



**GROUPE  
DES CINQ  
CRISM**

# UNE COLLABORATION EN MATIÈRE DE RECHERCHE ET D'INNOVATION DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ MENTALE DES MILITAIRES, DES VÉTÉRAN(E)S ET DE LEURS PROCHES

**Résumé vulgarisé**

## VERS DE MEILLEURS DÉNOUEMENTS : DES STRATÉGIES POUR PRÉVENIR ET CONTRER LES BLESSURES MORALES CHEZ LE PERSONNEL MILITAIRE

### L'ENJEU

Lorsque le personnel militaire fait face à des dilemmes moraux et éthiques qui confrontent son sens de la justice lors d'épreuves aux enjeux importants, il est à risque de subir des répercussions à long terme sur son bien-être psychologique. Ces répercussions à long terme sont connues sous le nom de blessures morales et elles peuvent entraîner des conséquences psychologiques, sociales et spirituelles. À court terme, ces événements entraînent la détresse morale.

La notion de détresse morale ne date pas d'hier, mais elle attire une plus grande attention de la part des chercheuses et chercheurs et des cliniciens qui étudient le lien entre la blessure morale et le trouble de stress post-traumatique (TSPT) chez le personnel militaire et les vétéranes et vétérans. Jusqu'à présent, la recherche a été orientée sur les causes et les symptômes de la blessure morale. Il est désormais temps d'explorer la prévention et les stratégies d'interventions précoces qui feront une différence dans la santé mentale du personnel militaire et d'autres groupes professionnels à risque de blessure morale.

La blessure morale peut survenir de trois façons : par des actes commis, omis ou de trahison dans une situation où les enjeux sont importants, par une personne ou un organisme de confiance. Un acte commis est défini comme l'accomplissement d'un acte allant à l'encontre de son code d'éthique par la personne elle-même, ou une autre. Un acte est omis quand les mesures ne sont pas prises dans une situation qui contrevient au sens de la justice de la personne. Par exemple, certains membres du personnel de la santé ont pu souffrir de blessure morale en faisant face à des décisions de vie ou de mort en lien avec l'attribution limitée de respirateurs pour les patientes et patients en détresse durant la pandémie de COVID-19.

### POURQUOI C'EST IMPORTANT

De meilleures stratégies pour prévenir les blessures morales et une intervention précoce peuvent aboutir à de meilleurs résultats pour le personnel militaire. Avec un processus de soutien adapté, les problèmes reliés tels que l'abus de substances, les troubles mentaux, les ruptures familiales et le suicide sont susceptibles d'être considérablement diminués.

Les symptômes typiques de la blessure morale comportent le sentiment de culpabilité à long terme, la honte, la colère et le dégoût. Les personnes vivant avec le poids de la blessure morale peuvent se sentir indignes et perdre leur foi, leur confiance en autrui et leurs croyances en un monde juste. De plus amples recherches sont nécessaires chez les populations militaires afin de comprendre la relation entre la blessure morale et le TSPT, la dépression, le suicide et les troubles liés aux substances.

Le groupe de collaboration et d'innovation du Groupe des cinq en matière de recherche en santé mentale réunit des leaders d'opinion provenant de l'Australie, du Canada, de la Nouvelle-Zélande, du Royaume-Uni et des États-Unis. Ces experts effectuent des recherches et conseillent les gouvernements sur les enjeux de santé mentale. Notre objectif commun est d'améliorer les résultats en matière de santé mentale pour le personnel militaire actif et retraité et leurs proches.

## POURQUOI CETTE RECHERCHE A-T-ELLE ÉTÉ EFFECTUÉE

Nos recherches visaient à fournir des conseils sur la conception, la mise en œuvre et l'évaluation d'interventions précoces pour les blessures morales chez les militaires. Nous souhaitions en apprendre plus sur les leaders militaires et leur rôle, leur formation, leurs discussions à propos des dilemmes moraux et leurs stratégies pour prévenir les blessures morales.

## CE QUI A ÉTÉ FAIT

Nous avons mis l'accent sur la recherche récente publiée au niveau international. L'équipe de recherche d'experts en santé mentale chez les militaires, les vétérans et les vétérans a adopté une approche qui regroupait :

- La recherche actuelle sur les blessures morales;
- Les meilleures approches pratiques dans le domaine de la résilience psychologique;
- Les principes d'application et d'évaluation efficaces.

Nous nous sommes penchés sur la formation des pratiques militaires éthiques. Nous avons également examiné le rôle que jouent les leaders dans la création d'équipes cohésives et dans la promotion de discussions ouvertes sur les défis moraux et éthiques auxquels fait face le personnel militaire.

## CE QUE NOUS AVONS TROUVÉ

### La prévention de blessures morales

#### L'intégration d'enjeux moraux dans la formation des leaders militaires et le commandement de mission

Les leaders militaires doivent être équipés pour préparer leurs équipes sur les dilemmes moraux opérationnels en commençant par la compréhension des aspects des missions qui sont moralement complexes et qui pourraient menacer la santé mentale des membres. Les leaders devraient bâtir un moral et une cohésion d'équipe solides, provoquer des discussions de soutien ouvertes et ils devraient référer leurs membres vers un soutien en santé mentale si nécessaire.

#### Améliorer la formation militaire en matière éthique en utilisant des scénarios complexes

La formation militaire en matière d'éthique devrait intégrer des situations complexes, imprécises et qui manquent assez d'information pour permettre la prise d'une décision juste et éthique. Les approches axées sur les valeurs dans la formation en matière d'éthique préparent le personnel pour des situations complexes où les règles et les lois sont imprécises et ambiguës.

#### Préparer le personnel pour l'éventualité de dilemmes moraux avant le déploiement

La formation sur la résilience et l'entraînement préalables au déploiement devraient explorer les enjeux moraux qui gravitent autour d'événements traumatisants, ce qui signifie d'intégrer l'éthique dans la formation sur la résilience offerte avant le déploiement en formant les membres à :

- Réserver leur jugement et examiner leurs valeurs personnelles en lien avec les événements;
- Partager leurs réflexions sur les choix moraux, en particulier ceux qui sèment un doute;
- Faire le lien entre leurs propres expériences et les théories éthiques afin que les difficultés morales ne soient pas perçues comme personnelles, mais comprises dans le contexte de culture et de valeurs sociales.

### Interventions pour encadrer les blessures morales

#### L'intervention précoce est critique

Les leaders devraient être proactifs et initier les conversations difficiles à propos d'une situation morale potentiellement préjudiciable avant une mission. Attendre qu'un enjeu survienne ou questionner la moralité d'une situation sur le terrain pourrait aller à l'encontre de la mission et faire plus de mal que de bien.

#### La cohésion d'équipe est protectrice

Maintenir les membres d'une même unité réunis à travers la formation, le déploiement et le retour à la maison après une mission est important pour la cohésion d'équipe et le bien-être personnel. Les équipes devraient avoir le soutien nécessaire pour parler ouvertement de leurs expériences.

#### Les leaders peuvent aider les membres à faire le bilan de leurs expériences

Les leaders forts et respectueux de l'éthique sont honnêtes et sincères. Ils et elles devraient promouvoir les discussions ouvertes qui portent sur les décisions prises et les stratégies possibles dans des situations moralement difficiles, ce qui permet aux équipes de comprendre leurs expériences et en faire le bilan.

## MESSAGES CLÉS

- **Les changements efficaces misent sur le soutien du leadership à tous les niveaux.** Les hauts responsables doivent comprendre la blessure morale et consacrer le temps et les ressources pour y remédier.
- **Le succès demande une approche d'équipe.** La planification, la conception, l'implantation et l'évaluation des initiatives prises pour remédier aux blessures morales devrait impliquer le personnel militaire et leurs proches, les leaders militaires, les aumôniers et les spécialistes de la santé mentale.
- **Des stratégies devraient identifier l'inégalité et lutter contre celle-ci.** Il est important de considérer l'identité raciale, ethnique, sexuelle et de genre dans le développement de stratégies pour la prévention et l'intervention sur la blessure morale.
- **Les approches doivent être flexibles et continues.** Les efforts pour prévenir les blessures morales doivent considérer la capacité de réalisation. Les stratégies en lien avec les blessures morales devraient être flexibles pour être appliquées dans des circonstances différentes.
- **Les stratégies pour la prévention et l'intervention précoce sur les blessures morales doivent être évaluées.** Cela permettra aux chercheuses et chercheurs de recueillir l'évidence et de la partager pour ce qui fonctionne. Finalement, cela contribuera à façonner les interventions futures et assurer un cycle d'amélioration continue.

---

Ceci est un résumé vulgarisé de « *Addressing moral injury in the military* »

**Publication :** 15 juin 2022 | <http://dx.doi.org/10.1136/bmjmilitary-2022-002128>

**Auteurs :** Andrea J. Phelps, Amy B. Adler, Stéphanie A. H. Bélanger, Clare Bennett, Heidi Cramm, Lisa Dell, Deniz Fikretoglu, David Forbes, Alexandra Heber, Fardous Hosseiny, Joshua C. Morganstein, Dominic Murphy, Anthony Nazarov, David Pedlar, Don J. Richardson, Nicole Sadler, Victoria Williamson, Neil Greenberg, Rakesh Jetly