

DÉFINITIONS DU COUNSELING ET DE LA PSYCHOTHÉRAPIE ET DE LEURS CHAMPS D'APPLICATION

Objet

- examiner un ensemble de définitions du counseling et de la psychothérapie afin de déterminer quels en sont les attributs et les caractéristiques habituels.
- examiner un ensemble de champs d'application pour l'exercice du counseling et de la psychothérapie afin d'en déterminer les attributs et les caractéristiques habituels.
- rapporter succinctement les faits constatés ci-dessus et attirer l'attention sur ceux qui se démarquent afin de permettre aux participants au symposium de les examiner.

Les sources passées en revue et une brève explication

- Les définitions ont été recueillies auprès de diverses sources, notamment dans des dictionnaires, auprès d'associations professionnelles au Canada et à l'étranger et d'associations internationales.
- Les champs d'application ou d'exercice sont tirés de tous les textes législatifs qui régissent actuellement le counseling ou la psychothérapie au Canada. (Québec, Ontario et Nouvelle-Écosse).
- **Champ d'exercice** (ou *champ d'application* ou *champ d'activité*) est un terme tiré du domaine de la réglementation. Il apparaît généralement dans les textes de loi et vise à définir les services professionnels, y compris les procédures et les actes, que les professionnels accrédités par la loi sont autorisés à fournir. L'étendue des activités professionnelles est limitée aux actes que permet la loi selon les compétences précises qui sont exigées dans le cadre du vaste champ d'exercice. Dans certains cas, des services précis sont identifiés comme étant des « **actes soumis à des restrictions** », des « **actes réservés** » ou des « **actes autorisés** ». Ils désignent alors des services qui sont réservés à un groupe de professionnels accrédités par la loi qui les encadre. Il est à noter que plusieurs textes de loi du Québec prévoient des activités réservées, notamment pour les conseillers et conseillères en orientation. Vous constaterez aussi que ces activités réservées sont partagées par un certain nombre de groupes de professionnels dans cette province. Le modèle albertain est lui aussi fondé sur l'approche des actes réservés, qui autorise « l'accomplissement d'interventions psychosociales... »¹ par certains professionnels de la santé réglementés à cette fin. Cependant, les autres professionnels de la santé, tout comme les conseillers et psychothérapeutes, ne sont pas autorisés à accomplir cette activité soumise à restrictions dans les cas de déficiences ou de troubles majeurs.

¹ « [accomplir] une intervention psychologique dans le but de traiter un trouble majeur de la pensée, de l'humeur, de la perception, de l'orientation ou de la mémoire qui entrave nettement le jugement, le comportement, la capacité de reconnaître la réalité ou de répondre aux exigences de la vie courante ». [Nota : Les expressions « majeur » et « entrave nettement » n'ont pas été définies. »

Constats

- Toute distinction antérieure entre counseling et psychothérapie semble s'être considérablement estompée, et les lignes de démarcation sont maintenant devenues très floues. Il fut un temps où l'on estimait que la psychothérapie désignait une intervention à plus long terme inspirée de la tradition psychanalytique, qui traitait de complexes problèmes ou troubles intrapsychiques et qui se déroulait dans des installations plus restreintes pour la prestation du service. On jugeait alors que le counseling était un service fourni dans le but d'améliorer le bien-être psychologique en traitant l'un des nombreux aspects liés à la croissance personnelle auxquels bien des personnes doivent faire face.
- Or, cette distinction entre la nature développementale du counseling et la nature réparatrice de la psychothérapie ne semble plus aussi tangible. À titre d'exemple, l'American Counseling Association (ACA) adopta, en 1997, une définition du counseling qui englobe à la fois les aspects développemental et réparateur (voir l'Annexe). Selon cette définition, le counseling porte non seulement sur les enjeux du « ...bien-être, de la croissance personnelle et du développement de carrière... », mais aussi sur ceux liés à la « psychopathologie ». Cela est compatible avec les champs d'application inscrits dans de nombreux textes de loi qui régissent le counseling dans les États des É.-U., où la pratique est réglementée dans tous les États sauf trois. Il semble donc que le counseling puisse comporter à la fois des aspects de développement, de réparation et de réhabilitation, ce qui réduit l'ancienne distinction entre counseling et psychothérapie. Cependant, il subsiste certaines exceptions à cette règle générale. Il convient de noter que la Psychotherapy and Counselling Federation d'Australie (voir Annexe) met l'accent sur les distinctions historiques mentionnées ci-haut, en faisant ressortir l'existence de différences essentielles entre les deux.
- Bien des praticiens utilisent maintenant de façon interchangeable les termes de counseling, de thérapie ou de psychothérapie, peu importe le titre de ces services professionnels, qui sont issus des mêmes sources théoriques et empiriques. En pratique, il semble que dans bien des cas, ce soit dorénavant le praticien lui-même qui décide si les services offerts aux clients constituent du counseling, de la thérapie ou de la psychothérapie.
- L'examen des définitions du counseling et de la psychothérapie et de leurs champs d'application débouche sur l'observation des attributs et caractéristiques suivants :

Objectifs : améliorer le fonctionnement personnel, développer et utiliser les ressources personnelles, restaurer/promouvoir/améliorer le bien-être psychologique, restaurer le bien-être émotif, résoudre les conflits interpersonnels et intrapsychiques, aider à la prise de décisions, développer l'intuition personnelle, améliorer les relations, favoriser la croissance spirituelle, résoudre des problèmes précis, régler les troubles du fonctionnement cognitif, affectif et comportemental.

Évaluation et appréciation : évaluer le fonctionnement psychologique, apprécier les ressources personnelles, évaluer les conditions environnementales, ainsi que les troubles de fonctionnement cognitif, affectif, neuropsychologique et comportemental.

Les domaines du fonctionnement humain : mental, émotif, psychologique, cognitif, interpersonnel, spirituel, comportemental.

Les méthodes d'intervention : cognitive, affective, comportementale, systémique, relationnelle, utilisation de tous les arts créatifs, de la communication verbale et non verbale.

Relation : le terme « relation » sert à désigner : une relation personnelle, une relation délibérée, une relation fondée sur des principes, une relation thérapeutique.

Les clients : Personnes (enfant, adolescent, adulte), couples, familles, groupes et collectivités.

Remarque : Quelques champs d'application englobent d'autres activités que la prestation de services de counseling et de psychothérapie. Par exemple, certaines intègrent l'enseignement dans ces domaines professionnels ainsi que la recherche, la consultation, les recommandations.

Points à discuter

- En quoi les activités de réglementation actuelles et à venir dans le domaine du counseling et de la psychothérapie pourraient-elles ou devraient-elles avoir une incidence sur l'apparente disparition d'une démarcation claire entre ces deux domaines?
- Quels sont les attributs ou autres caractéristiques résultant des catégorisations présentées ici qui devraient, selon vous, être inclus dans la définition du counseling et de la psychothérapie?
- Y a-t-il lieu d'inclure l'enseignement, la recherche, la consultation et la recommandation dans le champ d'application ou devrait-on plutôt le réserver à la seule prestation de services de counseling et de psychothérapie?
- Le présent document omet-il, selon vous, de mentionner certains enjeux ou renseignements importants?