

La thérapie cognitivo-comportementale culturellement adaptée (TCCca) pour les Canadiens d'origine sud-asiatique

Introduction



Avec le financement de

Santé Canada Health Canada

INTRODUCTION

Remarque

Ce programme de formation est exclusivement destiné aux professionnels de la santé mentale possédant une formation et une expérience en thérapie cognitivo-comportementale (TCC)

Important!

Ce programme de formation s'appuie sur les informations contenues dans le manuel de TCC pour un traitement de l'anxiété et de la dépression culturellement adapté aux Canadiens d'origine sud-asiatique. Il est essentiel d'avoir lu le manuel dans son intégralité avant de visionner les vidéos qui suivent.

01

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Reconnaître la nécessité d'une adaptation culturelle de la TCC dans le cadre de la prise en charge de clients sud-asiatiques

Que faut-il entendre par « Sud-Asiatique »?

- Toute personne originaire de l'Inde, du Pakistan, du Bangladesh, du Sri Lanka, du Bhoutan, de l'Afghanistan, des Maldives et du Népal ou ayant des liens ancestraux avec ces pays.
- Le terme « Sud-Asiatique » inclut les personnes métissées et celles d'origine indo-caribéenne.



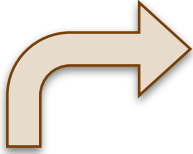
Pourquoi la TCC nécessite-t-elle une adaptation culturelle?

Cinq raisons de prendre en compte la culture des sujets dans la pratique clinique :

1. Expérience subjective de l'anxiété et de la dépression ancrée dans la culture
2. Expressions verbales de la détresse ancrées dans la culture
3. Diagnostic dépendant de la culture
4. Nécessité d'adapter le traitement à la culture
5. Résultats thérapeutiques tributaires de la culture



Intégration des valeurs culturelles au modèle cognitivo-comportemental de référence

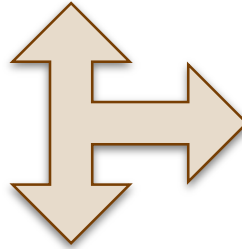


Situation / Évènement déclencheur

Les évènements déclencheurs peuvent être similaires, mais il peut y avoir des différences dans la nature des facteurs de stress psychosociaux (p. ex. rôle de la famille, des amis et de la communauté dans son ensemble).

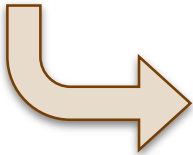
Pensées et croyances

La culture influe sur la façon d'envisager les causes de la maladie mentale (p. ex. causes d'origine divine), son traitement et les résultats auxquels on peut s'attendre.



Comportement / réaction

Les pratiques culturelles influent sur la manière dont les gens font face à la maladie mentale (p. ex. prière ou consultation d'une personnalité religieuse).



Émotions

L'expression des émotions et leur signification sont façonnées par le lieu où les gens ont grandi et la manière dont ils ont été élevés (p. ex. différences au niveau des symptômes somatiques).

Les recherches semblent indiquer...

qu'une démarche thérapeutique sensible à la culture :

améliore la compréhension des clients et minimise le risque de les stéréotyper

favorise une plus grande ouverture d'esprit

améliore l'investissement des clients dans la thérapie

minimise le risque d'abandon du traitement

améliore les résultats globaux du traitement

offre une nouvelle façon d'appréhender l'expérience de la maladie mentale

améliore l'accès aux différentes formes de psychothérapie

*En
psychothérapie,
il n'y a pas de
formules toutes
faites*

Qu'est-ce que la TCC **culturellement adaptée**?

TCC culturellement adaptée

« Démarche consistant, pour les intervenants, à aménager la thérapie afin d'amener les personnes dont l'origine culturelle diffère de la leur à s'engager pleinement dans leur traitement. »

Le cadre de Southampton pour l'adaptation culturelle de la TCC

TCC



Recherche sur l'adaptation culturelle de la TCC



Développement du cadre de Southampton pour
l'adaptation culturelle de la TCC

Le cadre de Southampton pour l'adaptation culturelle de la TCC : « CAB »

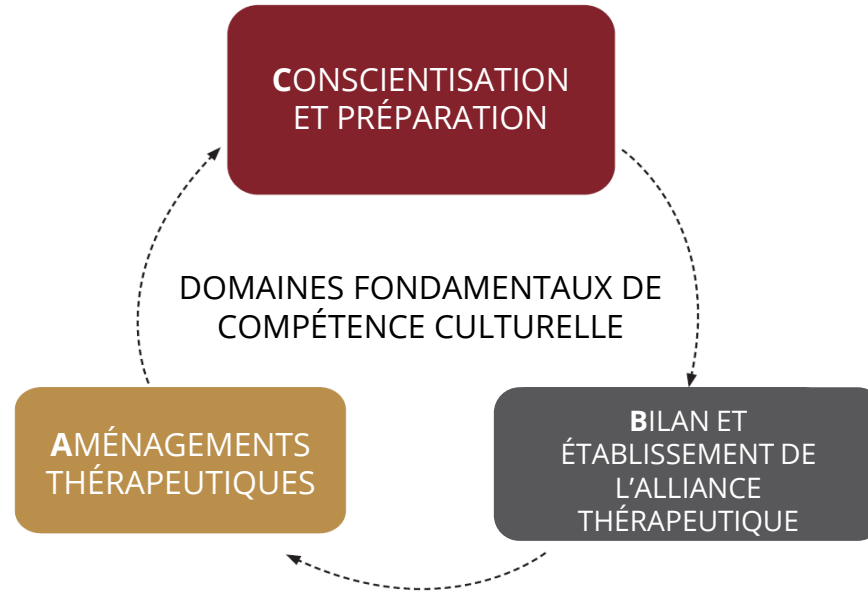


Figure 1 : Domaines fondamentaux de compétence culturelle

ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

ÉTUDE DE CAS – Rahim

Étude de cas – Rahim

Rahim, 35 ans, marié et père de famille, est originaire de l'Afghanistan, où Il exerçait le métier de procureur. Contraint de quitter son pays à la suite de l'effondrement du gouvernement, il vit depuis plusieurs mois dans un hôtel avec sa femme et leurs deux enfants. Il se plaint de troubles du sommeil, d'agitation, de fatigue, d'irritabilité, de maux de tête et de raideur musculaire. Il éprouve un sentiment de frustration, affirme qu'il n'a plus goût à rien et qu'il a du mal à se concentrer.





ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Réfléchissez au cas de Rahim et déterminez s'il pourrait bénéficier d'une TCC adaptée à sa culture.

Aidez-vous des informations contenues dans le manuel et les diapositives précédentes de ce module pour formuler des recommandations pour Rahim.

Rahim pourrait bénéficier d'une TCCa, car celle-ci prend en compte les facteurs suivants :

Définition de la famille sud-asiatique

Pour de nombreux Sud-Asiatiques comme Rahim, la famille s'étend aux parents et frères et sœurs adultes. Les réfugiés et immigrants sud-asiatiques ont souvent la responsabilité de subvenir aux besoins des proches restés au pays.

Facteurs de stress bio-psycho-socio-spirituels

Contraint de quitter son pays et vivant dans des conditions de logement précaires, Rahim est isolé socialement et confronté à une réinstallation difficile – tous facteurs qui sont des éléments déclencheurs importants de ses troubles mentaux et dont il faudra tenir compte dans sa thérapie, sans oublier d'examiner le rôle possible de facteurs biologiques et spirituels dans son mal-être.

Obstacles à l'accès à une aide professionnelle

La méconnaissance de la langue du pays d'accueil, la perte de revenus, le choc culturel et la stigmatisation sont une importante source de souffrance pour les réfugiés, en plus d'entraver leur accès à une aide professionnelle.

Rahim pourrait bénéficier d'une TCCa, car celle-ci prend en compte les facteurs suivants (suite) :

Causes de la maladie, du point de vue de Rahim

Il est essentiel de comprendre le point de vue de Rahim sur les causes de sa souffrance : les premières expériences de sa vie, la dynamique familiale, la perte de son statut social et de ses perspectives de carrière, ainsi que les traumatismes intergénérationnels.

Traitement et résultats

La plupart des clients d'Asie du Sud n'ont pas d'expérience antérieure de la psychothérapie. Il faut donc être sensible à leur culture, leur manifester de l'empathie, faire preuve de compréhension et tenter de leur rendre espoir pour les motiver à l'égard de la thérapie afin d'optimiser les résultats du traitement.

La thérapie cognitivo-comportementale culturellement adaptée (TCCca) pour les Canadiens d'origine sud-asiatique

Aperçu des modules de formation :

Cette formation comprend des diapositives didactiques et des activités d'apprentissage, dont des jeux de rôle. Elle accompagne les informations présentées dans le manuel sur la TCCca pour les Sud-Asiatiques.

1^{re} partie : Prise de conscience et préparation

Module 1 : Auto-examen

2^e partie : Établir le bilan et amener la personne à s'investir

Module 1 : Amener la personne à s'investir

Module 2 : Participation de la famille / de l'aidant·e au traitement

3^e partie : Adaptation de la thérapie

Module 1 : Techniques particulières à la TCCca

Conclusion

Passage en revue des modules de formation

Résultats de l'étude