PROGRAMME MIXTE (PRÉSENTIEL ET EN LIGNE)

POUR LA RÉCUPÉRATION DE PATIENTS PSYCHOLOGIQUES

AVEC DES PERTURBATIONS SPÉCIFIQUES

VERSION 24-08-2024

1. EXPOSÉ DES MOTIFS

Les consultations psychothérapeutiques se déroulent principalement selon une approche cognitivo-comportementale, intégrant des courants psychothérapeutiques humanistes tels que la psychothérapie Gestalt, la psychothérapie centrée sur le client, l'analyse transactionnelle et d'autres.

Des techniques spécifiques d'approche psychothérapeutique sont utilisées, initiant ainsi un processus d'échange cognitif entre le thérapeute et le patient qui permet, initialement, de comprendre la situation qui affecte le patient et en même temps que celui-ci commence à prendre conscience de sa propre problématique.

Dans un premier temps, le patient arrive à la consultation après avoir pris rendez-vous par téléphone s'il s'agit d'une consultation en présentiel, ou après avoir pris rendez-vous par internet dans le cas d'une consultation en ligne. À ce stade initial, le patient commence le processus avec suffisamment d'enthousiasme et de désir de changement.

Le problème survient lorsque commence la deuxième phase, caractérisée par la nécessité d'effectuer des tâches basées sur des actions à réaliser dans la vie quotidienne, en dehors du cadre du cabinet, entre une consultation et la suivante. Le rythme nécessaire à l'accomplissement de ces tâches diminue. Cette situation est probablement due à un manque d'habitude, de compréhension du processus, d'indiscipline, de manque de temps, de négligence, de distraction, de peur du changement ou d'absence d'un programme de renforcement positif qui permettrait d'augmenter la motivation et ainsi la probabilité d'occurrence de la réponse souhaitée.

Malheureusement, cette situation risque d'entraîner l'échec du processus psychothérapeutique cognitivo-comportemental qui permettrait au patient d'acquérir de nouvelles habitudes tout en éteignant celles qui l'ont fait perpétuer un comportement inadéquat pour atteindre certains objectifs, ouvrant ainsi la probabilité d'abandon du processus sous n'importe quel prétexte.

En ce sens, il semblerait, à première vue, que la thérapie n'a pas fonctionné, n'a pas donné de bons résultats. Et ce n'est pas vraiment le cas, ce qui se passe c'est que le protocole préalablement établi pour provoquer le changement de comportement requis n'est pas respecté.

Il est également possible que le patient croie que parce qu'il a initialement compris sa situation et son origine (processus uniquement intellectuel), il a déjà résolu le problème qui l'affecte, ce qui est totalement faux.

2. COMMENT SE PRODUIT LE CHANGEMENT

Dans le domaine des processus psychologiques, d'un point de vue intégral, le cycle normal pour que le changement se produise se déroule de la manière suivante :

1. Sensation : Information qui nous parvient par les sens (vision, audition, toucher, odorat, goût).

2. Perception : Interprétation que nous faisons de ce qui nous parvient par nos sens.

3. Connaissance : Sens, signification que nous donnons à ce que nous avons perçu. Assimilation de ce que nous avons interprété.

4. Comportement : Action. Mise en pratique de ce que nous connaissons déjà.

5. Apprentissage : Expérience acquise par l'action, le comportement mis en pratique encore et encore.

6. Sagesse : Maîtrise de ce que nous avons appris en le mettant continuellement en pratique avec succès. La sagesse conduit à la paix, au bonheur et à la santé tant mentale que physique. En le sachant, nous pouvons le partager socialement.

L'accomplissement de ces étapes par le patient est ce que l'on recherche réellement pour atteindre ou maintenir la santé physique, émotionnelle et mentale. Pour cela, le plan d'action suivant est proposé.

3. PROPOSITION

Pour résoudre l'inefficacité des patients concernant l'accomplissement des étapes du processus de changement, et ainsi réduire au maximum le risque d'échec du processus psychothérapeutique, le programme en ligne suivant est proposé, basé sur le paradigme du conditionnement opérant, spécifiquement sur l'aspect du renforcement positif des comportements souhaités et l'extinction de ceux non désirés ou inefficaces.

3.1. ÉTAPES :

Étape préalable :

Avant de commencer la promotion de ce programme, le thérapeute doit avoir prêt, comme partie intégrante de celui-ci, plusieurs plans de récupération déjà conçus pour des perturbations spécifiques telles que l'anxiété, la dépression, les addictions, la colère, la communication interpersonnelle non assertive, etc.

Ces plans de travail pour les patients doivent être incorporés au système, prêts à être utilisés lorsque les patients les achètent.

C'est le Plan de Récupération (ou Plans) pour chaque patient qui accède au Programme.

1. Le patient voit sur internet une promotion d'un produit psychothérapeutique annonçant les avantages qu'il obtiendra en y accédant, appelé PLAN DE RÉCUPÉRATION POUR DES PERTURBATIONS PSYCHOLOGIQUES SPÉCIFIQUES.

Dans la promotion, il est invité à assister virtuellement ou en présentiel à une première consultation psychologique. Dans cette annonce, on lui indique quelle page il doit ouvrir.

2. En ouvrant la page, l'information est élargie en lui indiquant comment prendre rendez-vous, le coût et la durée de la consultation, qui peut être :

-Présentielle. S'il vit dans la ville de Mérida, Venezuela, dans le périmètre de la ville.

-En ligne par appel vidéo ou Google Meet ou autre moyen.

On lui indique également le nom du thérapeute, un bref résumé de son curriculum vitae et tout ce qui est considéré important pour qu'il s'enthousiasme et clique sur le bouton de rendez-vous.

3. L'intéressé :

a. Clique sur le bouton pour demander un rendez-vous en ligne, ou

b. Clique sur le bouton pour demander un rendez-vous en présentiel.

4. Dans les deux cas, un chronogramme ou calendrier apparaît avec toutes les dates et heures disponibles. Ce calendrier changera évidemment chaque fois qu'un jour et une heure seront occupés par une demande d'un intéressé et il faut le maintenir automatiquement à jour.

5. Le patient clique sur le jour et l'heure qui lui conviennent pour le rendez-vous. Un formulaire apparaît pour qu'il remplisse ses données d'identification : Nom complet. C.I. Numéro de téléphone. Où il vit et toute autre information jugée pertinente.

6. Par une interface privée ou par email, le thérapeute reçoit la notification qu'une personne est intéressée par une consultation psychologique. Il reçoit également le formulaire avec les données de la personne intéressée et le calendrier mis à jour incluant cette demande.

7. Le thérapeute communique par WhatsApp ou par téléphone avec la personne intéressée, se présente, lui souhaite la bienvenue, confirme le jour et l'heure et le moyen par lequel la consultation psychologique aura lieu. Il l'informe du montant de la consultation en dollars et du mode de paiement : Si c'est au Venezuela, paiement mobile (Banque, C.I. du thérapeute, Numéro de téléphone pour le paiement mobile - qui dans mon cas n'est pas le même que mon WhatsApp ou appels). Il peut aussi payer avec Zelle (on lui donne l'email du Zelle). Il demande à l'intéressé d'envoyer la capture d'écran du paiement au WhatsApp du numéro de téléphone X lorsqu'il effectue le paiement.

8. L'intéressé effectue le paiement, envoie la capture d'écran.

9. Le thérapeute vérifie dans sa banque que tout est correct et envoie un OK à l'intéressé et lui confirme à nouveau que tout est en ordre pour réaliser la consultation. Si c'est en présentiel, il lui donne aussi l'adresse.

10. Le patient assiste à la consultation présentielle ou en ligne via appel téléphonique, appel vidéo ou Google Meet le jour, l'heure et le lieu convenus.

11. Lors de cette consultation privée, un échange cognitif a lieu entre le thérapeute et le patient en quatre étapes : 1. Données d'identification du patient. 2. Motif pour lequel il a besoin de cette consultation psychologique, c'est-à-dire quel est son besoin, 3. Le thérapeute donne son opinion concernant les déclarations du patient et lui explique en quoi consiste le programme de récupération et le lui propose. 4. Le thérapeute et le patient parviennent à un accord sur le coût du Plan de Récupération.

12. Le patient paie la valeur complète du Plan de Récupération indiqué par le thérapeute, en utilisant les mêmes moyens de paiement qu'il a utilisés pour payer la première consultation.

13. Le patient paie et envoie la capture d'écran au thérapeute.

14. Le thérapeute vérifie que tout est en ordre et informe le système du Plan de Récupération indiqué pour ce patient.

15. Le programme émet une clé spéciale pour ce patient en lui indiquant qu'avec celle-ci, il peut accéder au Plan de Récupération indiqué par le thérapeute.

16. Le patient avec la clé accède au Plan de Récupération et doit suivre scrupuleusement toutes les étapes indiquées dans celui-ci.

4. LE PLAN (OU LES PLANS) DE RÉCUPÉRATION. (À DÉVELOPPER)

Chaque fois que le patient accomplit l'instruction qui apparaît dans le plan, il doit recevoir une reconnaissance, un encouragement, des mots motivants. Il doit y avoir des rappels quotidiens pour l'accomplissement de la tâche et il pourrait y avoir aussi un bouton pour qu'il écrive quotidiennement comment il s'est senti en accomplissant cette tâche.

Il pourrait également y avoir un système dans lequel si le patient n'a pas accompli la tâche qui lui correspond, il le renvoie aux tâches précédentes même s'il les a déjà réalisées auparavant.

Si le consultant a réalisé la tâche assignée par le thérapeute, il reçoit une récompense.

S'il ne l'a pas réalisée, il recevra un rappel, et ainsi tous les jours, consécutivement jusqu'à ce que l'habitude de faire la ou les tâches assignées soit créée.

En même temps, le psychothérapeute reçoit quotidiennement du programme des informations sur l'action du patient.

Le thérapeute, avec l'information reçue, motive quotidiennement le consultant en lui transmettant de l'enthousiasme à travers la visualisation d'un avenir prometteur sans les problèmes qui l'affligent actuellement, en lui fournissant quotidiennement des conseils avec l'information qu'il considère valable pour résoudre le problème en question.

En plus de la stratégie motivationnelle mentionnée, un autre système de récompense ou de renforcement positif peut être créé au cas où le consultant accomplirait la ou les tâches assignées, au moyen de bons, de points ou de jetons qui peuvent être échangés contre quelque chose de valeur pour le patient, par exemple, des pourcentages de réduction sur les séances de thérapie, une séance gratuite, du matériel écrit lié à la résolution de son problème. De même, montrer quotidiennement au patient le record des tâches accomplies, ce qui est également renforcé positivement par des mots ou un gain de points.

Évidemment, le thérapeute doit avoir conçu préalablement le plan à offrir en fonction de la pathologie ou du problème du patient.

=========================================================================

NOTES DE LUIS :

On commencera par le système de réservations, pour lequel j'ai préparé une sorte de "traduction dev", avec des "User Stories" incluses :

Le système d'API sera développé en utilisant le framework Symfony dans sa dernière version (7.0) et une architecture MVC.

###Contexte :

La cliente est une thérapeute qui cherche à développer une application pour faciliter une partie de son travail.

Le projet consiste en une interface qui permettra aux utilisateurs non authentifiés de demander des réservations pour des consultations de la manière suivante :

L'utilisateur :

Clique sur un bouton pour demander le rendez-vous en ligne ou en personne.

Dans les deux cas, un horaire ou un calendrier apparaîtra avec toutes les dates et heures disponibles. Ce calendrier changera évidemment chaque fois qu'un jour et une heure seront occupés par une demande d'une partie intéressée et doit être maintenu automatiquement à jour.

Le patient clique sur le jour et l'heure qui lui conviennent. Un formulaire apparaît pour que le patient remplisse ses données d'identification : Nom complet. Adresse e-mail. Numéro de téléphone.

À travers une interface privée et par e-mail, la thérapeute reçoit la notification qu'une personne est intéressée par une consultation. Dans cette notification, la thérapeute verra les informations remplies dans le formulaire par la personne.

Clarification :

Il n'y a qu'UNE thérapeute, la cliente.

###User Stories :

En tant qu'utilisateur non authentifié, je veux demander un rendez-vous en ligne ou en personne, pour pouvoir choisir ma méthode de consultation préférée.

En tant qu'utilisateur non authentifié, je veux voir un calendrier des créneaux disponibles pour les rendez-vous, pour pouvoir sélectionner une date et une heure convenables pour ma consultation.

En tant qu'utilisateur non authentifié, je veux voir des mises à jour en temps réel du calendrier, pour m'assurer que le créneau que je choisis est encore disponible.

En tant qu'utilisateur non authentifié, je veux remplir un formulaire avec mes informations personnelles après avoir sélectionné un créneau pour le rendez-vous, pour que la thérapeute puisse m'identifier et me contacter.

En tant qu'utilisateur non authentifié, je veux recevoir une confirmation que ma demande de rendez-vous a été envoyée, pour savoir que le processus est terminé.

En tant que thérapeute, je veux recevoir des notifications pour les nouvelles demandes de rendez-vous, pour pouvoir les examiner et les gérer rapidement.

En tant que thérapeute, je veux voir les détails de chaque demande de rendez-vous, y compris les informations du patient et la méthode de consultation préférée, pour pouvoir me préparer pour le rendez-vous.

En tant que thérapeute, je veux accéder à une interface privée pour gérer toutes les demandes de rendez-vous et mon calendrier, pour pouvoir organiser mon travail efficacement.

En tant que thérapeute, je veux pouvoir bloquer certains créneaux horaires ou dates dans le calendrier, pour pouvoir gérer ma disponibilité pour les rendez-vous.

En tant que thérapeute, je veux pouvoir voir et modifier mon emploi du temps, pour pouvoir faire des changements si nécessaire.

En tant que développeur, je veux m'assurer que le calendrier se met à jour automatiquement lorsque des rendez-vous sont réservés ou annulés, pour que les informations affichées aux utilisateurs soient toujours précises.

En tant que développeur, je veux implémenter une authentification sécurisée pour l'interface privée de la thérapeute, pour que les données des patients restent confidentielles.