



Kingston Health  
Sciences Centre

# Guide des soins aux patients

---

Services de psychothérapie d'urgence en consultation externe du  
Programme de santé mentale pour adultes

## Bienvenue aux services de psychothérapie d'urgence en consultation externe

du Programme de santé mentale pour adultes du Centre des sciences de la santé de Kingston. Notre objectif est de soutenir votre santé mentale grâce à des soins empreints de compassion et fondés sur des données probantes à la Clinique d'évaluation, de traitement et de santé psychiatriques d'urgence (EmPATH). Ce guide explique ce à quoi vous pouvez vous attendre et comment nous travaillerons ensemble.

### Aperçu du programme

Le Programme de santé mentale pour adultes offre des services de psychothérapie d'urgence, y compris l'évaluation et la psychothérapie pour les adultes de 18 ans et plus qui traversent une crise situationnelle ou une crise de santé mentale aiguë nécessitant des soins immédiats. Les services de psychothérapie comprennent ce qui suit :

- Séances de psychothérapie de groupe conçues pour développer rapidement des stratégies d'adaptation (séances offertes virtuellement et en personne);
- Intervention de courte durée (nombre de séances déterminé en fonction des besoins) selon des modalités fondées sur des données probantes, notamment la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) et la thérapie comportementale dialectique (TCD);
- Recommandations lors du congé et orientation vers des programmes à l'hôpital ou des ressources communautaires (s'il y a lieu).

### À quoi s'attendre

Ce service d'intervention de courte durée est axé sur la stabilisation après une crise de santé mentale aiguë. Il vise à aider les gens à acquérir les capacités d'adaptation nécessaires avant d'accéder à d'autres services pouvant offrir des soins prolongés. Si vous êtes dirigé vers ce service, vous pouvez vous attendre à ce qui suit :

## Évaluation initiale

- Courriel pour vous aviser que votre demande de services a été reçue; vous avez une semaine pour y répondre.
- Rendez-vous d'accueil pour établir un plan de soins personnalisé fondé sur vos symptômes aigus, le soutien actuel et d'autres facteurs pertinents.

## Activités

- Séances de thérapie de groupe en TCC, en TCD ou les deux.
- Psychothérapie individuelle de courte durée proposée dans des circonstances particulières.
- Coordination avec les fournisseurs de soins médicaux si nécessaire.

## Congé

- Ressources communautaires offertes pour soutenir la prestation de soins à long terme.
- Un sommaire décrivant les services que vous avez reçus dans le cadre de votre cercle de soins vous sera remis lorsque vous obtiendrez votre congé.

## Responsabilités du patient

Afin de soutenir au mieux vos soins, nous vous demandons :

- de vous présenter à temps aux séances prévues;
- de participer avec honnêteté et respect;
- de communiquer régulièrement avec les fournisseurs de services, y compris avec les cliniciens;
- de faire part de vos préoccupations ou des changements dans vos symptômes;
- de faire part aux cliniciens de toute question ou préoccupation concernant le plan de traitement.

## Vie privée et confidentialité

Votre vie privée est importante. La confidentialité et le respect de la vie privée sont à la base de la relation thérapeutique et sont régis par la *Loi de 2004 sur la protection des renseignements personnels sur la santé* ainsi que par les organismes de réglementation des cliniciens du programme. Vous pouvez vous attendre à ce que les renseignements communiqués dans le cadre de l'évaluation et de la thérapie soient traités de manière strictement confidentielle, gardés en sécurité et utilisés uniquement

pour soutenir les soins prodigués et les obligations professionnelles. Il existe certaines limites de confidentialité selon lesquelles vos renseignements personnels sur la santé peuvent être divulgués sans votre consentement. Ces limites comprennent les circonstances dans lesquelles il existe des motifs raisonnables de croire qu'il y a un risque important.

Les limites de confidentialité sont les suivantes :

- pour prévenir un risque important de préjudice grave pour une personne;
- dans les situations où un signalement est obligatoire (p. ex. à une société d'aide à l'enfance lorsqu'un enfant a besoin de protection);
- lorsque la divulgation est requise dans le cadre d'une procédure judiciaire;
- pour faciliter une enquête ou une inspection autorisée par un mandat ou par une loi provinciale ou fédérale;
- lorsqu'il faut communiquer avec un membre de famille, un ami ou un mandataire spécial potentiel parce que le client est blessé, frappé d'incapacité ou malade et incapable de donner son consentement.

### Soutien et sécurité

Veillez noter que le Programme de santé mentale pour adultes n'est pas un service d'intervention en cas de crise. Si vous êtes en détresse ou si vous avez besoin d'une aide immédiate, communiquez avec les services de crise ou rendez-vous au service des urgences le plus proche.

Lignes d'écoute téléphonique locales :

- Services de lutte contre les dépendances et de santé mentale de Kingston, Frontenac, Lennox et Addington (AMHS-KFLA) – ligne de crise
- Une aide d'urgence disponible en tout temps pour toute personne en crise de santé mentale
- 613 544-4229 ou sans frais : 1 866 616-6005
- Ligne d'aide téléphonique Telephone Aid Line Kingston (TALK)
- Écoute et soutien confidentiels (par les pairs)
- 613 544-1771 (généralement de 18 h à 2 h)
- Ligne 988 pour les situations de crise et la prévention du suicide (Ontario/Canada)
- Soutien en tout temps offert aux personnes ayant des pensées suicidaires ou en crise

- Appelez ou envoyez un message texte au numéro gratuit 9-8-8
- Service canadien de prévention du suicide
- 1 833 456-4566 ou soutien par message texte via des ressources en ligne.

Nous sommes là pour vous soutenir dans votre parcours de rétablissement.



Centre des sciences  
de la santé de Kingston

Le CSSK est situé sur les terres et les eaux ancestrales  
des Anichinabés et des Haudenosaunee.

Programme de santé mentale pour adultes en consultation externe  
L'Hôpital Hôtel-Dieu du Centre des sciences de la santé de Kingston (CSSK).

166, rue Brock, Kingston, ON K7L 5G2

613 544 3400, poste 24734 [www.KingstonHSC.ca/fr](http://www.KingstonHSC.ca/fr)

Also available in English.

