

# Les stages optionnels de psychiatrie adulte

## Programme des troubles anxieux

Milieu offrant le stage – HSC-PAP

### Buts

En plus de consolider ses compétences générales de base, acquises lors des années antérieures de formation, le résident sénior en psychiatrie pourra développer ses compétences en psychothérapie comportementale cognitive, tant individuelle que de groupe. Il sera également en mesure de développer ses connaissances des bases neurobiologiques des troubles anxieux et de leurs traitements pharmacologiques, et de les adapter à une clientèle souffrant de troubles anxieux.

### Compétences générales

#### *Expert médical*

À la fin de stage, le résident doit :

1. Maîtriser les connaissances fondamentales en neurosciences des troubles anxieux
2. Connaître les principales conceptualisations théoriques des troubles anxieux, dont les principes de conditionnements classique et opérant
3. Développer les connaissances fondamentales en neurosciences et psychologie des troubles anxieux
4. Apprendre à évaluer un patient présentant des symptômes anxieux et élaborer le diagnostic différentiel
5. Faire une entrevue diagnostique appropriée à une clientèle souffrant de troubles anxieux
6. Élaborer un diagnostic différentiel exhaustif
7. Connaître et administrer les principaux instruments de mesure (outils psychométriques) utilisés tant en clinique qu'en recherche
8. Établir un plan de traitement personnalisé à chaque client
9. Appliquer les différents traitements pharmacologiques et connaître leurs indications, contre-indications, interactions potentielles et effets secondaires
10. Pouvoir assurer le suivi de thérapie cognitivo-comportementale de patients souffrant de divers troubles anxieux et/ou de leur comorbidités; idéalement, toutes les pathologies anxieuses devraient être abordées en cours de stage
11. Maîtriser différentes techniques utilisées en TCC : psychoéducation sur les différentes psychopathologies et leurs traitements;
12. analyse comportementale; plan d'activation comportementale; restructuration cognitive; résolution de problème; technique de respiration diaphragmatique; technique de relaxation
13. Élaborer un diagnostic différentiel exhaustif
14. Connaître et administrer les principaux instruments de mesure (outils psychométriques) utilisés tant en clinique qu'en recherche
15. Établir un plan de traitement personnalisé à chaque client
16. Appliquer les différents traitements pharmacologiques et connaître leurs indications, contre-indications, interactions potentielles et effets secondaires
17. Pouvoir assurer le suivi de thérapie cognitivo-comportementale de patients souffrant de divers troubles anxieux et/ou de leur comorbidités; idéalement, toutes les pathologies anxieuses devraient être abordées en cours de stage
18. Maîtriser différentes techniques utilisées en TCC : psychoéducation sur les différentes psychopathologies et leurs traitements; analyse comportementale; plan d'activation comportementale; restructuration cognitive; résolution de problème; technique de respiration diaphragmatique; technique de relaxation

### *Communicateur*

Une bonne communication est primordiale dans une spécialité telle que la psychiatrie et s'appuie sur une connaissance approfondie des règles de base de la communication.

À la fin de son stage, le résident pourra :

1. Développer une relation de collaboration avec le patient et ses proches, en tenant compte du niveau de langage ou d'éducation de chacun et dans le respect des différences culturelles
2. Communiquer clairement au patient, et à ses proches le cas échéant, les diagnostics psychiatriques et les modalités thérapeutiques existantes, ainsi que leurs avantages/ inconvénients, afin que le patient puisse faire un choix véritablement éclairé
3. Développer les habiletés nécessaires pour faire de la psychoéducation lors de séances de psychothérapie, que ce soit en individuel, en groupe ou au cours de rencontres familiales
4. Expliquer clairement au patient les effets bénéfiques attendus d'un traitement donné, de même que les effets secondaires possibles
5. Expliquer clairement au patient les exercices proposés à faire entre les sessions et donner une rétroaction utile sur ces derniers à la session suivante
6. Communiquer efficacement avec les intervenants de première ligne, par le biais de la rédaction de rapports d'évaluation ou encore verbalement
7. De préparer des rapports d'évolution pour les organismes payeurs (CSST, SAAQ,...).

### *Collaborateur*

Il va de soi que nous attendons de tout résident une attitude empreinte d'intérêt, de respect et d'empathie envers le patient et ses proches.

Le même esprit de collaboration et de respect est également attendu de la part du résident envers tous les autres professionnels, qu'ils soient psychiatres, omnipraticiens, infirmières, psychologues, secrétaires ou stagiaires dans d'autres domaines. Soulignons que certaines des activités cliniques et/ou d'enseignement se déroulent sous la supervision de professionnels non-médecins, et que le résident aura donc l'opportunité de travailler avec divers intervenants. L'avis des membres de la Clinique est d'ailleurs sollicité avant toute évaluation formelle du résident.

Nous attendons du résident que tout problème soit signalé à son superviseur de façon prompt afin de pouvoir apporter les correctifs nécessaires. À l'inverse, les intervenants de la clinique peuvent aussi apporter à l'attention du superviseur tout manquement du résident au niveau de la collaboration et/ou du professionnalisme.

### *Gestionnaire*

Le résident doit développer ses habiletés de gestion, que ce soit sa gestion personnelle ou la gestion administrative. Le résident doit développer ses connaissances de l'organisation des soins de santé, afin de mieux comprendre le rôle qui sera le sien dans son lieu de pratique, ses obligations mais aussi ses limites personnelles.

À la fin de son stage, le résident pourra :

1. gérer son temps efficacement
2. identifier et utiliser judicieusement les ressources communautaires et de première ligne propres à aider notre clientèle
3. utiliser les compétences spécifiques des membres d'une équipe multidisciplinaire
4. favoriser une bonne gestion du temps des membres de l'équipe et adapter les approches thérapeutiques si appropriées (individuel vs groupe)

### *Promoteur de la santé*

À la fin de son stage, le résident sera en mesure de :

1. conseiller les patients sur les préceptes d'une bonne alimentation et l'impact de celle-ci sur le bien-être psychique. Ces conseils incluent la diminution de la consommation de produits alcoolisés et de produits contenant de la caféine
2. éduquer les patients sur les bienfaits de l'activité physique, tant au point de vue physique que psychologique (par exemple,
3. moyen de gestion du stress) et les soutenir dans leurs efforts d'adopter un mode de vie plus sain
4. favoriser l'adoption d'une bonne hygiène de sommeil
5. identifier et d'orienter les patients vers les organismes de soutien communautaires appropriés et d'appuyer leurs démarches si nécessaires favoriser une saine hygiène de vie en agencant stratégiquement les périodes de travail, de loisirs et de repos

### *Érudit*

À la fin de son stage, il sera capable de :

1. Développer son sens critique par rapport aux connaissances psychiatriques courantes au niveau des troubles anxieux
2. Présenter et commenter de façon critique un article de la littérature psychiatrique
3. Faire une présentation scientifique. Ainsi, il est attendu qu'il fasse une présentation aux membres de la clinique. Il est aussi encouragé à présenter lors des réunions scientifiques départementales
4. Comprendre certains grands principes de la recherche clinique au niveau du recrutement des sujets, de l'évaluation, du suivi à court et long terme, de la formation des chercheurs et de l'engagement nécessaire de la part de l'équipe multidisciplinaire impliquée.

### *Professionnel*

Le professionnalisme du résident se traduit concrètement à différents niveaux :

1. Le respect de tous les membres de l'équipe, de leurs opinions et de leurs compétences respectives (par exemple via l'écoute des opinions des divers intervenants; le règlement des différends d'une manière constructive; des rapports francs avec autrui)
2. Le respect envers les patients et leurs proches en tenant compte de leur particularités et de leur appartenance culturelle (par exemple, écouter leurs opinions, respecter les principes de confidentialité, être patient, etc.)
3. En démontrant son sens des responsabilités en étant ponctuel et fiable, organisé dans son temps et autonome dans ses apprentissages
4. En acceptant et en utilisant le feedback et la supervision de façon constructive
5. En reconnaissant ses limites et en prenant les mesures pour corriger ses lacunes