

# L'intervention sociale individuelle et la psychothérapie en santé mentale : des éclaircissements s'imposent

**Marie-Lyne Roc**, travailleuse sociale, chargée d'affaires professionnelles à la direction du développement professionnel  
**Alain Hébert**, travailleur social, chargé d'affaires professionnelles à la direction du développement professionnel

Depuis toujours, les travailleurs sociaux œuvrent dans le champ de la santé mentale, que ce soit à travers les réseaux institutionnels, les milieux communautaires ou encore le secteur privé. L'intervention sociale est au cœur du champ d'exercice de la profession de travailleur social. L'intervention sociale individuelle constitue l'une des modalités d'intervention les plus largement déployées par les travailleurs sociaux auprès des personnes dont les difficultés associées à leur état mental ou au trouble mental (attesté), entraîne une souffrance ou une détresse au plan personnel et social.

Avec la réglementation de la psychothérapie issue du projet de loi 21, plusieurs travailleurs sociaux exerçant en santé mentale se questionnent sur la nature et la légitimité de leurs interventions. Dans ce contexte, nombreux cherchent à savoir si celles-ci s'inscrivent dans ce qui est dorénavant considéré de la psychothérapie tel que définie par le règlement. Certains craignent d'exercer illégalement la psychothérapie lorsqu'ils utilisent des techniques d'intervention issues des approches reconnues en psychothérapie. D'autres pensent ne plus être autorisés à intervenir en individuel en santé mentale croyant, à tort, que désormais seule la psychothérapie peut être pratiquée auprès de personnes qui consultent en lien avec les problèmes de santé mentale qu'ils vivent. Devant ces questions, des éclaircissements s'imposent.

## L'intervention sociale et la psychothérapie : deux formes d'intervention de nature différente

L'intervention sociale et la psychothérapie sont de nature différente. De ce fait, ces deux formes d'intervention ne doivent pas être considérées sur le même continuum, pas plus qu'il n'y a lieu de leur donner un caractère hiérarchique. L'intervention sociale agit sur l'interaction entre la personne et son environnement dans une perspective d'amélioration du fonctionnement social, c'est-à-dire de bien-être, de participation sociale et de développement social pour la personne dans ses rapports avec l'environnement. Le paradigme interactionniste et constructiviste dans lequel s'inscrit l'intervention sociale est fondamental pour bien en saisir la nature, l'objet et les visées. Elle ne doit pas être considérée comme un traitement psychologique ou comme de la psychothérapie lorsqu'elle implique, notamment, de s'attarder sur les dimensions psychologiques de la personne ou encore lorsqu'elle implique, entre autres, des changements pour la personne au niveau de ses comportements ou de ses perceptions.

## Le choix de l'intervention doit reposer sur l'évaluation de la personne

Trop souvent, la lecture de ce qui constitue de la psychothérapie ou non se fait à partir d'une lecture morcelée, ou partielle des éléments fondamentaux qui en constituent sa définition. La pertinence de recourir à l'intervention sociale, à la psychothérapie ou à d'autres types d'intervention doit se faire à la lumière des besoins de la personne et non en fonction de la problématique qu'elle vit ou des diagnostics qui lui ont été attribués. L'évaluation constitue un préalable incontournable en ce sens. Dans le réseau de la santé et des services sociaux, rappelons que cette pertinence s'établit sur la base d'une évaluation des besoins de services de la personne, à la lumière notamment des balises fournies par les orientations ministérielles (*Guichet d'accès en santé mentale pour la clientèle adulte en CSSS, 2008; Orientations relatives à l'organisation des soins et des services offerts à la clientèle adulte par les équipes en santé mentale de première ligne en CSSS, 2011; Offre de services sociaux généraux, 2013*).

Dans cet esprit, l'intervention sociale peut se déployer auprès des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale ou des troubles mentaux diagnostiqués ou attestés. Toutefois, ni le diagnostic, ni les symptômes associés au trouble mental ou au problème de santé mentale ne justifient à eux seuls la nécessité ou la pertinence d'entreprendre une intervention sociale. Rappelons que ce sont surtout les difficultés, les obstacles ou toutes autres conditions associées à l'état de santé mentale qui entraînent, maintiennent ou exacerbent la vulnérabilité, la souffrance sociale ou la détresse émotionnelle de l'individu, au plan personnel et social, qui légitiment l'intervention sociale (OTSTCFQ 2013 : p.13).

Comme l'intervention sociale et la psychothérapie sont de nature différente, qu'elles abordent les problématiques dans une perspective tout à fait distincte et qu'elles impliquent des rôles et des activités différents, elles peuvent non seulement se déployer de façon séquentielle, mais également concomitante, en complémentarité selon les besoins de la personne et de son environnement. De par sa nature et ses visées, l'intervention sociale doit faire partie de la gamme de services offerts en santé mentale en complémentarité avec les autres formes d'interventions médicales et psychologiques.

## Est-ce de la psychothérapie ou non?

### Un outil pour vous aider dans votre réflexion

L'OTSTCFQ encourage les travailleurs sociaux qui se questionnent à juger de la nature de leur intervention en contexte de santé mentale à la lumière de la définition de l'intervention sociale. Pour ce faire, l'OTSTCFQ invite à consulter l'énoncé de position intitulé « *Intervention sociale individuelle en santé mentale dans une perspective professionnelle* », rendu public le 7 octobre 2013. L'Ordre rappelle que la définition de l'intervention sociale individuelle en santé mentale, qui se trouve dans l'énoncé de position, doit être lue et comprise à la lumière des considérations générales dans lesquelles elle s'inscrit, des éléments constitutifs, explicatifs et complémentaires qui la composent. L'énoncé est disponible sur : [www.otstcfq.org](http://www.otstcfq.org)