

« *Traumatisme* »



Un traumatisme peut causer des dommages physiques, émotionnels, spirituels ou psychologiques.

Le traumatisme survient lorsqu'un événement bouleversant provoque des sentiments d'envahissement émotionnel. Il est important de se rappeler que le traumatisme est une expérience unique pour chaque personne.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

« *Traumatisme* »



Voici quelques exemples d'événements potentiellement traumatiques :

- Les efforts pour préserver la vie sont infructueux.
- Être le premier sur les lieux.
- Être victime de violence en milieu de travail.
- Fournir des soins à une personne qui ressemble à des membres de la famille ou des amis.
- Intervenir sur les lieux, mais pas en tant que premier intervenant.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

Source:

Public Safety Personnel's Interpretations of Potentially Traumatic Events.

"It Is Difficult to Always be an Antagonist": Ethical, Professional, and Moral Dilemmas as Potentially Psychologically Traumatic Events Among Nurses in Canada.

« *Traumatisme* »



Les traumatismes graves peuvent être difficiles à surmonter, mais il existe des ressources conçues pour aider :

- **Éduquez-vous** : Hommage aux professionnel.les de santé propose du matériel pédagogique qui peut vous aider à décrire des sentiments troublants et confus.
- **Accédez au soutien entre pairs** : Briser le silence, « Boots On the Ground » et « PeerOnCall » peuvent offrir un soutien anonyme entre pairs.
- **Obtenez de l'aide individuelle** : Traitement 101, destiné au personnel de sécurité publique, guide les participants dans le processus de choix et d'accès à un thérapeute.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale



Glossaire des termes

Contexte

Le glossaire des termes a été créé pour promouvoir une compréhension commune de nombreux termes courants utilisés pour décrire les problèmes de santé mentale découlant de l'exposition à des événements et des facteurs de stress potentiellement traumatisants sur le plan psychologique.

Le but initial du glossaire était de :

- 1) faciliter le discours et les conversations ouvertes entre les nombreux partenaires et parties prenantes à la Conférence nationale sur le TSPT qui s'est tenue en 2019; et
- 2) contribuer à l'élaboration du cadre fédéral sur le TSPT. À ce jour, la Loi C-211 est la seule loi du gouvernement fédéral qui reconnaît l'importance des facteurs de risques liés au travail dans le développement du TSPT chez certaines professions.

#l'importance des mots

Collaborateurs

CIPSRT

Canadian Institute for Public Safety
Research and Treatment



ICRTSP

Institut canadien de recherche et
de traitement en sécurité publique

Canadian Institute for
Pandemic Health
Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien
d'éducation et d'intervention
en santé en cas de pandémie

Financé par



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada