

Dr Yves Bolduc,
Ministre de la Santé et des Services sociaux
Édifice Catherine-de-Longpré
1075, chemin Sainte-Foy, 15e étage
Québec (Québec)
G1S 2M1

Monsieur le Ministre,

Depuis plusieurs années, les établissements du réseau de la santé et des services sociaux éprouvent des difficultés grandissantes dans le recrutement et la rétention des psychologues. Paradoxalement, malgré le nombre important de psychologues ayant le droit de pratique au Québec, il est de plus en plus ardu de faire face aux besoins des personnes souffrant de problèmes de santé mentale. L'Association des psychologues du Québec estime que cette situation est attribuable, entre autres, aux facteurs suivants :

- les conditions de pratique de moins en moins attrayantes pour les psychologues dans le réseau public, notamment sur le plan de la rémunération ;
- le déséquilibre de l'offre de services qui penche irrésistiblement en faveur du secteur privé, notamment à cause de la souplesse des conditions de travail et des possibilités de rémunération plus intéressantes ;
- les contraintes d'organisation des services qui, par exemple, dans le réseau public, ont pour effet de limiter l'accessibilité aux consultations psychologiques (longs délais d'obtention des services, limites de durée de traitement...)
- la pression croissante due à la complexité de la tâche du psychologue et aux exigences administratives qui freinent sa capacité de répondre aux besoins de la population.

Comme vous le savez, les problématiques liées à la santé mentale sont de plus en plus sérieuses. Au Québec, en partie à cause du vieillissement de notre population et de facteurs socioéconomiques moins favorables, la situation semble plus difficile qu'ailleurs : un taux de suicide parmi les plus importants des pays industrialisés, un niveau très élevé de décrochage scolaire générant des conséquences psychosociales majeures, l'accroissement du niveau de détresse psychologique dans la population, l'augmentation exponentielle des coûts associés à la médication pour des problèmes de santé mentale, l'inadéquation des services aux enfants et aux élèves présentant des troubles de comportement, etc.

Nous pensons que, mieux utilisés, les psychologues québécois contribueraient certainement à améliorer l'état de santé mentale de la population et, par la même occasion, à réduire les coûts des médicaments. Par exemple, en début de 2010, une étude majeure publiée dans le *Journal of the American Medical Association (JAMA)* rapportait que les antidépresseurs ne seraient pas plus efficaces qu'un placebo contre les états dépressifs légers à modérés. Ils ne seraient véritablement nécessaires que pour soigner les dépressions sévères. Or, dans la pratique, près de 70 % des patients auxquels on prescrit un antidépresseur souffrent d'une dépression légère à modérée. Pourquoi ne pas faire appel davantage aux services des psychologues et à la psychothérapie? Elle a fait ses preuves.

Depuis des années, l'accès aux services en psychothérapie dans les établissements publics, tant dans le réseau de la santé et des services sociaux que dans le réseau de l'éducation, est fortement limité. Et la situation ne s'améliore pas. Ceux et celles qui en ont les moyens peuvent recourir aux psychologues en pratique privée. Mais c'est loin d'être la majorité des gens. Un accès plus grand à des services de traitement psychologique serait rentable à court terme. Par exemple, beaucoup de gens se rendent régulièrement dans des cabinets de médecin ou à l'urgence alors qu'ils n'ont pas de problèmes de santé physique. Ils sont retournés à la maison sans recevoir de traitement pour leurs difficultés, qui peuvent être reliées à des troubles d'anxiété, car les ressources ne sont pas disponibles. Ainsi, ils continuent à souffrir et à entraîner involontairement des coûts inutiles.

L'économicité des psychothérapies n'est plus à prouver. Les recherches actuelles suggèrent non seulement que les interventions psychologiques, y compris la psychothérapie, peuvent être plus efficaces en terme de coût que les meilleurs traitements pharmacologiques, mais également que ces interventions peuvent réduire ou éviter l'utilisation ultérieure de services de consultation médicale ou d'hospitalisation. Globalement, les économies réalisées grâce aux interventions psychologiques sont de l'ordre de 20 à 30% dans toutes les études. Sans compter la réduction des coûts indirects pour la société, tels la diminution marquée des journées d'incapacité de travail. (Zimmerman, *Efficacité, économicité et caractère approprié de la psychothérapie : état de la question*, 2008.)

Le Plan d'action en santé mentale 2005-2010 mis œuvre par le ministère de la Santé et des Services sociaux avait été conçu dans le but de « canaliser les énergies de l'ensemble des intervenants qui œuvrent dans le secteur de la santé mentale et de favoriser l'ouverture et l'accueil à l'égard des personnes atteintes, au sein de la population québécoise ». Comme le soulignait à l'époque le document ministériel, « le temps est venu d'accorder à l'organisation et à l'accessibilité des services en santé mentale la même attention qu'historiquement, nous avons accordée aux problèmes de santé physique. D'ailleurs, la santé mentale a été identifiée par notre gouvernement comme axe prioritaire d'intervention et ce plan d'action s'inscrit dans cette volonté que nous avons manifestée. » Malheureusement, cette bonne volonté tarde à se traduire sur le terrain. Nous souhaitons vivement que le prochain plan concrétise un rôle plus actif et mieux reconnu pour le psychologue ainsi qu'un meilleur arrimage des offres de services publiques et privées.

Par ailleurs, comme nous le mentionnons au début de notre lettre, un écart croissant se creuse sur le plan de la rémunération des psychologues entre le secteur public et le secteur privé, en faveur de ce dernier. Les informations recueillies par l'Association des psychologues ces derniers mois confirment que la rémunération moyenne des psychologues en pratique privée atteint rapidement le double de celle du secteur public. Ceci accroît la difficulté de recruter et de garder les psychologues dans les systèmes publics. Plusieurs optent pour une pratique mixte et glissent ensuite vers le privé. À cela s'ajoute la nécessité pour de nombreux psychologues de rembourser leurs dettes importantes de scolarité, le doctorat étant maintenant exigé pour exercer au Québec. La pression économique est devenue un enjeu. Ainsi, l'augmentation des admissions dans les facultés de psychologie n'est pas une solution aux problèmes de recrutement et de rétention. Les psychologues ont besoin d'être reconnus dans leur expertise, la rentabilité de leurs services et leurs années de scolarité, et cette reconnaissance passe inévitablement par une rémunération adéquate.

À ce chapitre, nous comprenons les contraintes dues aux modes et au contexte de négociations entre l'État et ses employés. Dans cette optique, afin de maintenir l'offre de services publics en psychothérapie à un niveau acceptable et de favoriser un meilleur recours aux psychologues, nous appuyons la proposition de l'Association des psychologues du Québec à l'effet de mettre au point un statut particulier (ou clauses spéciales) pour les psychologues qui permette, en regard de la nature et de la complexité des tâches, de bonifier leur rémunération ou d'implanter des incitatifs financiers.

Monsieur le Ministre, l'Association des psychologues du Québec représente des psychologues œuvrant dans les secteurs public et privé. Nous avons voulu vous adresser nos réflexions et nos demandes dans un but constructif à la suite d'une longue démarche entreprise depuis près de quatre ans par cette association. L'APO poursuit actuellement des travaux avec des tiers payeurs du domaine public et compte discuter prochainement avec ceux du domaine privé. L'idée est toujours la même : en santé mentale, le psychologue peut jouer un rôle plus important tant sur le plan de la prévention que du traitement et du suivi des personnes.

Nous espérons, monsieur le Ministre, que vous accueillerez ces propositions favorablement et que vous et vos représentants accepterez d'échanger avec les mandataires de l'Association sur nos préoccupations et les propositions que nous formulons. Veuillez croire en notre plus entière collaboration à la santé de la population québécoise et recevez nos salutations distinguées.

Nom du psychologue _____

Ville _____