Filière de Formation Postgrade en Psychothérapie Comportementale et Cognitive

Guide de l'activité psychothérapeutique

CADRE GENERAL DE L'ACTIVITE PSYCHOTHERAPEUTIQUE

L'activité psychothérapeutique correspond à la conduite de thérapie avec le·s patient·e·s. En effet, il est attendu que vous ayez accès à une pratique clinique et à des patient·e·s auprès de qui vous intervenez comme psychothérapeute en formation.

Les standards de qualité de l'OFSP prévoient que l'activité psychothérapeutique soit documentée, supervisée et évaluée. Ils précisent qu'il s'agit de traitements psychothérapeutiques sous supervision, avec des personnes présentant divers troubles et psychopathologies. Le déroulement de ces traitements et leurs résultats sont documentés et évalués au moyen d'instruments scientifiquement validés.

L'activité psychothérapeutique est soumise au respect des règles déontologiques et légales. En outre, celle-ci est régulièrement supervisée par votre superviseur·e (formateur·rice reconnu·e par le MAS en TCC) et fait l'objet d'un encadrement (responsabilité médico-légale) par votre employeur·se.

COMBIEN DE PATIENT.E.S DOIT-ON SUIVRE POUR VALIDER LE MAS ?

Au cours du MAS en TCC, vous devez réaliser **500 unités[1] d'activité psychothérapeutique en TCC**, documentées, évaluées et supervisées, dont au moins **10 cas cliniques**.

En d'autres termes, vous devez prendre en charge au minimum 10 patient·e·s (voire 11 ou plus), jusqu'à atteindre un total de 500 unités d'activité psychothérapeutique en TCC.

Un cas clinique est approuvé si **la psychothérapie réalisée a été supervisée à raison d'au moins une supervision toutes les cinq séances de traitement**, et ceci dès le début de la prise en charge et jusqu'à sa fin.

Chacun des 10 cas cliniques est **documenté**, y compris **l'évaluation de l'évolution et du résultat du traitement psychothérapeutique**, et fait l'objet d'un rapport de cas (dont quatre rapports assécurologiques, cinq synthèses de cas, une étude de cas approfondie). Dès la deuxième année de votre formation, vous avez l'obligation de rendre ces rapports selon les indications fournies dans les mémos correspondants.

Dans le cas de figure où vous avez dû suivre plus de 10 patient·e·s pour totaliser les 500 unités d'activité psychothérapeutique en TCC, vous devrez conserver vos notes de séance, y compris l'évaluation de l'évolution et du résultat du traitement psychothérapeutique

[1] Par unité, on entend une période de 45 minutes.

(dossier clinique du patent) ainsi que vos notes de supervision, de sorte à pouvoir attester du suivi en cas de besoin.

QU'EST-CE QU'UN CAS CLINIQUE ?

Un cas clinique correspond à un·e patient·e avec qui vous réalisez une psychothérapie. Pour cela, vous mènerez (1) l'**évaluation** et la démarche diagnostique, ainsi que la pose de l'**indication** pour une TCC, (2) la **conceptualisation de cas**, (3) le **plan de traitement** et les **objectifs thérapeutiques**, (4) le **traitement** et les stratégies thérapeutiques, (5) les **bilans intermédiaires** et les éventuelles réajustements des objectifs de travail, (6) l'**évaluation** à l'issue de la psychothérapie, et (7) du **vécu du thérapeute** tout au long de la démarche et de la nature des **relations thérapeutiques établies**. L'ensemble de ces étapes seront supervisées.

Les étapes (1) à (3) citées ci-dessus ne suffisent pas à considérer le travail entrepris comme de la psychothérapie. Elles sont comptabilisées dans les unités d'activité psychothérapeutique si et seulement si elles sont associées à une phase de traitement.

Un **groupe thérapeutique** est considéré comme un cas clinique à part entière (moyennant que vous soyez le thérapeute principal du groupe en cas de co-animation). A noter que vous ne pouvez faire valoir que **trois cas cliniques de groupe au maximum**. Les phases (1) à (7) doivent être prises en considération. Si vous souhaitez valider un groupe thérapeutique dans un rapport de cas, nous vous invitons à privilégier le format de l'étude de cas approfondie. Si vous souhaitiez valider deux autres groupes thérapeutiques, nous vous proposons de sélectionner un·e patient·e du groupe et de rédiger une synthèse de cas à leur sujet, toujours en respectant les phases (1) à (7).

On considère qu'**une psychothérapie est terminée** si et seulement si **un minimum de 10 séances** (unités de 45 minutes) **de traitement (phase 4)** a été réalisé. Deux cas de figure peuvent alors se présenter : (1) les objectifs thérapeutiques ont été atteints ou (2) la thérapie est arrêtée d'entente avec le·a patient·e en cas d'échec, d'absence de progrès thérapeutique ou autres événements intercurrents rendant la poursuite du traitement initiée impossible. Ceci étant, **les phases (1) à (7) doivent avoir été menées à terme**.

Une **psychothérapie en cours avancé de traitement** est reconnue comme un cas clinique à part entière si trois conditions simultanées sont respectées : (a) **au moins 8 séances de traitement au minimum ont déjà été accomplies (phase 4)** ; (b) **les objectifs thérapeutiques sont en voie d'être atteints**, ce qui est démontré par une évaluation qualitative et quantitative adaptée au cas clinique ; (c) **le cas clinique a fait l'objet d'une synthèse de cas validée** (note ≥ 4).

UNE VARIETE DE CAS CLINIQUES

Vous vous formez à devenir un·e psychothérapeute polyvalent·e. Vous devrez donc être capable de prendre en charge des patient·e·s présentant des troubles et pathologies diverses et d'adapter vos interventions à des problématiques variées et/ou à des contextes particuliers.

SGVT SSTCC
Hôpital du Valais Spital Wallis
rfsm fnpg Réseau fribourgeois de santé mentale Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit
CENTRE NEUCHÂTELOIS DE PSYCHIATRIE CNP
CHUV Département de psychiatrie

Dès lors, les cas cliniques présentés doivent porter sur au moins **six diagnostics psychiatriques** (cf. DMS-5, CIM-10/11) ou au moins **cinq problématiques différentes avec des objectifs thérapeutiques et/ou des stratégies d'intervention différentes**.

QUE VEUT-ON DIRE PAR UN CAS CLINIQUE DOCUMENTE, EVALUE ET SUPERVISE ?

Documenté : vous devrez présenter **neuf rapports et synthèses cliniques** et **une étude de cas approfondie**. Le format et les consignes de rédaction sont précisés dans les « directives d'évaluation du MAS en TCC » (cf. mémos correspondants).

Evalué : le traitement psychothérapeutique fait l'objet d'une pré- et post-évaluation, voire de bilans intermédiaires, permettant d'**évaluer l'évolution et les résultats de la psychothérapie** menée auprès d'un·e patient·e donné·e. La psychothérapie et son évaluation respectent les bonnes pratiques et les données de la littérature scientifique. L'évaluation s'appuie sur une démarche rigoureuse et des outils psychométriques standardisés et empiriquement validés.

Supervisé : chaque patient·e rencontré·e dans le cas de l'activité psychothérapeutique doit être **régulièrement supervisé·e** durant tout le déroulement de la prise en charge. Vous trouverez de plus amples informations sur la supervision dans le « guide pratique de la supervision » (cf. mémo correspondant).

QUAND DEMARRER L'ACTIVITE PSYCHOTHERAPEUTIQUE ?

Nous vous recommandons de débuter l'activité psychothérapeutique **dès que possible**. En effet, de l'activité psychothérapeutique individuelle dépendent la supervision et la rédaction des rapports de cas (au moins un rapport assécurologique et au moins une synthèse de cas dès la deuxième année du MAS).

ORIENTATIONS SPECIFIQUES « ENFANT-ADOLESCENT » VS « ADULTE ET PERSONNE AGEE »

L'activité psychothérapeutique se fait dans l'orientation spécifique que vous avez choisie pour votre MAS ; il est toutefois possible de réaliser une partie de cette activité auprès d'une population d'une autre tranche d'âge, dans le setting de votre choix (thérapie de famille, de couple, en groupe et/ou en individuel). Dans ce dernier cas de figure, **au minimum 6 cas cliniques et 300 unités doivent être effectués dans votre orientation** tandis que **4 cas cliniques et 200 unités** peuvent être réalisés auprès d'une population d'une autre tranche d'âge.

COMMENT VALIDER L'ACTIVITE PSYCHOTHERAPEUTIQUE ?

L'activité psychothérapeutique est validée de trois manières complémentaires : (1) une évaluation sanctionnée par une note pour chaque rapport de cas portant sur les 10 cas cliniques documentés, évalués et supervisés; (2) une attestation spécifique de supervision pour le cas clinique qui fait l'objet d'un rapport de cas soumis à une évaluation formelle ; (3) une attestation annuelle de supervision pour l'ensemble des séances de supervision et tous les cas cliniques discutés durant l'année civile écoulée.

Les documents tels que rapports, synthèses et étude de cas approfondie font partie intégrante de l'évaluation continue pour la validation du MAS. Pour chacun des cas cliniques

SGVT SSTCC
Hôpital du Valais Spital Wallis
rfsm fnpg Réseau fribourgeois de santé mentale Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit
CENTRE NEUCHÂTELOIS DE PSYCHIATRIE CNP
CHUV Département de psychiatrie

sur lesquels ils portent, vous devez compléter **une « attestation spécifique de supervision pour le cas clinique »**. Cette attestation est à transmettre simultanément au dépôt de chaque rapport de cas à la coordination du MAS.

L'activité psychothérapeutique et la supervision font l'objet d'une seule et même attestation délivrée à votre demande par le·a superviseur·e (cf. mémo sur la supervision). A la fin de votre cursus, dans votre dossier de formation, vous présentez **les attestations annuelles de supervision/activité psychothérapeutique** pour témoigner des 200 unités de supervision et des 500 unités d'activité psychothérapeutique réalisées durant l'ensemble de votre MAS.

Vous pouvez télécharger **les attestations sur la plateforme Moodle**.