

Pratique professionnelle

Évaluer avant d'entreprendre une psychothérapie : une règle!



Pierre Desjardins / Psychologue

Directeur de la qualité et
du développement de la pratique

pdesjardins@ordrepsy.qc.ca

_LES RÈGLES DE L'EXERCICE DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

La loi 21 définit la psychothérapie de la façon suivante :

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.

L'article 187.2 du Code des professions précise que :

Tout médecin, psychologue ou titulaire d'un permis de psychothérapeute (ci-après le psychothérapeute) doit exercer la psychothérapie en respectant, outre les lois et les règlements qui le régissent, les règles suivantes :

- 1. établir un processus interactionnel structuré avec le client;*
- 2. procéder à une évaluation initiale rigoureuse¹;*
- 3. appliquer des modalités thérapeutiques basées sur la communication;*
- 4. s'appuyer sur des modèles théoriques scientifiquement reconnus et sur des méthodes d'intervention validées qui respectent la dignité humaine.*

Cet article du Code des professions stipule donc qu'il faut procéder à une évaluation initiale rigoureuse, sans autres précisions toutefois quant à ce qu'est cette évaluation.

_L'ÉVALUATION INITIALE RIGOUREUSE

Le Code des professions ne donne pas de définition de l'évaluation initiale rigoureuse, mais le guide explicatif de la loi 21² (ci-après guide explicatif) la circonscrit de la façon suivante :

L'évaluation initiale rigoureuse [...] constitue un préalable et a pour but de déterminer la pertinence d'entreprendre une psychothérapie³.

Peu importe l'approche psychothérapeutique choisie, cette évaluation tient compte notamment des éléments suivants :

- la demande formulée par la personne et son histoire thérapeutique;*
- les facteurs biologiques, psychologiques, sociaux et culturels de la personne;*
- l'utilisation et l'interprétation de différents tests, questionnaires et techniques, le cas échéant;*
- les ressources et les forces du client;*
- l'existence d'un diagnostic, notamment d'un trouble mental, et d'un traitement actuel ou antérieur.*

Une telle évaluation permet de cerner davantage la situation de la personne et le motif qui l'amène à consulter. Son résultat influence le choix de l'approche psychothérapeutique et des différents tests et techniques utilisés en lien avec cette approche. De plus, elle guide le psychothérapeute dans la décision d'entreprendre et de poursuivre le processus psychothérapeutique au regard des connaissances et des compétences dont il dispose pour traiter une personne aux prises avec un trouble ou un problème particulier. (guide explicatif, section 5.6.1)

Le processus et les modalités d'évaluation peuvent aussi varier en fonction notamment des orientations théoriques du psychothérapeute. Ainsi, certaines approches préconisent des modèles et techniques d'entrevues structurées et utilisent des questionnaires standardisés. D'autres se centrent davantage sur l'évaluation des caractéristiques du client afin de s'assurer de leur compatibilité avec le cadre thérapeutique préconisé. Dans tous les cas, le type et la qualité de la relation à établir avec le client prennent toute leur importance, la relation étant garante de l'alliance thérapeutique sans laquelle la psychothérapie serait compromise. Par ailleurs, dans le cadre de l'évaluation initiale rigoureuse, le psychothérapeute s'emploie à créer un climat de travail ouvert afin de donner au client la liberté et l'espace lui permettant entre autres d'exprimer ses besoins, de clarifier ses attentes et de manifester ses intérêts et préférences.

_L'ÉVALUATION INITIALE RIGOUREUSE ET D'AUTRES ACTIVITÉS D'ÉVALUATION

La description que fait le guide explicatif de l'évaluation initiale rigoureuse précise qu'il faut tenir compte de l'existence d'un diagnostic, notamment d'un trouble mental. Cela ne signifie pas pour autant qu'il faille dans tous les cas procéder à l'évaluation des troubles mentaux ni, s'il faut le faire, que ce soit le psychothérapeute lui-même qui s'en charge. De fait, l'évaluation des troubles mentaux, de même que l'évaluation des troubles neuropsychologiques, pour ne nommer que ces deux évaluations, peuvent et dans certains cas doivent s'ajouter à l'évaluation initiale rigoureuse.

L'évaluation initiale rigoureuse se distingue toutefois des autres évaluations possibles par sa finalité propre. Le guide explicatif précise à cet égard que :

Les objectifs sous-jacents à cette évaluation [déterminer la pertinence d'entreprendre une psychothérapie] font qu'elle se distingue de l'évaluation de la condition mentale et de l'évaluation des troubles mentaux, du retard mental et des troubles neuropsychologiques. (guide explicatif, section 5.6.1)

L'évaluation des troubles mentaux (incluant le retard mental et les troubles sexuels⁴) a pour finalité de conclure sur la présence d'un trouble mental alors que l'évaluation des troubles neuropsychologiques vise à conclure à la présence d'une dysfonction des fonctions mentales supérieures ou fonctions cognitives. Lorsque de telles évaluations s'ajoutent à l'évaluation initiale rigoureuse, le psychothérapeute doit en tenir compte pour juger de la pertinence d'entreprendre une psychothérapie.

La pertinence d'ajouter l'évaluation des troubles mentaux et des troubles neuropsychologiques

Le psychothérapeute utilise son jugement clinique pour repérer ce qui est de l'ordre d'un mal-être, d'une difficulté ou d'un problème situationnel et s'assurer que ce qui est rapporté ne découle pas notamment de la présence d'un trouble mental ou d'un trouble neuropsychologique. Si son évaluation des

manifestations, difficultés ou symptômes l'amène à soulever l'hypothèse de la présence d'un de ces troubles, le psychothérapeute non habilité à leur évaluation doit considérer l'orientation de son client vers un professionnel habilité.

En ce qui a trait à l'évaluation des troubles mentaux, les psychothérapeutes qui n'y sont pas habilités détiendront tout de même les compétences pour pouvoir en tenir compte. En effet, le règlement de l'Office des professions sur le permis de psychothérapeute fait état de critères de formation théorique de niveau universitaire qui leur permettront de relever des manifestations, difficultés ou symptômes leur servant soit à dépister un trouble mental ou un trouble neuropsychologique, soit à en apprécier la présence⁵, dans le but de déterminer la pertinence d'entreprendre une psychothérapie.

Ce qui suit est extrait du guide explicatif et présente une partie de la formation théorique dont il est ici question :

- 180 heures portant sur la classification des troubles mentaux, la psychopathologie et les problématiques reliées au développement humain, dont la compréhension par les différents modèles d'intervention, des classifications reconnues, dont le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM) et la Classification internationale des maladies (CIM) et leurs modifications ultérieures, des cycles de vie et des grandes problématiques qui y sont associées;

Formation post-gradée
à l'approche ericksonienne

RP00308-13

Hypnose en situation d'urgence

PA00387-12

et autres formations



L'utilisation de l'imaginaire chez
l'enfant et l'adolescent dans la
psychothérapie ericksonienne

PA00653-13

FORMATION RECONNUE PAR L'ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC


INSTITUT MILTON H. ERICKSON
QUÉBEC

Pour obtenir plus de renseignements :
Institut Milton H. Erickson du Québec Inc.
Téléphone et fax : 1 819 842-4549
ericksonquebec@ericksonquebec.org
www.ericksonquebec.org

- 45 heures portant sur le lien entre la biologie et la psychothérapie dont les relations somatopsychiques et psychosomatiques, la pertinence et les limites de l'intervention psychothérapeutique et sur une connaissance générale de l'anatomie et de la physiologie du système nerveux central et des psychotropes;
- 45 heures portant sur l'éthique et la déontologie, dont les devoirs et les obligations du psychothérapeute envers le client, le public et l'exercice de la psychothérapie⁶.

De plus, le psychothérapeute, comme tous les autres professionnels, est encadré par un Code de déontologie en vertu duquel notamment :

- il ne peut s'engager dans une pratique pour laquelle il n'aurait pas les compétences, c'est-à-dire qu'il ne peut pas procéder à l'évaluation des troubles mentaux ou des troubles neuropsychologiques s'il n'y est pas habilité, bien qu'il puisse dépister ou apprécier ces troubles;
- il ne peut tirer de conclusions sur la base d'informations insuffisantes, c'est-à-dire qu'il ne peut conclure sur la présence d'un trouble mental ou d'un trouble neuropsychologique s'il n'est pas habilité à en faire l'évaluation;
- il est tenu de consulter des collègues lorsque la situation du client le requiert, c'est-à-dire qu'il doit sérieusement considérer, comme on le verra, la pertinence d'orienter son client vers un autre professionnel lorsqu'il soupçonne la présence d'un trouble mental ou d'un trouble neuropsychologique qu'il ne peut attester.

Ainsi, en présence d'indices cliniques laissant présager la possibilité qu'un trouble mental ou un trouble neuropsychologique contribue aux difficultés et problèmes présentés ou en soit la source, le psychothérapeute devrait diriger son client vers un professionnel habilité pour procéder à l'investigation plus poussée que permet l'exercice de l'activité d'évaluation réservée. C'est particulièrement important dans la perspective d'élaborer le plan de traitement, étant donné entre autres les risques que la condition du client, au moment où il consulte à tout le moins, soit telle qu'il ne pourrait bénéficier des services de psychothérapie envisagés.

Il y a également d'autres situations qui nécessitent que le psychothérapeute non habilité à l'évaluation des troubles mentaux ou neuropsychologiques oriente son client vers un professionnel habilité. C'est le cas notamment lorsqu'on envisage d'offrir une psychothérapie dont le processus est formalisé dans un manuel technique (psychothérapie dite « manualisée ») et taillé sur mesure pour des personnes qui présentent un trouble mental particulier (p. ex. trouble d'anxiété généralisée) ou encore une psychothérapie pour laquelle on dispose de données probantes quant à son efficacité pour traiter tel ou tel trouble mental bien circonscrit⁷.

_CONCLUSIONS

Procéder à l'évaluation initiale rigoureuse fait partie des règles encadrant l'exercice de la psychothérapie. Les résultats de cette évaluation guident la décision d'entreprendre une psychothérapie, au regard des connaissances et compétences dont dispose le psychothérapeute. Il ne faut pas croire qu'il faille procéder obligatoirement et en toutes circonstances à l'évaluation des troubles mentaux sous prétexte qu'une certaine proportion des personnes qui consultent en psychothérapie présentent un trouble mental. L'évaluation initiale rigoureuse peut et doit être faite par le psychothérapeute et cela peut impliquer l'engagement de collègues professionnels, notamment pour procéder à d'autres évaluations qui peuvent s'avérer nécessaires et qu'il ne serait pas habilité à faire.

C'est l'exercice du jugement professionnel qui permet de voir, au cas par cas, ce qui est précisément et concrètement requis d'évaluer en sus de l'évaluation initiale rigoureuse afin de déterminer la pertinence d'entreprendre une psychothérapie. Il faut garder à l'esprit que l'évaluation initiale rigoureuse sert à s'assurer que ce qui est proposé au client est un traitement adéquat, conséquent et porteur, que le psychothérapeute est le bon intervenant auprès duquel le client peut s'engager et que c'est le moment opportun pour ce faire.

_Notes

- 1 C'est nous qui soulignons.
- 2 Office des professions du Québec (coordination) (2012). *Loi modifiant le Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines. Guide explicatif*, Gouvernement du Québec [www.opq.gouv.qc.ca/fileadmin/documents/Systeme_professionnel/Guide_explicatif.pdf] (consulté le 26 novembre 2013).
- 3 C'est nous qui soulignons.
- 4 La pratique des sexologues est maintenant encadrée par un ordre professionnel nouvellement créé, soit l'Ordre professionnel des sexologues du Québec. Les sexologues, bien qu'ils ne soient pas autorisés à évaluer les troubles mentaux, sont habilités à évaluer les troubles sexuels qui en font partie.
- 5 Le dépistage et l'appréciation sont des activités qui ne sont pas réservées. La section 3.4.3 du guide explicatif définit ainsi ces activités :
Le dépistage
Activité qui vise à départager les personnes qui sont probablement atteintes d'un trouble non diagnostiqué ou d'un facteur de risque d'un trouble, des personnes qui en sont probablement exemptes. L'intervention de dépistage en elle-même ne permet pas de poser le diagnostic ou d'attester un trouble ou une maladie. Les personnes pour lesquelles le résultat du dépistage s'avère positif sont orientées afin qu'une investigation complémentaire soit effectuée.
L'appréciation
Activité qui se définit par une prise en considération des indicateurs (symptômes, manifestations cliniques, difficultés ou autres) obtenus à l'aide d'observations cliniques, de tests ou d'instruments.
- 6 Pour plus d'information sur les critères de formation et de compétence, nous vous invitons à consulter le Règlement sur le permis de psychothérapeute et à lire la section 5.3.2. du guide explicatif.
- 7 Il ne faut pas comprendre que ces traitements dits manualisés ou qui font l'objet de données probantes et qui s'adressent à des personnes qui présentent un trouble particulier sont nécessairement efficaces pour toutes les personnes qui présentent ledit trouble, puisque, outre le trouble mental, il y a bien d'autres facteurs à considérer en ce qui a trait aux indications et à l'efficacité des traitements.