

# Pratique professionnelle

## À propos du choix et de l'efficacité des traitements : des échos de notre congrès



Pierre Desjardins / Psychologue

Directeur de la qualité  
et du développement de la pratique  
[pdesjardins@ordrepsy.qc.ca](mailto:pdesjardins@ordrepsy.qc.ca)

Soucieux que soient offerts au public des services de bonne qualité, dispensés par des professionnels compétents, au bon endroit et en temps opportun, le comité d'organisation du congrès a voulu redonner l'occasion aux psychologues de réfléchir à la question du choix de traitement. Nous allons tenter, dans ce qui suit, de dégager quelques grandes lignes significatives des présentations que nous ont faites nos deux conférenciers vedettes, D<sup>r</sup> Louis-Georges Castonguay et D<sup>r</sup> Michael Lambert, psychologues et chercheurs, en y ajoutant des extraits d'un symposium animé par notre vice-président, le D<sup>r</sup> Martin Drapeau, psychologue.

### \_LA CONFÉRENCE D'OUVERTURE

La conférence d'ouverture donnée par le D<sup>r</sup> Louis-Georges Castonguay nous a permis d'avoir un bon aperçu de la contribution de la recherche à la clinique. Cette conférence s'intitulait : *La recherche et la pratique : une alliance fragile à réparer.*

Le D<sup>r</sup> Castonguay nous a sensibilisés au fait qu'il faut éviter de porter un regard réducteur quand il s'agit de déterminer ce qui est efficace en psychothérapie. Il a identifié trois grands domaines de variables à prendre en compte, soit :

- :: les caractéristiques du client;
- :: les variables relationnelles;
- :: les variables techniques.

Les travaux de D<sup>r</sup> Castonguay et ses collègues confirment l'importance de ne pas se centrer uniquement sur les symptômes ou la pathologie, mais bien d'accueillir la personne dans sa globalité, de tenir compte de ce qu'elle est, de sa demande, de ses besoins et de ses ressources personnelles et matérielles, pour ne nommer que ces quelques considérations. De plus, a fait valoir le D<sup>r</sup> Castonguay, la recherche soutient que les psychothérapeutes qui tentent de suivre à la lettre un protocole de traitement, même un protocole démontré efficace, sans prendre en considération la réalité du moment sont moins efficaces que ceux qui s'adaptent à leur client et aux circonstances de la consultation ou de la séance et qui ajustent leurs interventions.

En ce qui a trait aux variables relationnelles, elles font référence à la dyade psychothérapeute-client, ce qui implique plus ou moins directement de prendre en compte les caractéristiques personnelles et professionnelles du psychothérapeute, ses connaissances et ses compétences.

Les variables techniques, pour leur part, recouvrent entre autres les approches psychothérapeutiques, le cadre de travail et les limites qu'il impose.

### \_LA MESURE DE L'EFFICACITÉ

L'énoncé de politique qu'a adopté en septembre 2008 l'Ordre sur la question de la pratique fondée sur les données probantes<sup>1</sup> (ci-après désigné comme étant l'énoncé de politique) soutient que

L'application des données de la recherche à un patient en particulier met toujours en jeu des inférences probabilistes. Par conséquent, la pratique fondée sur les données probantes exige un suivi constant des progrès du patient et un ajustement du traitement lorsque nécessaire.

Ceci renvoie à l'importance de prendre la mesure de l'impact des traitements offerts aux clients. Dans le cadre d'un des ateliers du congrès, le D<sup>r</sup> Michael Lambert, psychologue réputé pour ses travaux portant sur la mesure de l'efficacité des traitements psychothérapeutiques<sup>2</sup>, est venu nous sensibiliser à l'importance de prendre des mesures rigoureuses et systématiques auprès des clients pour nous assurer que non seulement les traitements offerts soient efficaces, mais aussi qu'ils ne nuisent pas. Il a développé un questionnaire relativement simple à remplir, le *Outcome Questionnaire (OQ45)*<sup>3</sup>, disponible en français et facilement accessible. En bref, il faut retenir de son atelier que s'il est pertinent de s'appuyer sur les données de la recherche, il l'est encore plus de s'appuyer sur des données « terrain », issues de situations réelles. Ceci implique de faire un suivi des progrès du client en continu, avec la participation expresse du client lui-même, pour aller au-delà de nos seules impressions et réduire les risques de la subjectivité.

Précisons que le questionnaire développé par le D<sup>r</sup> Lambert est un des outils parmi plusieurs qu'il est possible d'utiliser selon les besoins et les pratiques. Le choix de la mesure peut se faire par exemple en fonction de l'approche utilisée ou encore des objectifs poursuivis.

### \_UNE DÉMARCHÉ À LA FOIS SCIENTIFIQUE, CLINIQUE ET DÉONTOLOGIQUE

Le D<sup>r</sup> Martin Drapeau a animé par ailleurs un symposium auquel participaient la D<sup>re</sup> Marilyn Fitzpatrick, psychologue, clinicienne et chercheuse, également professeure à l'Université McGill, et Pierre Desjardins, auteur de ces lignes. Ce symposium a soutenu l'importance d'asseoir les décisions à prendre quant au choix de traitement sur une démarche prenant en compte les dimensions scientifique, clinique et éthique/déontologique. Essentiellement, c'est ce à quoi nous convie l'article 5 de notre code de déontologie qui stipule que « le psychologue exerce sa profession selon des principes **scientifiques** et professionnels généralement reconnus et de façon conforme aux **règles de l'art** ».



Le Dr Michael Lambert, professeur de psychologie à l'Université Brigham-Young et le Dr Martin Drapeau, psychologue et vice-président de l'Ordre

Dans ce contexte, la question se pose à savoir s'il est acceptable qu'on exige qu'un psychologue offre une psychothérapie d'une approche prédéterminée du seul fait que la recherche en démontre l'efficacité.

L'énoncé de politique précise que c'est au psychologue traitant de décider « [...] si les conclusions de la recherche s'appliquent à un patient en particulier. Dans le cas de certains patients, il faut parfois recourir à des prises de décisions et des interventions que la recherche existante n'aborde pas directement ».

Nous devons, bien sûr, tous être animés du même désir d'offrir ce qu'il y a de plus efficace, à la fois pour mettre fin aux difficultés ou souffrances des clients le plus rapidement possible et pour tenir compte de l'ampleur des besoins qui débordent, parfois largement, les ressources dont disposent les clients eux-mêmes (ceux qui consultent en bureau privé) ou l'État, qui doit assumer sa responsabilité populationnelle. Ouvrons une brève parenthèse pour rapporter les propos de Dr Castonguay soutenant l'utilité des données de la recherche pour envisager une « première ligne d'attaque ». En fait, cela signifie que dans la mesure où on dispose de certaines assurances quant à l'efficacité d'une approche donnée, il faudrait envisager d'y recourir d'entrée de jeu si, bien sûr, toutes les conditions sont réunies. Mais qu'en est-il de ces conditions? L'énoncé de politique nous dit :

**La pratique fondée sur les données probantes en psychologie intègre les meilleurs résultats de la recherche disponibles et l'expertise clinique en tenant compte des caractéristiques des patients, de leur culture et de leurs préférences.**

[...] Les décisions cliniques doivent être prises en collaboration avec le patient et en fonction des meilleures données pertinentes sur le plan clinique, tout en considérant les coûts projetés, les avantages probables, ainsi que les ressources et options offertes.

Par ailleurs, notre code de déontologie exige que nous respections la dignité et la liberté de la personne, ce qui implique de reconnaître que chacun de nos clients est unique, de leur laisser un choix, de ne pas faire abstraction de ce qu'ils sont ou de ce qu'ils souhaitent et demandent et de ne pas leur imposer quoi que ce soit au nom de la science ou de convictions ou croyances personnelles ou professionnelles. Tout ceci ne peut d'ailleurs que favoriser le développement et le maintien de la relation de confiance et de respect mutuels (obligations déontologiques) essentiels à l'alliance de travail.

## \_HONNÊTÉTÉ ET INTÉGRITÉ

La question des approches fondées sur les données probantes est une question des plus actuelles. Le débat qu'elle suscite est parfois à haute teneur émotive et si on veut éviter l'effet dévastateur du clivage, l'énoncé de politique convie les psychologues à reconnaître avec honnêteté et intégrité leurs

[...] propres limites en matière de connaissances et d'habiletés et l'attention portée aux heuristiques et aux préjugés, tant cognitifs qu'affectifs, susceptibles d'influer sur le jugement clinique. En outre, les psychologues doivent savoir comment leurs propres caractéristiques, valeurs et contexte peuvent interagir avec ceux de leur patient.

## \_L'EXERCICE DU JUGEMENT : MODÉRATION ET OBJECTIVITÉ

La recherche est certes des plus utiles, mais il faut aller au-delà de ce qu'on en dit et se donner la peine d'aller aux sources afin de mettre en perspective les données qui s'en dégagent. La valeur et le mérite des recherches sont, comme pour toutes autres choses, relatifs et il faut que nous, psychologues, puissions utiliser nos compétences en matière de recherche<sup>4</sup> pour interpréter de façon juste la portée et aussi les limites des conclusions rapportées. Bref, ne pas se contenter de ce qu'on en dit, ne pas se fier qu'aux résumés (abstracts) qu'on nous présente, mais exercer son jugement critique en prenant au moins connaissance du ou des articles scientifiques disponibles. Il est utile d'évaluer notamment les données de la recherche, la rigueur de celle-ci, la solidité de sa méthodologie et l'indépendance des chercheurs, ce qui permet de statuer sur la validité et la pertinence de leurs conclusions<sup>5</sup>. Il faut de plus être ouvert et faire preuve d'humilité, comme le soutenait le Dr Castonguay, pour accueillir non seulement ce qui confirme nos observations ou nos théories, mais aussi ce qu'on n'attendait pas, voire ce qu'on aurait peut-être secrètement souhaité ne pas trouver.

En guise de conclusion, je vous dirai l'importance de travailler ensemble au maintien de l'excellente crédibilité que le public et nos interlocuteurs accordent à la psychologie et aussi aux psychologues. Cette crédibilité s'appuie tout autant sur la recherche que sur la pratique et l'une et l'autre ne sauraient être dissociées.

## \_Notes

- 1 On peut accéder à cet énoncé dans le site de l'Ordre, dans la section réservée aux psychologues à l'adresse URL suivante : [http://www.ordrepsy.qc.ca/extranet/pdf/2008\\_09\\_01\\_Politique\\_donnees\\_probantes\\_traduction\\_APA.pdf](http://www.ordrepsy.qc.ca/extranet/pdf/2008_09_01_Politique_donnees_probantes_traduction_APA.pdf). Il s'agit de la traduction française de l'énoncé de politique adopté par l'American Psychological Association (APA).
- 2 L'édition de juillet 2010 de *Psychologie Québec* (vol. 27, n° 4) a publié une entrevue avec Dr Lambert qui nous donne un bon aperçu de ses travaux et intérêts.
- 3 On peut se procurer l'OQ-45 en ligne, à l'adresse [www.oqmeasures.com](http://www.oqmeasures.com). Les questionnaires OQ-45 et OQ-30, la version abrégée du OQ-45, sont tous deux offerts en français.
- 4 Le domaine de compétences « recherche », l'un des sept couverts par la formation initiale, renvoie notamment à la capacité de lire, comprendre et interpréter les résultats de la recherche de manière à en être un utilisateur éclairé.
- 5 Pour plus d'informations sur l'exercice du jugement critique, voir Desjardins, P. (2007). « Les données probantes en psychothérapie : pour qui, pourquoi? » *Psychologie Québec*, vol. 24, n° 1, janvier 2007, p. 20-21.