

Autosoins

pour les troubles
mentaux fréquents

Processus clinique en autosoins
dirigés pour les troubles mentaux
fréquents

Repères pour l'intervenant



Auteurs

Ce document est le fruit d'un travail collectif des membres *du Groupe de travail développement clinique PQPTM* du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale qui s'inscrit dans le déploiement national du Programme québécois pour les troubles mentaux (PQPTM).

Dans le présent document, le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Pour citer ce document

Groupe de travail développement clinique PQPTM du CIUSSS de la Capitale-Nationale. (2023). *Autosoins pour les troubles mentaux fréquents: Processus clinique en autosoins dirigés pour les troubles mentaux fréquents*. Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale.

Production

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, 2023

PROCESSUS CLINIQUE EN AUTOSOINS DIRIGÉS

Étapes du suivi		Intervenant	Usager
Évaluation Formulation Définition des objectifs	Rencontres 1 et 2	<ul style="list-style-type: none"> • Établissement d'une alliance thérapeutique • Nom complet et pronom préféré de l'utilisateur • Présentation du rôle professionnel et validation du motif du suivi • Présentation de l'objectif et de la structure de la rencontre (durée, plan de la rencontre) • Consentement et limite de la confidentialité • Cueillette d'informations (déclencheurs, médication, consommation substances, dépendances, facteurs risque et protection) • Estimation du risque suicidaire • Exploration et estimation de la motivation au changement • Utilisation des tests mesure clinique en continu (PHQ9, GAD7, WSAS ou PCL-5, MIA, PDSS, OCI-R selon le trouble au besoin) • Formulation croisée du problème MCC (les 5 composantes) • Impacts sur le fonctionnement au quotidien • Identification du ou des besoins de changement • Définition des objectifs SMART (spécifique, mesurable, atteignable, réaliste, temporel) • Décision partagée par rapport à la modalité d'intervention • Éducation psychologique • Présentation des autosoins • Choix du matériel • Présentation du matériel et explication de son utilisation • Résumé de la rencontre • Entente sur les prochaines étapes 	
Suivi et traitement	Rencontres 3 à 7	<ul style="list-style-type: none"> • Retour sur la rencontre précédente • Engagement et soutien dans l'utilisation du matériel • Adaptation de l'utilisation du matériel • Accompagnement dans l'application des stratégies MCC ciblées • Utilisation des tests de mesure clinique en continu • Résumé de la rencontre 	



Étapes du suivi		Intervenant	Usager
		<ul style="list-style-type: none"> • Entente sur les prochaines étapes 	
<p>Bilan Terminaison Orientation</p>	<p>Rencontres 8 à 10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Réévaluation des progrès et des besoins avec l'usager (se référer à la formulation et aux objectifs) • Utilisation des outils de mesure clinique • Élaboration avec l'usager, sa famille et ses proches d'un plan de prévention en cas de rechute des symptômes • Liaison et redirection au besoin de l'usager et/ou de sa famille et de ses proches avec ou vers d'autres ressources dans la communauté • Orientation de l'usager vers une autre étape de soins si une augmentation ou diminution de l'intensité des services est nécessaire (<i>step up</i> ou <i>step down</i>) • Terminaison du suivi 	



Autosoins pour les troubles mentaux fréquents

Critères de jumelage entre la clientèle présentant un trouble mentale fréquent et les autosoins dirigés

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, 2023

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale**

Québec 

