

Les services de santé mentale fortement négligés pendant le confinement

Alertées par les commentaires de leurs membres, l'Association des psychologues du Québec et la Coalition de psychologues du réseau public québécois ont effectué un sondage maison du 7 au 15 mai dernier pour mesurer l'ampleur du ralentissement, voire l'arrêt des services de santé mentale, plus précisément des services de psychothérapie dans le réseau de la santé durant le confinement.

Les 494 répondants nous ont permis de comprendre les facteurs qui contribuent au freinage majeur de l'offre de services psychologiques. Un mouvement de précipitation en lien avec la pandémie a fait oublier la réalité des problèmes présents avant la crise sanitaire ou continuant d'exister pendant celle-ci. En d'autres termes, plusieurs directions d'établissement ont réagi comme si les demandes de services psychologiques avaient soudainement disparu. Or, des personnes aux prises avec des problèmes sévères de santé mentale incluant la dépression majeure ou les troubles anxieux sévères, combinés souvent à des troubles de la personnalité, sont en attente depuis de nombreux mois pour avoir accès à des services en santé mentale de première, deuxième et troisième ligne.

Il est vrai que les directives du ministère de la santé peuvent prêter à confusion, mettant tellement l'accent sur l'intervention de crise liée à la pandémie que l'on oublie les services de santé mentale réguliers. S'il est logique de prioriser la réponse à la détresse causée par la crise sanitaire, le volume de ces demandes ne justifie toutefois pas de mettre en attente les requêtes de psychothérapie régulières. Les psychologues doivent pouvoir offrir des services de crise tout en poursuivant les services réguliers de psychothérapie et d'évaluation psychologique.

À quel point les services de psychothérapie sont-ils paralysés? Tout d'abord, **20% des psychologues ont été assignés à d'autres tâches** que leurs tâches habituelles (qui sont essentiellement la psychothérapie et l'évaluation psychologiques), telles que le soutien aux préposés aux bénéficiaires en CHSLD, la prise de contact sans suivi des personnes qui patientent sur les listes d'attente du guichet d'accès en santé mentale ou des tâches administratives.

Dans certains établissements du réseau de la santé, les gestionnaires ont clairement demandé aux psychologues de **ne pas accepter de nouvelles demandes de consultation dans une proportion de 13.25%**. Par ailleurs, notre sondage démontre **que 26% des psychologues consultés ont constaté que l'offre de service avait diminué de 60 à 80%** de sa capacité normale, contribuant ainsi à une augmentation de la détresse dans la population et à l'allongement des listes d'attente. L'aide psychologique est donc paralysée ou fortement ralentie alors que **seulement 35% des psychologues affirment avoir gardé le même rythme de leur prestation de services**.

À notre avis, un problème chronique de méconnaissance du rôle spécifique et de l'expertise des psychologues au sein des services publics explique qu'on accorde si peu d'importance aux besoins des personnes en attente de services de psychothérapie, dont l'efficacité a pourtant été démontrée. À cet élément s'ajoute le sous-financement récurrent en santé mentale et la non reconnaissance des psychologues au niveau salarial qui entraînent une pénurie de main-d'œuvre dans le secteur public.

Alors, pandémie ou pas, il faut tenir compte de la détresse des personnes qui souffrent de problèmes de santé mentale et qui patientent sur les listes d'attente souvent entre six mois et un an. Il faut agir rapidement pour réduire l'accumulation de demandes en attente qui devront être traitées et s'ajouteront à l'onde de choc de la crise sanitaire. Il faut donc impérativement cesser d'interdire aux psychologues de prendre de nouvelles demandes. Ensuite, il faut leur fournir les outils de télépsychologie requis, caméra, micro et réseau télévisuel. Le récent budget annoncé en santé mentale il y a deux semaines apporte un léger souffle d'espoir, mais ne sera pas suffisant pour répondre aux besoins de la population, tant et aussi longtemps que la pénurie de psychologues ne sera pas réellement adressée par le gouvernement.

Le gouvernement ne doit pas se limiter à la gestion de crise créée par la pandémie mais doit élaborer un plan solide de services de santé mentale et offrir aux psychologues des conditions de travail et salariales leur permettant de maintenir et de bonifier leurs services à la population durant et après cette pandémie. Autrement, les psychologues du secteur privé appelés en renfort risquent de manquer à l'appel et ceux qui accepteront de mettre l'épaule à la roue se retrouveront paralysés eux aussi et risquent de ne pas persévérer dans le réseau.

Les psychologues ont à cœur que la population fragilisée reçoive les services psychologiques à la hauteur de ses besoins en cette période difficile. Il est plus que temps que le Québec cesse d'avoir un système à deux vitesses en santé mentale, un système qui privilégie les mieux nantis.

Charles Roy, Président
Association des psychologues du Québec

Vickie Beauregard, Psychologue
Coalition des psychologues du réseau public
québécois