



Bienvenue dans votre programme d'épanouissement et d'équilibre de vie!

Je suis enchantée de votre décision de vous engager dans un processus d'accomplissement et salue votre courage. Je suis honorée d'avoir le privilège de vous accompagner. Votre confiance me touche et soyez assuré que je vous ferai profiter de mon expertise tout au long de notre engagement. Je mettrai tout en action, dont mes compétences et mon savoir, pour vous offrir tous les outils nécessaires pour que vos objectifs soient atteints. J'offre un accompagnement personnalisé et fait sur mesure, selon vos besoins, et je souhaite que votre expérience soit grandissante et gratifiante.

## ENTENTES À HONORER

---

Un processus d'accompagnement repose sur des ententes mutuelles et non pas des attentes. Comme les ententes sont une partie importante de notre travail, je vous invite à prendre connaissance des éléments suivants, qui sont les conditions minimales d'une relation de confiance optimale.

## LIMITE À RESPECTER

---

1. Vous reconnaissez que vous vous présentez sous votre vrai nom, de bonne foi et pour nul autre motif que celui véritable de vos besoins.
2. Vous attestez que vous êtes ici de votre plein gré pour requérir des services professionnels et que vous n'avez subi aucune pression extérieure.
3. Vous reconnaissez être responsable du vocabulaire médical que vous pourriez utiliser et il n'est nullement la responsabilité du professionnel de le valider.
4. Vous ne pouvez demander au thérapeute de poser un acte médical ou un diagnostic réservé.

5. Le thérapeute ne peut intervenir en votre nom dans des affaires juridiques ou des situations associées au travail, par exemple, recommander une absence au travail ou d'émettre une opinion professionnelle médicale sur votre situation.

### Processus à respecter

1. Les séances seront initiées par vous ; vous êtes responsable d'initier le contact à l'heure et au jour convenu de notre rencontre. Si vous êtes en retard, vous devez savoir que le temps prévu pour la séance ne sera pas prolongé. Afin d'éviter des frustrations ou des situations pouvant porter à conflit, veillez à bien organiser l'espace et votre temps avant et pendant nos rencontres. Si vous avez besoin de modifier la date d'une rencontre, vous convenez de m'aviser au moins 48 h d'avance. Si l'un d'entre nous doit annuler une rencontre à la dernière minute pour une raison d'urgence légitime, nous ferons de notre mieux pour convenir d'un autre moment qui sera acceptable pour les 2 parties.
2. Vous êtes responsable de l'intensité de notre relation. La responsabilité du thérapeute est de vous orienter vers l'atteinte de votre objectif, ce qui peut parfois être déstabilisant. Il faut comprendre que l'accompagnement peut apporter son lot d'émotions positives et parfois même négatives. Le rôle du thérapeute n'est pas nécessairement de vous faire plaisir, mais plutôt de vous servir. Il est important que les émotions soient adressées au fur et à mesure afin d'éviter des insatisfactions de part et d'autre. Advenant que le thérapeute fasse quelque chose qui vous met mal à l'aise ou qui vous choque, vous êtes invité à la transparence en faisant part de votre malaise et l'inverse est aussi vrai dans le cas contraire.
3. Nos rencontres vous sont destinées et en partager les outils ou y faire participer une tierce personne est strictement défendu, à moins d'une entente préalablement établie entre les parties.

## DÉROULEMENT DES RENCONTRES

---

Les séances sont disponibles par vidéoconférence ou par téléphone. Les séances seront initiées par vous au jour et à l'heure convenus tel que stipulé dans l'entente sur le processus décrit plus haut. La présence à vos rendez-vous est un gage de réussite et de succès dans vos démarches.

## CONTEXTE DES RENCONTRES

---

Le contexte est un facteur essentiel dans nos rencontres. Il est important de s'assurer que le contexte est optimal et absent de distraction. L'accompagnement est individualisé et sur mesure, donc strictement réservé à la personne avec qui l'entente est établie et signée. Il est interdit d'enregistrer en tout ou en partie nos séances, d'y faire participer une tierce personne ou de partager les outils fournis avec autrui sous peine de voir annuler sans préavis l'entente actuelle. La durée et la fréquence des services seront convenus entre le T.S. et son client. Ceux-ci seront établis selon les besoins du client, l'atteinte de ses objectifs et tout autre élément à prendre en considération.

## POLITIQUES RELATIVES AU CALENDRIER DES RENCONTRES

---

Un préavis de 48 heures est demandé pour annuler votre rendez-vous pour des motifs valables et ce, sans frais, exceptionnellement. Nous pourrions convenir d'une entente si la situation se présente. À la deuxième absence ou sans motifs jugés valables, des frais reliés à la séance vous seront facturés au même titre que si vous étiez présent. Une première absence sans avis est facturable à 50 % et les subséquentes à 100 %. Si l'un d'entre nous doit annuler une rencontre à la dernière minute, pour une raison d'urgence légitime, nous ferons de notre mieux pour convenir d'un autre moment qui sera acceptable pour les deux parties. Il arrive que les rendez-vous soient fixés longtemps d'avance. Dans cette situation, lorsque des occasions de vacances, de formation ou de voyage se présentent, nous modifierons l'horaire prévu et l'adapterons au mieux pour les deux parties.

## VOTRE RESPONSABILITÉ

---

- Être engagé(e) durant votre démarche d'accompagnement
- Être vous-même en respectant votre état d'âme du moment
- Être transparent(e) et honnête dans le processus
- Prendre des décisions tout au long de votre démarche
- Respecter vos engagements
- Réaliser les actions convenues
- Célébrer vos réussites

## LA RESPONSABILITÉ DU THÉRAPEUTE

---

- Être à l'écoute de vos besoins
- Gérer le processus d'accompagnement et garder le cap sur les objectifs
- Identifier les actions limitantes et les obstacles
- Stimuler vos capacités introspectives
- Offrir des stratégies pour améliorer votre qualité de vie
- Stimuler votre capacité à vous questionner sur vos désirs et vos attentes
- Proposer des outils simples et concrets
- Respecter la confidentialité.

## CONFIDENTIALITÉ

---

En ma compétence de travailleuse sociale membre de son ordre professionnelle, toute information à votre sujet sera strictement confidentielle. Je ne partagerai jamais ce que vous avez réalisé ou ce que nous avons discuté dans nos rencontres, à moins que vous ne me le demandiez et aucun renseignement ne sera transmis à un tiers sans votre consentement écrit et une entente spécifique convenue entre nous. Vous devrez aussi assumer les frais relatifs à cette demande qui est exceptionnelle. Cependant, vous devez savoir que certaines circonstances rendent obligatoire la divulgation ou le signalement. Par exemple, la protection de l'enfance, les menaces de violence, le risque de blessure à soi-même ou à autrui. Au cas où une telle situation se présenterait dans le processus, nous ferons consensus pour s'assurer de votre entière protection.

## FIN DU SUIVI

---

Notre relation ne doit en aucun cas être interprétée comme une relation de conseil ou de psychothérapie. En tant que thérapeute, j'émettrai des propositions ou des suggestions. Rien de ce que je dis ou fais, dans les limites de notre relation d'accompagnement, ne doit être interprété comme des obligations à mettre en application. En tant que travailleuse sociale professionnelle, mon rôle est de vous guider et d'être votre alliée vers l'atteinte de vos objectifs ; de vous soutenir face à vos défis, vos comportements, vos croyances, vos valeurs et votre vision.