



Association des
Psychothérapeutes du
Québec

Montréal, le 25 janvier 2021

Monsieur Lionel Carmant
Ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux

Madame Nancy Guillemette
Députée de Roberval
Coalition avenir Québec
Membre de la Commission de la santé et des services sociaux

Monsieur David Birnbaum
Député de D'Arcy-McGee
Parti libéral du Québec
Porte-parole de l'opposition officielle en matière de santé mentale

Monsieur Gabriel Nadeau-Dubois
Député de Gouin
Québec solidaire
Porte-parole du deuxième groupe d'opposition en matière de santé et services sociaux

Monsieur Joël Arseneau
Député des Îles-de-la-Madeleine
Parti québécois
Porte-parole du troisième groupe d'opposition en matière de santé mentale et de solitude

Objet : consultations concernant les effets de la pandémie sur la santé mentale

Madame,
Messieurs,

L'Association des psychothérapeutes du Québec (APQ) tient à saluer les membres de cette commission et souhaite vous faire part de son appui dans le dossier concernant les effets de la pandémie sur la santé mentale. Cependant, elle désire, dans un même souffle, vous transmettre ses préoccupations et celles de tous les psychothérapeutes du Québec.

Portrait de l'APQ

En premier lieu, voici un bref portrait de l'APQ. Notre association a été incorporée le 17 juin 1991 sous la dénomination de Société des psychothérapeutes professionnels et professionnelles du Québec. Actuellement, l'APQ est une association qui regroupe les

praticiens de la psychothérapie, quelle que soit leur profession d'origine, leur orientation théorique ou clinique. L'APQ a pour rôle de veiller à ce que la psychothérapie bénéficie de conditions favorables pour accroître sa contribution dans le domaine de la santé mentale et publique au Québec.

Sa mission est de regrouper les psychothérapeutes et de faire reconnaître leur identité professionnelle et de soutenir la diversité des pratiques et des approches psychothérapeutiques, tandis que sa vision est de contribuer au mieux-être de la société et à l'enrichissement de la psychothérapie.

Ses objectifs sont :

- Agir aux niveaux politique, économique, social, professionnel et scientifique pour permettre à la population d'avoir accès à des services de psychothérapie.
- Faire connaître la psychothérapie dans une perspective d'éducation du public et de bien-être humain.
- Promouvoir la valeur des services offerts par les psychothérapeutes, en respect de leur diversité.
- Faire valoir la richesse de la diversité des professionnels en psychothérapie.
- Favoriser l'augmentation de l'accès à la psychothérapie pour la population.

Ses membres sont répartis dans plus de 13 régions administratives du Québec. Ce sont des professionnels, travailleurs autonomes ou faisant partie d'une clinique, d'un organisme communautaire ou encore d'une institution qui œuvrent dans le domaine de la santé mentale et de la santé publique au Québec.

Brève synthèse de la situation de la psychothérapie au Québec

Au Québec, les psychothérapeutes représentent plus de 1 600 professionnels. Chacun possède un permis délivré et régi par l'Ordre des psychologues du Québec (OPQ), sans toutefois, pour certains, ne pas en être membre puisqu'ils font partie de leur ordre professionnel respectif selon leur formation initiale.

Tous sont autorisés à effectuer une évaluation rigoureuse du fonctionnement psychologique et mental et à établir un plan de traitement. Autre donnée importante, les psychothérapeutes ont le droit de dépister un trouble mental chez un.e patient.e et, le cas échéant, d'orienter cette personne vers un professionnel autorisé si une évaluation ou un diagnostic pour un trouble mental s'avère nécessaire, ceci dans le but d'offrir à la personne un traitement optimal. La Loi 21 du Québec définit ainsi la psychothérapie: 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.

En ce sens, les programmes universels gouvernementaux tels que l'IVAC et la CNESST reconnaissent l'évaluation initiale effectuée par les psychothérapeutes sans égard à l'attestation d'un trouble mental. À la SAAQ, bien qu'un diagnostic effectué par un médecin

soit requis, les psychothérapeutes font également partie des fournisseurs de services avec les psychologues.

Les psychothérapeutes peuvent contribuer en faisant bénéficier de nombreuses personnes, aux mêmes garanties de compétence, d'intégrité et d'imputabilité offertes par le système professionnel. Néanmoins, malgré les nombreux efforts de l'APQ, les psychothérapeutes ne sont pas reconnus à juste titre.

En effet, dans un contexte où les listes d'attente sont longues avant d'obtenir un service psychologique, on se demande pourquoi le recours aux psychothérapeutes ne se fait pas d'emblée.

Dans une entrevue d'Érik Chouinard publiée sur le site de Radio-Canada, une pédiatre relate que plus de 50 % des consultations actuelles sont en santé mentale; généralement, de la médication peut être prescrite, toutefois, ce traitement devrait être associé à un suivi en psychothérapie afin qu'il y ait plus de chances de réussite à long terme. Hélas, les ressources en santé mentale ne sont pas au rendez-vous.

Il existe une grave pénurie de psychologues dans le service public et de longues listes d'attente. Environ 16 000 Québécois vivent dans l'espoir de bénéficier de séances de psychothérapie et cette situation est exacerbée par la pandémie. Est-il normal de se priver des services des psychothérapeutes dont les compétences ont été reconnues lors de l'octroi de leur permis délivré par l'Ordre des psychologues du Québec ?

Il ne faut surtout pas oublier que de multiples recherches démontrent que plus les personnes psychologiquement vulnérables ont accès rapidement à des services (dont la psychothérapie), moins leur état mental risque de s'aggraver. Dans le cas contraire, un problème de santé mentale peut facilement dégénérer vers un « trouble » en quelques semaines, voire en quelques jours. Et c'est sans compter l'onde de choc qui s'ensuit, souvent, chez les familles et les proches de ces personnes en détresse.

Le cas suivant est un flagrant exemple des problèmes qui peuvent être corrigés au sein du service public afin de reconnaître l'apport des psychothérapeutes :

Catherine (nom fictif) est une mère monoparentale de 3 enfants. Elle a demandé à son employeur, le gouvernement fédéral, d'avoir accès au PAE (programme d'aide aux employés) qui lui donne droit entre 6 et 8 séances avec un psychothérapeute. Catherine a assisté à toutes les consultations et elle souhaite poursuivre avec sa psychothérapeute, car elle se sent en confiance et elle aime son approche. Malheureusement, une fois le programme terminé, elle devra payer chaque consultation puisque la psychothérapie n'est pas incluse dans son assurance collective. Elle est, donc, référée par le PAE à un psychologue parce que ses frais sont remboursables par son assurance. En effet, plusieurs assureurs n'ont pas modifié leurs contrats d'assurance collective pour inclure les psychothérapeutes, et ce, malgré l'esprit de la Loi modifiant le *Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines* en vigueur depuis 2012. Son portefeuille

ne lui permettant pas de payer ces montants, elle devra cesser ses rencontres avec sa psychothérapeute.

Demandes de l'APQ

L'APQ qui représente de nombreux psychothérapeutes demande aux membres de cette commission que soient étudiés les points suivants afin de mettre fin à la situation d'iniquité qui prévaut envers eux dans de nombreux domaines :

1. De permettre à l'APQ d'assister aux discussions, aux tables de concertation et aux audiences des commissions en santé mentale ;
2. Que la psychothérapie soit une option thérapeutique reconnue et incluse dans les programmes publics de santé mentale et que les psychothérapeutes soient admissibles aux offres de service du gouvernement provincial;
3. Que le gouvernement recommande aux assureurs de rembourser les services des psychothérapeutes en pratique privée afin de garantir une plus grande accessibilité à la psychothérapie;
4. Que des financements soient débloqués pour mettre sur pied des programmes en concentration psychothérapie dans les universités afin de faciliter l'accès au permis. Actuellement, seulement les programmes de thérapie familiale et conjugale de l'université McGill et de sexologie de l'UQÀM peuvent conduire au permis en psychothérapie. Dans le reste du Canada, plusieurs collèges existent déjà;
5. Que les psychothérapeutes soient inclus dans les listes de dépannage des CLSC et des GMF.

Dernièrement, l'Ordre des psychologues du Québec (OPQ) a reçu une communication dont la réponse devait parvenir le lendemain afin que ses membres psychothérapeutes intéressés puissent faire partie de listes du réseau public. Le ministre Carmant dans une récente lettre ouverte dans les pages du journal La Presse avait, en effet, manifesté son intention de recourir davantage aux services des psychothérapeutes dans les services gouvernementaux. C'est un premier pas vers l'inclusion des psychothérapeutes. Il ne reste qu'à rendre ce lien plus fluide pour qu'automatiquement, le recours aux professionnels en psychothérapie soit réalisé avec plus d'anticipation.

Veillez recevoir, Madame, Messieurs, l'expression de nos sentiments distingués



Nadine Gharios
Présidente
Association des psychothérapeutes du Québec
514 990-3403
presidenceAPQ@psychotherapeutesquebec.ca