatry*, 136. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2024.152547>

Source de financement : Ce projet a été soutenu par les Instituts de recherche en santé du Canada (FRN : 162539 et 165070).