

La thérapie cognitivo-comportementale culturellement adaptée (TCCca) pour les Canadiens d'origine sud-asiatique

2^e partie : Établir le bilan et amener la personne à s'investir

2^e partie : Établir le bilan et amener la personne à s'investir

Module 1 Susciter la motivation

Création d'un lien

Confidentialité et sécurité

Activité d'apprentissage – Jeu de rôle

Module 2 Participation de la famille / de l'aidant·e

Implication de la famille et techniques

À propos des clients LGBTQ+

Activité d'apprentissage – Étude de cas

Module 1 : Amener la personne à s'investir

03

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

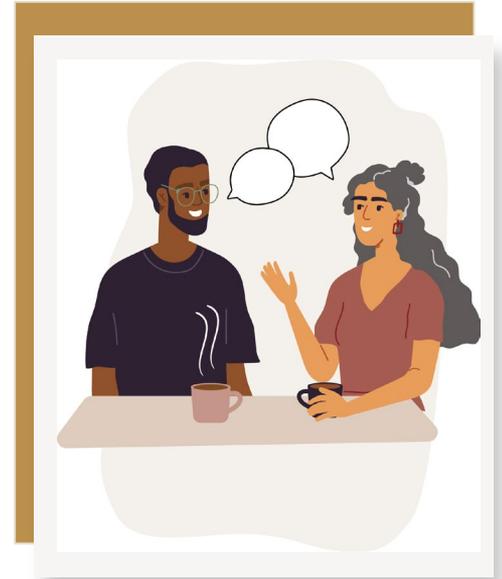
Savoir amener les clients sud-asiatiques à s'investir dans la TCC de manière culturellement appropriée

Création d'un lien

Création d'un lien

Conseils pour établir un lien au cours des cing premières minutes

1. **Personnalisation** – faites connaissance avec la cliente ou le client.
2. **Parlez de votre expérience** – si cela s'applique, rendez espoir à la personne en vous appuyant sur l'expérience d'anciens clients à vous.
3. Demandez à la personne si elle a **déjà suivi une psychothérapie**.
4. Prêtez attention aux **signes non verbaux** qui pourraient indiquer si la personne est à l'aise ou pas, quels sont son genre, son statut social, etc.
5. **Concentrez-vous sur les symptômes** qui préoccupent la personne.



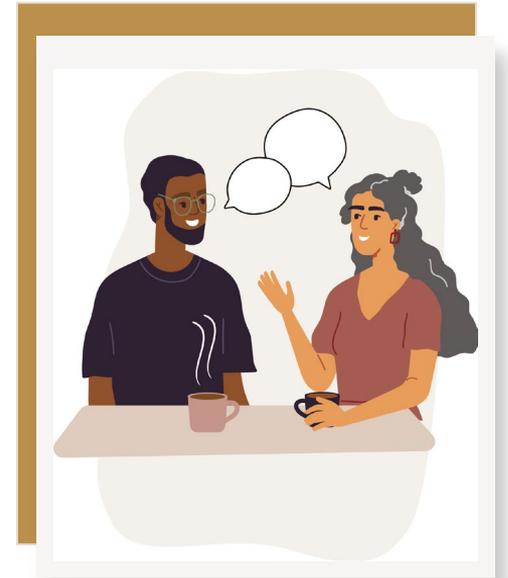
Création d'un lien

Commentaires courants des clients lors de la première séance :

- « Je ne savais pas trop ce que je devais préparer. »
- « Je ne veux pas prendre de médicaments, alors j'espère que ça va marcher. »

Ce qu'il faut savoir :

- L'établissement d'un lien est une tâche continue.
- On ne peut ignorer les effets de l'appartenance sexuelle, de la culture, de la stigmatisation et de l'autorité conférée aux thérapeutes.
- Il faut éviter d'aller trop vite en besogne.



Confidentialité et sécurité

ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Création d'un lien et confidentialité



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

L'activité d'apprentissage qui suit présente un échange entre une thérapeute et sa cliente au cours de la première séance.

Après avoir regardé la vidéo, réfléchissez à ce que le thérapeute a fait de bien et à ce qui pourrait être amélioré en fonction des techniques de TCC adaptées à la culture qui ont été examinées dans ce module.

Étude de cas – Jiya

Jiya, 33 ans, travaille dans un hôpital.

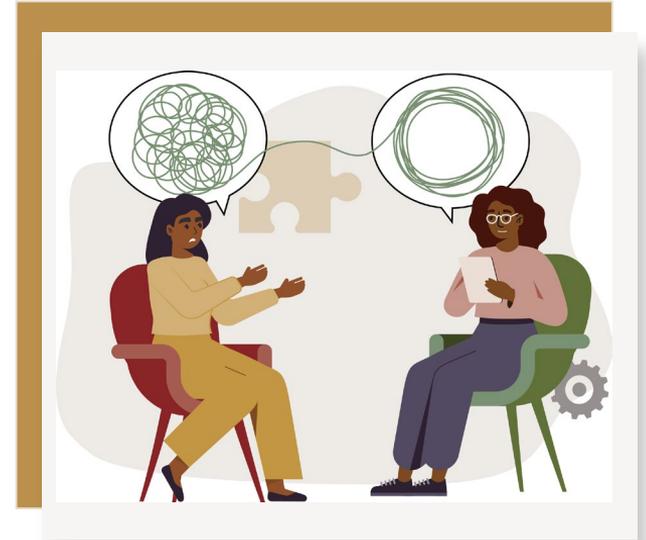
Elle est arrivée au Canada en tant qu'immigrante qualifiée il y a un an.

Elle est venue consulter parce qu'elle se sent isolée et épuisée par son volume de travail.

Elle prend du retard dans son travail, n'arrive pas à respecter les délais fixés et a du mal à se concentrer sur les tâches à accomplir.

Sa famille et ses amis lui manquent et elle n'arrive pas à trouver le temps nécessaire pour se faire de nouveaux amis.

Elle refuse de prendre des médicaments et veut essayer le counseling / la psychothérapie.



Regardez la vidéo (Jiya)



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Compte tenu des techniques de TCC adaptées à la culture qui ont été présentées dans ce module :

Quelles sont les deux choses que le thérapeute a bien faites?

Quelles sont les trois choses qui pourraient être améliorées?

Quelles sont les deux choses que la thérapeute a bien faites?

Confidence anodine

En révélant qu'un membre de sa famille vivait dans le même quartier que la cliente, le thérapeute a essayé de créer du lien, ce qui pourrait avoir un impact positif sur la motivation de la cliente à l'égard du traitement.

Stigmatisation

Le thérapeute a su dissiper la crainte éventuelle de la cliente au sujet d'une rencontre inopinée dans l'espace public en lui disant qu'il ferait comme s'il ne la connaissait pas. Dans de nombreuses cultures, le fait de voir un·e psychothérapeute est stigmatisé, et ce qu'a dit le thérapeute a rassuré la cliente sur la question de la confidentialité.

Citez trois adaptations culturelles que le thérapeute aurait pu incorporer pour amener la cliente à s'investir dans son traitement

- Le thérapeute aurait pu ajouter des éléments culturellement pertinents sur la confidentialité pour montrer à la cliente qu'il était sensible à ses préoccupations éventuelles concernant la divulgation de ses informations à sa famille et aux membres de sa communauté.
- Pour renforcer l'alliance, le thérapeute aurait pu parler de son expérience auprès de clients ayant des antécédents et des problèmes comparables à ceux de Jiya afin de lui insuffler de l'espoir quant à l'issue de la thérapie.
- Le thérapeute aurait également dû prendre le temps de s'assurer que la cliente comprenait bien ce qu'il disait. Lors de la première séance, certains clients se sentent dépassés par la quantité d'informations qu'ils reçoivent et hésitent à poser des questions.



L'établissement de liens culturellement appropriés est un élément clé de la TCCca. L'instauration d'un climat de confiance dès le début sécurise les clients, surtout compte tenu des préoccupations liées à la confidentialité.
