



CANADIAN COUNSELLING AND  
PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION  
L'ASSOCIATION CANADIENNE DE  
COUNSELING ET DE PSYCHOTHÉRAPIE

## **Déclaration de l'Association canadienne de counseling et de psychothérapie au sujet des événements tragiques au Québec, au Labrador, en Alberta, au Manitoba et en Ontario**

OTTAWA (le 11 juillet 2013) L'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) tient à offrir ses plus sincères condoléances aux familles des victimes éprouvées lors des récents événements tragiques survenus au Québec, au Labrador, en Alberta, au Manitoba et en Ontario.

« Nos pensées et nos prières accompagnent toutes les personnes touchées par les récents événements tragiques, notamment le déraillement et les explosions subséquentes survenus à Lac Mégantic, les graves inondations à Calgary, High River et Toronto et les feux de forêt dévastateurs au Labrador », a déclaré Blythe Shepard, présidente de l'ACCP.

Les conseillers et psychothérapeutes sont partie intégrante du continuum de soins de santé de première ligne, et leurs contributions sont vitales pour la santé mentale et le bien-être de tous les Canadiens. L'ACCP reconnaît l'extraordinaire soutien et le travail d'équipe manifestés par les professionnels et les membres de la collectivité au cours de ces circonstances difficiles et s'engage à aider toutes les personnes touchées.

La malheureuse occurrence de telles tragédies s'accompagne d'effets potentiellement dévastateurs sur le plan psychologique. L'ACCP souhaite rappeler aux personnes qui ont de la difficulté à vivre la situation de crise ou qui éprouvent de la détresse psychologique qu'il existe une gamme de services et de ressources mises à leur disposition.

Parfois, des conditions sous-jacentes peuvent devenir plus problématiques en raison du stress additionnel provoqué par les événements tragiques. Dans d'autres cas, les personnes qui ont vécu des situations tragiques ou traumatisantes rapportent avoir des comportements teintés d'impatience et de nervosité et de revivre à répétition l'événement traumatisant sous forme de cauchemars ou de récurrences. La personne peut aussi éprouver des difficultés à se concentrer et à dormir, se sentir isolée et mise à part. Si vous ou une personne de votre entourage éprouvez ces types de symptômes, le counseling et la psychothérapie peuvent vous venir en aide.

Selon Lorna Martin présidente sortante de l'ACCP : « Nous savons qu'il est parfois difficile d'exprimer le fond de sa pensée. Avoir l'occasion d'exprimer ses sentiments et ses inquiétudes dans un contexte de soutien peut suffire à alléger une part du stress et de l'anxiété immédiats que l'on éprouve souvent après de telles pertes. La thérapie propose à la personne un endroit sûr et confidentiel où elle peut parler de son vécu ou verbaliser ce qui lui paraît difficile, bouleversant, douloureux ou inconfortable. »

L'ACCP encourage fortement toutes les personnes vivant des modifications dans leur fonctionnement habituel et qui semblent nuire à leur vie au quotidien par suite des événements tragiques survenus dans leur région à visiter le site web de l'Association au [www.ccpa-accp.ca](http://www.ccpa-accp.ca), où elles pourront rechercher

un Conseiller canadien certifié près de chez elles. En outre, les membres du public peuvent obtenir plus de renseignements et de soutien au sujet de la profession du counseling et de la psychothérapie en visitant le nouveau site grand public de l'ACCP <http://talkingcanhelp.ca/fr/>.

Le site web « Parlons ensemble » présente de l'information sur les raisons justifiant le recours au counseling, les types de thérapie et même des conseils quant au thérapeute qui convient le mieux. Cela procure aux personnes une façon sûre et anonyme de trouver des réponses à leurs questions et d'avoir accès à l'aide dont elles ont besoin.

« Ces événements tragiques ont des effets néfastes sur tout le monde. À ce stade-ci, nous avons besoin de prendre soin de nous-mêmes et de tendre la main aux personnes dans le besoin, conclut Blythe Shepard. Nous espérons qu'avec le temps, et par l'entremise de diverses sources de soutien, ces collectivités seront en mesure de se reconstruire et que leurs membres retrouveront un certain apaisement, de l'espoir, du confort et de la joie. »

-30-

*L'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) est une association nationale bilingue, qui offre aux conseillers et psychothérapeutes professionnels l'accès à des programmes de formation exclusifs, des possibilités de certification et de perfectionnement professionnel, ainsi qu'un contact direct avec des collègues professionnels et avec des groupes de spécialité. L'ACCP fait la promotion de la profession et de ses contributions à la santé mentale et au bien-être de tous les Canadiens.*

**Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec :**

Alana Baker  
(613) 233-8906  
[ccpa@impactcanada.com](mailto:ccpa@impactcanada.com)