

Affaires juridiques

Ce qui est ou ce qui n'est pas de la psychothérapie : les enjeux



M^e Édith Lorquet

Conseillère juridique et secrétaire
du conseil de discipline

elorquet@ordrepsy.qc.ca

Le projet de loi n° 21 (PL 21) prévoit que c'est l'Ordre des psychologues du Québec qui sera responsable d'intenter toute poursuite pénale pour exercice illégal de la psychothérapie ou pour usurpation du titre de psychothérapeute. Rappelons qu'avec l'entrée en vigueur du PL 21, seuls les médecins, les psychologues et les détenteurs du permis de psychothérapeute qui sera délivré par l'Ordre des psychologues seront autorisés à exercer la psychothérapie. Toute autre personne qui l'exercera commettra alors une infraction au Code des professions et sera passible d'une amende.

De son propre chef ou lorsqu'une situation sera portée à son attention, l'Ordre des psychologues devra donc vérifier si une personne non autorisée exerce ou non la psychothérapie. Certains cas seront facilement identifiables. Par exemple, si une personne annonce sur ses cartes d'affaires, dans un journal, dans un bottin téléphonique ou sur un site Internet qu'elle exerce la psychothérapie ou si elle le dit à la clientèle qu'elle dessert, la preuve ne sera pas difficile à établir. Mais qu'en est-il lorsque différents termes ou expressions autres que « psychothérapie » sont utilisés pour désigner une intervention dont les objectifs semblent similaires à ceux recherchés par la psychothérapie? Le cadre législatif et réglementaire qui sera mis en place avec l'entrée en vigueur du PL 21 viendra certainement aider à résoudre une bonne partie des situations que nous rencontrerons.

_LA PSYCHOTHÉRAPIE

Le PL 21 définit la psychothérapie de la façon suivante :

La psychothérapie est un traitement psychologique pour un trouble mental, pour des perturbations comportementales ou pour tout autre problème entraînant une souffrance ou une détresse psychologique qui a pour but de favoriser chez le client des changements significatifs dans son fonctionnement cognitif, émotionnel ou comportemental, dans son système interpersonnel, dans sa personnalité ou dans son état de santé. Ce traitement va au-delà d'une aide visant à faire face aux difficultés courantes ou d'un rapport de conseils ou de soutien.

Ainsi, il est possible de dégager de cette définition trois grands éléments constitutifs de même que l'évocation de ce qu'elle n'est pas, comme illustré par le tableau qui suit :

Premier élément constitutif	Traitement psychologique;
Deuxième élément constitutif	Pour un trouble mental, pour des perturbations comportementales ou pour tout autre problème entraînant une souffrance ou une détresse psychologique;
Troisième élément constitutif	Qui a pour but de favoriser chez le client des changements significatifs dans son fonctionnement cognitif, émotionnel ou comportemental, dans son système interpersonnel, dans sa personnalité ou dans son état de santé;
Ce qui n'est pas de la psychothérapie	Ce traitement va au-delà d'une aide visant à faire face aux difficultés courantes ou d'un rapport de conseils ou de soutien.

Pour qu'une intervention soit considérée comme étant de la psychothérapie, elle devra donc être constituée des trois (3) éléments qui la définissent et qui, en somme, sont les critères permettant de reconnaître ce qui est ou n'est pas de la psychothérapie, et ce, peu importe le nom donné à l'intervention en question. Il faut noter qu'une intervention pourrait rencontrer l'un ou l'autre de ces trois critères sans être pour autant de la psychothérapie, puisque c'est la présence combinée des trois éléments constitutifs qui permet de conclure que l'intervention est de la psychothérapie

Or, nous ne sommes pas sans savoir que différentes interventions existent en santé mentale et qu'il n'est pas toujours facile pour le commun des mortels de s'y retrouver. Afin d'aider le public à y voir un peu plus clair et de sécuriser les différents intervenants œuvrant en santé mentale et en relations humaines, le législateur a prévu que l'Office des professions, par règlement, établirait une liste d'interventions qui ne constituent pas de la psychothérapie au sens de la loi, mais s'en rapprochent, et qu'il les définirait.

_LES INTERVENTIONS QUI NE SONT PAS DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

Ainsi, les interventions décrites ci-dessous et qui apparaissent dans le projet de règlement actuel de l'Office sont réputées ne pas constituer de la psychothérapie au sens de la loi. Elles ne sont donc pas « un traitement psychologique pour un trouble mental, pour des perturbations comportementales ou pour tout autre problème entraînant une souffrance ou une détresse psychologique qui a pour but de favoriser chez le client des changements significatifs dans son fonctionnement cognitif, émotionnel ou comportemental, dans son système interpersonnel, dans sa personnalité ou dans son état de santé ». Ces interventions sont les suivantes :

1. **La rencontre d'accompagnement**, qui vise à soutenir la personne par des rencontres, qui peuvent être régulières ou ponctuelles, permettant à la personne de s'exprimer sur ses difficultés. Dans un tel cadre, le professionnel ou l'intervenant peut lui prodiguer des conseils ou lui faire des recommandations;
2. **L'intervention de soutien**, qui vise à soutenir la personne dans le but de maintenir et de consolider les acquis et les stratégies d'adaptation en ciblant les forces et les ressources

dans le cadre de rencontres ou d'activités régulières ou ponctuelles. Elle implique notamment de rassurer, prodiguer des conseils et fournir de l'information en lien avec l'état de la personne ou encore la situation vécue;

- 3. L'intervention conjugale et familiale**, qui vise à promouvoir et à soutenir le fonctionnement optimal du couple ou de la famille par l'intermédiaire d'entretiens impliquant souvent l'ensemble de ses membres. Elle a pour but de changer des éléments du fonctionnement conjugal ou familial qui font obstacle à l'épanouissement du couple ou des membres de la famille ou d'offrir aide et conseil afin de faire face aux difficultés de la vie courante;
- 4. L'éducation psychologique**, qui vise un apprentissage par l'information et l'éducation de la personne. Elle peut être utilisée à toutes les étapes du processus de soins et de services. Il s'agit de l'enseignement de connaissances et d'habiletés spécifiques visant à maintenir et à améliorer l'autonomie ou la santé de la personne, notamment à prévenir l'apparition de problèmes de santé ou sociaux incluant les troubles mentaux ou la détérioration de l'état mental. L'enseignement peut porter par exemple sur la nature de la maladie physique ou mentale, ses manifestations, ses traitements, y incluant le rôle que peut jouer la personne dans le maintien ou le rétablissement de sa santé, et aussi sur des techniques de gestion de stress, de relaxation ou d'affirmation de soi;
- 5. La réadaptation**, qui vise à aider la personne à composer avec les symptômes d'une maladie ou à améliorer les habiletés. Elle est utilisée, entre autres, auprès des personnes souffrant de problèmes significatifs de santé mentale afin de leur permettre d'atteindre un degré optimal d'autonomie en vue d'un rétablissement. Elle peut s'insérer dans le cadre de rencontres d'accompagnement ou de soutien et intégrer,

par exemple, la gestion des hallucinations et l'entraînement aux habiletés quotidiennes et sociales;

- 6. Le suivi clinique** consiste en des rencontres qui permettent l'actualisation d'un plan d'intervention disciplinaire. Il s'adresse à des personnes qui présentent des perturbations comportementales ou tout autre problème entraînant une souffrance ou une détresse psychologique ou des problèmes de santé incluant des troubles mentaux. Il peut impliquer la contribution de différents professionnels ou intervenants regroupés en équipes interdisciplinaires ou multidisciplinaires. Ce suivi peut s'inscrire dans un plan d'intervention au sens de la Loi sur les services de santé et les services sociaux ou de la Loi sur l'instruction publique, se dérouler dans le cadre de rencontres d'accompagnement ou d'interventions de soutien, telles que définies précédemment, et également impliquer de la réadaptation ou de l'éducation psychologique. Il peut aussi viser l'ajustement de la pharmacothérapie;
- 7. Le coaching**, qui vise l'actualisation du potentiel par le développement de talents, ressources ou habiletés de personnes qui ne sont ni en détresse ni en souffrance, qui expriment des besoins particuliers en matière de réalisations personnelles ou professionnelles;
- 8. L'intervention de crise**, qui consiste en une intervention immédiate, brève et directive qui se module selon le type de crise, les caractéristiques de la personne et celles de son entourage. Elle vise à stabiliser l'état de la personne ou de son environnement en lien avec la situation de crise. Ce type d'intervention peut impliquer l'exploration de la situation et l'estimation des conséquences possibles, par exemple, le potentiel de dangerosité, le risque suicidaire ou le risque de décompensation, le désamorçage, le soutien, l'enseignement de stratégies d'adaptation pour composer avec la situation

Inscrivez-vous en ligne



Découvrez les 3 étapes faciles pour renouveler votre inscription et payer votre cotisation à l'Ordre

- 1.** Rendez-vous au www.ordrepsy.qc.ca/inscription2012
- 2.** Entrez votre numéro de permis et votre mot de passe
- 3.** Remplissez le formulaire et payez en ligne!

vécue ainsi que l'orientation vers les services ou les soins les plus appropriés aux besoins.

Comme on peut le constater, ces interventions que **ne réserve pas le PL 21** se distinguent de la psychothérapie en raison notamment de leur objectif et des moyens sur lesquels elles reposent. Cette liste n'est certainement pas exhaustive, mais il s'y trouve définies des interventions auxquelles le milieu clinique se réfère fréquemment. Pour la plupart et dans la majorité des cas, elles s'inscrivent dans un plan d'intervention¹, en sont partie prenante et sont offertes à un même individu, couple, famille ou groupe par différents professionnels ou intervenants constituant des équipes interdisciplinaires ou multidisciplinaires. Bien que ces interventions soient à distinguer de la psychothérapie, elles peuvent en faire partie. La plupart sont offertes dans le réseau de la santé et des services sociaux ou dans le réseau de l'éducation. Enfin, précisons que ce n'est pas parce que le psychologue, le médecin ou le détenteur d'un permis de psychothérapeute sont autorisés à exercer la psychothérapie qu'ils ne peuvent exercer ces interventions dans le cadre de leur pratique professionnelle.

_ARTICULATION ENTRE CETTE LISTE ET LA DÉFINITION PRÉVUE À LA LOI

Lorsque l'Ordre aura à déterminer si une intervention constitue ou non de la psychothérapie, il commencera par vérifier si elle répond à la définition de l'une de celles considérées comme n'en étant pas, et cela, peu importe le terme utilisé pour l'identifier. À cet égard, il faut souligner que le mot « thérapie », auquel on ajoute un préfixe ou un suffixe, sert très fréquemment pour désigner une multitude d'interventions qui, au sens du PL 21, ne constituent pas nécessairement de la psychothérapie. Pour une bonne part, cela s'explique par le fait qu'on a recours, dans le

cadre de ces interventions, à des techniques ou à des moyens issus de l'un des quatre grands modèles psychothérapeutiques, mais il n'en demeure pas moins que ces interventions visent souvent davantage à éduquer ou à soutenir. Par ailleurs, il se peut également qu'on utilise un terme ou une expression pour désigner une intervention qui, dans un contexte donné, pourrait correspondre à la définition de la psychothérapie alors que dans un autre, il s'agirait plutôt d'une des interventions que le règlement désigne comme n'étant pas de la psychothérapie. Prenons l'exemple de la « thérapie de soutien », expression courante sur le terrain. Dans certaines situations, il s'agit d'une intervention de soutien telle que définie dans la liste ci-haut, alors que dans d'autres cas, il s'agit bel et bien de psychothérapie. C'est pourquoi, en cas de doute, au-delà du nom spécifique ou générique donné à une intervention, il faudra en vérifier la nature (premier élément constitutif), l'objet (deuxième élément constitutif) et l'objectif poursuivi (troisième élément constitutif) afin de déterminer s'il s'agit ou non de psychothérapie.

En résumé, ce n'est pas parce qu'une intervention n'est pas nominalement ou spécifiquement prévue à la liste qu'elle n'en fait pas partie et ce n'est pas parce qu'elle y est nommée spécifiquement que, dans les faits, ce n'est pas de la psychothérapie. Évidemment, et il faut le préciser, ces nuances ne s'appliquent pas à ceux qui annonceront ou diront à leur clientèle qu'ils exercent la psychothérapie. Si cette personne n'y est pas autorisée, elle sera de facto en situation d'illégalité.

_Note

1 Loi sur les services de santé et les services sociaux, art. 102; Loi sur l'instruction publique, art. 96.14.

au tableau des membres

Profitez de votre inscription au tableau des membres pour vous abonner aux services à la carte!

> Le service de référence et la page personnelle

Le service de référence vous permet de faire connaître votre bureau privé aux clients de deux manières :

1) par la ligne téléphonique de l'Ordre réservée à cet effet; 2) par le moteur de recherche accessible au www.servicedereference.com.

Cet outil de référencement, offert à 83 \$ annuellement pour un bureau, est grandement efficace pour se trouver de nouveaux clients.

Ajoutez à votre abonnement du service de référence la page personnelle, une page Web reliée au service de référence en ligne comprenant un complément d'information pertinent sur votre parcours professionnel et vos champs d'expertise. Une adresse Web, qui comprend votre prénom et votre nom (comme ceci : www.ordrepsy.qc.ca/voir/PrénomNom), vous est créée automatiquement; vous pourrez ainsi l'utiliser sur votre carte d'affaires. Un minisite Web éditable en tout temps pour 42 \$!

> Les bases de données EBSCO

Comme vous avez pu le constater à la lecture de la chronique *La recherche le dit*, toujours publiée en dernière page du magazine, les bases de données EBSCO vous offrent la possibilité de rechercher de l'information pertinente à vos problématiques cliniques. Ce moteur de recherche recense plus de 2000 périodiques en texte intégral. Peu importe votre secteur de pratique, vous trouverez des articles scientifiques qui bonifieront votre pratique pour seulement 45 \$ par année!