

Offrir du counseling sans rendez-vous en tant que service à faible barrière et accessible pour les jeunes

FAITS SAILLANTS*

Le counseling sans rendez-vous est un service accessible, à l'écoute et centré sur les jeunes et un élément clé dans une continuité des soins complète. En éliminant les listes d'attente et en structurant chaque visite comme une intervention thérapeutique distincte, **cette approche garantit que davantage de jeunes peuvent accéder rapidement à un soutien fondé sur des preuves et axé sur les solutions lorsqu'ils en ont besoin.**

Le counseling sans rendez-vous est un service à faible barrière qui permet une intervention précoce, aidant à prévenir l'aggravation des problèmes. **Près de 50 % des jeunes qui accèdent au counseling sans rendez-vous de Foundry accèdent à Foundry pour la première fois.**

Offrir du counseling sans rendez-vous dans un cadre intégré facilite un accès facile à d'autres services et soutiens alignés avec les objectifs et les besoins d'un jeune. **Plus d'un jeune sur trois accédant au counseling sans rendez-vous utilise un autre service de Foundry lors de la même visite.**

CONTEXTE

Une lutte pour accéder à des soins centrés sur les jeunes, opportuns et intégrés

À travers le Canada, les jeunes connaissent les taux les plus élevés de maladies mentales de tous les groupes d'âge¹. La pandémie de la COVID-19, la crise de toxicité des drogues, le changement climatique et l'augmentation de la haine anti-2SLGBTQIA+ ne sont que quelques-uns des nombreux défis auxquels les jeunes sont confrontés en Colombie-Britannique (C.-B.) et partout au pays. La toxicité des médicaments et le suicide sont les première et troisième causes de décès chez les jeunes britannico-colombiens, les jeunes signalant également les taux les plus élevés de détérioration de la santé mentale de tous les groupes d'âge tout au long de la pandémie². Malgré tout cela, de nombreux jeunes ne sont pas en mesure d'accéder au soutien dont ils ont besoin. Plus de la moitié des jeunes âgés de 12 à 24 ans ayant des besoins précoces en matière de santé mentale signalent que les services axés sur la santé mentale ne sont pas facilement accessibles³.

Les services nécessitent souvent des références, ont des critères d'éligibilité stricts, fonctionnent en silo par rapport à d'autres professionnels de soins ou parcours, ou ont de longues listes d'attente, et les options privées sont coûteuses⁴. Les jeunes et les jeunes adultes font face à l'obstacle supplémentaire de naviguer dans des services ciblés soit pour les enfants soit pour les adultes, mal adaptés à leur stade de développement unique. Ces défis sont encore aggravés par la stigmatisation et les traumatismes liés aux soins de santé, le racisme et la discrimination systémique, qui rendent les services peu accueillants et peu sécuritaires⁴.

La décision initiale de chercher du counseling peut être difficile. Les jeunes peuvent craindre le jugement lorsqu'ils cherchent à obtenir des soins, de ne pas être « assez malades » pour nécessiter des services ou du soutien, ou retarder leur demande d'aide dans l'espoir que le(s) problème(s) se résoudra(ont). De longues attentes peuvent entraîner un désengagement du service⁴, laissant des problèmes non résolus et, avec le temps, s'aggravant sans soutien. Les obstacles à l'accès aux services contredisent directement les preuves de l'importance des interventions précoces et opportunes pour les préoccupations de santé mentale et de consommation de substances (SMCS) chez les jeunes.

Le manque de soutien accessible en matière de SMCS pour les jeunes souligne la nécessité de se concentrer sur des solutions novatrices qui vont soutenir les jeunes. En réponse à ces défis systémiques, Foundry offre du counseling sans frais et sans rendez-vous pour soutenir les jeunes âgés de 12 à 24 ans en Colombie-Britannique.

« Même avant la pandémie, beaucoup de personnes souffraient. Mais maintenant, nous avons tous en quelque sorte traversé ce traumatisme collectif et tant de personnes cherchent des services maintenant et ne sont tout simplement pas en mesure de se les offrir. »

Jeune

OBJECTIF

Cet exposé de politique souligne les principales leçons concernant les preuves, les opportunités et les défis dans le développement et la prestation de counseling sans rendez-vous dans un cadre de Services intégrés pour les jeunes (SIJ).

À PROPOS DE NOUS

Foundry est une initiative provinciale de SIJ en Colombie-Britannique qui offre une gamme de services à faible barrière et adaptés aux jeunes pour les jeunes âgés de 12 à 24 ans dans les domaines de la santé mentale, du soutien à la consommation de substances psychoactives, du soutien par les pairs, de la santé physique et sexuelle, et des services sociaux, y compris des soutiens à l'emploi inclusifs.

UNE NOTE SUR LA LANGUE

Dans cet exposé, nous utilisons le terme « **counseling sans rendez-vous** » pour décrire notre approche. Cependant, vous avez peut-être entendu parler d'autres termes pour décrire des services qui semblent similaires, tels que sans rendez-vous, le jour même, session unique ou accessibles, entre autres. Nous continuons à réviser notre terminologie pour plus de clarté et de pertinence. Tout comme la langue évolue constamment, Foundry continuera également de croître et d'évoluer.

Comprendre l'approche de counseling sans rendez-vous de Foundry

L'approche de Foundry combine trois volets principaux, fondés sur des preuves.

Mode de prestation de services sans rendez-vous

Le terme « counseling sans rendez-vous » est le plus souvent trouvé dans la littérature académique, bien qu'il soit parfois désigné comme « counseling le jour même » ou « counseling spontané ». La priorité de la prestation de services sans rendez-vous est l'accès en temps opportun, afin que les jeunes puissent avoir un rendez-vous de counseling le même jour où ils se sentent les plus disposés et motivés à chercher du soutien. Il n'y a pas de listes d'attente; les jeunes peuvent aller directement dans un centre et s'inscrire à une session sans les pressions de la planification et du respect des rendez-vous. Plus récemment, sur la base des innovations virtuelles pendant la pandémie de la COVID-19, certains centres ont introduit une option pour les jeunes de prendre un rendez-vous pour plus tard le même jour.

Une méthode une-à-la-fois (« OAAT » ou thérapie en une seule séance)

Avec une méthode OAAT (également appelée session unique), ou mentalité, chaque séance de counseling est considérée comme un service thérapeutique complet. Les jeunes ne sont pas obligés de faire un suivi ou de prendre un autre rendez-vous à moins qu'ils ne le choisissent, beaucoup rapportent avoir reçu un avantage pratique d'une seule séance et estiment que c'est suffisant pour leurs besoins à ce moment-là. D'autres peuvent choisir de revenir pour des séances futures ou pour un autre problème. La méthode OAAT peut être utilisée avec une variété de thérapies.

La Thérapie brève centrée sur les solutions (TBCS) comme modalité thérapeutique

Chez Foundry, le TBCS est la principale modalité thérapeutique utilisée en counseling sans rendez-vous. TBCS est une approche pragmatique basée sur les forces et axée sur l'avenir qui utilise une orientation thérapeutique et un ensemble de questions qui placent le jeune comme l'expert de sa propre vie. Les préoccupations, objectifs et désirs d'un jeune sont prioritaires pour élaborer un plan d'action futur plutôt que d'explorer les antécédents historiques.

Bien que la littérature continue de croître, les preuves existantes indiquent que le counseling sans rendez-vous dans son ensemble est acceptable et bénéfique pour les jeunes, entraînant des améliorations plus rapides des symptômes psychosociaux ainsi que des taux de satisfaction du client plus élevés par rapport aux modèles de counseling traditionnels⁵. Des études ont révélé qu'une seule séance d'intervention peut être efficace pour réduire les symptômes de l'anxiété, de la dépression et des problèmes de comportement, entre autres⁶. Les jeunes peuvent également améliorer leur conscience de leurs propres compétences et forces après une seule séance, offrant des avantages à long terme⁷.

La production de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées ici ne reflètent pas nécessairement celles de Santé Canada.

Offrir du counseling sans rendez-vous en tant que service à faible barrière et accessible pour les jeunes © 2024 par Providence Health Care Society faisant affaire sous le nom de Foundry est sous licence CC BY-NC-ND 4.0

a Cet exposé de politique utilise des données administratives internes collectées auprès des jeunes accédant au counseling sans rendez-vous au cours de l'exercice d'avril 2022 à mars 2023. Les informations démographiques sont fournies par les jeunes sur une base volontaire. Des citations ont été obtenues grâce à des groupes de discussion et des entretiens avec des jeunes et des cliniciens de Foundry.

Counseling sans rendez-vous chez Foundry : apprentissages et analyse

Counseling sans rendez-vous comme point d'entrée et première ligne d'intervention

« Personnellement, je ne savais pas comment accéder [aux autres services]. » J'ai l'impression qu'ils sont un peu difficiles à accéder. Parfois, vous avez besoin d'une assurance parentale [privée]. Et ensuite pour cela, vous ne voulez pas dire à vos parents que vous accédez à ces choses. »

Jeune

« J'ai trouvé cela vraiment utile pour ces moments où je me sentais simplement submergé par trop d'émotions et que j'avais besoin de parler à quelqu'un à ce sujet. »

Jeune

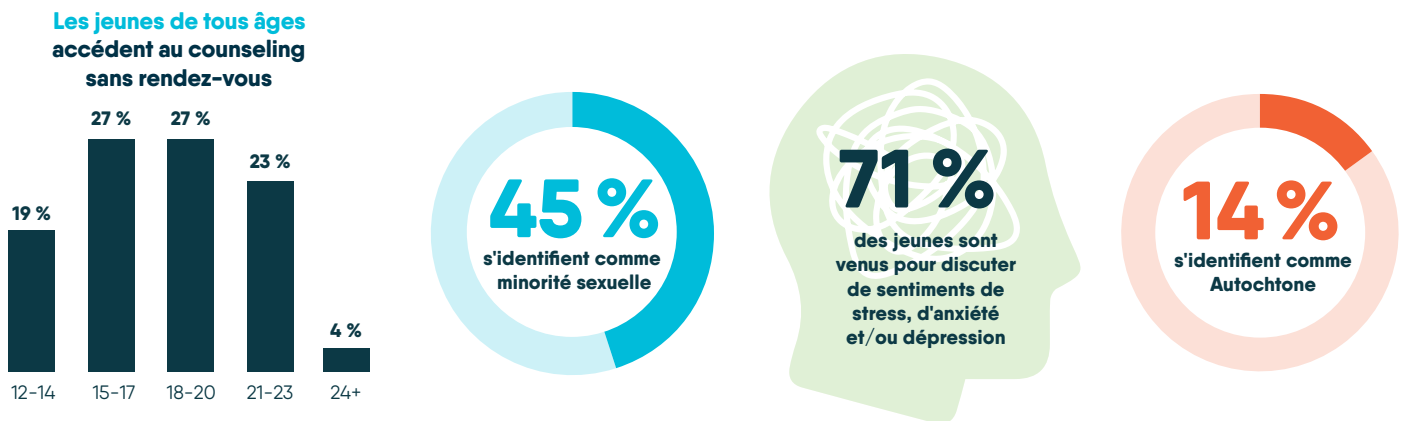
Entre avril 2022 et mars 2023, les services de counseling sans rendez-vous de Foundry ont accueilli 5 807 jeunes et plus de 12 000 visites. Près de 50 % de ces jeunes accédaient aux services de Foundry pour la première fois, indiquant le succès d'avoir des points d'accès intentionnels et accessibles pour aider les jeunes à franchir la première étape de la recherche de soutien. Près d'un tiers de ces jeunes ont également rapporté que si les services de Foundry n'étaient pas disponibles, ils n'auraient pas cherché d'aide du tout.

En responsabilisant les jeunes à accéder aux soins quand ils le souhaitent, le counseling sans rendez-vous permet au client et au conseiller de capitaliser sur la motivation thérapeutique « dans l'instant » pour le soutien et le changement. Lorsque les individus cherchent et accèdent à du counseling au moment où ils sont confrontés à des problèmes, il a été constaté qu'il y a une plus grande volonté de mettre en œuvre des

changements positifs dans leur vie⁸. En effet, la recherche dans les contextes de santé mentale et de consommation de substances a constamment révélé que ceux qui sont motivés à apporter des changements dans leur vie sont plus susceptibles de chercher du soutien et d'obtenir de meilleurs résultats de traitement dans l'ensemble^{9,10}.

En adoptant cette approche, un plus grand nombre de jeunes peuvent accéder aux avantages associés sans avoir besoin de plusieurs sessions. Trop souvent, les conseils à long terme ou plus traditionnels en fonction de la charge de travail entraînent une baisse de fréquentation ou un désengagement du service¹¹. En revanche, la structure de chaque séance agissant comme une intervention thérapeutique distincte garantit qu'une seule visite peut offrir un soutien précieux. Par conséquent, davantage de jeunes cherchant des soins peuvent recevoir une aide opportune, efficace et axée sur les solutions.

FIGURE A: CARACTÉRISTIQUES DES JEUNES ACCÉDANT AU COUNSELING SANS RENDEZ-VOUS DE FOUNDRY



« Rencontrer les jeunes là où ils se trouvent. Être capable de dire à quelqu'un que vous avez des difficultés aujourd'hui et que vous avez besoin de quelque chose immédiatement, et être capable de l'offrir, c'est tellement puissant. »

Clinicien de Foundry

La réactivité de ce service est cruciale car la grande majorité (90 %) des jeunes qui accèdent au counseling sans rendez-vous à Foundry ont signalé être en détresse élevée ou très élevée. Bien que non structuré comme un service d'intervention en cas de crise, le counseling sans rendez-vous est néanmoins capable de fournir un soutien pour plusieurs gammes de détresse, niveaux d'acuité et types de symptômes. Garantir que les jeunes puissent accéder à une thérapie sans avoir à se soumettre à de longues évaluations diagnostiques offre également une approche alternative au modèle médicalisé occidental que de nombreux jeunes, en particulier ceux issus des communautés, privées d'équité^b, peuvent être perçues comme distantes, aliénantes et comme un obstacle supplémentaire. Il est bien documenté que les défis de la santé mentale dans l'enfance et l'adolescence peuvent prédire des défis psychiatriques persistants à l'âge adulte tels que la dépression, l'anxiété et les troubles liés à l'utilisation de substances^{12,13} en plus d'avoir un impact sur d'autres déterminants sociaux axés sur la santé¹⁴. Un accès facile aux services

d'intervention précoce, tels que le counseling sans rendez-vous, est crucial pour intercepter ces trajectoires et prévenir l'aggravation des symptômes de santé mentale au fil du temps.

Le counseling sans rendez-vous est également une occasion importante d'intervenir tôt et de fournir aux jeunes le soutien dont ils ont besoin tout en réduisant la charge globale sur le système de santé plus large. Les temps d'attente excessifs prolongent non seulement les souffrances que les jeunes peuvent vivre, mais entraînent également une détérioration importante de la santé mentale et une détresse psychologique accrue^{15,16}. D'autres juridictions au Canada constatent les avantages de ce service au niveau du système. Depuis la mise en œuvre d'un nouveau modèle de santé mentale incluant une seule séance d'intervention de counseling sans rendez-vous, Terre-Neuve-et-Labrador et les Territoires du Nord-Ouest ont réduit les temps d'attente de 68 et 79 %, respectivement, et certaines communautés de ces régions ne signalent désormais aucun temps d'attente^{17,18}.

Une approche adaptable et centrée sur les jeunes

« Une autre chose que j'ai remarquée était leur genre de langage. Ils n'utilisaient pas de termes cliniques comme le TSPT ou quelque chose du genre. C'était vraiment un langage adapté aux jeunes, quelque chose que tout le monde peut comprendre. »

Jeune

« Je pense que beaucoup de jeunes trouvent cela libérateur dans le sens où c'est souvent la seule expérience professionnelle qu'ils ont où leurs opinions sont réellement et honnêtement sollicitées. »

Clinicien de Foundry

Assurer que les services sont accessibles pour les jeunes va au-delà de l'élimination des listes d'attente. Cela signifie s'assurer que les services sont flexibles, attrayants (et non pathologisants) et que les jeunes se sentent respectés pour « s'exprimer authentiquement, sans crainte de discrimination », parmi un certain nombre d'autres éléments¹⁹. Bien que ces éléments s'alignent avec l'approche globale de Foundry de co-conception avec et pour les jeunes, cela se reflète également dans le choix de la TBCS comme modalité thérapeutique, qui a été démontrée comme étant cliniquement efficace dans une variété de populations, y compris les jeunes^{20,21}. Alors que d'autres formes de

counseling ont tendance à se concentrer sur les problèmes et les faiblesses, la TBCS mise sur les forces et les compétences existantes d'une jeune personne pour explorer et co-crée des solutions potentielles et surmonter les défis. La « bonne » façon de mener une séance est basée sur les valeurs, les croyances culturelles et les visions du monde de la jeune personne. Jusqu'à présent, l'évaluation interne de Foundry sur le counseling sans rendez-vous a révélé que les jeunes ont eu une expérience globalement positive et ont signalé des améliorations dans leur fonctionnement auto-évalué deux semaines après la session²².

b Le terme « privé d'équité » dans cet exposé est utilisé pour décrire les individus et les communautés qui font face à des obstacles les empêchant d'avoir accès aux ressources et aux opportunités en raison de la discrimination systémique et de l'abus d'autorité. Pour plus de détails sur ce terme et d'autres termes relatifs à l'équité, la diversité et l'inclusion, veuillez consulter cette ressource : Guide sur la terminologie de l'équité, de la diversité et de l'inclusion. Gouvernement du Canada; 2023. [Disponible à partir de noslangues-ourlanguages.gc.ca/en/publications/equite-diversite-inclusion-equity-diversity-inclusion-eng]

Un autre aspect critique d'une approche centrée sur les jeunes est d'offrir des soutiens par le biais de plateformes de prestation de services flexibles, y compris les services virtuels. Statistique Canada a rapporté que près de 100 % des jeunes âgés de 15 à 24 ans utilisent Internet quotidiennement ou possèdent leur propre téléphone intelligent, et d'autres études ont révélé que la plupart des jeunes sont intéressés à accéder virtuellement aux services de SMCS^{23,24}. Les services virtuels peuvent surmonter les obstacles rencontrés par les jeunes confrontés à une série d'obstacles à l'accessibilité, qu'ils soient géographiques, liés au transport ou autres, y compris ceux qui se sentent plus en sécurité ou plus à l'aise pour accéder aux services depuis leur propre espace. Une méta-analyse récente (2022) a révélé que le counseling à distance est efficace pour une gamme de préoccupations de santé mentale chez les jeunes, y compris l'anxiété et les problèmes de conduite²⁵. Alors que Foundry et d'autres services de soins de santé ont lancé le counseling virtuel sans rendez-vous, plusieurs considérations méritent une enquête plus approfondie, allant de la logistique d'une consultation « spontanée » virtuelle, aux impacts thérapeutiques de voir un conseiller virtuellement plutôt qu'en personne, et aux considérations d'intégration autour d'autres services de Foundry, généralement en personne.

« C'est très facile. C'est sur votre téléphone. Alors, j'ai l'impression que tant de barrières ont été supprimées sur l'application. »

Jeune

Des recherches émergentes ont également indiqué que l'approche de counseling sans rendez-vous est à la fois efficace et très acceptable pour diverses populations, y compris les jeunes 2SLGBTQIA+^{26,27} et peut être adaptée à une variété de contextes pour les jeunes. Par exemple, un programme de santé mentale dans les Territoires du Nord-Ouest qui comprend des services de counseling sans rendez-vous a exploré l'acceptabilité des services parmi les clients autochtones et non autochtones. L'acceptabilité était élevée parmi les deux groupes, avec 93 % des clients non autochtones déclarant se sentir en sécurité et respectés culturellement, et 82 % des clients autochtones déclarant la même chose¹⁸. Il convient de noter en particulier que la TBCS est également apparue comme une approche fondée sur les traumatismes prometteuse et adaptable pour soutenir les jeunes dans divers contextes, y compris lors de catastrophes et de situations de crise²⁸. Une étude récente menée pendant la pandémie de la COVID-19 a révélé une réduction des symptômes de dépression et d'anxiété et une augmentation des compétences en résolution de problèmes chez les jeunes en Chine participant à une intervention en ligne de TBCS²⁹. Ces exemples démontrent comment des approches comme le counseling sans rendez-vous et le TBCS peuvent être adaptées pour centrer diverses expériences et origines.

Il convient de noter que dans une grande partie de la recherche explorant les interventions psychothérapeutiques, les jeunes privés d'équité sont exclus ou non signalés dans la population étudiée. De plus, de nombreuses méthodes de counseling ne parlent pas adéquatement des expériences diverses, des identités et des origines culturelles et familiales des jeunes. Par conséquent, les populations privées d'équité éprouvent souvent une moindre satisfaction envers les services de counseling qui ne sont pas informés culturellement ou à l'écoute. Les recherches émergentes indiquent que les interventions adaptées culturellement, y compris celles basées sur la famille, peuvent être mieux adaptées pour les populations privées d'équité, signalant un besoin de prioriser le contexte communautaire et familial unique d'un jeune lors de l'offre de soutien.

Un pont vers d'autres services et soutiens basé sur une approche d'équipe

Le counseling sans rendez-vous de Foundry est offert par le biais d'un modèle communautaire de SIJ, avec de nombreux services en colocalisation et intégrés à une équipe de soins interprofessionnelle. Les heures de counseling sans rendez-vous sont prévues pour coïncider avec d'autres services sans rendez-vous, tels que la santé physique et sexuelle et le soutien par les pairs. Cette superposition favorise les références internes « chaleureuses » vers d'autres services de Foundry et vice versa. Ces mesures intentionnelles portent leurs fruits, les données actuelles montrant que plus d'un jeune sur 3 qui accède aux services de counseling sans rendez-vous accède à d'autres services de Foundry lors de la même visite. En d'autres termes, le counseling sans rendez-vous ne sert pas seulement de point d'entrée à faible barrière, mais peut également être un pont efficace vers d'autres services axés sur la santé et le mieux-être. Par exemple, les jeunes qui ont recours à des services de counseling sans rendez-vous peuvent éprouver des difficultés liées à la dépression, à l'anxiété, à l'usage de substances ou au trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité. Grâce à des références faciles, souvent le jour même, à d'autres services de Foundry, les jeunes peuvent recevoir du support pour les médicaments prescrits par des médecins et du personnel infirmier, se connecter à un pair aidant avec une expérience vécue passée ou plus.

Le counseling sans rendez-vous peut également faciliter l'accès à d'autres types de soins, y compris des soins spécialisés ou de niveaux supérieurs tels que les services psychiatriques, ainsi qu'agir comme un « palier inférieur » à partir de niveaux de soins plus intensifs. Les services plus intensifs sont traditionnellement difficiles à obtenir par le biais des organisations basées dans les communautés, et les jeunes peuvent hésiter à chercher ces services en raison de la stigmatisation, de la honte et des obstacles à l'accessibilité. En partant d'un service à faible barrière, les conseillers peuvent soutenir et encourager les jeunes à accéder à des services qu'ils n'auraient peut-être pas cherchés autrement.

L'environnement basé sur le travail d'équipe soutient les cliniciens en plus des jeunes. Les séances de counseling sans rendez-vous de Foundry impliquent souvent une courte pause pendant laquelle le conseiller interrompt brièvement la séance et consulte un autre prestataire de services. La pause de session permet aux conseillers de puiser dans les domaines d'expertise d'autres cliniciens et de réfléchir aux prochaines étapes les plus appropriées pour le jeune. Pour les conseillers en début de carrière, la pause de session agit comme une forme utile de supervision, d'apprentissage et de développement des compétences. Il offre également aux jeunes la possibilité de faire une pause et de réfléchir pendant la séance de counseling et de recevoir des contributions de plusieurs perspectives.

« C'est vraiment très enrichissant pour les cliniciens de revenir, de résumer un cas de client et aussi de pouvoir réfléchir pendant la pause de la séance pour savoir où ils pourraient vouloir aller ensuite. Parfois, quelqu'un dans cette pièce dit : « J'ai une excellente idée de quelque chose que vous pourriez essayer », alors je l'ai abordé comme une occasion unique de consultation et de supervision que vous n'obtenez souvent pas dans aucun autre domaine de counseling. »

Clinicien de Foundry

Bien que cette approche, et en particulier la méthode OAAT, puisse représenter un changement de pratique pour ceux qui sont habitués au counseling traditionnel sur une longue période, elle peut aussi être très libératrice pour beaucoup. Les praticiens de Foundry ont noté qu'ils peuvent établir un bon niveau de rapport en peu de temps, en partie grâce à la transparence et à l'urgence que nécessite l'optimisation d'une seule session. De plus, il y a aussi un sentiment de liberté pour les conseillers de ne pas avoir à guider une séance en fonction des conversations précédentes et de permettre plutôt au client de prendre les devants.

REMERCIEMENTS

Nous remercions, avec beaucoup de gratitude, que notre travail se déroule sur une terre imprégnée d'une riche histoire autochtone et qui est aujourd'hui le foyer de nombreuses personnes des Premières Nations, Inuits et Métis. Nous remercions que les Centres Foundry sont situés sur les territoires traditionnels et ancestraux de nombreuses communautés des Premières Nations, et nous sommes humbles et reconnaissants de pouvoir poursuivre notre travail avec les peuples autochtones qui ont été les gardiens de cette terre depuis des temps immémoriaux.

Nous tenons à reconnaître le Bureau central de Foundry (BCF) et les membres de l'équipe du réseau de Foundry pour leurs contributions inestimables tout au long du développement de cet exposé de politique. Nous aimerions également remercier les partenaires et les bailleurs de fonds de Foundry, les Agences chef de file, les comités consultatifs ainsi que les jeunes et les familles / aidants qui sont au cœur de tout ce que nous faisons. Il est important de remercier également les jeunes participants qui ont apporté leurs points de vue, leurs expériences et leurs commentaires pour cet exposé de politique, leurs voix ont été inestimables tout au long de ce processus.

Recommandations

En réponse aux défis émergents et continus dans le secteur de la santé et du mieux-être des jeunes, Foundry a intégré le counseling sans rendez-vous comme pierre angulaire de ses offres de services en santé mentale et liés à la consommation de substances psychoactives. Les données actuelles et les commentaires des jeunes et des cliniciens présentent cela comme un service précieux et à faible barrière. En même temps, il y a un besoin d'apprentissage continu en tant que service relativement nouveau dans la continuité des soins. Sur la base de ces apprentissages, nous soulignons les recommandations suivantes pour les organisations au service des jeunes et les organisations SIJ, les décideurs politiques et les chercheurs.

1. Continuer à élargir l'accès à une gamme d'options de counseling financées par le public, opportunes et accessibles pour les jeunes.

Le plus souvent, il y a trop de barrières pour accéder aux soins. Le counseling sans rendez-vous permet aux jeunes d'accéder aux soins lorsqu'ils sont motivés à chercher du soutien, sans nécessiter d'évaluation diagnostique, d'être placés sur des listes d'attente ou d'attendre de multiples visites. Chacun de ces éléments peut entraîner de la frustration, du découragement et, finalement, un désengagement du service. Les options de counseling à faible barrière qui permettent aux jeunes d'aborder leurs préoccupations avant que leurs symptômes ne s'aggravent sont essentielles à une approche d'intervention précoce pour traiter une variété de préoccupations de santé mentale et de consommation de substances (SMCS) et sont un composant important dans un continuum plus large de soins pour les jeunes.

2. Poursuivre des recherches et des explorations approfondies sur les résultats et les expériences des jeunes en matière de counseling sans rendez-vous, y compris les implications des formats de prestation de services virtuels.

En tant que nouveau modèle de prestation de services, les apprentissages actuels et les preuves concernant le counseling sans rendez-vous sont prometteurs. Nous soutenons un appel continu pour plus de recherche et d'évaluation examinant les résultats et les expériences des jeunes avec le counseling sans rendez-vous, ainsi que les impacts sur le système. Il est nécessaire

de publier davantage d'évaluations des services pour contribuer à la base de preuves de cette approche de prestation de services et pour parler de son utilité dans une variété de contextes et de paramètres concernant la SMCS. Cela comprend également l'exploration de l'efficacité et des impacts du counseling sans rendez-vous dans un environnement virtuel. Ce changement de pratique a des implications sur le modèle existant et son fonctionnement, y compris la communication claire du nom du service et de l'approche auprès des jeunes et des fournisseurs, ainsi que l'évaluation de la fidélité du modèle. Une exploration plus approfondie de ces impacts est nécessaire.

3. Développer les connaissances sur des approches de counseling culturellement plus sécuritaires pour garantir des services adaptables, inclusifs et appropriés pour les jeunes issus de groupes privés d'équité.

Il existe un besoin constant de garantir que les modèles de counseling tiennent compte des diverses communautés, contextes culturels et sociaux qui façonnent les expériences individuelles et le bien-être général. Le counseling sans rendez-vous est un exemple d'une approche flexible et adaptable qui privilégie le centrage des expériences et des visions du monde de la personne qui accède aux soins et qui a démontré sa capacité à s'adapter à plusieurs publics diversifiés. Néanmoins, il faut poursuivre les efforts pour améliorer les soutiens existants et nouveaux en matière de santé mentale et s'assurer qu'ils sont sécuritaires et acceptables pour les jeunes de tous les horizons, en particulier ceux provenant de communautés privées d'équité.

RÉFÉRENCES

1. Pearson C, Janz T, Ali J. Troubles mentaux et troubles liés à l'utilisation de substances au Canada. *Stat Can.* 2013;10.
2. Tableau de bord BC COVID-19 SPEAK [Internet]. [cité le 3 octobre 2023]. Disponible à partir de : bccdc.ca/health-professionals/data-reports/bc-covid-19-speak-dashboard
3. Institut canadien d'Information sur la santé. Plus de la moitié des jeunes canadiens qui ont cherché des services axés sur la santé mentale ont déclaré qu'ils n'étaient pas facilement accessibles | ICIS [Internet]. [cité le 20 février 2023]. Disponible à partir de : cchi.ca/fr/news/plus-de-la-moitie-des-jeunes-canadiens-qui-ont-cherche-des-services-axes-sur-la-sante-mentale-ont-dit-qu'ils-netaient-pas-faciles-a
4. Kourgiantakis T, Markoulakis R, Lee E, Hussain A, Lau C, Ashcroft R, et coll. Accès aux services de santé mentale et de dépendance pour les jeunes et leurs familles en Ontario : perspectives des parents, des jeunes et des prestataires de services. *Int J Ment Health Syst.* 14 mars 2023;17(1):4.
5. Barwick M, Urajnik D, Sumner L, Cohen S, Reid G, Engel K, et coll. Profils et utilisation des services pour les enfants accédant à une clinique de santé mentale sans rendez-vous versus les soins habituels. *J Evid-Based Soc Work.* 2013;10(4):338-52.
6. Schleider JL, Weisz JR. Petits traitements, effets prometteurs? Méta-analyse des interventions en une seule séance pour les problèmes psychiatriques des jeunes. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.* 1er févr. 2017;56(2):107-15.
7. Young K, Bhanot-Malhotra S. Obtenir les bons services : Une étude d'évaluation multi-agences en Ontario. *Reach Cent Kids.* 2014.
8. Riemer M, Stalker CA, Dittmer L, Cait CA, Horton S, Kermani N, et coll. Le modèle de prestation de services de counseling sans rendez-vous : Qui en bénéficie le plus? *Can J Commun Ment Health.* Juill. 2018;37(2):29-47.
9. Opsal A, Kristensen Ø, Clausen T. Préparation au changement chez les patients admis involontairement et volontairement pour troubles liés à l'usage de substances. *Subst Abuse Treat Prev Policy* 6 nov. 2019 ;14(1):47.
10. Myers B, van der Westhuizen C, Naledi T, Stein DJ, Sorsdahl K. La volonté de changer est un prédicteur de la réduction de l'implication dans l'usage de substances : Résultats d'un essai contrôlé randomisé auprès de patients fréquentant les services d'urgence sud-africains. *BMC Psychiatry.* 20 févr. 2016;16(1):35.
11. de Haan AM, Boon AE, de Jong JTVM, Hoeve M, Vermeiren RRJM. Une revue méta-analytique sur l'abandon du traitement dans les soins de santé mentale ambulatoires pour enfants et adolescents. *Rev Clin Psychol.* 1er juill. 2013;33(5):698-711.
12. Copeland WE, Shanahan L, Costello EJ, Angold A. Quels troubles psychiatriques de l'enfance et de l'adolescence prédisent quels troubles à l'âge adulte? *Arch Gen Psychiatry.* 2009 juill.;66(7):764-72.
13. Colman I, Wadsworth MEJ, Croudace TJ, Jones PB. Résultats psychiatriques sur quarante ans suite à une évaluation pour trouble de l'intériorisation à l'adolescence. *Am J Psychiatry.* Janv. 2007.;164(1):126-33.
14. Gibb SJ, Fergusson DM, Horwood LJ. Fardeau du trouble psychiatrique à l'âge adulte jeune et résultats de vie à 30 ans. *Br J Psychiatry.* Août 2010;197(2):122-7.
15. Reichert A, Jacobs R. L'impact du temps d'attente sur les résultats des patients : Preuves provenant des services d'intervention précoce dans la psychose en Angleterre. *Health Econ.* Nov. 2018;27(11):1772-87.
16. Subotic-Kerry M, Borchard T, Parker B, Li SH, Choi J, Long EV, et coll. En attendant : Une enquête transversale sur les temps d'attente pour le traitement de la santé mentale pour l'anxiété et la dépression chez les adolescents australiens [Internet]. *medRxiv; 2023* [cité le 15 novembre 2023]. p. 2023.08.21.23294348. Disponible à partir de : medrxiv.org/content/10.1101/2023.08.21.23294348v1
17. Cornish PA, Churchill A, Hair HJ. Thérapie à séance unique en libre accès dans le contexte des Soins par paliers 2.0. *J Syst Ther.* Sept. 2020;39(3):21-33.
18. Commission de la santé mentale du Canada, Solutions de soins par paliers, Gouvernement des Territoires du Nord-Ouest. Partenariat pour des soins centrés sur la personne et la famille : Le rapport final sur les soins par paliers 2.0 des Territoires du Nord-Ouest. *Comm Santé Ment Can Ott ON.* 2023.
19. Hawke LD, Mehra K, Settipani C, Relihan J, Darnay K, Chaim G, et coll. Qu'est-ce qui rend les services de santé mentale et les services liés à la consommation de substances psychoactives adaptés aux jeunes? Une revue d'exploration de la littérature. *BMC Health Serv Res.* Déc. 2019;19(1):257.
20. Bond C, Woods K, Humphrey N, Symes W, Green L. Revue des praticiens : L'efficacité de la thérapie brève centrée sur les solutions avec les enfants et les familles : Une évaluation systématique et critique de la littérature de 1990 à 2010. *J Child Psychol Psychiatry.* Juill. 2013;54(7):707-23.
21. Hsu KS, Eads R, Lee MY, Wen Z. Thérapie brève centrée sur les solutions pour les problèmes de comportement chez les enfants et les adolescents : Une méta-analyse de l'efficacité du traitement et de l'implication de la famille. *Child Youth Serv Rev.* Janv. 2021.;120:105620.
22. Helfrich W. Évaluation pilote brève des services de counseling sans rendez-vous de Foundry. Non publié. 2018.
23. Hawke LD, Sheikhan NY, MacCon K, Henderson J. Passage au virtuel : attitudes et expériences des jeunes envers les services virtuels axés sur la santé mentale et les services liés à la consommation de substances psychoactives pendant la pandémie de la COVID-19. *BMC Health Serv Res.* 14 avr. 2021;21:340.
24. Gouvernement du Canada LC. Un portrait des jeunes canadiens : Mises à jour de mars 2019 [Internet]. 2019 [cité 24 nov. 2023]. Disponible à partir de : www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-631-x/11-631-x2019003-eng.htm
25. Venturo-Conerly KE, Fitzpatrick OM, Horn RL, Ugueto AM, Weisz JR. Efficacité de la psychothérapie pour les jeunes dispensée à distance : Une méta-analyse. *Am Psychol.* 2022;77(1):71-84.
26. Cook, K., Woodford, M. R., Coulombe, S., Khan, M., McKenzie, C., & Lafrenière, G. Évaluation des services de soutien OK2BME : Un rapport d'évaluation multi-services. Univ. Wilfrid Laurier de Kitchener. Août 2022.
27. McDanal R, Rubin A, Fox KR, Schleider JL. Associations des identités LGBTQ+ avec l'acceptabilité et l'efficacité des interventions en ligne axées sur la santé mentale des jeunes en une seule session. *Thérapie Comport.* 1er mars 2022;53(2):376-91.
28. Eads R, Lee MY. Thérapie axée sur les solutions pour les survivants de traumatismes : Une revue de la littérature sur les résultats. *J Solut Focus Pract* [Internet]. 1er oct.2019;3(1). Disponible à partir de : digitalscholarship.unlv.edu/journalsfp/vol3/iss1/9
29. Chen S, Zhang Y, Qu D, He J, Yuan Q, Wang Y, et coll. Une thérapie brève centrée sur les solutions en ligne pour l'anxiété chez les adolescents : Un essai contrôlé randomisé. *Asian J Psychiatry.* 1er août 2023;86:103660.

• FOUNDRY •

info@foundrybc.ca | foundrybc.ca

Pour toute question concernant ce document, veuillez contacter policy@foundrybc.ca