

Jean-Baptiste BOUSSARD-TURBET - Psychologue
RPPS : 10009492520
50b Rue Saint Nicolas – 49100 ANGERS
contact@boussardturbet-psychologue.fr
<https://boussardturbet-psychologue.fr/>

Informations sur le cadre thérapeutique

La thérapie est une relation spécifique qui s'inscrit dans un cadre éthique et déontologique de droits et responsabilités clairement définies du thérapeute comme du de la client·e. Ce cadre est essentiel pour créer un espace d'échange sécurisé, nécessaire au travail thérapeutique.

Ce document a pour but de vous informer sur les éléments d'un cadre thérapeutique sain, vos droits, mais également vos responsabilités dans le maintien de celui-ci.

Mon approche thérapeutique

Mon approche thérapeutique repose sur ma formation de psychologue (licence puis master en psychologie et obtention du titre de psychologue). Mon approche est intégrative : cela signifie que j'utilise plusieurs outils et techniques thérapeutiques, en modulant mon approche selon vos besoins. L'approche qui guide ma posture est humaniste, lors des accompagnements je mobilise des outils et techniques issus des thérapies cognitivo-comportementales et émotionnelles TCC-E, des approches motivationnelles, de la psychologie existentielle et des approches narratives.

Au fur et à mesure de nos échanges, je vous présente les outils et les techniques mobilisées et vous explique leurs finalités. Vous avez le droit de me poser des questions à tout moment, sur les approches, outils ou modalités que j'utilise.

Demande de diagnostic

N'étant pas médecin, je ne suis ni apte, ni autorisée à poser de diagnostic (pour toute démarche diagnostique, une consultation auprès d'un médecin généraliste ou un psychiatre est nécessaire).

Les diagnostics sont des termes techniques qui décrivent la nature de vos problèmes et difficultés psychologiques qui s'appuient sur des classifications médicales. Ils peuvent soutenir une compréhension de soi mais ne sont pas nécessaires au travail thérapeutique. Si vous vous questionnez sur un potentiel diagnostic, ou que vous en avez reçu un, j'ai cependant les ressources pour vous aider à mieux le comprendre, et nous pouvons en discuter.

Confidentialité

Les échanges que nous avons dans le cadre de la thérapie sont confidentiels : je n'ai pas le droit de dire à un tiers que je vous reçois en thérapie, je n'ai pas le droit de partager le contenu de nos échanges sans votre accord explicite et écrit (et qui peut être retiré à chaque instant).

À l'exception de certaines situations spécifiques décrites ci-dessous, vous avez le droit absolu à la confidentialité de votre thérapie.

- Je peux exposer nos échanges en supervision ou dans des groupes de partage de pratique entre professionnels de santé, sans détails explicites et en préservant votre anonymat et votre vie privée. Dans ce contexte, les professionnels sont liés par une confidentialité partagée.
- Je prends des notes en séances : dates des séances, demandes ou propos importants, interventions et outils mobilisés. Ces notes restent à mon usage exclusif et sont conservées pendant 5 ans dans un endroit sécurisé.
- Vous pouvez me demander de partager des informations avec la personne de votre choix, par exemple un proche ou un professionnel de santé. Cette demande peut être suspendue à tout moment par écrit.

Obligations légales liées à la non-assistance à personne en danger

Il existe également des exceptions légales à confidentialité, j'ai le devoir de signaler toute situation relevant de l'assistance à personne en danger (péril imminent) : « Toute personne doit signaler des actes de maltraitance sur un mineur ou sur une personne qui n'a pas les moyens de se protéger ».

Cela signifie que si j'ai une raison fondée de penser que vous allez commettre des maltraitements physiques, psychologiques ou sexuelles graves sur autrui, je dois en informer les autorités contacter la police et leur demander de protéger votre victime prévue. Si je pense de façon sûre et avérée que vous maltraitez ou négligez un enfant ou un adulte vulnérable, je dois en informer les services de protection de l'enfance et les services de protection des majeurs.

Déroulement et fin de la thérapie

Retards et annulations

La séance doit se terminer à l'heure prévue, j'ai la responsabilité de maintenir le cadre, et vous avez la responsabilité d'arriver à l'heure pour les séances. Si vous êtes en retard, nous terminons à l'heure prévue initialement. Si je suis en retard, nous débordons du même temps de retard pour maintenir le temps de séance prévu. Toute séance doit être annulée au moins une semaine à l'avance. Dans le cas de séances en présentiel, il est possible de basculer en visioconsultation pour éviter de manquer une séance si vous n'êtes pas disponible en présentiel. Si vous manquez une

séance sans l'annuler au moins une semaine à l'avance, l'honoraire de la séance est dû. Vous aurez à payer cette séance lors de la suivante si vous venez en cabinet, ou par le lien de paiement à distance en cas de séance en visio.

Échanges hors des séances

Il est possible me contacter en dehors des séances (mails, sms, voire appel). Ces demandes peuvent concerner les séances : changement d'horaire, absence, retard, etc.

Toutes les autres demandes doivent principalement être abordées en séance. Si vous préférez passer par l'écrit ou que vous avez besoin de communiquer entre les séances, vous pouvez m'envoyer un mail ou un sms. Je prendrais connaissance de ces communications et en accuserait réception.

Je n'ai pas de relations amicales, ou intime avec des client·es ou d'ancien·nes client·es. Nous n'aurons donc pas d'échanges informels entre les séances, ni après la fin de la thérapie.

Urgences

En cas de crise ou si vous avez des pensées suicidaires, vous devez sans tarder appeler : le Samu au 15 ou le 3114 en cas de pensées suicidaires.

Vous pouvez également contacter votre médecin traitant. Si vous pensez que vous ne pouvez pas assurer votre sécurité, veuillez appeler le 18 (Pompiers) ou vous rendre aux urgences de l'hôpital le plus proche pour obtenir de l'aide.

Fin de la thérapie

L'arrêt des séances est souvent discuté en amont et dépend avant tout de vos besoins. Au fil de l'accompagnement nous ferons des « points d'étapes » pour voir si nous avons atteint les objectifs fixés, un mieux-être ou toute autre attente qui vous amenait à consulter. C'est également l'occasion de voir si de nouveaux besoins apparaissent sur lesquels nous devons nous pencher. De mon côté je vous ferait savoir si nous atteignons un stade qui nous permette de mettre un terme à la thérapie. De votre côté vous avez le droit de mettre un terme à l'accompagnement à tout moment. Lorsque l'arrêt de la thérapie est décidé, je vous propose une séance de clôture afin de faire le bilan du travail réalisé et des poursuites potentielles.

Dans certaines situations spécifiques, je peux vous proposer de basculer l'accompagnement vers un autre professionnel, ou encore mettre fin unilatéralement à votre suivi :

- Si je n'ai pas les ressources ou les compétences pour accompagner une problématique en particulier et assurer un cadre de travail thérapeutique sécuritaire : il est de mon devoir de vous renvoyer vers un professionnel qui saura le faire. Dans ce cas, je vous en informe et nous échangeons ensemble pour mettre en place d'autres modalités d'accompagnement qui pourraient répondre à vos besoins.
- En cas d'absence de respect du cadre thérapeutique établi par nos échanges et le document

présent. Par exemple : absence de paiements, retards répétés, nombreuses tentatives de contact en dehors de mes disponibilités, agressivité, tentatives de sortir la relation thérapeutique de son cadre, etc. Dans ces situations, je vais toujours dans un premier temps en parler directement avec vous afin de comprendre vos besoins et vos attentes. Si nos échanges à ce sujet ne permettent pas de faire évoluer la situation, ou si vous n'acceptez pas les échanges, je me réserve le droit de mettre fin à l'accompagnement.

Difficultés financières

Si vous rencontrez des difficultés pour financer votre thérapie, pensez à m'en parler avant de mettre fin au suivi. La demande peut être faite par mail si vous n'avez pas les ressources pour réserver une nouvelle séance. Des ajustements d'honoraires et de rythme, peuvent être discutés afin de préserver votre parcours thérapeutique.

Plaintes / problèmes

Si vous n'êtes pas satisfait·e de l'accompagnement proposé, qu'un propos vous a blessé, ou que vous ne vous sentez pas correctement accompagné·e, vous avez le droit d'aborder ces sujets directement en séance ou via d'autres moyens de communication.

Comme toute relation, la relation thérapeutique peut également être discutée pour se renforcer. J'aurais à coeur d'accueillir votre demande ou inquiétude et d'intégrer ces éléments dans votre suivi si vous m'en laissez l'opportunité. Vous êtes également libre de discuter de nos échanges et du travail que nous réalisons avec les personnes de votre choix, vous n'avez aucune obligation de confidentialité sur nos séances.