

Les mesures de contrôle

expliquées aux usagers et à leurs proches

Des soins psychiatriques de pointe dans le respect et la sécurité

L'Institut s'est doté d'une politique qui encadre les mesures de contrôle. Elle est basée sur la Loi sur la gouvernance du système de santé et de services sociaux ainsi que sur les orientations ministérielles en matière de mesures de contrôle.



Ensemble pour apaiser, soigner et sécuriser

Votre équipe clinique est disponible pour répondre à vos questions.

Pour toute situation problématique, vous pouvez adresser vos demandes au chef d'unité.

En cas d'insatisfaction, la commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services est disponible au poste 1174.

Les
mesures de
remplacement
aux mesures de
contrôle

Politique 1235-68-15

Encadrement de l'application des mesures de contrôle à l'Institut national de psychiatrie légale Philippe-Pinel



2025-02-10

Qu'est-ce qu'une mesure de remplacement?

Des interventions ou des stratégies qui permettent d'éviter l'utilisation d'une mesure de contrôle. Je peux appliquer ces stratégies par moi-même ou avec le soutien des membres du personnel.

- Ces interventions visent à prévenir, éliminer ou réduire les causes des réactions et des comportements qui interfèrent avec ma sécurité ou celle d'autrui;
- Ces stratégies m'aident à gérer mes émotions difficiles, à réduire les risques pour tous et à me redonner le pouvoir d'agir.

Quelques exemples de mesures de remplacement

- **Physiques** : routine préparatoire au sommeil, tamisage de la lumière, méditation, identification des signes avant-coureurs, etc.
- **Psychosociales** : échanges avec un pair, réflexion sur les conséquences d'une impulsion, etc.

Comment connaître les mesures de remplacement qui me conviennent?

- En me rappelant les stratégies gagnantes dans le passé
- En élaborant mon **plan proactif**

Qu'est-ce que mon plan proactif?

Un outil pour :

- Identifier mes éléments déclencheurs de stress, mes signaux d'alarme et mes mesures de remplacement;
- Augmenter progressivement ma boîte à outils en situation de stress;
- Discuter de mes expériences antérieures en matière de mesures de contrôle;
- Engager la discussion sur les situations où les mesures de contrôle pourraient être utilisées en dernier recours pour éviter que je ne me blesse ou que je blesse les autres.

Quel est mon rôle en matière de mesures de contrôle?

- Partager avec mon équipe traitante mes expériences antérieures en matière de mesures de contrôle;
- Élaborer mon plan proactif;
- Exprimer mes besoins et être à la recherche de solutions avec le personnel;
- Apprendre à reconnaître mes signaux d'alarme;
- Utiliser mes mesures de remplacement lorsque je me sens moins bien;
- Demander de l'aide en situation de stress;
- Rechercher avec l'équipe traitante des moyens pour éviter de revivre une situation de mesures de contrôle.

En tout temps, mon équipe traitante sollicitera ma participation dans l'élaboration de mon plan d'intervention interdisciplinaire.

