



Photo du MDN XC06-2019-0008-136

Un membre de l'équipage du NCSM *Whitehorse* enregistre des coordonnées dans le GPS d'une embarcation gonflable à coque rigide (RHIB) dans l'océan Pacifique durant l'opération Caribbe, le 12 avril 2019.

Le programme *En route vers la préparation mentale* : innovation sociale ou écran de fumée?

par Dave Blackburn

Titulaire d'un doctorat en sciences sociales avec une spécialisation en sociologie de la santé et d'une maîtrise en service social, le professeur Dave Blackburn, B. Sc. soc, M.S.S., Ph. D., poursuit ses activités professionnelles à l'Université du Québec en Outaouais (UQO) – Campus de Saint-Jérôme, où la santé mentale et l'intervention psychosociale chez les militaires et les anciens combattants sont au cœur de ses travaux de recherche. Il était travailleur social militaire et détenait le grade de major au moment de sa retraite.

Introduction

Un programme représente un ensemble agencé de buts, d'objectifs spécifiques, de contenus organisés de façon séquentielle, de moyens didactiques, d'activités d'apprentissage et de procédés d'évaluation pour valider l'atteinte des objectifs¹. La dernière composante d'un programme, celle des procédés d'évaluation, prend une importance capitale, car elle permet de porter un jugement sur la valeur, l'utilité, la pertinence, l'efficacité,

l'efficience du programme, de proposer des mesures d'amélioration ou dans certains cas, une cessation des activités². En fait, le rôle principal de l'évaluation est le développement de procédés permettant de mesurer la performance d'un programme³.

Par ailleurs, pour un ministère fédéral tel que le ministère de la Défense nationale, l'évaluation de programme permet de générer des rétroactions qui seront nécessaires pour les décideurs et cela, tout au long du cycle de vie des programmes. Ces rétroactions, en plus d'aider à la prise de décision et à l'amélioration des programmes, contribuent à la reddition de comptes aux élus et ultimement aux contribuables⁴. Conséquemment à ce qui précède, l'évaluation de programme représente donc une démarche rigoureuse et systématique de collecte et d'analyse de données probantes sur les programmes⁵. Pour arriver à tirer des conclusions et proposer des recommandations, il est nécessaire de convenir que la fonction d'évaluation est spécifique, que son exercice requiert l'indépendance des évaluateurs et que le rapport d'évaluation doit jouir d'une certaine visibilité afin d'affirmer sa légitimité et son importance⁶.

Le programme *En route vers la préparation mentale* (RVPM) ou encore *Road to Mental Readiness* (R2MR) en anglais, a été développé à partir de 2008⁷ par des professionnels et des militaires des Services de santé des Forces armées canadiennes (FAC) à la demande du Chef du personnel militaire et du Chef des services de santé et avec les conseils et les directives du Comité consultatif sur l'éducation en santé mentale⁸. D'autres partenaires tels que le Système de la doctrine et de l'instruction de la Force terrestre, le défunt Bureau conjoint des conférenciers, l'organisation Soutien social – Blessure de stress opérationnel, Recherche et développement pour la défense Canada et la Direction des Services aux familles des militaires ont aussi collaboré au développement du programme RVPM⁹. L'objectif du programme RVPM est « [...] d'améliorer le rendement à court terme et les résultats à long terme sur le plan de la santé mentale¹⁰ » des militaires et des membres de la famille, et cela dans le cadre de modules d'instruction lors des cours de carrière et de la préparation pré et post déploiement. Nul doute que l'objectif du programme se veut audacieux, considérant la complexité du champ qu'est celui de la santé mentale et aussi des particularités de la carrière militaire qui peuvent accentuer les facteurs de risque contribuant au développement d'une blessure de stress opérationnel et influencer le rendement^{11, 12}.

La question fondamentale se résume à se demander si un programme de formation offert dans une salle de classe peut prétendre à cet objectif. Et est-ce que le programme RVPM est efficace, pertinent, utile et efficient? Actuellement, il s'avère impossible de répondre à ces questions qui ont une importance capitale, car le programme RVPM, dans son ensemble, n'a jamais fait l'objet d'une évaluation formative et sommative.

Cet article propose une réflexion sur la nécessité d'une évaluation sommative du programme RVPM afin d'apprécier ses apports véritables face au rendement et à la santé mentale des militaires et des familles. Sans ce type d'évaluation de programme, il y a lieu de douter de sa validité et de son efficacité.

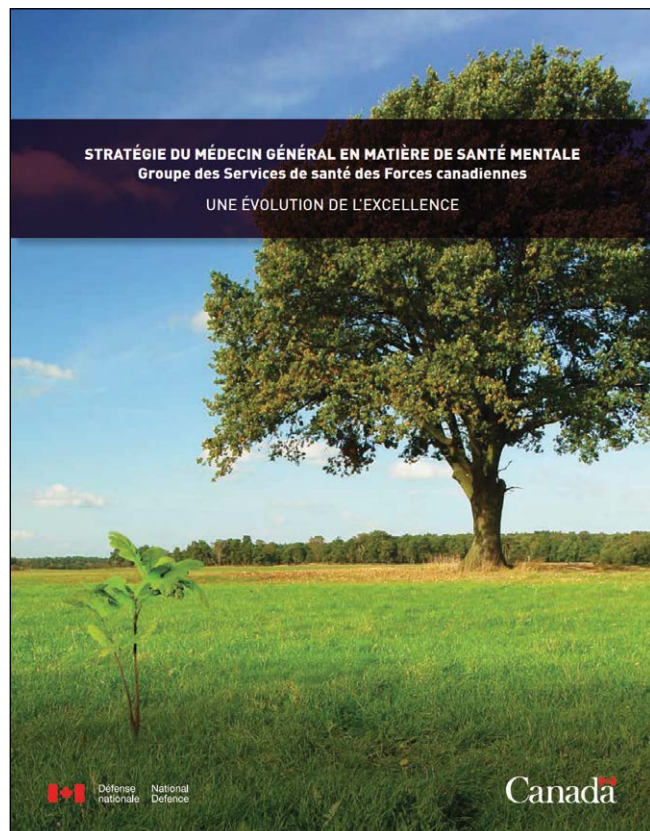
Avant d'aller plus loin, il est nécessaire, par preuve de transparence, que je précise que j'ai été, de 2011 à 2014, gestionnaire du programme *En route vers la préparation mentale* au moment où j'occupais le poste d'officier d'État-major au Directeurat de la santé mentale des Services de santé des FAC. Cette proximité avec le programme me permet de connaître ses rouages les plus fondamentaux, mais aussi ses forces et ses faiblesses. Toutefois, d'un point de vue éthique, je me suis permis un recul de quelques années avant de me lancer dans une analyse du programme RVPM et de procéder à la rédaction de cet article. Ce recul me permet de procéder à ces tâches en toute objectivité.

Le programme *En route vers la préparation mentale* (RVPM)

Dans un premier temps, le raisonnement initial qui a mené à la création du programme RVPM était que la formation en santé mentale en vue d'un déploiement devait être rapatriée à Ottawa, car il y avait plusieurs formations différentes sur les bases des FAC. L'idée était de « nationaliser » en un seul programme la préparation mentale des militaires et des familles ainsi que de centraliser le développement du contenu du programme et son offre à partir du quartier général des Services de santé des FAC à Ottawa¹³. Les initiatives locales étaient appelées à disparaître ou à être englobées dans le nouveau programme à venir. Ce fut le cas, entre autres, du Programme d'entraînement en résilience militaire (PERM) qui fut développé par la psychologue Christine Routhier et son équipe et qui avait cours à la base de Valcartier¹⁴.

Le programme RVPM est une formation complète en santé mentale et d'éducation qui a été développée pour augmenter la littératie en santé mentale (au sens du concept proposé par Jorm et ses collègues¹⁵) ainsi que pour améliorer la résilience et la force mentale¹⁶. Afin de s'y retrouver, le programme RVPM est d'abord et avant tout une image de marque qui regroupe tous les cours sur la résilience offerts à différentes étapes de la carrière militaire (cycle de carrière) et toutes les phases d'instruction dans le cadre d'un déploiement (cycle de déploiement) offertes aux militaires et aux membres de leur famille¹⁷. La Figure 1 schématise le programme RVPM en lien avec le cycle de carrière et le cycle de déploiement.

Regardons plus particulièrement le cycle de déploiement du programme RVPM qui compte six phases. Les trois premières phases sont offertes dans un contexte de pré-déploiement pour les militaires et les familles. Les trois dernières phases se déroulent dans un contexte de post-déploiement autant pour les militaires que les familles. La phase 4 avait la particularité de se donner dans un lieu tiers de décompression, principalement à Chypre ou en Allemagne. Les formations du cycle de déploiement ont été élaborées et offertes aux militaires et aux familles, tout particulièrement, dans le cadre des opérations canadiennes en Afghanistan.



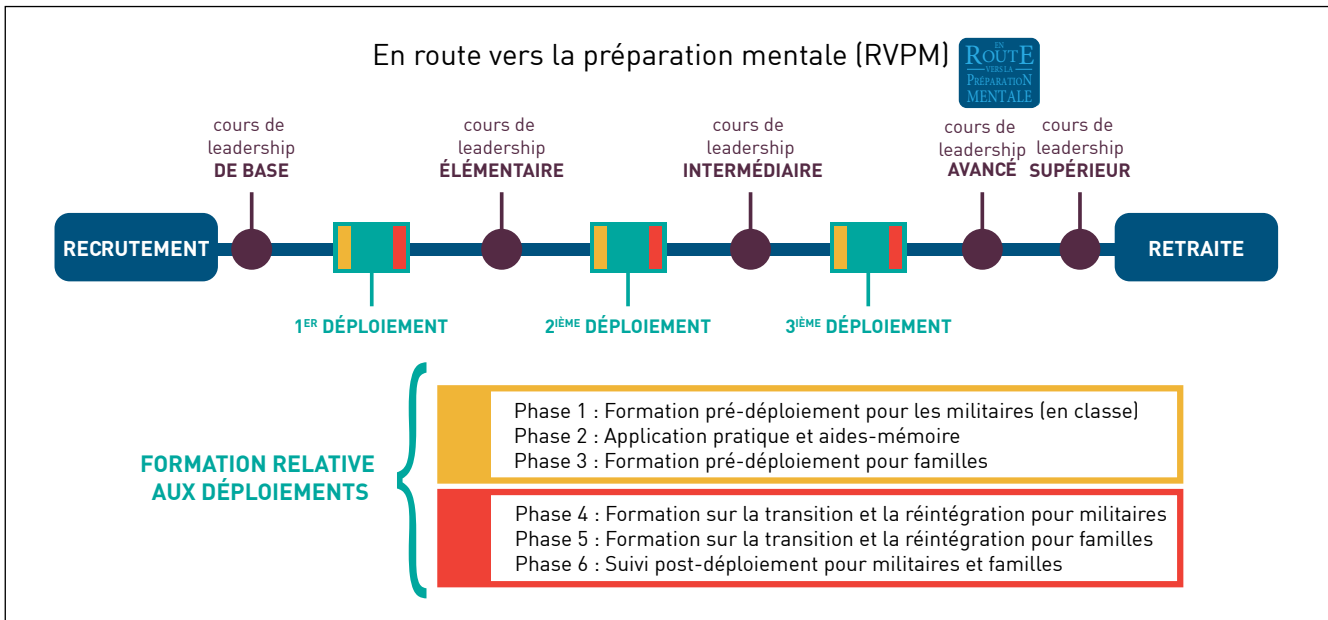


Figure 1 : Institutionnalisation de la résilience.

Aux fins du présent article, nous allons jeter un regard spécifique sur la Phase 1 (Formation pré-déploiement pour les militaires) du cycle de déploiement. Cette première phase est une formation en classe d'une journée qui est co-animée par un ex-militaire ou un opérateur militaire et un professionnel de la santé mentale qui ont préalablement reçu une formation de qualification de cinq jours¹⁸. La Phase 1 compte un total de neuf modules qui touchent les sujets suivants : La santé mentale et le déploiement (50 min); L'endurance psychologique et le cerveau (50 min); Les quatre grandes stratégies (40 min); La préparation psychologique (30 min); Valeurs, croyances et sens (30 min); Considérations familiales (50 min); Premiers soins en santé mentale : pour soi-même et pour les pairs (40 min); et Applications pratiques (30 min)¹⁹.

Une fois que les militaires ont complété la phase 1 du cycle de déploiement du programme RVPM, ils devraient être en mesure de comprendre les réactions au stress, de reconnaître les défis et leur impact, d'apprendre et d'appliquer des stratégies pour atténuer l'impact et de reconnaître à quel moment demander du soutien extérieur²⁰. Le programme RVPM est comparé à une « veste pare-éclats psychologiques » et que c'est l'utilisation des informations ainsi que des techniques apprises dans les phases du programme qui permettent d'être « blindé » efficacement²¹.

Afin de démontrer le bien-fondé, il est écrit sur le site Internet du programme RVPM que : « La recherche a montré que les méthodes éducatives comme *En route vers la préparation mentale* contribuent à réduire la stigmatisation des maladies mentales, qu'elles incitent les personnes à se faire soigner, qu'elles suppriment les obstacles bloquant l'accès aux soins, et qu'elles permettent aux dirigeants à tous les niveaux de mieux comprendre ce qu'ils peuvent faire pour aider leurs collègues membres des FAC^{22, 23}. »

La préparation mentale : composante centrale de l'état de préparation militaire de l'individu (PMI)

Plus précisément, le programme RVPM : « [...] fournit l'instruction dont ils (les militaires) ont besoin pour être prêts mentalement à surmonter les difficultés qu'ils pourraient

rencontrer. Le programme RVPM offre une base solide au concept de résilience. La résilience est la capacité d'un soldat de récupérer rapidement, de résister et peut-être même de s'épanouir lorsqu'il est exposé directement ou indirectement à des événements traumatisants et à des situations difficiles en garnison, à l'entraînement ou dans le cadre d'opérations²⁴. »

Cette affirmation génère maintes interrogations, car prétendre sans même être évalué, qu'un programme tel que le RVPM, offert dans une salle de classe en quelques heures dans l'ensemble d'une carrière militaire, peut enseigner tous les outils nécessaires pour « être prêt mentalement », revient à réduire le concept très complexe et multidisciplinaire qu'est celui de l'état de préparation militaire de l'individu (PMI). Ce concept devrait être central dans un programme tel que le RVPM.

Il existe quelques définitions fonctionnelles de l'état de préparation militaire de l'individu. Pour certains chercheurs^{25, 26}, l'état de PMI est défini du point de vue de l'individu représenté par ses seules dimensions cognitives. D'autres chercheurs^{27, 28} abordent cette notion d'un point de vue plus intégral en y incluant les facteurs sociaux. Toutefois, autant dans la littérature scientifique en général que dans la littérature scientifique militaire, il n'existe pas de définition consensuelle de la notion d'état de PMI. Tucker, Sinclair et Thomas considèrent qu'il n'y a pas de réel consensus autant sur le concept d'état de préparation que sur une définition fonctionnelle²⁹. Cependant, certains aspects communs à la notion d'état de préparation (*readiness* en anglais) font consensus au sein de la communauté scientifique qui la définit comme le fait pour une personne d'être « préparé mentalement ou physiquement pour une expérience ou une action »³⁰. [TCO] Cette définition a le mérite de mettre l'accent sur les aspects mentaux et physiques comme éléments-clés de l'état de préparation. La préparation mentale est donc une composante de l'état de PMI.

Dans le domaine militaire, Reineck³¹ définit le concept comme « un état d'être préparé pour accomplir ou expérimenter quelque chose » [TCO]. Puis Sharp et English³² utilisent le terme d'« état de préparation personnelle opérationnelle » comme équivalent à

celui d'état de préparation individuelle. Pour ces derniers, il s'agit de « l'état de préparation physique, opérationnelle et psychologique d'un individu en vue d'un déploiement³³ » [TCO]. Leur définition met l'accent sur l'état psychologique (préparation à se déployer et capacité de gérer les éléments de stress reliés au déploiement), ou en d'autres termes sur la capacité à vivre la séparation d'avec les membres de la famille immédiate et à faire face à l'événement. Précédemment Tucker et al. avaient proposé de considérer l'état de préparation individuel comme : « La capacité pour un militaire ou une unité de performer dans un devoir assigné³⁴. » [TCO] Mais cette définition ne précise pas les aspects qui permettent d'atteindre cette capacité. Précédemment encore, le Groupe de recherche Caliber Associates avait fourni une définition plus étoffée que les précédents auteurs en considérant le PMI comme : « La mesure dans laquelle un individu est prêt (entraîné), capable (compétent) et motivé (moral, désir, inquiétude, etc.) pour effectuer son travail dans le cadre de la mission militaire³⁵. » [TCO] Ce groupe insiste sur l'entraînement, les compétences et la motivation d'un individu pour établir son état de préparation.

Par ailleurs, des théories comme celles de McGonigle et al. montrent que la notion est multidimensionnelle et que l'influence de chaque dimension a des impacts directs et indirects sur les personnes. L'état de préparation individuelle inclut de fait une composante qui est appelée « motivation ». À titre d'exemple, Shamir, Brainin, Zakay et Poper³⁶ considèrent que l'état de préparation individuelle est une combinaison entre le moral et l'influence efficace que va avoir le groupe sur l'individu. Le moral du groupe représente la composante motivationnelle de l'état de préparation individuelle et cela est lié au sens collectif de l'efficacité du groupe où il est tenu pour acquis que le groupe a les capacités de performer efficacement.

Malgré la confusion que peut amener l'utilisation des états de préparation (familiale, individuelle, de l'unité et du service), les différentes variations entre les définitions d'état de préparation individuelle peuvent être révélatrices de la multidisciplinarité et de complexité de la notion. Morrison et Fletcher³⁷ sont d'avis que l'un des éléments-clés de l'état de préparation individuelle est l'état de préparation cognitive. Ces derniers définissent l'aspect cognitif comme le degré de préparation mentale d'une personne afin de performer selon les « normes établies » dans un contexte complexe et incertain qu'est l'environnement militaire. Plus précisément, l'aspect cognitif se veut être la préparation mentale, qui inclut les compétences, les apprentissages, les habiletés, les motivations et les dispositions personnelles qu'une personne doit développer³⁸. Le cognitif joue un rôle dans l'art de prévoir l'imprévu et d'être en mesure de s'adapter avec succès aux situations stressantes. Toujours selon Morrison et Fletcher³⁹, l'état de préparation individuelle (aspect cognitif) est influencé par des facteurs psychologiques plus que par des facteurs physiques ou sociaux. Ces facteurs psychologiques incluent l'intelligence, la personnalité, les dispositions, la motivation, les émotions, les croyances et les attitudes. Pour Adam, Hall et Thomson⁴⁰, l'aspect cognitif est trop inclusif pour prétendre définir adéquatement l'état de préparation individuelle.

En mettant l'accent sur l'aspect cognitif comme élément central de l'état de préparation individuelle, d'autres dimensions (sociale, professionnelle, culturelle et familiale) sont peu ou pas considérées. Selon eux, l'état de préparation individuelle est le produit des compétences individuelles, des connaissances et des expériences, mais il est impossible de séparer un individu de son environnement social, professionnel et culturel dans lequel il évolue. Les types d'environnement ont un impact sur l'état de préparation individuelle. La définition d'état de préparation de Reineck⁴¹ s'avère intéressante, car elle tend à considérer non seulement l'aspect individuel, mais aussi le groupe et le système dans lesquels ce dernier évolue. Ainsi, le chercheur considère que l'état de préparation individuelle est : « Un concept dynamique avec des dimensions individuelles, de groupe et de système qui tous ensemble influencent l'habileté de préparation et d'accomplissement d'une mission⁴². » [TCO] L'état de préparation individuelle est une composante d'un système (et un système en soi) et est en interaction avec d'autres systèmes (état de préparation familial, état de préparation de l'unité et état de préparation du service). Un manque dans l'état de préparation dans l'un ou l'autre des systèmes peut interférer dans l'atteinte et le maintien de l'état de préparation individuelle du militaire.

Ainsi, l'état de préparation du service, caractéristique de toutes forces militaires, est dépendant de l'état de préparation des unités, et ainsi de suite. Dans le cas d'un déploiement où l'état de préparation familiale serait déficient, il est dès lors possible que tout le service en souffre. Cette conceptualisation est, selon Adam, Hall et Thomson⁴³, réductrice de la complexité de l'ensemble des systèmes qui peuvent influencer l'état de préparation individuelle. Les auteurs donnent comme exemple les influences provenant de la société canadienne ou encore les identités propres au sein d'un service (les FAC et le MDN). Toutefois, ils conviennent que le niveau de l'état de préparation individuelle est une partie intégrante qui est soutenu par plusieurs autres systèmes.

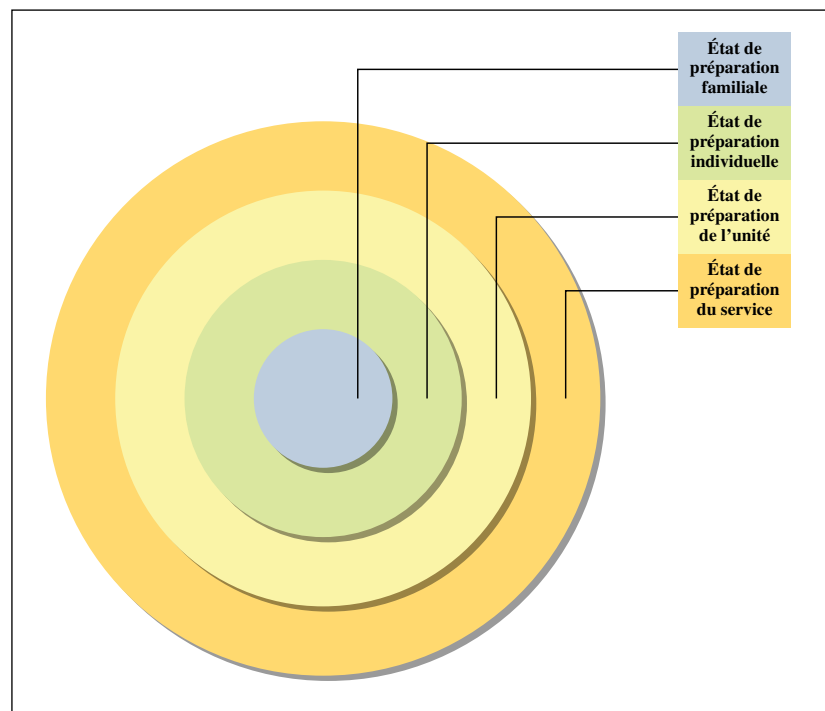


Figure 2 : Les niveaux d'état de préparation et leurs interactions.

Pour Thompson et McCreary⁴⁴, l'état de préparation individuelle est malléable à certains degrés, à l'image de la forme physique qui peut s'améliorer par l'exercice physique et le sport. Ce postulat suppose que l'état de préparation individuelle s'avère être une façon d'être (c'est-à-dire le développement d'une façon unique de penser) plutôt que la somme de plusieurs compétences. Il peut être amélioré par l'entremise d'entraînement et de préparation.

C'est donc à la lumière de tous ces éléments, qui potentiellement entrent dans la conceptualisation de l'état de préparation militaire de l'individu incluant la préparation mentale, que nous avons de sérieuses interrogations sur les portées du programme RVPM et sur, objectivement, la possibilité qu'il soit en mesure d'atteindre les objectifs qu'il prétend.

L'évaluation sommative du programme RVPM

D'abord, force est de convenir qu'une évaluation complète du programme RVPM impliquerait que chaque phase de chaque cycle soit évaluée individuellement et qu'une évaluation globale soit achevée par la suite. Nul doute qu'il s'agirait d'un travail colossal, mais nécessaire afin de valider si le programme atteint ce qu'il prétend atteindre et s'il détient une valeur ou une utilité pour les militaires et les familles.

Selon la Société canadienne d'évaluation, « [...] l'évaluation est l'appréciation systématique de la conception, de la mise en œuvre ou des résultats d'une initiative pour des fins d'apprentissage ou de prise de décision⁴⁵ ».

En ce qui concerne le programme RVPM, il n'existe, à notre connaissance, aucun document, rapport ou article scientifique qui présente les résultats d'une évaluation formelle et complète, tant formative que sommative du programme⁴⁶. De ce fait, il n'existe aucune preuve scientifique établissant que le programme RVPM est en mesure d'atteindre ses objectifs principaux et qu'il permet d'aider à préparer mentalement les militaires et les familles⁴⁷.

Pourtant, dans un esprit de reconnaissance, d'amélioration et de validation, le programme RVPM bénéficierait grandement d'une évaluation sommative. Ce type d'évaluation est caractérisé par une « [...] collecte systématique d'information sur les activités, les caractéristiques et les résultats de programmes, de services, de politiques ou de processus, dans le but de porter un jugement sur les programmes/processus, d'améliorer l'efficacité et/ou d'éclairer les décisions sur la voie à suivre⁴⁸ ». [TCO] En fait, il s'agit d'édifier à l'aide des données recueillies dans le cadre de l'évaluation sommative, un « [...] jugement sur la valeur ou l'utilité d'un programme au terme de celui-ci, et se concentre habituellement sur les résultats⁴⁹ ».

Dans le cadre d'une présentation à la *PTSD Conference 2016* qui se tenait à l'Université Memorial, un officier supérieur d'État-major qui gère le programme RVPM, a évoqué que le programme avait été évalué⁵⁰. Ce que cet officier décrit comme une « évaluation » repose sur le fait que le programme RVPM a été dispensé à environ 54 000 militaires des FAC entre 2008 et 2013 et de ce nombre, environ 28 000 ont rempli un questionnaire pré et post formation. Les résultats font ressortir « [...] une amélioration significative de la connaissance et la confiance des participants » et « [...] un effet de taille modéré sur les questions liées à la stigmatisation »⁵¹. [TCO]

Qu'une chose soit claire, la passation d'un questionnaire avant et après la formation et la comparaison des résultats (des moyennes) par l'entremise d'un test T de Student pour échantillon apparié et du calcul du *d* de Cohen ne constituent pas une évaluation sommative d'un programme. Qui plus est, la taille d'effet est une mesure descriptive et ne permet pas de porter un jugement sur la significativité de l'écart entre les moyennes pré et post questionnaire. Il est nécessaire de faire la démonstration que la différence de moyenne entre les groupes est significative et qu'elle n'est pas le fruit du hasard⁵².

Il existe bien deux études sur le programme RVPM, mais elles ne concernent pas directement l'évaluation du programme. Fikretoglu, Beatty et Liu de Recherche et développement pour la défense Canada ont publié en 2014 les résultats d'une étude qui avait « [...] pour but principal de comparer deux versions différentes (Version 5 et Version 6) du RVPM que l'on avait récemment développées pour déterminer la version qui assurerait une meilleure assimilation et mise en pratique des concepts du cours RVPM, notamment les compétences de gestion du stress (et de restructuration cognitive)⁵³ ». [TCO] En 2011, deux chercheurs du Directeur de la santé mentale des FAC ont complété une étude comparative entre le programme RVPM (nouveau programme utilisé par les FAC) et le programme américain *Battlemind* (ancien programme utilisé par les FAC) sur la valeur perçue et sur l'impact (selon les militaires qui décompressaient à Chypre)⁵⁴.

En dernière analyse, le fait que le programme RVPM n'ait jamais été évalué de façon sommative l'ampute considérablement. Une évaluation périodique d'un programme permet d'assurer qu'il est pertinent et de qualité. Mais encore, cela permet d'établir la concordance et la cohérence entre les orientations, les objectifs, les besoins, la structure, le contenu, les développements dans le champ d'activité, les stratégies d'enseignement, les mesures d'appui à l'application des apprentissages, les ressources humaines et les ressources matérielles, technologiques et informationnelles requises par ledit programme⁵⁵.

Innovation sociale ou écran de fumée

Tout bien pesé, le fait que le programme RVPM n'ait pas fait l'objet d'une évaluation depuis son développement, il y a de cela près de 10 ans, s'avère problématique à maints égards. Depuis les dernières années, le programme RVPM n'a pas cessé de se développer, de prendre de l'expansion et même de sortir des cadres du ministère de la Défense nationale. En peu de temps, et cela grâce à une image de marque bien édiflée et une promotion ciblée, il est devenu « la sauce à tous les plats » ou encore « le goût du jour ». Depuis 2013, le programme RVPM s'est développé en offrant des formations pour les métiers spécialisés, pour les Forces spéciales, pour les membres de la Marine, pour l'Équipe d'intervention en cas de catastrophe et même pour les forces policières civiles et pour les métiers d'urgence.

À l'intérieur et maintenant à l'extérieur des FAC, le programme RVPM est perçu comme fonctionnel et atteignant ses objectifs. En outre, la Commission de la santé mentale du Canada, qui coordonne la version civile du programme RVPM destinée aux forces policières, avance sur son site Internet : « L'évaluation préliminaire du programme montre que celui-ci réduit la stigmatisation souvent associée aux maladies mentales et qu'il augmente la résilience [...] »⁵⁶ »



Un arrimeur du 413^e Escadron de transport et de sauvetage, à Greenwood, en Nouvelle-Écosse, lance des indicateurs de fumée, dans le cadre de missions simulées durant un exercice de recherche et de sauvetage avancés mené du 17 au 21 septembre 2018 dans les Açores.

La croyance que le programme RVPM est efficace et atteint ses objectifs est de plus en plus ancrée au sein des FAC. Il y a quelques années, nous avons été conseillers au sein d'une commission d'enquête sur le suicide d'un militaire. Dans le cadre des travaux de la commission, nous avons fait des entretiens avec plusieurs membres des FAC qui avaient été en interactions avec la personne qui s'était suicidée. Lors d'un entretien, un supérieur du militaire décédé nous a dit d'un air sérieux et convaincu : « Et il avait pourtant fait le programme *Road to Mental Readiness* avant son déploiement! Il avait les outils pour ne pas se suicider. » Pourtant, la Phase 1 du cycle de déploiement du programme RVPM ne compte que quatre ou cinq diapositives sur les comportements suicidaires. Le programme RVPM n'a absolument rien d'un programme intégré de prévention du suicide.

Tout bien considéré et malgré le fait qu'il ne soit pas encore évalué, est-ce que le programme RVPM représente une innovation sociale?

Avant de tenter de répondre à cette question, le Réseau québécois pour l'innovation sociale définit l'innovation sociale comme étant : « [...] une nouvelle idée, approche ou intervention, un nouveau service, un nouveau produit ou une nouvelle loi, un nouveau type d'organisation qui répond plus adéquatement et plus durablement que les solutions existantes à un besoin social bien défini, une solution qui a trouvé preneur au sein d'une institution, d'une organisation ou d'une communauté et qui produit un bénéfice mesurable pour la collectivité et non seulement pour certains individus. La portée d'une

innovation sociale est transformatrice et systémique. Elle constitue, dans sa créativité inhérente, une rupture avec l'existant⁵⁷. »

En ce qui a trait au programme RVPM, il serait pratiquement possible de dire qu'il s'agit d'une innovation sociale, car il répond à plusieurs critères servant à établir cette appellation. Certes, il est nécessaire d'admettre que le programme RVPM est d'abord et avant tout un « collage » ou un « montage » de connaissances, de techniques et d'outils provenant de plusieurs disciplines telles que la psychologie sportive et autres programmes du même genre. On n'a pas réinventé la roue avec le programme RVPM⁵⁸. Il n'a rien de révolutionnaire à part le fait d'être élaboré au sein d'une organisation, les FAC, qui jusqu'à quelques années passées, étaient plus réactives que proactives face aux difficultés d'ordre psychologique et à la préparation mentale de son personnel.

Cependant, pour être considéré comme une innovation sociale, il doit absolument y avoir la production d'un « bénéfice mesurable ». Pour les militaires et les familles qui participent à la phase 1 du cycle de déploiement du programme RVPM, ils doivent être en mesure de faire des gains, des bénéfices par rapport à leur condition ou à leur état préalables au programme. Pour savoir si le programme RVPM apporte des bénéfices, il faut mettre en place une méthodologie scientifique axée sur l'évaluation de programme qui permet la collecte de données qui générera des résultats et des indicateurs. Il faut aussi que le programme soit en mesure de démontrer qu'il répond à ses objectifs liés aux processus d'intervention, liés aux objectifs



Photo prise de l'adjudant James Gourlie durant l'exercice *Common Gunner*, dans le secteur d'entraînement (piste d'atterrissage 1) à la Base de soutien de la 5^e Division du Canada Gagetown, à Oromocto, au Nouveau-Brunswick, le 30 avril 2019.

proximaux (court terme) et liés aux objectifs distaux (long terme) et cela, comme établi dans le modèle logique du programme⁵⁹.

Dans ce cas, si le programme *En route vers la préparation mentale* n'est pas une innovation sociale, ne serait-il pas qu'un écran de fumée?

Pas nécessairement, du moins pas sur toute la ligne. Bon nombre de composantes du programme RVPM pourraient être utiles pour le militaire qui sera déployé dans le cadre d'une mission opérationnelle. L'enseignement des quatre grandes stratégies pourrait aider le militaire à gérer son niveau d'activation et prendre de meilleures décisions. En contrepartie, nous sommes personnellement convaincus que le programme RVPM, même évalué, ne pourra jamais atteindre les objectifs principaux qu'il prétend atteindre. Le champ de la préparation mentale n'est pas assez connu, il est vaste, complexe, multidisciplinaire et la portée d'une formation en classe peut être influencée par de nombreux facteurs tels que la préparation, l'expérience, la gestion du temps, la gestion des individus et des animateurs ainsi que la taille de la classe⁶⁰.

Conclusion

Pour conclure, transmettre une connaissance sur certains concepts clés de la santé mentale peut-il véritablement « augmenter le rendement à court terme et les résultats à long terme sur le plan de la santé mentale »?

Au fait, il y a lieu de se questionner sur ce que l'on entend exactement par l'augmentation du rendement à court terme et des résultats à long terme sur la santé mentale. Parle-t-on de bien gérer les éléments de stress liés au déploiement et de faire son travail sans erreurs? Parle-t-on de ne pas développer de psychopathologies? Ces objectifs, imprécis et larges, ne rendent pas crédit au programme RVPM.

Personnellement, et cela basé sur nos connaissances théoriques, sur notre expérience clinique et professionnelle ainsi que sur un séjour en Afghanistan, nous doutons fortement que le fait de faire l'acquisition de connaissances théoriques dans le confort d'une salle de classe puisse réellement protéger, voire « blinder » le militaire, c'est-à-dire l'humain, dans toute sa complexité, face aux réalités d'un déploiement en théâtre opérationnel et éventuellement au développement d'une blessure de stress opérationnel. Nous avons pris soin de résumer le concept complexe et multidisciplinaire qu'est l'état de préparation militaire individuelle pour vous démontrer que la préparation mentale n'est qu'une des composantes de la préparation individuelle globale et des états de préparation. Nous sommes peut-être bien dans l'erreur, mais tant et aussi longtemps que le programme RVPM n'aura pas fait l'objet d'une évaluation sommative, il ne peut prétendre atteindre ses objectifs.

Le message véhiculé par rapport à la portée du programme RVPM doit être transparent et honnête, car les hommes et les femmes en uniforme, ainsi que les familles, le méritent. Il faut cesser de dire, pour faire la promotion du programme, que ce dernier est fondé sur

des preuves concrètes (*evidence-based*)⁶¹. Le programme RVPM utilise des composantes (les quatre grandes stratégies par exemple) qui ont été validées dans le cadre d'autres programmes de préparation mentale comme celui des *US Navy Seals*⁶². Toutefois, ce n'est pas parce qu'une composante est validée comme étant efficace dans un programme X qu'elle le sera automatiquement dans un programme Y. Ce raisonnement ne tient aucunement la route, est non-scientifique et ne fait qu'illustrer la méconnaissance du concept de démonstration par les preuves (*evidence-based*). L'élaboration et la validation d'un programme ne veulent pas dire que l'on prend un grand nombre de composantes déjà validées et qu'en les mettant ensemble, nous obtenons automatiquement un programme validé et efficace. Ce serait comme dire : « Nous allons nous construire un super bolide en prenant les pièces d'une Porsche, d'une Ferrari, d'une Jaguar, d'une Lamborghini et d'une McLaren. » Chacune de ces voitures est unique et fonctionne grâce à l'ensemble des composantes qui lui est propre⁶³. Nous savons bien que ça ne fonctionnera pas en utilisant des pièces de chacune de ces voitures pour bâtir un super bolide. Le principe est le même en programmation.

Au retour de chaque mission à laquelle les FAC participeront, quelques militaires reviendront au pays avec des symptômes qui résulteront de leurs expériences potentiellement traumatiques vécues sur le terrain. Malheureusement, certains développeront une blessure de stress opérationnel comme la dépression, la dépendance à l'alcool et l'état de stress post-traumatique. Ni le programme *En route vers la préparation mentale* ni aucun autre programme actuellement en

place au sein des FAC ne peuvent prétendre qu'ils sont une « veste pare-éclats psychologiques⁶⁴ » pour le cerveau et qu'ils protègent ce dernier. La santé mentale est complexe et ce champ d'études renferme de nombreux mystères à découvrir.

En somme, le programme *En route vers la préparation mentale* se doit d'être évalué dans son ensemble afin de déterminer s'il a la capacité de répondre à ses objectifs avec efficacité ou bien s'il faut tout mettre à la corbeille et rebâtir un nouveau programme. Il s'agit d'un programme développé et administré avec les fonds publics provenant des contribuables canadiens et par conséquent les gestionnaires du ministère de la Défense nationale doivent rendre des comptes au ministre et aux élus qui eux doivent le justifier à la population. De plus, tous les programmes ont un cycle de vie et maintenant que la mission de combat en Afghanistan est chose du passé, est-ce que les formations dans le cadre du cycle de déploiement du RVPM ont toujours une utilité, une valeur?

Ainsi donc, une évaluation sommative du programme RVPM est obligatoire et nécessaire pour déterminer la suite des choses et l'avenir de ce programme. Cette évaluation devra être faite par une équipe de chercheurs universitaires ou par une équipe d'experts en évaluation de programme externe aux FAC et au ministère de la Défense nationale. Et enfin, tous conviendront que cette démarche évaluative aurait dû être faite depuis longtemps!

RMC



Photo du MDN XC54-2019-0008-02 prise par la capitaine Annie Merrin

Des membres de l'équipage du NCSM *Yellowknife* rassemblés autour du taximètre (compas) sur la passerelle du navire, lors de leur parcours dans l'océan Pacifique, le 28 mars 2019.

NOTES

- 1 Nadeau, M.-A., (1988). L'évaluation de programme. Théorie et pratique. Québec : Les presses de l'Université Laval.
- 2 Secrétariat du Conseil du trésor du Québec. (2017). Évaluation de programme : <https://www.tresor.gouv.qc.ca/cadredegestion/gestion-axee-sur-les-resultats/au-cours-du-cycle-mesurer-et-sameliorer/evaluation-de-programme/index.html>
- 3 Wholey, J. (2003). Using policy evaluation to support decision making and improve program performance, *The Japanese Journal of Evaluation Studies*, 3(2), p. 6-21.
- 4 Lebrun, N. et Wood, J.M. (2015). *Référentiels théoriques d'évaluation des programmes : rapport à la formation professionnelle universitaire, Qu'est-ce qu'une formation professionnelle universitaire? Tome 2* : http://ifgu.auf.org/media/document/R%C3%A9f%C3%A9rentiels_th%C3%A9oriques_d%C3%A9valuation_des_programmes_rapport_%C3%A0_la_formation_.pdf
- 5 Secrétariat du Conseil du trésor du Québec. (2017).
- 6 Viel, A. (2009). Section 2 – Gestion de l'évaluation. Dans Groupe des responsables en analyse et évaluation de programme (dir.), *Manuel du responsable en évaluation de programme*. Québec : GRAEP
- 7 Granek, J. A., Jarmasz, J., Boland, H., Guest, K., et Bailey, S. (2017). Mobile Applications for Personalized Mental Health Resiliency Training. *DRDC-2017-P008*. Toronto: Defence Research and Development Canada.
- 8 Ministère de la Défense nationale. (2017). *En route vers la préparation mentale (RVP)* : <https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/guide/dgestsb/rvp.html>
- 9 *Ibid.*
- 10 *Ibid.*
- 11 Blackburn, D. (2012, novembre). *The Institutionalization of Resilience Training in the Canadian Forces*. Communication présentée au Military and Veteran Health Research Forum. Kingston, Ontario. Résumé repéré à : <https://cimvhr.ca/forum/published-docs/MVHR-forum-program-2012.pdf>
- 12 Blackburn, D. (2015, octobre). *Military Individual Readiness – Mental Health Training and Education for Military Members and Veterans: Experiences from Canada*. Communication présentée à l'International Conference on the Physical and Psychological Rehabilitation of Veterans in Ukraine. Kiev, Ukraine.
- 13 Blackburn, D. (2012, novembre).
- 14 Porter, I. (2007, 10 novembre). Nouveau programme en santé mentale de Valcartier – Machines à tuer, machines à penser, *Le Devoir* : <http://www.ledevoir.com/societe/sante/163962/nouveau-programme-en-sante-mentale-de-valcartier-machines-a-tuer-machines-a-penser>
- 15 Jorm, A.F., Korten, A.E., Jacomb, P.A., Christensen, H., Rodgers, B. & Pollitt, P. (1997). Mental health literacy: a survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia*, p. 166, 182-186.
- 16 Granek, J. A., Jarmasz, J., Boland, H., Guest, K., et Bailey, S. (2017).
- 17 Ministère de la Défense nationale. (2013). *Stratégie du médecin général en matière de santé mentale – Groupe de Services de santé des Forces canadiennes – Une évolution de l'excellence*. Ottawa : Gouvernement du Canada.
- 18 Blackburn, D. (2012, novembre).
- 19 Ministère de la Défense nationale. (2017).
- 20 *Ibid.*
- 21 *Ibid.*
- 22 *Ibid.*
- 23 Roux, S. (2014, hiver). Programme de prévention du suicide des Forces armées canadiennes, *Qmentum Quarterly – Agrément Canada* : <http://studylibfr.com/doc/1177450/hiver-2014---accreditation-canada>.
- 24 Défense nationale et Forces armées canadiennes. « En route vers la préparation mentale (RVP) », 2015 : <http://www.dnd.ca/fr/communaute-fac-services-sante-rvp/index.page>.
- 25 Bolstad, C., Cuevas, H., Babbitt, B., Semple, C. et Vestwig, R. (2006). *Predicting cognitive readiness of military health teams*. Conférence présentée au 16th World Congress of the International Ergonomics Association, Maastricht, Netherlands, 10-14 juillet 2006.
- 26 Morrison, J. E. et Fletcher, J. D. (2002). *Cognitive Readiness*. Alexandria, Virginia, Institute for Defense Analyses.
- 27 Reineck, C. (1999). « Individual readiness in nursing ». *Military medicine*, Vol. 164, N° 4, p. 251-255.
- 28 McGonigle, T. P., Casper, W.J., Meiman, E.P., Cronin, C.B., Cronin, B.E. et Harris, R.R. (2005). « The relationship between personnel support programs and readiness: A model to guide future research » *Military Psychology*, Vol. 17, N° 1, p. 25-39.
- 29 Tucker, J., Sinclair, R. et Thomas, J. (2005). « The multilevel effects of occupational stressors on soldiers's well-being, organizational attachment and readiness » *Journal of Occupational Health Psychology*, Vol. 10, N° 3, p. 276-299.
- 30 Castro, C.A., Huffman, A.H., Dolan, C., Bienvenu, R.V. et Adler, A.B. (2000). « Working in the ZONE: Maintaining Optimal Readiness on U.S. Soldiers », conférence prononcée au 36e IAMPS (International Applied Military Psychology Symposium), Split, Croatie.
- 31 Reineck, p. 251.
- 32 Sharpe, J. et English, A. (2006). « Observations on the association between operational readiness and personal readiness in the Canadian Forces ». *DRDC T No. CR2006-072*. Toronto, Defence Research and Development Canada.
- 33 *Ibid*, p. 7.
- 34 Tucker et al., p. 277.
- 35 Caliber Associates. (2003). *MWR programs and readiness: 2003 Update*. Fairfax, VA: Caliber Associates. [Traduction libre]
- 36 Shamir, B., Brainin, E., Zakay, E. et Popper, M. (2000). « Perceived combat readiness as collective efficacy: Individual and group-level analysis ». *Military Psychology*, Vol. 12, N° 2, p. 105-119.
- 37 Morrison et Fletcher.
- 38 *Ibid.*
- 39 *Ibid.*
- 40 Adam, B.D., Hall, C.D.T. et Thomson, M.H. (2009). *Military Individual Readiness*, Toronto, Defence Research and Development Canada.
- 41 Reineck.
- 42 Reineck, p. 253. [Traduction libre]
- 43 Adam, Hall et Thomson.
- 44 Thompson, M.M. et McCreary, D.R. (2006). *Enhancing mental readiness in military personnel. In Human Dimensions in Military Operations – Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support*, Neuilly-sur-Seine, Organisation pour la recherche et la technologie de l'OTAN.
- 45 Société canadienne d'évaluation, (2015). *Qu'est-ce que l'évaluation?* : <https://evaluationcanada.ca/fr/quest-ce-que-levaluation>
- 46 Blackburn, D. (2015, octobre).
- 47 *Ibid.*
- 48 Patton, M. Q. (1997). *Utilization-focused evaluation: The new century text*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- 49 Bowen, S. (2012). *Guide d'évaluation dans le domaine de la recherche en santé*. Edmonton, AB : Institut de recherche en santé du Canada, p. 8.
- 50 Bailey, S. (2016, juillet-août). *Road to Mental Readiness – The Who, What, When, and Why of Mental Health Awareness and Prevention*, PTSD Conference 2016, St John, Newfoundland and Labrador. : http://www.ptsdconference.mun.ca/Presentations/P9_Bailey.pdf
- 51 *Ibid*, p. 12.
- 52 Fortin, M. F. & Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche – Méthodes quantitatives et qualitatives 3^e édition*. Montréal : Chenelière Éducation.
- 53 Fikretoglu, D., Beatty, E., et Liu, A. (2014). *Comparing Different Versions of Road to Mental Readiness to Determine Optimal Content: Testing Instruction Type, Homework, and Intelligence Effects at Two Timepoints* (No. DRDC-RDDC-2014-R164). Toronto, Ontario: Defence Research and Development Canada-Toronto Research Centre.
- 54 Zamorski, M.A., Guest, K. Bailey, S. et Garber, B.G. (2012, novembre). *Evaluation of a New Post-deployment Educational Program*. Communication présentée au Military and Veteran Health Research Forum. Kingston, Ontario. https://cimvhr.ca/documents/MVHR_Forum_Abstracts_2012.pdf
- 55 Vice rectorat aux études et aux activités internationales. (2017). Évaluation période des programmes : http://www.vre.ulaval.ca/qualite_de_la_formation/evaluation_des_programmes/
- 56 Commission de la santé mentale du Canada (2014). *En route vers la préparation mentale (RVP). Combattre la stigmatisation et accroître la résilience dans les forces policières* : https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/2016-05/1%20PG%20R2MR%20Police%20Backgrounder%20FRE_0.PDF
- 57 Réseau québécois en innovation sociale. (2017). *Qu'est-ce que l'innovation sociale?* : <http://www.rqis.org/innovation-sociale/>
- 58 Blackburn, D. (2015, octobre).
- 59 Dessureault, D. et Caron, V. (2009). La perspective plus classique de la mesure des résultats. Dans M. Alain et D. Dessureault (dir.). *Élaborer et évaluer les programmes d'intervention psychosociale*, Québec : Les Presses de l'Université du Québec.
- 60 Harrington, L. A. (2016). *A study of teacher education programs for preparedness in classroom management to create conditions for student learning* (Dissertation). Accessible par ProQuest Dissertations & Theses. (1812327083).
- 61 Bailey, S. (2016, juillet-août).
- 62 Granek, J. A., Jarmasz, J., Boland, H., Guest, K., et Bailey, S. (2017).
- 63 Blackburn, D. (2015, octobre).
- 64 Ministère de la Défense nationale, 2017.