



À l'attention des professionnels de la santé,

Nous vous remercions de votre intérêt pour le programme allégé de thérapie comportementale dialectique. Ce programme permet aux personnes atteintes du trouble de la personnalité limite suivies par un thérapeute dans la collectivité de participer à une thérapie de groupe axée sur l'acquisition de compétences pendant cinq mois. Ce programme est plus court que le programme complet, qui dure un an.

Le programme allégé **convient davantage** à une personne atteinte du trouble de la personnalité limite qui a des difficultés relationnelles modérées dans sa vie personnelle ou professionnelle, qui n'a pas eu de comportements autodestructeurs ou suicidaires graves dans les six derniers mois et qui n'a pas de problèmes graves de toxicomanie. Il est important que la personne accepte de participer au programme et reconnaisse qu'elle a un trouble de la personnalité limite ou assez de symptômes de ce trouble pour bénéficier du programme.

Notre liste d'attente est longue et nos ressources sont limitées. Nous essayons donc de veiller à ce que nos services répondent aux besoins des patients et des cliniciens qui les suivent. Actuellement, nous pouvons offrir aux patients une seule occasion de suivre ce programme. Il est donc très important qu'ils n'aient pas à se retirer après l'évaluation ou le début des séances de groupe.

Critères d'admissibilité à la liste d'attente

1. Le patient a reçu un diagnostic principal de trouble de la personnalité limite ou présente assez de symptômes de ce trouble pour bénéficier du programme.
2. Le patient s'engage à cesser ses comportements autodestructeurs et suicidaires au moins pour la durée du programme. L'engagement peut être donné à la semaine, mais il est essentiel à l'efficacité de la thérapie.
3. Vous acceptez d'aider le patient à intégrer les nouvelles compétences pendant vos séances de thérapie et dans toutes les sphères de sa vie. La meilleure façon d'y parvenir, si vous ne connaissez pas bien les compétences enseignées dans le cadre du programme, est d'examiner chaque semaine avec le patient ce qu'il a appris pendant la séance de groupe.
4. Vous acceptez de voir le patient chaque semaine et avez du temps pour gérer les crises, le cas échéant, au moment où elles surviennent. Vous n'avez pas à être disponible en dehors des heures de bureau, mais vous devez vous engager à prendre l'appel du patient en semaine s'il est en crise.
5. Le patient est motivé à aller aux séances et disposé à faire les devoirs pour retirer le plus de bienfaits possible du programme.
6. Le patient travaille à temps partiel, fait du bénévolat, suit une formation, a des loisirs organisés ou a une structure ou un engagement équivalent, idéalement au moins deux à trois jours par semaine. Nous acceptons un patient qui fait au moins deux heures d'activités à l'extérieur de chez lui deux fois par semaine s'il s'engage à intensifier ses activités pendant le programme.
7. Le patient doit être assez stable sur les plans médical et psychiatrique pour pouvoir participer régulièrement aux séances de groupe, comprendre le matériel et mettre en pratique les compétences. S'il manque quatre rencontres de suite, il devra se retirer du programme.

Critères d'exclusion

- **Psychose active**
 - **Toxicomanie grave qui empêche la participation ou l'apprentissage. Un toxicomane ne peut pas réussir le programme tant qu'il n'a pas réglé son problème de consommation. Nous lui suggérons de suivre un programme de traitement de la toxicomanie, puis un programme de prévention des rechutes pendant au moins trois mois avant de suivre le programme allégé de thérapie comportementale dialectique. Nous évaluerons au cas par cas la décision d'accepter au programme allégé un patient récemment abstinent.**
8. Nous préférons que le patient ne prenne pas de benzodiazépine, de médicament à risque d'abus (stimulants, Cesamet et opioïdes) ou de médicament fortement toxique en cas d'overdose (lithium). Nous évaluerons au cas par cas la décision

d'accepter au programme allégé un patient stable qui prend de tels médicaments, s'il n'existe pas d'autres solutions médicales et si le patient n'a pas d'antécédents d'abus ou de comportements autodestructeurs pendant la prise de tels médicaments.

Comment le programme peut aider

- Le patient acquerra les compétences dont il a besoin pour en venir à trouver que sa vie vaut la peine d'être vécue (notamment par des techniques de pleine conscience, de tolérance à la détresse, de gestion de ses émotions et d'amélioration des interactions avec les autres).
- Les séances de groupe peuvent renforcer une thérapie individuelle lorsque le thérapeute estime que le patient est dans une impasse.
- Le patient peut mettre en pratique les compétences au sein d'un groupe et bénéficier du soutien de ses pairs.
- Le thérapeute peut obtenir, sur demande, des exercices et du matériel.
- Le thérapeute peut obtenir de l'orientation (par téléphone) et communiquer avec les responsables du groupe au besoin.

Ce que nous ne pouvons pas offrir

- Nous ne pouvons pas fournir de thérapie individuelle.
- Nous ne sommes pas en mesure de gérer la médication.
- Nous ne sommes pas la ressource à consulter pour clarifier un diagnostic ou suggérer la prise en charge générale d'un patient qui pourrait être atteint du trouble de la personnalité limite.
- Nous ne pouvons pas offrir de soins continus et référer le patient à d'autres services.

Remplir le formulaire de demande

Vous devez remplir entièrement le formulaire de demande pour inscrire votre patient à la liste d'attente. À votre convenance, vous pouvez utiliser votre propre formulaire, mais **vous devez y inclure tous les renseignements que nous demandons. Nous devons confirmer que le patient répond à tous les critères d'admissibilité à la liste d'attente avant de l'inscrire. Pour ce faire, nous avons entre autres besoin de la déclaration du patient (en particulier de la section sur les activités).**

Nous examinerons votre demande et communiquerons avec vous si la raison inscrite n'est pas assez précise. Nous évaluerons le patient pour déterminer s'il est admissible au programme avant qu'il débute les séances de groupe. Actuellement, le groupe se réunit une fois par semaine (le mercredi), de 13 h 15 à 15 h 30, au service externe de psychiatrie (A6) du Campus Civic de L'Hôpital d'Ottawa.

****Remarque importante : Le patient doit suivre une thérapie hebdomadaire pendant sa participation au programme. Si ce n'est pas vous qui lui offrirez cette thérapie, demandez au thérapeute qui le suivra de remplir le formulaire de demande.**

Nous reconnaissons que la situation peut changer parce que la liste d'attente est longue (délai d'environ un an). C'est pourquoi nous acceptons que le formulaire soit rempli par un professionnel de la santé générale ou mentale qui continuera d'être disponible pour le patient pendant l'attente. Le professionnel de la santé ou le patient doit nous contacter pour nous informer de tout changement.

Il faut remplir entièrement le formulaire de demande ou un formulaire présentant tous les renseignements requis, puis **l'envoyer au service externe de psychiatrie par télécopieur au 613-761-5328.**

Si vous avez des questions au sujet de ce service, vous pouvez nous appeler au 613-798 5555, poste 16787.

Merci.

Christine Dickson, MD, FRCPC