

# Blessure morale liée aux professions en sécurité publique

Fardous Hosseiny, M. Sc.

Adjoint au chef de la direction et Vice-président de la recherche et des politiques publiques

@fhosseiny



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Objectifs d'apprentissage

- Comprendre ce qu'est une blessure morale (BM) et comment elle diffère des autres réactions au stress ou aux traumatismes;
- Prendre connaissance de certains exemples d'événements potentiellement moralement dommageables (ÉPMD), rapportés dans des études sur les BM dans le milieu de la sécurité publique;
- Apprendre les conséquences liées aux BM sur la santé mentale, ainsi que les moyens de les reconnaître chez soi et chez autrui;
- Acquérir des stratégies et des techniques pratiques afin de remédier aux effets potentiels des EPMD sur la santé mentale, et prévenir une blessure morale, que vous soyez sur la première ligne ou membre de la direction.



# QU'EST-CE QU'UNE BLESSURE MORALE?

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Définir la blessure morale

- « Blessure morale » est un terme d'abord défini et étudié dans le contexte des militaires et des vétérans;
- Aucune définition ne fait l'unanimité, mais des instruments d'évaluation des BM sont en développement;
- Certains traitements existants ont été adaptés aux BM, et de nouveaux traitements sont à l'étude.



# Évolution de la définition de blessure morale

« Action qui va à l'**encontre** de ce qui est juste, par une personne en position d'**autorité**, dans une **situation où les enjeux sont importants.** »

(Shay, 2002)

« Les conséquences **psychologiques, biologiques, spirituelles, comportementales et sociales** de la perpétration, de l'**absence de prévention** ou du témoignage d'**actes qui transgressent des croyances et des attentes morales profondément ancrées.** »

(Litz et al., 2009)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Évolution de la définition de blessure morale

« Une blessure à l'âme , un conflit interne fondé sur l'impression morale **d'avoir blessé ou d'avoir été témoin de geste blessant**... une blessure morale peut se produire à la suite de **comportement actif** mais aussi de **comportement passif** et peut (aussi) impliquer le sentiment d'avoir été trahi par une personne en position d'autorité. »

(Brock & Lettini, 2012)

Un « **syndrome** incluant les problèmes psychologiques, existentiels, et interpersonnels qui apparaissent à la suite de violations perçues de valeurs morales ancrées, par soi-même ou par une personne de confiance (ç.-à-d., des expériences moralement dommageables). Ces expériences entraînent une dissonance morale importante, qui, **si elle n'est pas résolue, mène aux développements des principaux symptômes.** »

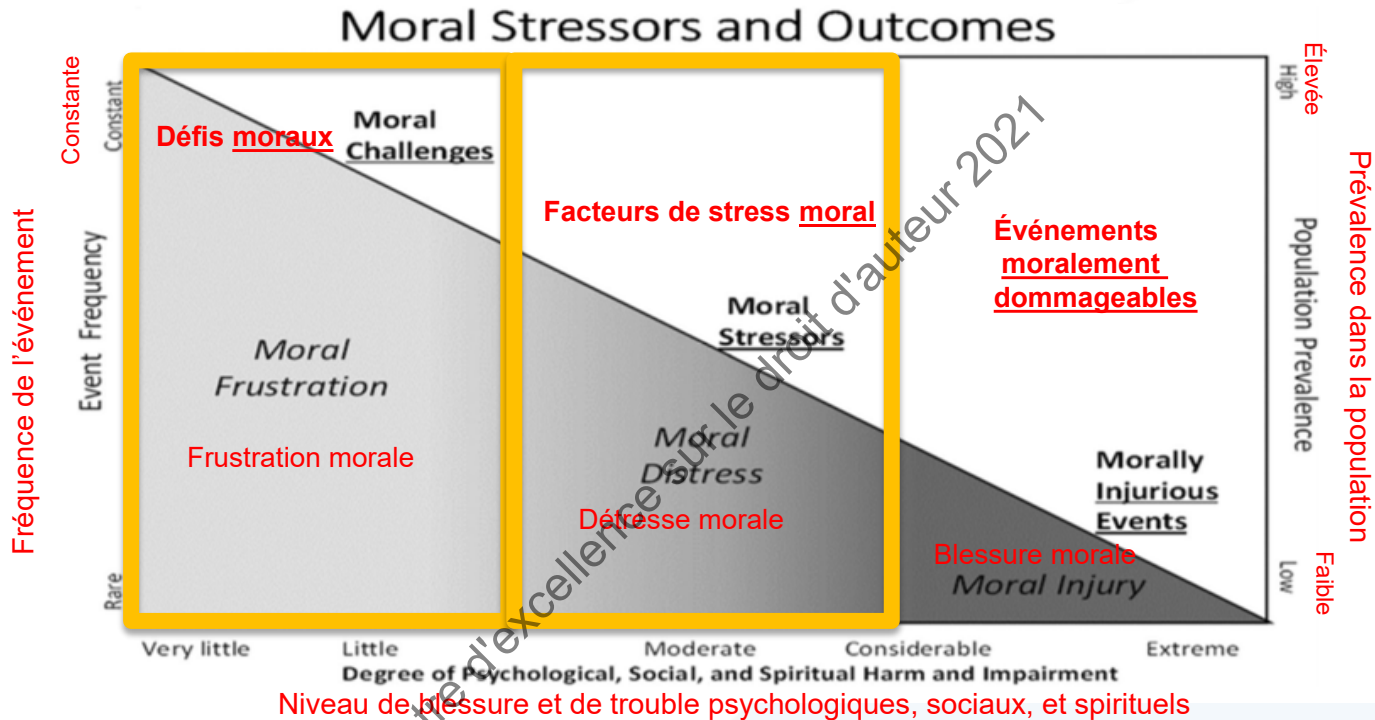
(Jinkerson, 2016)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Continuum de la blessure morale

Facteurs de stress moral et résultats



**Frustration morale** : vous êtes incapable de respecter votre code moral, et vous trouvez l'expérience douloureuse.



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

**Enrichissement moral** : résilience psychologique accrue, estime de soi accru, compassion, et engagement accrus.

**Bless**

**ure morale** : les conséquences psychologiques, sociales et spirituelles d'événements qui enfreignent ou transgressent vos croyances et valeurs morales bien ancrées, dans des situations où les enjeux sont élevés.

**Détresse morale** : vous savez ce qu'il faut faire, mais à cause de contraintes institutionnelles il est pratiquement impossible de suivre la bonne ligne de conduite.

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021





# Continuum de la blessure morale

## • Blessure morale

- se produit à la suite d'ÉPMD suivi de conflit morale interne
- Entraîne une blessure émotionnelle profonde

Intégrité morale  
Conséquences  
psychologiques  
communes  
(culpabilité,  
responsabilité, blâme  
autrui, angoisse,  
impuissance)

## • Détresse morale

- Se produit à la suite d'un conflit moral dans des situations moralement bouleversantes
- Entraîne un déséquilibre psychologique et un sentiment de négativité

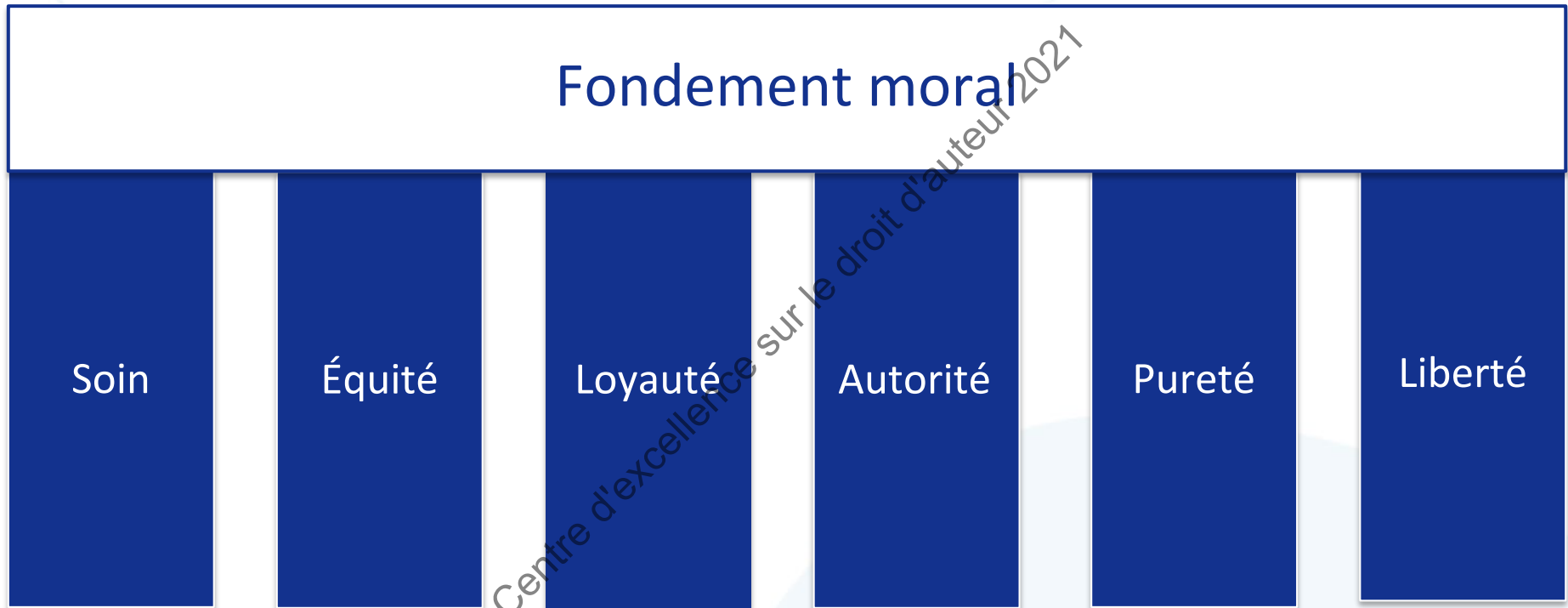
Interaction entre la blessure morale et la détresse morale

Adapté à partir de Čartolovni et al., 2021



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Aborder la « morale » de la blessure morale



(Haidt, 2012)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021

# QU'EST-CE QU'UN ÉVÉNEMENT POTENTIELLEMENT MORALEMENT DOMMAGEABLE (ÉPMD)?



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Événements potentiellement moralement dommageables (ÉPMD)

- Être directement ou indirectement impliqué, ou être témoin de gestes qui enfreignent votre code moral;
- Poser des gestes qui blessent ou ne pas réussir à prévenir de tels gestes;
- Peuvent être attendus ou inattendus;
- Vous pouvez percevoir le mal au moment où se produit l'événement ou en rétrospective.



# Événements potentiellement moralement dommageables (ÉPMD)

Exemples d'ÉPMD :

- Être témoin d'atrocités;
- Prendre une décision qui cause du mal aux autres;
- Tuer / blesser autrui intentionnellement ou par négligence;
- Se blesser ou blesser autrui après avoir été directement dirigé à accomplir des tâches pour lesquelles vous n'étiez pas prêt à / n'aviez pas les moyens d'accomplir.



# De douleur morale à blessure morale

Lorsque les ÉPMD entraînent des conséquences psychologiques, sociales et spirituelles durables, qui ont des incidences négatives sur votre santé mentale, vos relations et votre qualité de vie...

...vous avez subi une blessure morale.



# De douleur morale à blessure morale

## ÉPMD

- Faire face à une situation dans un environnement où les enjeux sont importants, et où vous avez l'impression qu'une valeur morale importante a été enfreinte, par vos gestes ou par les gestes d'autrui.

## Douleur morale

- Éprouver des émotions désagréables (p. ex., culpabilité, honte) et passer des jugements (p. ex., se sentir responsable) en réponse à un ÉPMD.

## Blessure morale

- Souffrir davantage sur le plan social, psychologique, ou spirituel après avoir tenté, de mauvaise manière ou sans succès, de gérer, de contrôler, ou de faire face à la douleur morale que vous éprouvez.



# POURQUOI LA BLESSURE MORALE EST-ELLE IMPORTANTE POUR LE PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE?

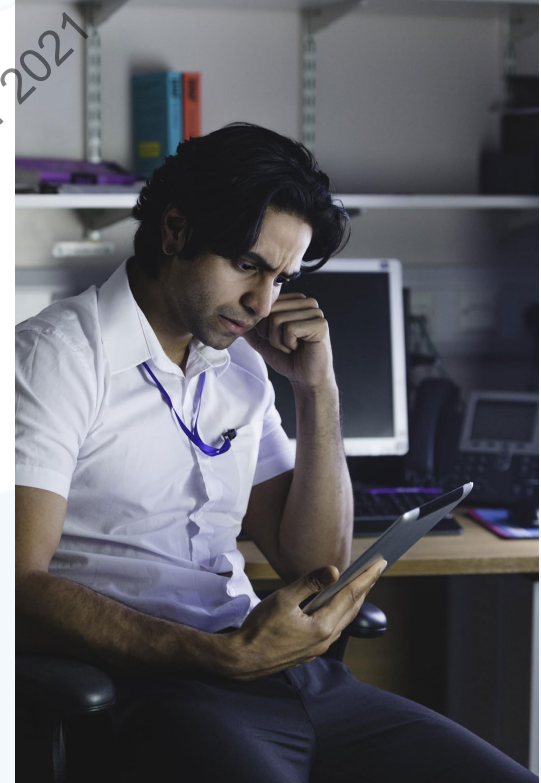


Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT



# Populations à risque de blessure morale

- Militaires
- Vétérans
- Membres du personnel de professions à risque élevé et de service :
  - Policiers
  - Pompiers
  - Paramédics
  - Personnel des soins de santé
  - Journalistes



Feinstein et al., 2018; Murray 2018, 2019; Papazoglou et al., 2017



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Risque de blessure morale chez le PSP

- On a inculqué aux professionnels de la sécurité publique la notion que « le dévouement, l'intégrité, et même le sacrifice de soi doivent jouer un rôle important dans leur conduite, et que leur objectif est de



secourir et de soutenir les victimes civiles. » (Papazoglou et al., 2019)

- L'exposition (directe ou indirecte) à des expériences traumatiques sur le plan psychologique est fréquente chez le PSP.
- Les membres du PSP peuvent être traumatisés par leurs propres actions ou par celles de leur collègues, en service ou en congé.



# Facteurs de stress moral possibles chez le PSP

- Remplir des fonctions qui contribuent à des blessures graves ou à la mort;
- Faire des erreurs qui causent des blessures ou la mort;
- Faire face à un échec (réel ou perçu) à protéger le public, ou ne pas en « faire assez »;
- Douter d'une prise de décision tactique;
- Devoir faire respecter une loi qui va à l'encontre de ses valeurs (p. ex., arrêter des manifestants qui protestent contre une cause qu'on soutient);
- Être continuellement exposé à des problèmes de société;
- Aider des coupables ou des gens qu'on considère condamnables;
- Être moins prêt à aider les personnes qui souffrent;
- Faire face à des incidents qui impliquent des blessures à des enfants ou à des jeunes;
- Être incapable de compléter sa mission / travail comme prévu;
- Composer avec la corruption au sein de l'organisation.

(Papazoglou et al., 2020; Blumberg et al., 2018)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021

# LES CONSÉQUENCES DE LA BLESSURE MORALE SUR LE BIEN-ÊTRE



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Principaux aspects de la blessure morale



(Nash, 2017)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# En quoi la blessure morale ressemble-t-elle au TSPT?

- Vivre un événement extrêmement stressant qui entraîne la détresse psychologique;
- Revivre l'expérience (cauchemars, souvenirs intrusifs, pensées et images);
- Avoir des pensées négatives à propos de soi, des autres, ou du monde;
- Éprouver des émotions négatives, se sentir détaché des autres.



# TSPT vs Blessure morale

## TSPT

- Vivre, ou être témoin, de menace de, ou de mort ou blessure grave réelle
- Ressentir la peur, l'horreur, l'impuissance
- Revivre des souvenirs non désirés
- Réaction psychologique accrue
- **Perte de sécurité**

## Blessure morale

- Vivre ou être témoin de gestes qui enfreignent vos valeurs ou vos croyances profondes
- Ressentir la culpabilité, la honte, la colère
- Pas de réaction psychologique
- **Perte de confiance**

Buechner, 2021



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Blessure morale vs d'autres diagnostics

- Chevauchements importants entre des éléments de blessure morale et ceux d'autres diagnostics :
  - **Dépression** : culpabilité, honte, manque d'intérêt/objectif;
  - **TSPT complexe** : dysrégulation émotionnelle, désorganisation;
  - **Deuil compliqué** : incapacité à faire face à l'événement, deuil d'une perte traumatisante, perte d'identité ou de spiritualité.





Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021

# RECONNAÎTRE LA BLESSURE MORALE, PROMOUVOIR LE RÉTABLISSEMENT MORAL



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

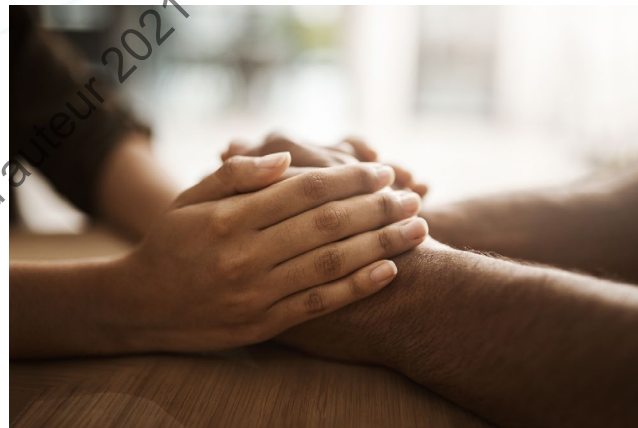
# Reconnaître la blessure morale

- Toutes le ÉPMD n'entraînent pas de blessure morale.
- Soyez attentif aux signes/changements comportementaux
  - Isolement, éloignement ou retrait
  - Absence de comportement utile
  - Colère ou agressivité
- Créez un endroit sécuritaire pour discuter d'ÉPMD ou de blessure morale
  - Reconnaître le stress moral ou les difficultés inhérentes à l'emploi
  - Faire preuve de patience et de compassion
- Encouragez l'autogestion de la santé, la création d'objectifs personnels, les liens sociaux, et l'impartialité (non-jugement).



# Promouvoir le rétablissement moral

- Acceptez la réalité des fautes morales et de la douleur morale passées;
- Se pardonnez et pardonnez aux autres;
- Redonnez un sens à sa vie
  - Prioriser ses propres valeurs plutôt que les règles morales strictes prescrites par la société.
    - Vivre pleinement dans le présent ses valeurs, y compris celles qui ont été enfreintes.



# Promouvoir le rétablissement moral

- Soyez bienveillant envers vous-même
  - Considérez la douleur morale et les jugements associés comme faisant partie de l'expérience humaine;
  - Soyez conscient de votre sentiment d'identité qui est différent de la douleur morale.
- Reconnaissez les relations sociales thérapeutiques
  - Créez un environnement d'acceptation;
  - Établissez ou renouez des liens sociaux solides.
- Envisagez du soutien professionnel



# Traitements individuels

## Pour le TSPT

- **Thérapie par l'exposition prolongée**  
(Foa et al., 2007; Paul et al., 2014; Smith et al., 2013)
- **Thérapie par le traitement cognitif (TTC)**  
(Resick et al., 2016)

## Pour une blessure morale

- **Thérapie d'acceptation et d'engagement**  
(Nieuwsma et al., 2015; Farnsworth et al., 2017)
- **Divulgence adaptative**  
(Nash & Litz)
- **Conséquences de l'acte de tuer (IOK)**  
(Maugen)

## Autres

- **Répétition d'un mantra**
- **Augmentation de la spiritualité**



# RÉPONDRE À LA BLESSURE MORALE DANS LES ORGANISATIONS DE SÉCURITÉ PUBLIQUE

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# Ce que peuvent faire les organisations

## **Cultiver un milieu de travail sécuritaire sur le plan psychologique**

- Mettre en place une direction fortement empathique;
- Reconnaître les exemples positifs et les champions en santé mentale;
- Encourager la camaraderie et le travail en équipe;
- Célébrer les succès;
- Donner du temps pour décompresser entre les expositions à des facteurs de stress;
- Surveiller le stress et favoriser les horaires flexibles si possible;
- Fournir du soutien aux familles du personnel de première ligne au besoin.



# Ce que peuvent faire les organisations

## Promouvoir la transparence et la confiance

- Communiquer régulièrement avec le personnel, incluant par des messages honnêtes et rapides, centrées sur la crise;
- Transmettre les principes d'éthique et les valeurs de l'organisation qui guident la prise de décision;
- Collaborer de manière proactive à la planification et à la prise de décision qui concernent le personnel de première ligne et le personnel administratif.





# Ce que peuvent faire les organisations

## S'engager à offrir une formation en résilience morale

- Discuter des défis moraux et éthiques;
- Discuter des ÉPMD et des réactions possibles à la suite d'expositions;
- Faciliter les scénarios d'éthique en formation, afin d'exposer le personnel aux ÉPMD de manière sécuritaire, et le débriefer en le soutenant;
- Jumeler le personnel moins expérimenté à du personnel chevronné.



# Ce que peuvent faire les chefs d'équipe

- Promouvoir des équipes soudées ayant un sens moral solide;
- Encourager une culture de sécurité, une approche sans jugement et l'attention aux autres;
- Discuter des défis moraux et éthiques;
- Discuter d'ÉPMD et des réactions sociales, émotionnelles, et comportementales possibles à la suite d'expositions;
- Prendre régulièrement des nouvelles des membres du personnel;
- Encourager le débriefage;
- Reconnaître et faire valoir les expériences qu'on partage;
- Présenter des techniques de gestion positives et encourager le personnel à prendre soin de soi et à demander de l'aide.



# Ce que vous pouvez faire

- En apprendre davantage à propos des facteurs de stress et de la blessure morale;
- Prendre soin de vous en mangeant bien, en faisant de l'exercice, en restant connectés socialement et en vous reposant;
- Participer à des activités qui réduisent le stress (thérapie de relaxation, conscience de soi, ou méditation);
- Participer à des activités d'autoréflexion et d'expression;
- Prendre contact avec des pairs et soutenir vos collègues lors d'expériences partagées;
- Demander du soutien professionnel si vous vous sentez bouleversés ou troublés par vos expériences.





Télécharger le *Guide* et d'autres ressources au : [moralinjuryguide.ca](https://moralinjuryguide.ca)



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT

# MERCI !



@Fhosseiny

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec nous à :

[Fardous.hosseiny@theroyal.ca](mailto:Fardous.hosseiny@theroyal.ca)

Centre d'excellence sur le droit d'auteur 2021



Centre of Excellence – PTSD  
Centre d'excellence – TSPT