

Les expériences des usagers sur les questionnaires d'évaluation et le Plan de bien-être

« Ils m'ont permis d'en savoir davantage sur ma maladie. »

« Ils m'ont aidé à surveiller mon état de santé et à prévenir les rechutes. »

« Ils m'ont aidé à réaliser combien je pouvais jouer un rôle plus actif dans mes soins. »

« Ils m'ont permis de découvrir que ne pas être en forme psychologiquement est acceptable et que cet état ne dure pas éternellement. »

- Les usagers ont joué un rôle important dans le choix du K10 comme outil d'évaluation des soins apportés par les services de santé mentale publique de NSW.
- Les usagers ont grandement contribué à l'élaboration du *Plan de bien-être*.
- Les usagers ont également joué un rôle important dans le développement du questionnaire APQ6.
- Le ministère de la Santé de NSW continuera de promouvoir ces initiatives auprès des usagers par l'intermédiaire du NSW CAG (Groupe consultatif en matière de santé mentale de NSW).

Où puis-je trouver des informations complémentaires ?

Si vous avez des questions, des préoccupations ou si vous voulez obtenir davantage d'informations sur les questionnaires d'évaluation et le *Plan de bien-être* :

- consultez votre médecin en santé mentale ;
- discutez avec les conseillers ou les membres du personnel ;
- visitez le site (pour obtenir des informations complémentaires sur les questionnaires d'évaluation) : www.amhocn.org

Coordonnées du contact le plus proche



Health



Health

Rétablissement et résultats : à vous de jouer !

Auto-évaluation de votre santé mentale

Notre vision de votre rétablissement

Un rétablissement après une maladie nécessite de se prendre en main, de garder espoir et de participer activement à ses propres soins.

Quels sont les outils utilisés pour mesurer les résultats ?

- Les outils de mesure des résultats font partie d'une initiative nationale mise en œuvre pour évaluer les résultats des soins dispensés en matière de santé mentale.
- Ils permettent, à vous comme à votre médecin, d'établir ensemble votre cheminement graduel vers un rétablissement.
- Les informations recueillies peuvent être utilisées pour orienter la planification des soins et suivre le déroulement du rétablissement.
- Les informations permettent également à votre service d'envisager des améliorations de ses prestations.
- Certains outils de mesure sont destinés aux médecins, mais ils offrent aux usagers la possibilité d'effectuer leur auto-évaluation. En NSW, ces outils sont le questionnaire Kessler 10 (K10) et le Questionnaire d'Activité et de Participation (APQ6).

Des mesures de résultats présentent-elles un intérêt pour vous ?

- Les informations fournies par les outils de mesure des résultats aideront votre service à améliorer les soins qu'il vous dispense.
- Les informations fournies par les outils de mesures des résultats vous encourageront à participer à votre traitement et à votre rétablissement.

À quoi vous attendre ?

- Votre médecin en santé mentale vous proposera de répondre au questionnaire K10 lors de votre évaluation. Celui-ci contient 10 questions permettant de mieux connaître vos états de santé mentale durant ces dernières semaines.
- Vous serez également invité à répondre au questionnaire APQ6 concernant vos récentes activités au sein de votre communauté, au travail et/ou dans le cadre de vos études.
- Vous pouvez répondre à ces questionnaires seul ou avec l'aide de votre médecin ou de tout autre membre du personnel, si nécessaire.
- Votre médecin peut discuter de vos réponses avec vous afin de mieux planifier vos soins.
- Vous serez de nouveau invité à remplir les questionnaires K10 et/ou APQ6 en cours du traitement afin d'évaluer vos progrès.
- Si vous avez des difficultés à lire les questionnaires, demandez à votre médecin de vous aider.
- Si vous avez des difficultés à lire le questionnaire K10 en anglais, il est disponible dans d'autres langues.
- Si vous avez des difficultés à parler en anglais, un interprète peut vous aider à remplir les questionnaires. Indiquez simplement à votre médecin dans quelle langue vous préférez converser.
- Vous pouvez choisir de ne pas répondre aux questionnaires d'évaluation si vous le désirez.

Qu'est-ce que le Plan de bien-être ?

En plus des questionnaires d'évaluation, nous avons également établi un *Plan de bien-être* afin que vous puissiez participer activement à vos propres soins.

Ce plan a été conçu par les usagers des services de santé mentale de NSW. Votre médecin vous proposera peut-être de le compléter au cours de votre traitement. Les usagers sont fortement encouragés à compléter ce plan avec leur médecin et/ou leur soignant. Le but de ce plan est de vous impliquer davantage dans vos propres soins, notamment en ce qui concerne la gestion des symptômes et des crises, et la prévention des rechutes. Ce plan aide au rétablissement et vous rappelle ce que vous devez faire pour favoriser ce dernier.

- Ce plan vous donne l'occasion de vous exprimer quant à votre propre traitement.
- Il permet à votre service de savoir les soins qui vous ont été les plus bénéfiques.
- Il permet d'identifier les opportunités de collaborer plus étroitement avec votre service.
- Il vous aide à identifier ce qui est important pour vos soins et votre rétablissement.
- Vous avez aussi la possibilité de revoir votre plan au cours de vos soins pour être sûr qu'il est à jour.