

DÉFINITION DE LA PSYCHOTHÉRAPIE: à partir du 1^{er} février 2012

2.3. PSYCHOTHÉRAPIE

Conformément aux articles 187.1 et 187.2 du Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines :

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.

La psychothérapie doit respecter les règles suivantes :

1. - établir un processus interactionnel structuré avec le client;
2. - procéder à une évaluation initiale rigoureuse;
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.

La psychothérapie est, selon le cas, individuelle ou collective. Elle est collective si elle est dispensée à plus d'une (1) personne. (couvert par la RAMQ)

Activités ne constituant pas de la psychothérapie : (résumé de l'article 6)

1. Rencontre d'accompagnement permettant à la personne de s'exprimer sur ses difficultés pouvant mener le professionnel à prodiguer des conseils ou faire des recommandations.
2. Intervention de soutien pour maintenir ou consolider les acquis en rassurant la personne et lui prodiguant des conseils et lui fournissant de l'information.
3. Intervention conjugale et familiale visant à promouvoir et soutenir le fonctionnement optimal dans le but de changer certains éléments de fonctionnement et d'offrir aide et conseil.
4. Éducation psychologique visant autant la maladie que les traitements et le rôle que la personne peut jouer dans le maintien et le rétablissement de sa santé, y compris les techniques de gestion de stress, de relaxation et d'affirmation de soi.
5. La réadaptation visant à aider la personne à composer avec les symptômes de sa maladie.
6. Le suivi clinique visant l'actualisation d'un plan d'intervention disciplinaire.
7. Le « coaching » qui vise à développer le potentiel de personnes qui ne sont pas en détresse ou en souffrance.
8. L'intervention de crise, intervention immédiate, brève et directive visant la stabilisation de l'état de la personne suite à une évaluation et pouvant être suivie de soutien, d'enseignement ou de l'orientation vers des services ou les soins requis.