

Bonjour,

Horizon Santé-Nord (HSN) a été choisi comme l'un des six organismes de santé qui agiront à titre de responsables de réseau relativement à l'élargissement du programme Psychothérapie structurée Ontario (programme PSO).

Cela aidera à élargir l'accès à la psychothérapie structurée ainsi qu'à combler d'importantes lacunes en matière de service en permettant aux patientes et aux patients d'obtenir les bons soins au bon moment, ce qui n'était pas le cas auparavant.

À titre d'organisme responsable de réseau (ORR), HSN sera un carrefour qui constituera le point d'accès central pour les demandes et la prestation des services de psychothérapie. Ces services sont offerts par sept (7) points de service dans l'ensemble de la région du Nord-Est.

Dans la trousse suivante, vous trouverez d'autres renseignements sur le programme PSO, les services offerts à la clientèle, les critères du programme et le processus de demande de service.

Nous serons heureux de travailler avec vous pour que nous nous occupions des gens qui, auparavant, n'avaient pas accès à ce type de services.

Pour toute question ou pour obtenir d'autres renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

L'équipe de Psychothérapie structurée Ontario Nord-Est
Courriel : neosp@hsnsudbury.ca
Tél. : 705-523-4988, poste 4272; 1-833-49NEOSP



Renseignements généraux sur le programme Psychothérapie structurée Ontario (programme PSO)

Qu'est-ce que le programme Psychothérapie structurée Ontario?

- Le programme Psychothérapie structurée Ontario (programme PSO) offre aux gens (18 ans et plus) une thérapie cognitivo-comportementale (TCC) fondée sur les données probantes, financée par les fonds publics, ainsi que des approches connexes pour aider à gérer la dépression, l'anxiété et les troubles liés à l'anxiété.
- La TCC est une forme de thérapie par la parole qui aide à développer d'autres façons de penser et de réagir, aidant ainsi à réduire la détresse psychologique.
- Les services du programme PSO vont de stratégies d'auto-assistance (avec l'appui d'un accompagnateur ou d'un thérapeute) à des séances hebdomadaires de TCC, individuelles ou de groupe. Dans la plupart des cas, au départ, les personnes inscrites au programme PSO reçoivent moins de soutien clinique (p. ex. elles obtiennent jusqu'à six séances d'accompagnement par téléphone tout en suivant un cahier associé à leurs préoccupations).
- La TCC aide les gens à acquérir des aptitudes dont ils auront besoin toute leur vie pour développer une résilience et gérer leur santé mentale. Cette thérapie axée sur des problèmes et des objectifs se fonde sur une relation thérapeutique positive entre le thérapeute et son client. Elle aide les gens à changer des modes de comportement et des schèmes de pensée qui influent sur la façon dont ils se sentent.

Les services du programme PSO :

Juillet-août 2022	<ul style="list-style-type: none">• Humeur• Inquiétude excessive
Septembre 2022	<ul style="list-style-type: none">• Anxiété sociale• Attaques de panique inattendues• Anxiété à l'égard de la santé• Craintes précises (hauteurs, vomissements, etc.)
Été 2023	<ul style="list-style-type: none">• État de stress post-traumatique• Inquiétudes obsessivo-compulsives

À noter qu'un diagnostic n'est pas nécessaire.

Comment les patients peuvent-ils avoir accès au programme PSO?

- Une fois la demande de service reçue, les clients seront contactés afin de passer l'évaluation standardisée pour confirmer que le programme répond bien à leurs besoins et déterminer s'ils vont participer à Retrouver son entrain ou obtenir directement des services de psychothérapie. La plupart des gens participent d'abord à Retrouver son entrain, puis ils passeront à des services de psychothérapie, au besoin.
- Horizon Santé-Nord coordonne les demandes d'accès au programme Retrouver son entrain, géré par l'Association canadienne pour la santé mentale, par l'entremise de PSO du Nord-Est. Les services seront offerts par des fournisseurs communautaires de la région
- Après avoir fait l'évaluation standardisée, les clients seront contactés par leur

accompagnateur ou thérapeute du programme Retrouver son entrain afin de prendre leur premier rendez-vous.

Qu'est-ce que cela signifie pour moi comme fournisseur de soins?

- On communiquera avec les fournisseurs de soins dans les cas suivants :
 - on évalue si une personne devrait recevoir des services du programme PSO;
 - un patient a suivi le processus d'évaluation standardisée, y compris la détermination du service lui convenant le mieux;
 - un patient fait la transition d'un service à un autre au sein du programme PSO.
- L'élargissement et l'évolution de ce programme se poursuivent. Parmi les prochains services offerts, mentionnons des TCC de groupe, des thérapies cognitivo-comportementales en ligne et un apprentissage psychodynamique.

Renseignements sur les demandes de service (critères, évaluation et dépistage)

Le programme PSO fonctionne selon un modèle de soins par paliers en prodiguant le niveau de soins le mieux adapté aux besoins des gens. Lorsqu'une personne est dirigée vers le programme, un professionnel formé procède à une évaluation et recommande un soutien selon le niveau de service afin de répondre le mieux possible aux besoins et d'appuyer le rétablissement.

La plupart des gens commencent par Retrouver son entrain, un programme d'autoassistance guidée par téléphone. D'autres personnes commencent par une TCC individuelle ou de groupe, en personne ou de façon virtuelle. Grâce à un suivi continu, les clientes et les clients peuvent passer d'un service à un autre au sein du programme, selon les besoins. Par exemple, si une personne commence ses traitements par l'entremise de Retrouver son entrain et qu'elle a besoin de soutien plus intensif, elle peut passer à une TCC à un emplacement partenaire.

Fournisseurs orienteurs

Si le programme PSO est choisi en tant que service demandé, un formulaire de demande (voir l'annexe C) sera vérifié pour confirmer la pertinence du programme pour la cliente ou le client en fonction des renseignements fournis, y compris son âge et la raison de la demande.

Pour rappel, le programme PSO offre des services de psychothérapie, c'est-à-dire des **TCC et des approches connexes** à l'intention des **adultes en Ontario (services de faible intensité et psychothérapie structurée individuelle pour les personnes de 18 ans et plus)** vivant une dépression, de l'anxiété ou des problèmes liés à l'anxiété.

Critères de demande

Les circonstances ci-dessous indiquent que le programme PSO ne convient PAS aux besoins d'une cliente ou d'un client (les personnes qui remplissent l'un ou l'autre des critères suivants doivent d'abord être orientées vers les soutiens appropriés avant qu'elles participent au programme PSO).

- La personne est activement suicidaire et a des capacités d'adaptation affaiblies et/ou a tenté de se suicider au cours des six derniers mois.
- Elle présente un risque élevé pour elle-même ou les autres, ou elle court un risque important de grandement se négliger.

- Elle se cause du tort, ce qui constitue la préoccupation principale et immédiate.
- Elle a actuellement de graves symptômes de manie ou d'hypomanie ou ce fut le cas durant la dernière année. Cela ne comprend pas les symptômes induits par les médicaments ou la consommation de substances.
- Elle a actuellement de graves symptômes d'un trouble psychotique ou ce fut le cas durant la dernière année. Cela ne comprend pas les symptômes induits par les médicaments ou la consommation de substances.
- Elle a un trouble de la personnalité grave et complexe qui aurait une incidence sur sa capacité de participer activement à la TCC liée à l'anxiété ou à la dépression.
- Note : Ce programme ne convient pas aux clientes et aux clients pour lesquels un trouble de la personnalité est le problème causant actuellement davantage de détresse et d'incapacité.
- La personne a demandé uniquement la gestion de ses médicaments.
- Elle présente une altération modérée à grave de sa fonction cognitive (p. ex. démence) ou une incapacité modérée à grave en raison d'une déficience intellectuelle ou d'une difficulté d'apprentissage.
- Elle a actuellement des problèmes de consommation de substances ou elle en a eu durant les trois derniers mois qui auraient une incidence sur sa capacité de participer activement à la TCC (p. ex. elle est incapable d'assister à une séance prévue ou d'essayer de faire les exercices attribués qui sont nécessaires entre les séances).
- Elle a besoin d'un traitement spécialisé pour des troubles concomitants.
- Elle a de graves troubles alimentaires qui auraient une incidence sur sa capacité de participer activement à la TCC liée à l'anxiété ou à la dépression.

Par suite d'un dépistage initial s'appuyant sur le formulaire de demande, si l'on détermine que le programme PSO pourrait convenir à la personne, on communiquera avec elle avant de prendre rendez-vous pour une évaluation clinique et de triage (d'environ 60 à 90 minutes). Cette évaluation ne garantit pas un traitement dans le cadre du programme PSO étant donné que l'évaluation vise d'abord à confirmer le principal problème, la pertinence de ce programme et enfin, à déterminer le type de traitement approprié dans le cadre du programme.

Dans les cas où le programme PSO n'est pas jugé approprié pour un client, on essaiera de le mettre en contact avec un service mieux adapté. Le programme PSO offre des traitements à court terme et non des traitements à long terme ni des suivis. Tous les clients seront redirigés vers les fournisseurs ayant fait la demande en leur nom pour obtenir un suivi à long terme additionnel, selon les besoins.

À noter que le programme PSO n'est pas un service d'intervention en cas de crise ou d'urgence. Si votre client a besoin d'une assistance immédiate, veuillez le diriger vers le service d'intervention en cas de crise le plus proche ou faites le 911.