

Table des matières

1. Pole Consultation :	2
Informations pratiques	2
L'équipe	2
2. Que fait-on / ne fait-on pas au Centre Pierre Janet ?	3
Valeurs Fondamentales :	3
Pour qui ?	3
Offres de soin :	3
Mais encore :	3
Le Centre n'a pas les compétences nécessaires pour :	4
3. Procédure d'orientation	5
Orientation classique :	5
Se rendre sur la plateforme	5
Le rdv téléphonique d'orientation	5
Et pour les consultations suspendues ?	6
4. La thérapie dans le cadre d'un parcours de soins	6
5. Le cadre de la thérapie	7
6. Le cas des rdv en visio	7
7. Mes droits en tant que patient	8

1. Pole Consultation :

Informations pratiques

Le Centre Pierre Janet (CPJ) se trouve sur l'île du Saulcy, 5700 METZ au sein du campus universitaire.

Son entrée se situe sur le côté du premier bâtiment à l'extrémité du bâtiment SHS (*côté fresque / centre-ville*). Nos locaux sont situés au 3^{ème} étage

Le secrétariat est ouvert du lundi au vendredi de 9h à 16h30.

Le CPJ a deux périodes de fermeture annuelle : 3 semaines l'été (dernière semaine de juillet, deux premières semaines d'août) et 2 semaines l'hiver (durant la période de vacances scolaires).

Pour toute demande, contacter le secrétariat principal au : 03.72.74.82.93 ou par mail (cpj-consultation@univ-lorraine.fr).



Capacité potentielle de consultation par créneaux

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8h00 / 9h00		1	1	2	2	5
9h00 / 10h00	2	2	4	5	5	5
10h00 / 11h00	2	2	4	5	5	5
11h00 / 12h00	2	2	4	5	5	5
12h00 / 13h00	2	2	3	5	5	
13h00 / 14h00	3	1	4	5	5	
14h00 / 15h00	3	1	4	5	5	
15h00 / 16h00	3		4	5	5	
16h00 / 17h00	3		4	5	4	
17h00 / 18h00	2		2	3	3	
18h00 / 19h00			2	1	2	
19h00 / 20h00				1		

Ce tableau fait état d'une tendance globale et peut évoluer au fil du temps.

1, 2
3, 4
5

Nombre de thérapeutes
en consultation

Créneaux les plus
demandés

Possibilité
de consultation
EMDR enfants

Pas de créneau
possible

Les consultations au CPJ sont à 70 euros pour les adultes, et 75 euros pour les consultations enfants et famille.

Les consultations sont réglables en chèque ou par carte bancaire.

Les consultations ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie ; cependant, votre psychologue pourra vous fournir une facture que vous pourrez transmettre à votre mutuelle.

Si vous bénéficiez de bons de consultations suspendues, vous n'aurez qu'à les transmettre à votre thérapeute lors de vos séances.

L'équipe

Le Pôle Consultation du CPJ est constitué d'une secrétaire, de 4 psychologues salariées et d'une quinzaine de psychologues prestataires. L'équipe de consultants s'harmonise autour de valeurs communes, ainsi que par leur pratique « intégrative » de la psychologie. Des psychologues libéraux adhèrent au réseau CPJ sur le territoire de Moselle pour recevoir les situations partenaires.

2. Que fait-on / ne fait-on pas au Centre Pierre Janet ?

Valeurs Fondamentales :

- Respect et confidentialité.
- Approche scientifique et éthique.
- Collaboration interdisciplinaire.
- Engagement envers l'amélioration continue de la qualité de soin.

Pour qui ?

- Demande de prise en charge adulte.
- Demande de prise en charge enfant (autorisations parentales obligatoires pour tout enfant mineur, par chaque détenteur de l'autorité parentale).
- Les patients ayant des bons de consultation suspendue peuvent venir de l'Eurométropole ou de la Ligue peuvent adresser leurs demandes directement à l'adresse : cpj-orientation@univ-lorraine.fr
- Pour les consultations partenaires : rendez-vous possibles dans les locaux du CPJ ou dans notre réseau. Les référents partenaires doivent prendre contact à cpj-orientation@univ-lorraine.fr pour évoquer les situations au préalable avec la psychologue d'orientation qui évaluera les besoins et trouvera le thérapeute adapté.
- Personne sous tutelle / curatelle (autorisation du tuteur / curateur obligatoire).

Offres de soin :

Différentes thérapies sont proposées au CPJ. L'entretien d'orientation téléphonique vous permettra de définir la thérapie la plus à même de vous correspondre, telle que :

- Psychothérapie
- Thérapie brève, EMDR, ICV, Hypnose
- TCC
- Psychodynamique
- Thérapie systémique (couples, familles)
- Accompagnement autour de la périnatalité
- Prise en charge des psychotraumatismes et traumatismes complexes
- Thérapie humaniste
- Protocole de recherche
- Bilans : WISC, WAIS, TDA/H, bilans cognitifs mémoire, attention, fonctions exécutives, TDAH Adulte/ enfant, ...
- Soutien psychologique proposé par les étudiants du Master de Psychothérapie et dimensions traumatiques de Metz (Université de Lorraine).

Mais encore :

- **Ateliers / groupes de paroles**

Le CPJ propose des cycles MBSR complets sur 8 semaines.

D'autres projets vont voir le jour afin de proposer des activités complémentaires à la thérapie et permettant aux personnes qui le souhaitent d'enrichir leur parcours de soin.

Des ateliers thérapeutiques peuvent être proposés.

- **Accompagnement des professionnels**

Le Pôle Consultation développe également des dispositifs d'accompagnement et de réflexion destinés aux professionnels de la santé mentale, du secteur médico-social, etc.

La supervision peut être proposée en groupe (sur devis) ou en individuel. Elle vise à soutenir et accompagner un professionnel dans sa pratique, afin d'améliorer la qualité de ses interventions, de prévenir le burn-out et la fatigue compassionnelle, favoriser le développement personnel et professionnel, et assurer la sécurité et l'éthique dans la pratique.

- **Prises en charges d'urgence**

Urgence individuelle : peut être sollicitée en cas d'état de stress aigu, d'un incident qui vous a fortement impacté. Des symptômes suite à un incident critique peuvent survenir le mois suivant. Nous contacter directement par téléphone ou par mail dans ces situations, à l'adresse : cpj-orientation@univ-lorraine.fr

Un rendez-vous d'urgence vous sera proposé, mais il s'agira d'un rendez-vous ponctuel. Si un besoin de poursuivre en thérapie se fait sentir, la psychologue coordinatrice réévaluera vos besoins et vous orientera vers l'un des thérapeutes selon les disponibilités. Il est possible qu'il y ait de l'attente avant ce relais.

Prise en charge d'urgence de groupe suite à un incident / débriefing

La prise en charge psychologique d'urgence désigne l'ensemble des interventions destinées à aider des individus confrontés à des événements potentiellement traumatiques ou à des situations de stress aigu. Les objectifs sont de soulager la détresse émotionnelle immédiate, prévenir les conséquences à long terme (réduire le risque de développer un trouble de stress post-traumatique notamment).

La prise en charge peut être individuelle ou en groupe, au CPJ ou directement dans les structures, dans les 48 à 72 heures suivant l'événement (sur devis).

Il est possible de nous contacter directement à l'adresse cpj-consultation@univ-lorraine.fr avec la mention "URGENCE" dans l'objet, ou par téléphone aux heures d'ouverture du secrétariat au : 03.72.74.82.93.

Le Centre n'a pas les compétences nécessaires pour :

- Prendre en charge les urgences psychiques / psychiatriques telles que : les décompensations, les crises suicidaires. Nous recommandons une orientation vers le Service Psychiatrique d'Urgence et de Liaison de secteur (Mercy : 03.87.55.31.11).

- Assurer les injonctions de soin dans le cadre de suivis judiciaires : s'orienter vers le CMP de secteur.
- Prendre en charge des situations en cours de judiciarisation, comme des situations entre le signalement / l'enquête sociale / le placement d'un enfant.
- Rédiger des expertises à destination d'avocats, de tribunaux sans la demande directe d'un magistrat. Les expertises sont réalisées par des psychologues répertoriés
- Recevoir des enfants sans les autorisations parentales de toute personne exerçant l'autorité parentale sur l'enfant.
- Prescrire un soutien médicamenteux (seuls les psychiatres / médecins sont habilités à le faire).
- Poser des diagnostics qui sont à la charge de médecins, médecins psychiatres (compétence diagnostique mais pas de reconnaissance diagnostique).
- Le centre ne possède pas d'équipe médicale, il n'est pas conventionné avec l'ARS, aussi aucun psychiatre, aucune ordonnance médicamenteuse et aucun remboursement ne peut être effectué.

3. Procédure d'orientation

Orientation classique :

Se rendre sur la [plateforme](#) de prise de rendez-vous du site internet du CPJ. En cas de difficulté s'adresser au secrétariat.

Des créneaux sont ouverts chaque fin de mois selon les disponibilités données en amont par les thérapeutes. Les patients seront placés sur liste d'attente après l'appel d'orientation si aucun créneau ne correspond à leur disponibilité.

Le rendez-vous téléphonique d'orientation :

Vous aurez un premier appel avec la psychologue coordinatrice du CPJ. Cet appel d'une durée de 20 minutes environ aura pour but de définir votre motif de consultation et de prendre les informations administratives à votre sujet.

La mission de la psychologue coordinatrice sera alors de vous orienter vers le/la psychologue qui sera la plus à même de répondre à votre demande.

Lors de cet appel au CPJ, vos disponibilités vous seront demandées. Lorsqu'un [créneau](#) vous sera proposé, il sera libre tous les 15 jours le même jour à la même heure. (*Exemple : si vous êtes disponible les lundis matins, on pourra vous proposer un créneau à 9h et vous aurez donc rendez-vous un lundi sur deux à 9h*).

Si vous préférez avoir un rendez-vous une fois par mois, il est possible d'en échanger avec la psychologue coordinatrice lors de l'appel, ou avec le/la thérapeute qui vous reçoit directement.

Dès qu'une **orientation** vers l'un de nos thérapeutes est possible, vous serez contacté par la psychologue coordinatrice qui vous proposera un créneau. Si vous validez ce créneau, un mail de confirmation de rendez-vous vous sera envoyé avec toutes les informations nécessaires pour vous rendre au CPJ. Un sms de rappel vous sera envoyé la veille avec les codes du parking et les codes d'entrée de la porte du bâtiment.

En fonction de vos disponibilités, il est possible que l'orientation ne se fasse pas tout de suite après votre appel et que vous soyez placé sur **liste d'attente**.

Et pour les consultations suspendues ?

Pour la mission locale, La PMI, le mouvement du NID, la PJJ, l'ASE, ADOMA, l'AIEM, Ligue contre le cancer ou encore les demandes émergeant des assistantes sociales de secteur, toute demande doit passer par la psychologue coordinatrice et être adressée à cpj-orientation@univ-lorraine.fr. Une fiche de liaison sera demandée au référent.

Les patients venant de l'Eurométropole ou de la Ligue peuvent adresser leurs demandes directement à la même adresse.

Les bons vous sont distribués par votre référent, par trois et sont renouvelables trois fois ; ce qui signifie que vous pouvez bénéficier de neuf séances avec des bons de consultations suspendues (selon partenaires et disponibilités des bons auprès de votre partenaire).

Si toutefois il était nécessaire de poursuivre le suivi au-delà des neuf séances, plusieurs possibilités s'offrent à vous qui peuvent être évoquées lors des premières séances avec votre thérapeute :

- Vous êtes en mesure de financer les séances suivantes dans ce cas, vous poursuivez le suivi avec votre psychologue.
- Vous ne pouvez pas financer les séances, alors votre psychologue vous orientera vers des services de soin gratuits (Centre médico psychologique par exemple).

Les possibilités d'orientation dépendent des créneaux donnés par l'utilisateur, ainsi que des disponibilités données par les thérapeutes.

Recherche :

Le CPJ travaille en synergie avec les psychologues cliniciens étudiants chercheurs. Il vous sera proposé en tant que patient majeur de pouvoir participer à la recherche, soit par questionnaires, soit par protocole interventionnel. La recherche répond à un cadre déontologique strict respectant l'anonymat et l'adhésion libre et éclairée, il est possible de se rétracter à tout moment. Il est possible qu'il vous soit demandé si vous

adhérez à la présence d'étudiants stagiaires en psychologie (M1, M2) lors de l'appel d'orientation ou lors de vos consultations. Cette proposition respecte l'axe formation chère au CPJ. Vous êtes libre de refuser.

4. La thérapie dans le cadre d'un parcours de soins

- Le parcours de soin :

Il permet l'accès aux consultations de 1^{er} recours et, quand cela est nécessaire, aux autres lieux de soins : hospitalisation programmée ou non (urgences). Il s'agira alors de coordonner avec les autres professionnels du médico-social l'accompagnement du patient dans ses besoins.

- Comment commence une thérapie :

La thérapie débute par une envie de changement qui émerge du patient. Le patient doit pouvoir exprimer une demande d'aide, un objectif de travail. Cette demande peut être co-construite avec le thérapeute lors des premières rencontres. Le thérapeute va permettre au patient d'engager réflexions et actions, grâce à ses compétences théoriques et techniques.

- Comment finit une thérapie :

Il n'y a pas de règle à proprement parler qui définit la fin d'une thérapie. Une thérapie peut se terminer à tout moment, à la demande du patient ou d'un commun accord avec le thérapeute. Le thérapeute peut également vous réorienter vers l'un.e des collègues s'il estime ne pas avoir les compétences nécessaires pour vous accompagner au mieux. Il est également possible de suspendre un suivi et le reprendre à tout moment. Chaque patient est libre de son parcours de soin. Si vous n'êtes pas à l'aise d'en parler avec votre thérapeute, vous pouvez écrire à cpj-orientation@univ-lorraine.fr pour informer du souhait de suspendre le suivi ou votre besoin de réorientation. Généralement, un suivi peut se terminer lorsque les objectifs ont été atteints.

- L'abandon des thérapies

Le "drop-out" en psychothérapie désigne l'abandon du suivi par le patient sans en discuter avec le thérapeute, souvent dès les premières séances. Ce phénomène est courant et concerne tous les types de patients, quels que soient leur âge, leur genre ou leur contexte social. Les études montrent que seule une minorité poursuit au-delà de dix séances, et beaucoup ne reviennent même pas après le premier entretien. Les raisons sont multiples : attentes irréalistes, déceptions face au déroulement des

séances, difficulté à se projeter dans un processus thérapeutique, ou encore perception d'un manque de compétence ou de lien avec le thérapeute.

Cela met en lumière l'importance cruciale des premières séances, qui doivent permettre d'instaurer un climat de confiance, clarifier les objectifs et ajuster les attentes pour limiter les ruptures précoces du suivi.

Il peut être difficile d'indiquer au thérapeute que le suivi ne nous convient pas, que nous ne sommes finalement pas prêt pour démarrer une thérapie, que cela ne répond pas à nos attentes, ... Si vous êtes dans l'une de ces situations, n'hésitez pas à contacter le Pôle Consultation pour permettre une réorientation vers un autre thérapeute ou pour annuler le rendez-vous et arrêter le suivi : cpj-consultation@univ-lorraine.fr

Vous n'avez pas à justifier l'arrêt d'un suivi, seulement, par respect pour le thérapeute qui réserve un créneau pour vous recevoir, et pour les personnes en attente de démarrer un suivi, merci de nous en informer.

5. Le cadre de la thérapie

Au CPJ, quel statut a mon psychologue ?

Le psychologue peut travailler en institution et/ou en cabinet libéral.

Le psychologue peut être salarié ou prestataire du CPJ. Vous le rencontrez donc au sein du CPJ.

Le psychologue peut être affilié au réseau du CPJ, auquel cas vous le rencontrez dans son cabinet.

Le psychologue salarié ou prestataire vous reçoit dans les locaux du CPJ sur un créneau qui vous est assigné, généralement tous les quinze jours.

Il se peut que vous ayez besoin de moduler la temporalité de vos séances de manière transitoire. Dans ce cas, plusieurs modalités peuvent être rencontrées :

- A) Votre thérapeute a d'autres créneaux libres au sein du CPJ et vous les propose.
- B) Votre agenda et celui de votre thérapeute ne coïncident pas. Dans ce cas, votre thérapeute fait une demande spécifique écrite auprès de la Cheffe de Pôle pour vous recevoir au sein de son cabinet libéral. La Cheffe de Pôle formule une réponse écrite. Vous restez patient du CPJ. Le paiement de vos séances s'effectuera alors UNIQUEMENT via un lien de paiement généré par le CPJ. Votre thérapeute ne vous demandera JAMAIS de payer en espèces vos séances, par chèque, ni même par carte bancaire en dehors des locaux du CPJ.

Il se peut que votre psychologue ne soit plus en mesure d'assurer votre suivi (départ du CPJ, longue maladie, etc.). Dans ce cas, le CPJ vous proposera une orientation

vers un autre thérapeute afin d'assurer au mieux une continuité dans votre prise en charge thérapeutique. Néanmoins, le CPJ ne pourra garantir un délai précis de démarrage de la nouvelle prise en charge, cela dépendant des disponibilités des autres thérapeutes. Notez tout de même que vous êtes prioritaire sur la liste d'attente.

- **En tant que patient, que m'est-il demandé ?**

Dans un souci d'organisation, de respect des psychologues et des autres usagers, il est demandé aux patients de respecter les horaires de rendez-vous et de prévenir en cas d'annulation ou de retard.

Les patients sont encouragés à participer activement à leur prise en charge en suivant les recommandations des professionnels, si celles-ci font sens pour eux.

Les patients doivent se comporter de manière respectueuse envers le personnel et les autres usagers du CPJ.

6. Le cas des rendez-vous en visio

Pour les consultations réalisées en visio, un lien de paiement sécurisé vous sera envoyé par mail et vous pourrez réaliser le règlement de la consultation par ce biais. Les consultations en visio respectent le même cadre de confidentialité que les consultations en présentiel.

7. Les attestations

Au CPJ, nous pouvons vous délivrer des attestations de présence sur demande ainsi que des attestations de paiement que vous pourrez éventuellement faire valoir auprès de votre mutuelle.

Concernant les attestations relatives à votre suivi ; la délivrance de ces attestations varie en fonction des professionnels. Chaque psychologue demeure libre de sa décision. Par conséquent, pour toute demande d'attestation, nous vous invitons à vous rapprocher de votre psychologue ou à solliciter des renseignements auprès de notre équipe afin d'être orienté vers le psychologue qui sera en mesure de répondre à votre demande.

8. Mes droits en tant que patient

En tant que patient, vous bénéficiez de droits fondamentaux qui garantissent le respect de votre dignité, de votre vie privée et de votre autonomie. Voici les principaux :

- Le droit à l'information

Vous avez le droit d'être informé de manière claire, compréhensible et adaptée sur votre état de santé, les objectifs de la prise en charge, les modalités des séances, ainsi que sur les éventuels bénéfices ou limites de la démarche.

- Le respect de la confidentialité et du secret professionnel

Tout ce que vous partagez au cours des entretiens est strictement confidentiel. Les professionnels sont tenus au secret professionnel, sauf dans certaines situations exceptionnelles prévues par la loi (danger grave imminent, maltraitance, etc.).

- Le droit au respect de votre vie privée et de votre intimité

Vous êtes accueilli dans un cadre respectueux de votre personne, sans discrimination, jugement ni intrusion.

- Le droit de consentir librement ou de refuser une prise en charge

Vous êtes libre d'accepter ou de refuser un accompagnement psychologique, et pouvez à tout moment mettre fin au suivi si vous le souhaitez.

- Le droit d'accès à votre dossier

Vous pouvez, sous certaines conditions, accéder aux éléments figurant dans votre dossier.

- Le droit à la protection de vos données personnelles

Vos données sont traitées dans le respect du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD). Elles ne sont ni partagées, ni utilisées sans votre accord explicite.