

ENTENTE DE SUIVI EN PSYCHOLOGIE ET PSYCHOTHÉRAPIE

Le contrat est un engagement permettant d'optimiser l'atteinte des objectifs, et de préciser le cadre d'intervention, ainsi que les attentes de part et d'autre.

En quoi consiste la psychothérapie :

Il s'agit d'un traitement psychologique pour un trouble mental, pour des perturbations comportementales ou pour tout autre problème entraînant une souffrance ou une détresse psychologique, et qui a pour but de favoriser des changements significatifs dans son fonctionnement cognitif, émotionnel ou comportemental, dans ses relations, 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.

Votre psychologue utilise des stratégies et techniques inspirées des approches systémiques, et cognitivo-comportementale de 3^e vague. La durée totale d'une telle démarche dépend de nombreux facteurs, tels que la nature des difficultés rencontrées, les objectifs visés et le type de traitement proposé. Mais au-delà de ces aspects, il est important que je me sente en confiance avec la psychologue consultée.

Modalité proposées / durée des rencontres:

L'épisode de service comprend des rencontres d'un maximum de 60 min, à raison d'une fois par semaine avec la psychologue. Ce fonctionnement pourra faire l'objet d'une révision minimalement aux 3 mois, à l'occasion de la révision de votre plan d'intervention. Les rencontres pourront avoir lieu en présence au 140 grande côte, Rosemère, sauf indication contraire (ex., exigences de rencontres à distance liées à la pandémie, urgence, etc.).

Honoraires

Le service étant rendu à même l'épisode de service spécialisé à la direction des services de la réadaptation, aucun honoraire ne sera demandé par la psychologue lors de ces rencontres.

Engagement

Je comprends que la participation à ces rencontres se fait sur une base volontaire et nécessite une responsabilisation de ma part. Comme toute démarche, elle implique aussi un engagement

de la part de la psychologue. Je comprends toutefois que je peux mettre fin en tout temps au suivi en avisant la psychologue ou mon intervenante.

La psychologue s'engage à :

- Être assidue et ponctuelle aux rencontres;
- Mettre ses compétences et connaissances à profit pour me soutenir dans le développement de mes compétences et l'atteinte de mes objectifs;
- Utiliser les approches scientifiquement validées pour soutenir mon cheminement vers une amélioration de mon bien-être psychologique;
- M'aider à identifier et contrôler les comportements à risques de nuire à mes progrès;
- Maintenir un cadre favorable à l'utilisation de mes nouvelles compétences;
- Faire preuve de respect et de non jugement face à mes choix et mes difficultés;
- Assurer des démarches nécessaires si elle juge que ma sécurité est compromise;
- Maintenir les éléments du cadre relationnel (voir plus bas).

En tant que cliente, je m'engage à :

- Être assidue et ponctuelle aux rencontres planifiées;
- Respecter la durée des rencontres;
- Participer activement à la démarche proposée et à mettre en pratique les moyens expérimentés lors de nos rencontres;
- Faire preuve d'ouverture et d'honnêteté;
- Faire preuve de respect;
- Maintenir les éléments du cadre relationnel (voir plus bas)

Annulation de rendez-vous

- Je comprends que je dois aviser la psychologue au moins 24 heures d'avance, advenant impossibilité de me présenter, en téléphonant au **450-436-7588, poste 80506**.
- L'assiduité est un ingrédient essentiel au succès de l'atteinte de mes objectifs. A la 3^e absence non motivée d'une séance individuelle, la psychologue comprendra que je n'ai plus l'intention de poursuivre ces rencontres.

Confidentialité :

Sauf exception, la psychologue est tenue au secret professionnel quant aux informations que je pourrais dévoiler dans le cadre de mes rencontres de psychothérapie. Il existe cependant deux cas qui font exception à la règle de confidentialité :

- Lorsqu'un juge en fait la demande au professionnel ;
- Si la psychologue a des raisons sérieuses de croire que ma vie ou celle de toute autre personne de mon entourage est menacée.

Toutefois, je comprends que ma psychologue peut parfois avoir des discussions cliniques avec les intervenants du CISSS impliqués auprès de moi, concernant les informations générales abordées en rencontre, afin de leur permettre de m'aider à mettre en pratique les stratégies apprises en

thérapie. Je peux cependant toujours demander en cours de rencontre à ce que le contenu discuté demeure strictement confidentiel, et cette demande sera respectée, à l'exception des situations prévues par la loi. Un consentement pour le partage d'information me sera demandé pour tout autre communication.

Gestion des appels

Je suis invité à privilégier le courriel pour communiquer avec la psychologue, à l'adresse suivante : sophie_methot@ssss.gouv.qc.ca. Toutefois, je comprends que je peux aussi laisser un message sur sa boîte vocale. La psychologue s'engage à retourner mes appels ou courriels dans les 48 heures, sauf exception hors de son contrôle.

Urgences

Ma psychologue ne peut pas être considérée comme un service d'urgence. En cas d'urgence sérieuse, je comprends que je serai invitée à contacter les services précisés à la fin de ce document. Toutefois, si la psychologue a des raisons sérieuses de croire que ma vie ou celle de toute autre personne de mon entourage est menacée (suicide ou risque d'homicide par exemple), elle est alors tenue de signaler la situation à d'autres professionnels compétents (ambulanciers, médecins, professionnels en santé mentale, etc.) ou à des personnes qui font partie de mon réseau de soutien immédiat (famille, amis, etc.).

Cadre relationnel / gestion de la vie privée

Pour éviter toute situation ambiguë pouvant mener à des interprétations ou attentes causant problème au plan déontologique, ma psychologue insistera sur les éléments suivants, tel que prévu au code de déontologie de l'ordre des psychologues du Québec:

- La relation entre la psychologue et la cliente en est une qui est de nature professionnelle, et non d'amitié;
- Aucun contact ne sera autorisé par des médiums autres que ceux prévus dans le suivi. Ainsi, toute demande de contacts sur les réseaux sociaux sera refusée;
- Le psychologue respecte la vie privée des personnes avec qui il entre en relation professionnelle, notamment en s'abstenant d'explorer des aspects de la vie privée qui n'ont aucun lien avec ce qui est travaillé avec la cliente.
- Le psychologue ne dévoilera pas non plus d'informations personnelles outre ce qu'il pourrait juger pertinent de dévoiler, pour des fins thérapeutiques;
- Le psychologue n'établit pas de liens d'amitié susceptibles de compromettre la qualité de ses services professionnels, ni de liens amoureux ou sexuels avec une cliente, ne tient pas de propos abusifs à caractère sexuel et ne pose pas de gestes abusifs à caractère sexuel à l'égard d'une cliente;
- Le psychologue s'abstient de recevoir et d'offrir des cadeaux, susceptibles de modifier la nature de sa relation avec sa cliente.

La fin de la démarche thérapeutique

- Dans l'éventualité où la psychologue évalue que qu'elle ne peut plus m'aider, que je ne semble plus bénéficier de la psychothérapie proposée, ou que je ne me conforme pas aux règles établies, le psychologue peut, après en avoir discuté moi, mettre fin à la psychothérapie. Si besoin, le psychologue pourrait également me référer à un autre professionnel de la relation d'aide estimé plus approprié dans les circonstances. Par ailleurs, si je désire mettre un terme à la psychothérapie de ma propre initiative, je suis invitée à en informer la psychologue le plus rapidement possible, afin que la démarche prenne fin dans les meilleures conditions possibles.

Consentement

Je _____, ai pris connaissance du contenu de ce document et je déclare accepter toutes les conditions qui y sont posées.

Signature (cliente) : _____ Date : _____

Signature (témoin) : _____ Date : _____

Signature (professionnel) : _____ Date : _____

AU PLAISIR DE TRAVAILLER ENSEMBLE!

RESSOURCES DE CRISE / COORDONNÉES EN CAS D'URGENCE

INFO SOCIAL :

- Pour les personnes ayant un besoin psychosocial urgent, en dehors des heures d'ouverture du CLSC
- Composez le 811

CENTRE LE FAUBOURG

- Si vous pensez au suicide
- Un service disponible en tout temps
- Composez le 1-866-APPELLE (1-866-277-3553)

URGENCE MÉDICALE

- Composez le 911
- Se présenter au centre hospitalier de St-Jérôme