

L'approche STAT-C en santé mentale

(Suivi Thérapeutique d'un Arrêt de Travail en Collaboration interprofessionnelle)

Description de l'approche :

L'approche STAT-C en santé mentale vise à optimiser l'arrêt de travail en favorisant le retour au travail et la prévention des rechutes. L'approche STAT-C vise à ce que l'arrêt de travail lié à un trouble de santé mentale commun soit une occasion pour la personne de comprendre ce qui a fragilisé sa santé mentale et de développer des stratégies orientées vers le rétablissement et la prévention d'une rechute. L'approche conçoit le retour au travail comme faisant partie du rétablissement. Le travail interdisciplinaire est au cœur de l'intervention.

Historique :

L'approche STAT-C a été développée par une équipe multidisciplinaire provenant principalement du GMF-U de Lévis et est basée sur une revue de littérature exhaustive. Elle a été diffusée dans divers milieux cliniques et d'enseignement via des formations et ateliers.

Bien évaluer les stressseurs ayant contribué au trouble de santé mentale :

D'abord, avant même de décider si un arrêt de travail peut être bénéfique pour notre patient, il est important de connaître les stressseurs et le contexte qui ont conduit à la détérioration de sa santé mentale. Bien souvent, lors de l'évaluation nous omettons d'explorer les caractéristiques du milieu de travail dans lequel il se retrouve. Pourtant, des études mentionnent que les stressseurs qui conduisent à un arrêt de travail ont un lien avec le milieu de travail dans 90% des cas (10 % des stressseurs concernent la vie personnelle, 30% le milieu de travail et 60 % les deux sphères). L'exploration du contexte de travail permet alors de bien cibler les interventions requises. De plus, la prescription d'un arrêt de travail est souvent difficile à accepter pour nos patients même s'ils sont conscients qu'ils en ont besoin. L'espace de parole que nous leur offrons est donc déterminante pour l'amorce de leur processus de rétablissement. Le fait qu'ils se sentent en confiance leur permettra d'élaborer sur l'ensemble des stressseurs en cause plutôt que d'omettre certains sujets par crainte d'être jugés.

Pour ou contre un arrêt de travail :

L'arrêt de travail doit être réfléchi comme tout autre traitement thérapeutique. Ainsi, il est nécessaire de considérer les avantages et les risques de celui-ci. Cette réflexion doit également avoir lieu au moment de prolonger ou non l'arrêt de travail. Nous vous encourageons aussi à recueillir l'avis de l'ensemble des acteurs concernés (patient, intervenant impliqué, psychiatre expert, etc.).



Vers un arrêt de travail thérapeutique :

Le cheminement dans l'approche STAT-C s'articule autour de trois phases de traitement (crise et compréhension, prise de conscience, application des stratégies et préparation du retour au travail). L'intervention est offerte par une équipe interprofessionnelle, incluant particulièrement le médecin de famille et un intervenant psychosocial. Par ailleurs, plusieurs études montrent que les patients ayant eu accès à un suivi interprofessionnel semblent se rétablir plus rapidement.

À chaque phase, le travailleur, le médecin et l'intervenant ont des tâches à réaliser. L'implication active de la personne en arrêt de travail est au cœur du traitement et favorise la reprise de pouvoir sur sa situation. Le cheminement se déroule sur une période de douze semaines, la majorité des patients retournant au travail en moins de douze semaines. Il faut voir les phases comme des points de repères qui permettent de se questionner à certains moments sur le diagnostic et/ou le plan de traitement lorsqu'elles se prolongent. Avons-nous échappé un élément ? Un obstacle n'a peut-être pas été mis en lumière ? Devrions-nous changer la médication ? Penser à demander l'aide d'un autre intervenant ? Etc.

Préparer le retour au travail :

Le retour au travail est une étape importante qui se prépare dès le début de l'arrêt de travail. Elle fait partie du rétablissement. Il est pertinent d'informer votre patient qu'il ne sera pas pleinement rétabli lors de son retour et que la réintégration en emploi l'aidera à retrouver ses capacités fonctionnelles. De plus, la plupart des patients qui ont été en arrêt de travail pour un trouble de santé mentale anticipent le retour au travail, craignant la réapparition des symptômes ou une rechute. Cette anticipation est normale et le soutien que vous offrirez aidera votre patient à se préparer progressivement à réintégrer son emploi. La mise en lumière des obstacles et des stressors qu'il anticipe favorisera la réflexion sur les accommodements qui pourraient être mis en place pour faciliter le retour. Par exemple, vous pourrez aider votre patient à identifier des stratégies facilitantes lors du retour ou à appliquer des stratégies qui auront été développées pendant l'arrêt.

Détail et outils de l'approche STAT-C disponible: <http://www.gmfulevis.com/recherche-et-developpement/approche-stat/>

Vous retrouverez sur le site un recensement de plusieurs outils déjà existants pouvant vous aider à évaluer ou guider votre patient. Certains outils ont été développés avec cette approche pour soutenir la réflexion chez vos patients.

Produit par : Cynthia Cameron, md; Annie Plamondon, TS; Maude Dutil, TS ; GMF-U de Lévis.
Mai 2021

