

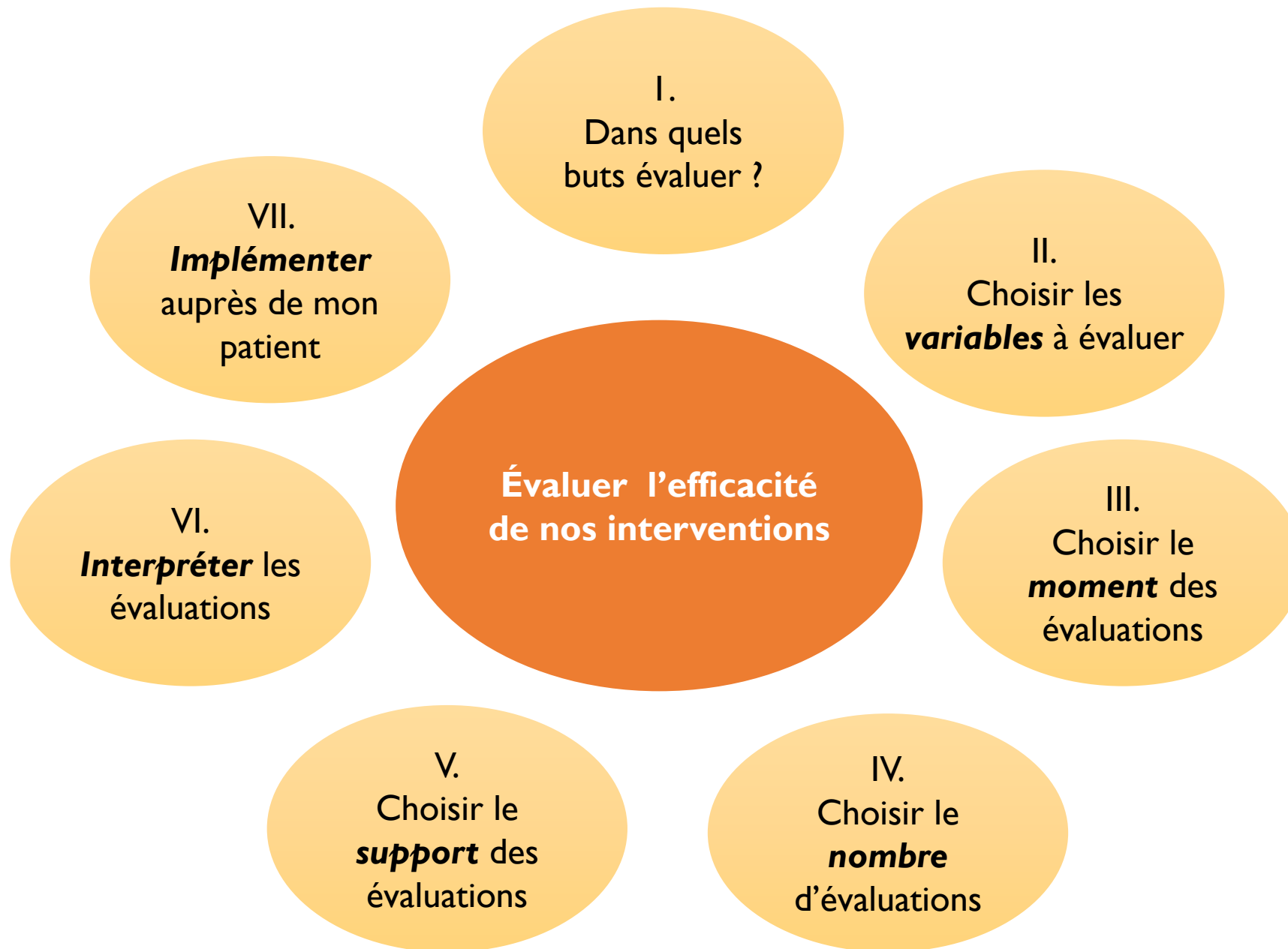
COMMENT ÉVALUER L'EFFICACITÉ DE NOS INTERVENTIONS PSYCHOTHÉRAPEUTIQUES ?

Audrey Krings, Bénédicte Thonon,
Clara Della Libera, Ecaterina Lazari, & Sylvie Blairy

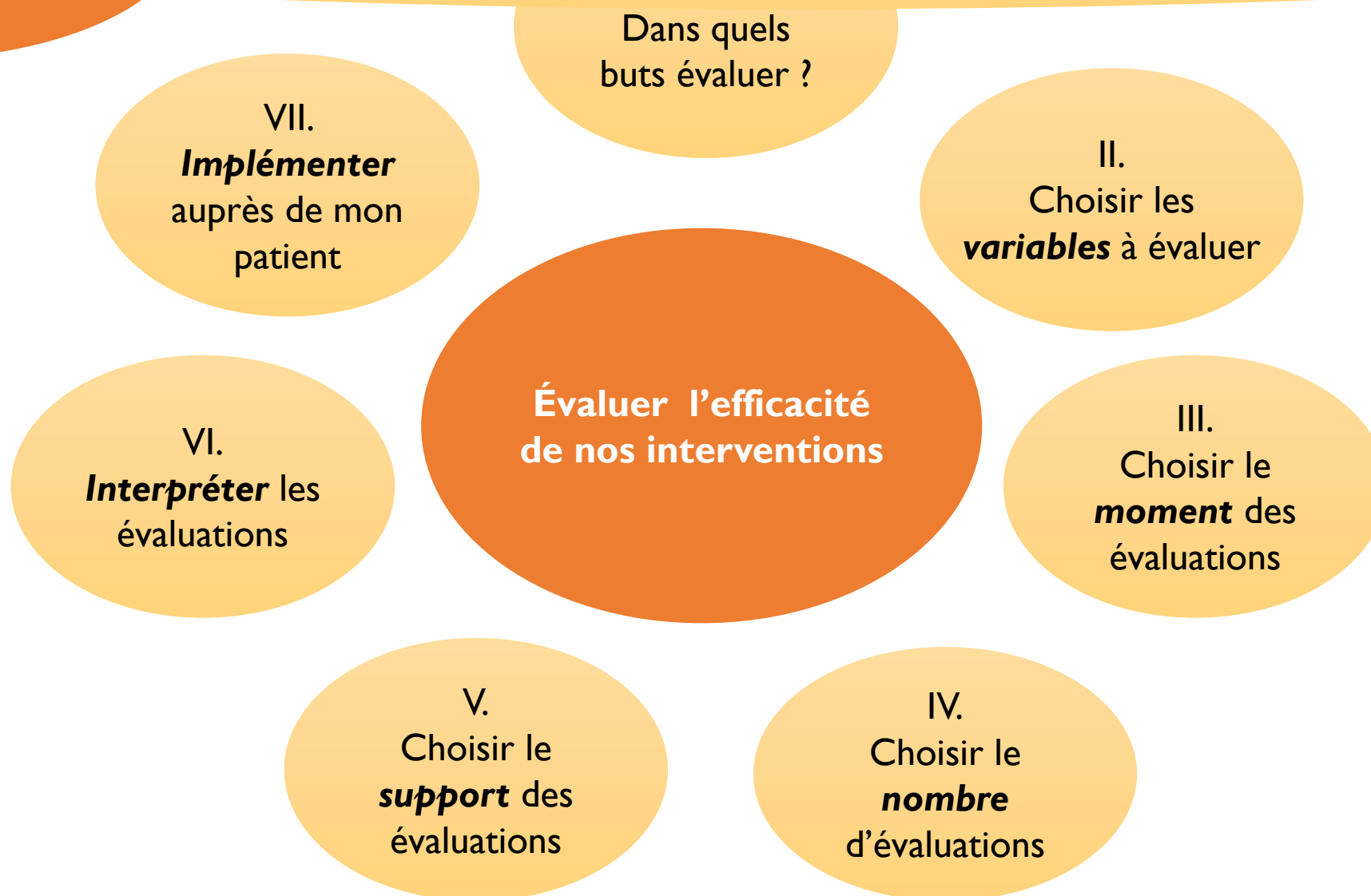
3^{ème} colloque TCC - 21 mai 2022 - Louvain-la-Neuve

Scannez-
moi!



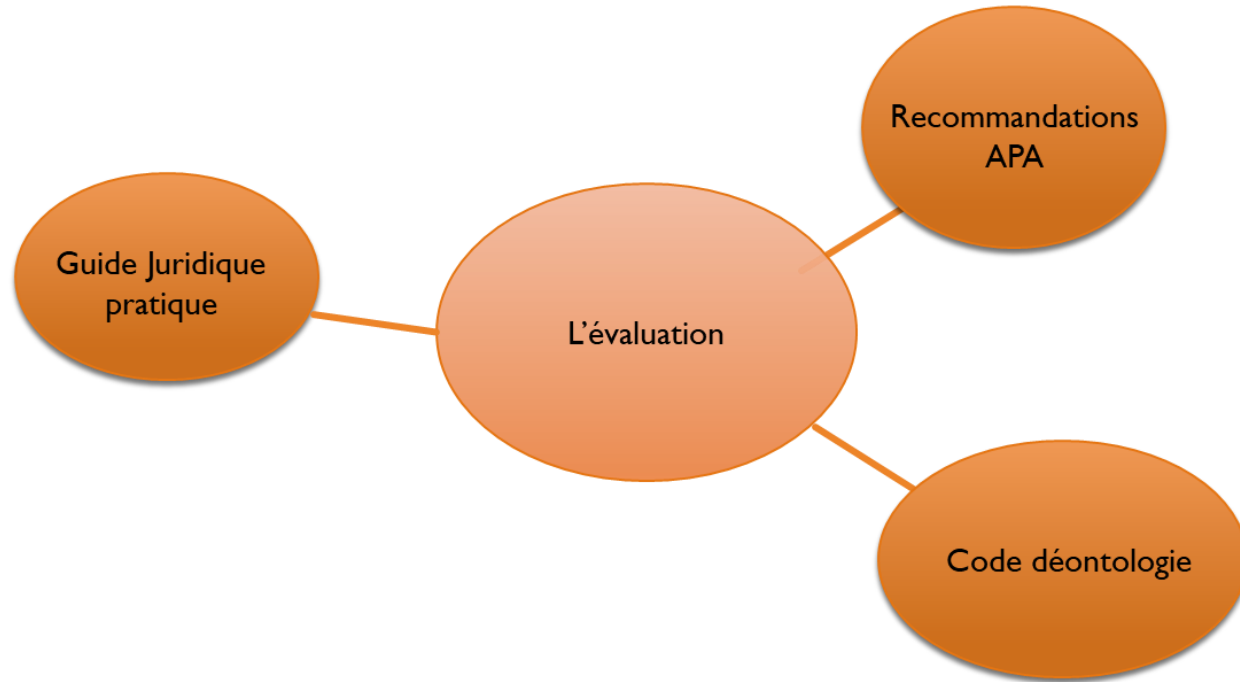


I. Dans quels buts évaluer ?



I. Dans quels buts évaluer ?

ÉVALUATION DES INTERVENTIONS



- ☐ L'évaluation des effets de nos interventions fait aujourd'hui partie de nos directives
- ☐ Eviter les biais d'évaluation et les erreurs de jugement du clinicien
- ☐ Déterminer si l'intervention a été efficace, a eu un effet qui s'est transféré à d'autres variables de la vie quotidienne et a eu un effet spécifique

I. Dans quels buts évaluer ?

Attention aux fausses croyances



**L'essayer,
c'est
l'adopter!**

- « Ces démarches ne tiennent pas compte de la relation thérapeutique »
- « Ces démarches sont trop scolaires, je risque d'irriter mon patient »
- « Ces démarches impliquent un traitement standard sans égard pour les différences individuelles »
- « Ce qui prime c'est mon expérience clinique par rapport aux données »

« Member acceptance has been quite high with a very small number of complaints; and, after a period of challenging exchanges with providers and their associations, it has become widely accepted that the measurement of outcomes in behavioral health is positive.”
(Blue Cross and Blue Shield of Massachusetts)- 40 000 thérapeutes

II. Choisir les *variables* à évaluer

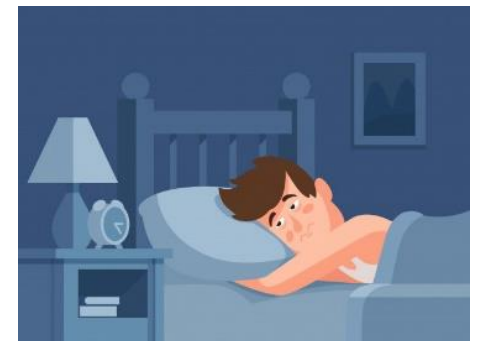
Vignette

Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil, car il souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois

Depuis l'apparition de ses problèmes de sommeil, Albert rapporte une diminution de sa capacité de concentration et de son efficacité au travail, des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress et des difficultés à prendre des décisions. Il rapporte également un manque d'appétit, qui a toujours été problématique, mais qui s'est un peu aggravé depuis quelques mois

Albert souhaite que ses difficultés de concentration et son efficacité au travail soit prise en charge en priorité

- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes (hygiène du sommeil, agenda du sommeil- C.Morin)



II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil, car il souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois

Depuis l'apparition de ses problèmes de sommeil, Albert rapporte une diminution de sa capacité de concentration et de son efficacité au travail, des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress et des difficultés à prendre des décisions. Il rapporte également un manque d'appétit, qui a toujours été problématique, mais qui s'est un peu aggravé depuis quelques mois

Albert souhaite que ses difficultés de concentration et son efficacité au travail soit prise en charge en priorité

- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes (hygiène du sommeil, agenda du sommeil- C.Morin)



II. Choisir les *variables* à évaluer

En théorie (Krasny-Pacini & Evans, 2018)

❖ Etape 1 : Choix d'une évaluation du comportement cible

- < Variable travaillée lors de l'intervention
- < Permet de voir si l'intervention est efficace

❖ Etape 2 : Choix d'une ou plusieurs évaluations d'une variable de transfert

- < Variable non directement travaillée, mais qui pourrait évoluer car elle est liée au comportement cible (effet de généralisation)
- < Permet de voir si l'intervention est efficace

❖ Etape 3 : Choix d'une évaluation d'une variable contrôle

- < Variable non travaillée et qui n'est pas en lien avec ce qui est travaillé (surveillée du premier au dernier jour)
- < Permet de voir si l'intervention a un effet spécifique

Importance d'avoir un questionnaire adapté au client !

Tenter de choisir des questionnaires rapides à administrer, valides si possible

- < Possibilité de construire ses propres questionnaires

II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil, car il souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois

Depuis l'apparition de ses problèmes de sommeil, Albert rapporte une diminution de sa capacité de concentration et de son efficacité au travail, des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress et des difficultés à prendre des décisions. Il rapporte également un manque d'appétit, qui a toujours été problématique, mais qui s'est un peu aggravé depuis quelques mois

Albert souhaite que ses difficultés de concentration et son efficacité au travail soit prise en charge en priorité

- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes (hygiène du sommeil, agenda du sommeil- C.Morin)



II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

Etape I = Mesure du comportement cible = L'insomnie

ISI – Index de sévérité de l'insomnie (Morin, 1993)

Veillez estimer la **sévérité** actuelle de vos difficultés de sommeil.

	<i>Aucune</i>	<i>Légère</i>	<i>Moyenne</i>	<i>Elevée</i>	<i>Extrême</i>
1. Difficultés à s'endormir	0	1	2	3	4
2. Difficultés à rester endormi(e)	0	1	2	3	4
3. Problèmes de réveils trop tôt le matin	0	1	2	3	4
	<i>Très satisfait</i>	<i>Satisfait</i>	<i>Neutre</i>	<i>Insatisfait</i>	<i>Très insatisfait</i>
4. Jusqu'à quel point êtes-vous satisfait(e)/insatisfait(e) de votre sommeil actuel ?	0	1	2	3	4
	<i>Aucunement</i>	<i>Légèrement</i>	<i>Moyennement</i>	<i>Très</i>	<i>Extrêmement</i>
5. Jusqu'à quel point considérez-vous que vos difficultés de sommeil perturbent votre fonctionnement quotidien (par ex : fatigue, concentration, mémoire, humeur)	0	1	2	3	4
6. A quel point considérez-vous que vos difficultés de sommeil sont apparentes pour les autres en termes de détérioration de la qualité de votre vie ?	0	1	2	3	4
7. Jusqu'à quel point êtes-vous inquiet(ète)/préoccupé(e) à propos de vos difficultés de sommeil ?	0	1	2	3	4



II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

Etape 2 = Mesure de transfert = Le fonctionnement au travail (concentration, efficacité)

Pas de questionnaire existant : création d'un nouveau questionnaire, en accord avec le patient, sur base des difficultés rapportées par celui-ci

1. Ces derniers jours, avez-vous éprouvé des difficultés à vous concentrer au travail?

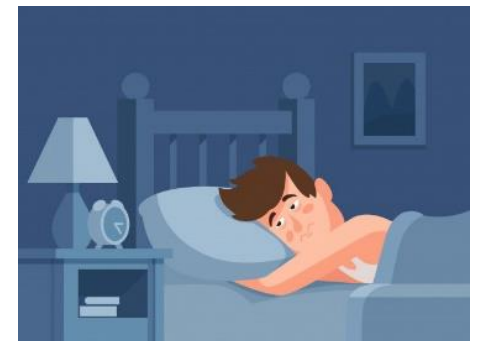
Jamais ----- Parfois ----- Souvent ----- Très souvent

2. Ces derniers jours, avez-vous été contraint de revoir vos objectifs à la baisse sur votre lieu de travail, en raison de difficultés de concentration ou de fatigue?

Jamais ----- Parfois ----- Souvent ----- Très souvent

3. Ces derniers jours, l'efficacité de votre travail a-t-elle été diminuée en raison de problèmes de concentration ou de fatigue?

Jamais ----- Parfois ----- Souvent ----- Très souvent



II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

Etape 3 = Mesure de contrôle = L'appétit

Etape délicate, car le sommeil a un impact sur tous les aspects du fonctionnement

Choix de la variable « appétit »

- Problème rapporté par le patient, déjà présent avant les troubles du sommeil
- Recherche de littérature (méta-analyse): corrélation sommeil/appétit = faible à modérée
- Expérience clinique



Ici, il vous est demandé d'indiquer comment était votre appétit et d'essayer de vous rappeler s'il était d'une quelconque manière différent de la normale.

0 - Mon appétit est bon, voire même très bon.

1 -

2 - Je n'ai eu presque aucun appétit. La nourriture me semble fade et je dois me forcer à manger

3 -

4 - Je n'ai eu aucune envie de manger. J'ai besoin de persuasion pour parvenir à avaler quoi que ce soit



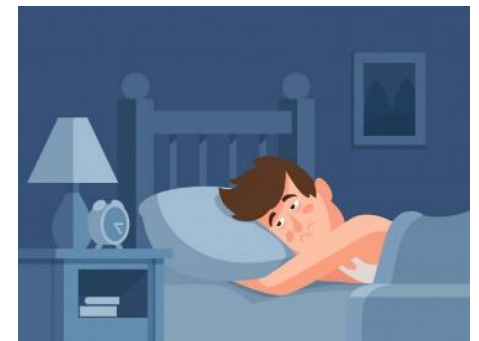
II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

- Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil
- Albert souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois
- Ces difficultés affectent ses capacités de concentration et son efficacité au travail. Il souhaite que ses difficultés diminuent
- Albert rapporte également des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress, des difficultés à prendre des décisions ou encore un manque d'appétit
- Le manque d'appétit a toujours été problématique, mais il s'est un peu aggravé depuis quelques mois

- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes

1. Evaluation de l'insomnie (cible)
2. Evaluation du fonctionnement au travail (transfert)
3. Evaluation de l'appétit (contrôle)



II. Choisir le *moment* des évaluations

Vignette

- Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil
 - Albert souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois
 - Ces difficultés affectent ses capacités de concentration et son efficacité au travail. Il souhaite que ses difficultés diminuent
 - Albert rapporte également des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress, des difficultés à prendre des décisions ou encore un manque d'appétit
 - Le manque d'appétit a toujours été problématique, mais il s'est un peu aggravé depuis quelques mois
- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes

Quand allez-vous proposer ces évaluations?

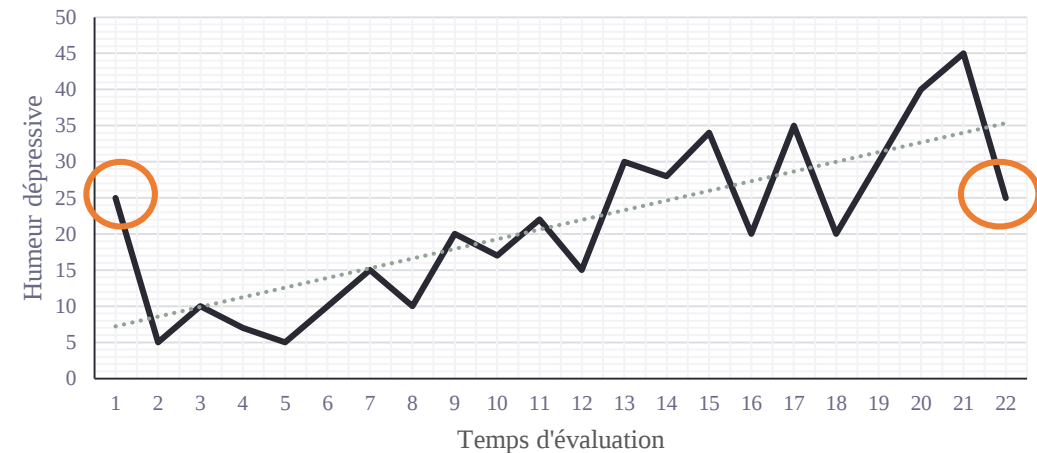
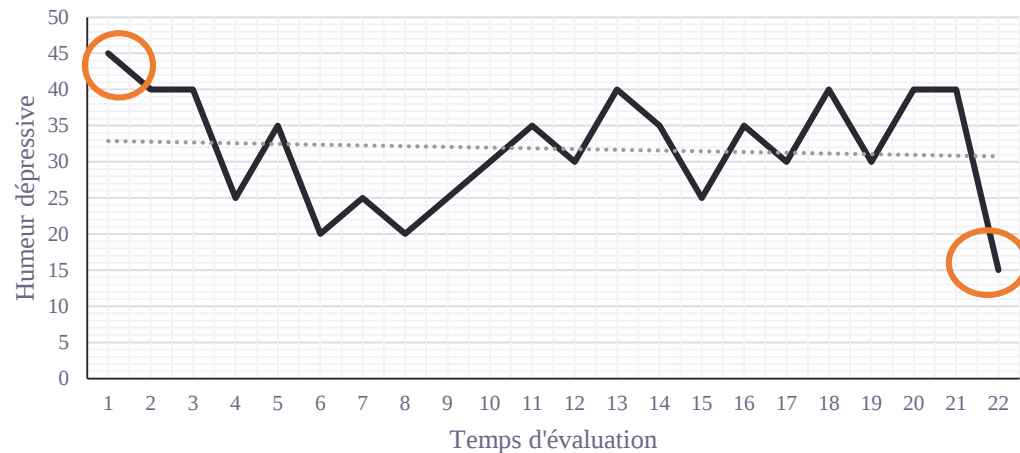
1. Evaluation de l'insomnie (cible)
2. Evaluation du fonctionnement au travail (transfert)
3. Evaluation de l'appétit (contrôle)



III. Choisir le *moment* des évaluations

En théorie

Une évaluation **avant** l'intervention et une deuxième **après** l'intervention

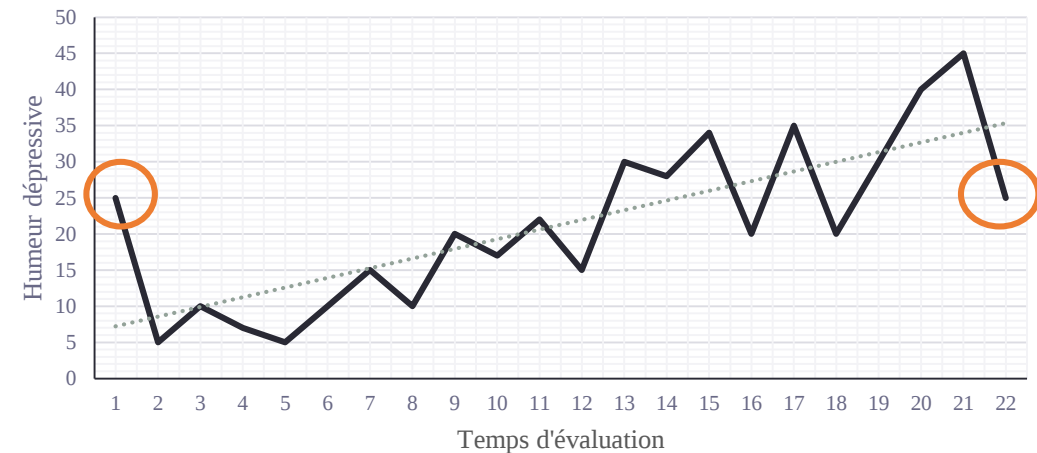
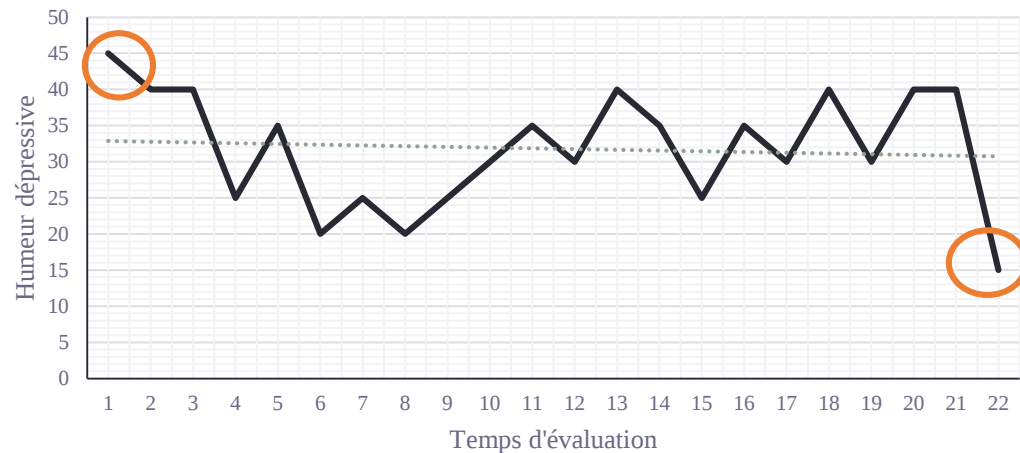


Cela ne permet pas de rendre compte de la variabilité intra-individuelle des comportements ciblés

III. Choisir le *moment* des évaluations

En théorie

Une évaluation **avant** l'intervention et une deuxième **après** l'intervention

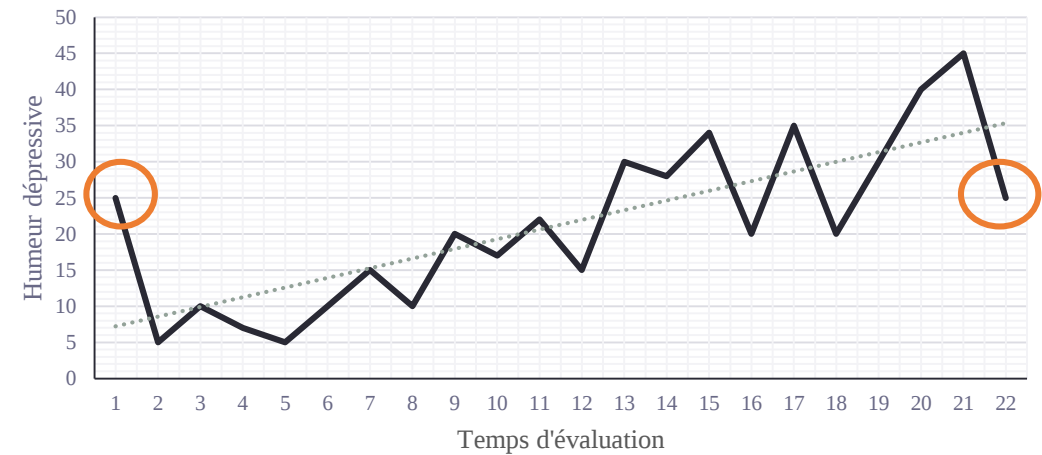
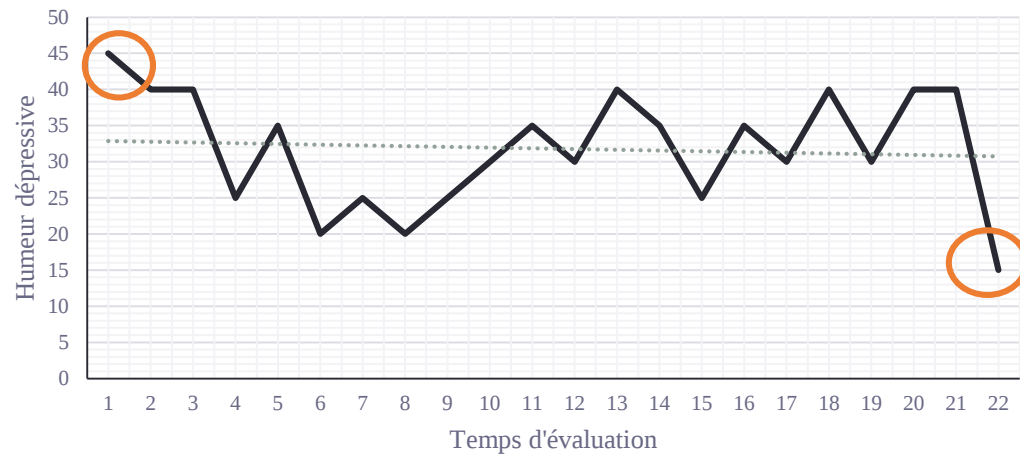


Cela ne permet pas de se situer par rapport à une évolution en comparaison à avant l'intervention

III. Choisir le *moment* des évaluations

En théorie

Une évaluation **avant** l'intervention et une deuxième **après** l'intervention

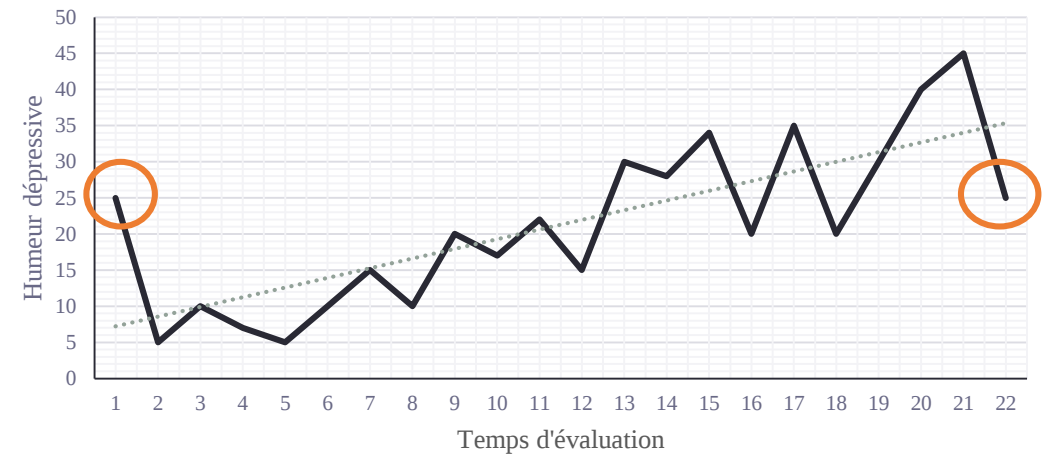
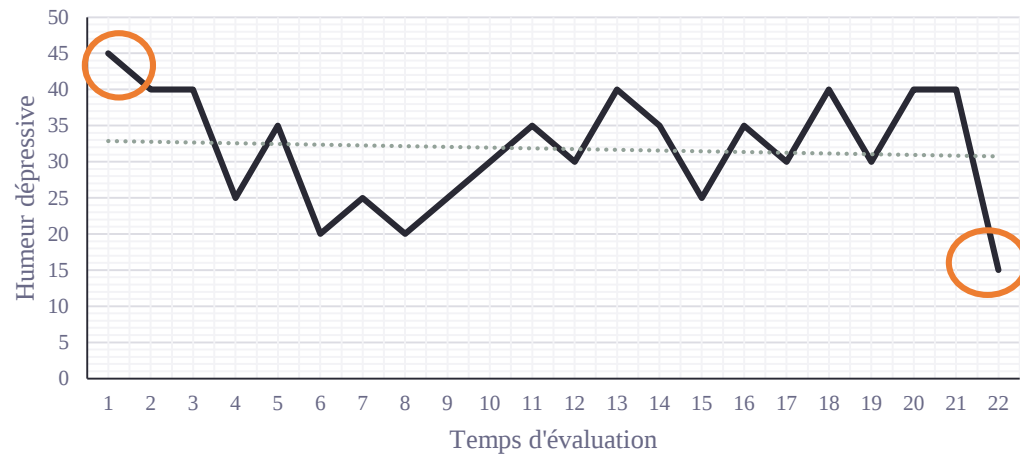


Multiplier les mesures!

III. Choisir le *moment* des évaluations

En théorie

Une évaluation **avant** l'intervention et une deuxième **après** l'intervention



Distinguer deux phases : **Avant**
l'intervention et pendant l'intervention

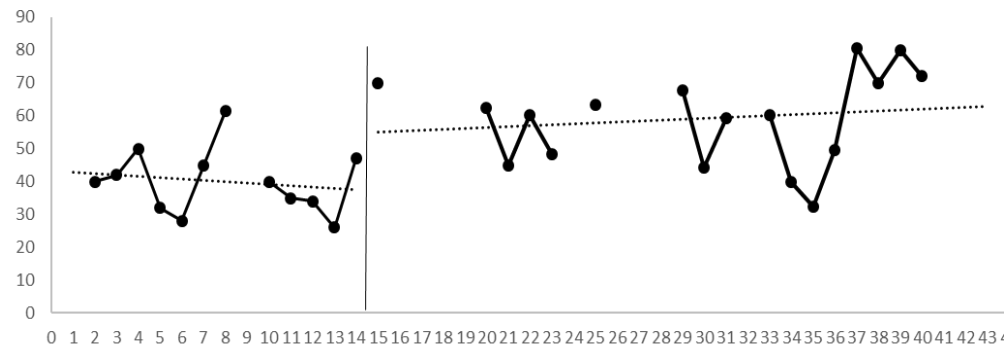
IV. Choisir le *nombre* d'évaluations

En théorie

- **Au moins 3 évaluations par phase**

Plus le nombre de mesures est élevé, plus la fiabilité des interprétations sera importante

Evaluation entre les séances



Après la conceptualisation de cas et la mise en place d'objectifs thérapeutiques

Etablir une série d'items qui serviront à l'évaluation

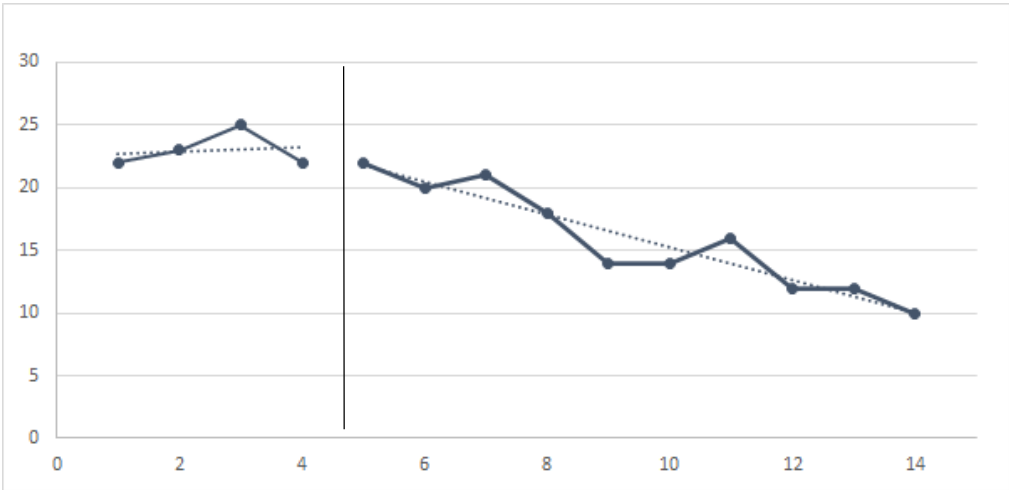
Auto-observations à domicile

Vignette

Auto-observations de l'insomnie (cible), du fonctionnement au travail (transfert) et de l'appétit (contrôle)

4 évaluations avant le début de l'intervention (2 par semaine entre les séances) et 10 évaluations durant l'intervention (2 par semaine entre les séances)

Tps d'éval.	Phase	Sommeil	Travail	Appétit
1	A	22	11	3
2	A	23	12	2
3	A	25	12	1
4	A	22	12	3
5	B	22	11	3
6	B	20	11	1
7	B	21	8	2
8	B	18	9	3
9	B	14	6	2
10	B	14	7	3
11	B	16	5	3
12	B	12	2	2
13	B	12	3	3
14	B	10	2	2



II. Choisir les *variables* à évaluer

Vignette

- Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil
- Albert souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois
- Ces difficultés affectent ses capacités de concentration et son efficacité au travail. Il souhaite que ses difficultés diminuent
- Albert rapporte également des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress, des difficultés à prendre des décisions ou encore un manque d'appétit
- Le manque d'appétit a toujours été problématique, mais il s'est un peu aggravé depuis quelques mois

- Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert
- Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes

1. Evaluation de l'insomnie (cible)
2. Evaluation du fonctionnement au travail (transfert)
3. Evaluation de l'appétit (contrôle)

Nombre et moment de l'évaluation

4 évaluations avant (2/semaine)

10 évaluations durant l'intervention (2/semaine)



V. Choisir le *support* des évaluations

Vignette

- Albert se présente en consultation chez un psychologue spécialisé dans les troubles du sommeil
- Albert souffre d'insomnies chroniques et récurrentes depuis plusieurs mois
- Ces difficultés affectent ses capacités de concentration et son efficacité au travail. Il souhaite que ses difficultés diminuent
- Albert rapporte également des difficultés à contrôler ses émotions (p. ex. colère), une augmentation du stress, des difficultés à prendre des décisions ou encore un manque d'appétit
- Le manque d'appétit a toujours été problématique, mais il s'est un peu aggravé depuis quelques mois

➤ Objectifs thérapeutiques : Améliorer les capacités de concentration et l'efficacité au travail d'Albert

➤ Intervention proposée : travailler sur les insomnies chroniques et récurrentes

Contenu de l'évaluation

1. Evaluation de l'insomnie (cible)
2. Evaluation du fonctionnement au travail (transfert)
3. Evaluation de l'appétit (contrôle)

Nombre et moment de l'évaluation

4 évaluations avant (2/semaine)

10 évaluations durant l'intervention (2/semaine)

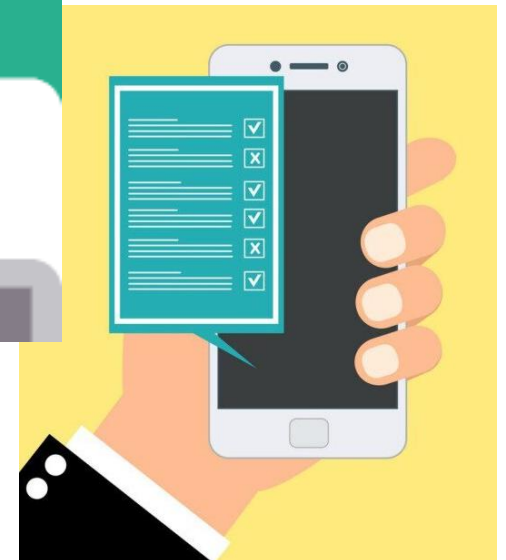
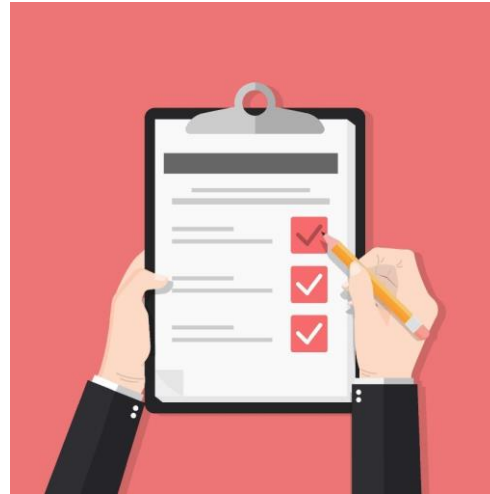
Quel support allez-vous utiliser pour ces évaluations?



V. Choisir le *support* des évaluations

En théorie

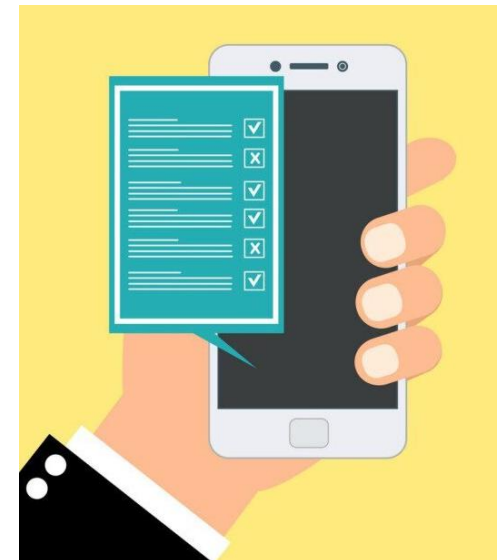
- Papier/crayons
- Navigateur web
- Notes électroniques
- SMS
- App d'évaluation sur smartphone



Ecological momentary assessment (EMA) Experience sampling method (ESM)

L'ESM/EMA permet la mesure répétitive et en temps réel de variables diverses (pensées, émotions, comportements, état physique et contexte) dans l'environnement particulier, naturel et changeant de la personne, généralement grâce à des appareils électroniques portables (ex: app mobile)

(Shiffman et al., 2008)



Questionnaires (+ notification) :

- **Heure(s) fixe(s)**

Ex: tous les soirs à 21h, évaluation de l'humeur, de la fatigue, fréquence des activités physiques...

- **Aléatoire**

Ex: 5 x / jour entre 8 et 22h, 1 semaine / 2, pour évaluer les fluctuations émotionnelles, les pensées, les envies, les activités...

- **Évènement ciblé par l'intervention**

Ex: commentaire d'un collègue, envie de consommer du cannabis, exposition à une situation anxiogène, présence d'idéations suicidaires...

→ évaluation des émotions, pensées, tendances à l'action, comportements...

J'ai eu recours à des comportements de sécurité pour me rassurer
Focaliser mon attention sur un endroit de l'environnement, doudous, chercher à m'asseoir ou sortir d'un espace clos, ...

4: Moyennement

Pas du tout Enormément

J'ai eu des sensations de vertiges, j'ai perdu le contrôle et je suis morte de honte

6

Pas du tout Enormément

Mon niveau de détresse dans la situation

71

Etat de relaxation complet Angoisse de niveau insupportable

OK

Avantages

- ✓ **Sur mesure** (plusieurs variables en un seul questionnaire)
 - ✓ Variables
 - ✓ Moment
 - ✓ Nombre
- **Collaboration** (agentivité, adhérence)
- **Minimiser biais mnésiques**
- ✓ **Validité écologique**
- ✓ **Dynamique**



Verhaegen et al. (2016)

À vous de tester!
→ Allez dans l'app!

Logiciels payants :

- LifeData
- MetricWire
- PsyMate
- Expimetrics
- ...

Logiciels gratuits :

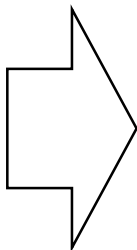
- M-Path (KUL)
- Ethica Data
- ...

■ ...En développement à l'ULiège ;-)

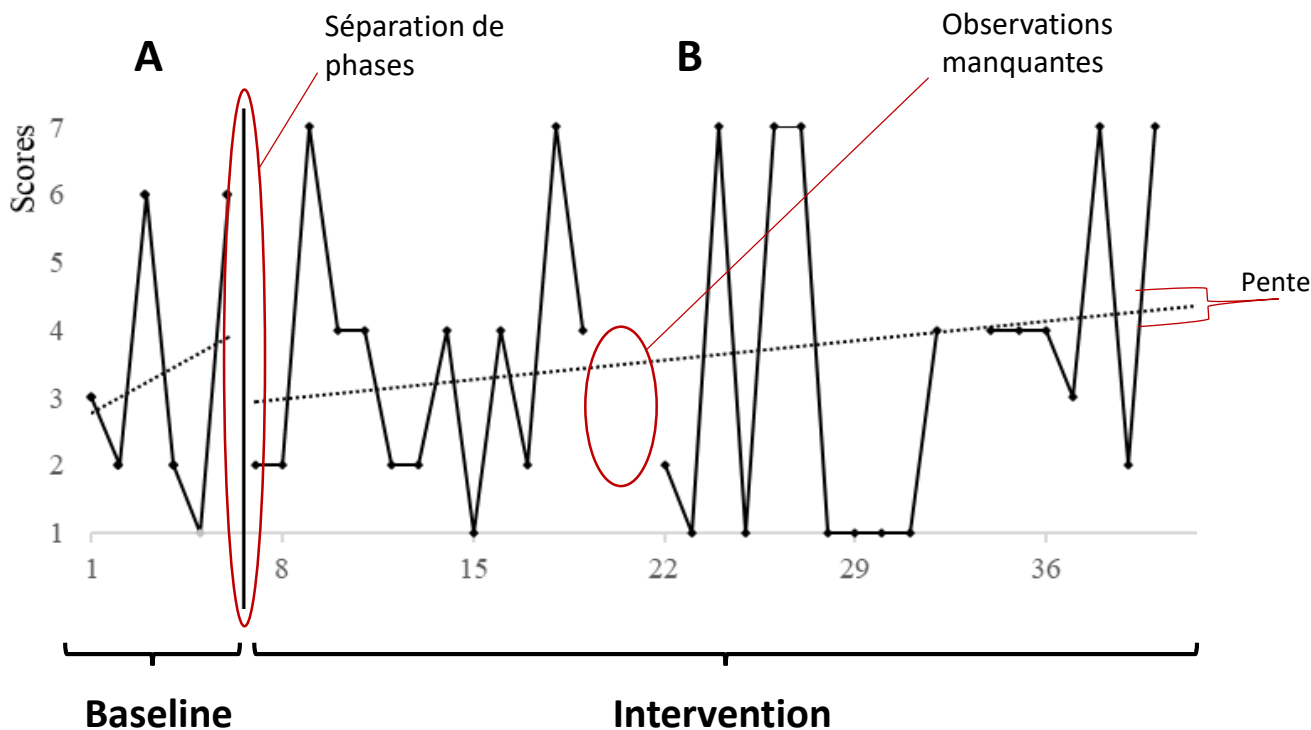
VI. Interpréter les évaluations

Analyses statistiques

- TAU-U, NAP
- Conclusions différentes
- Pas de consensus scientifique



Analyses visuelles



VI. Interpréter les évaluations

Construire ses analyses visuelles



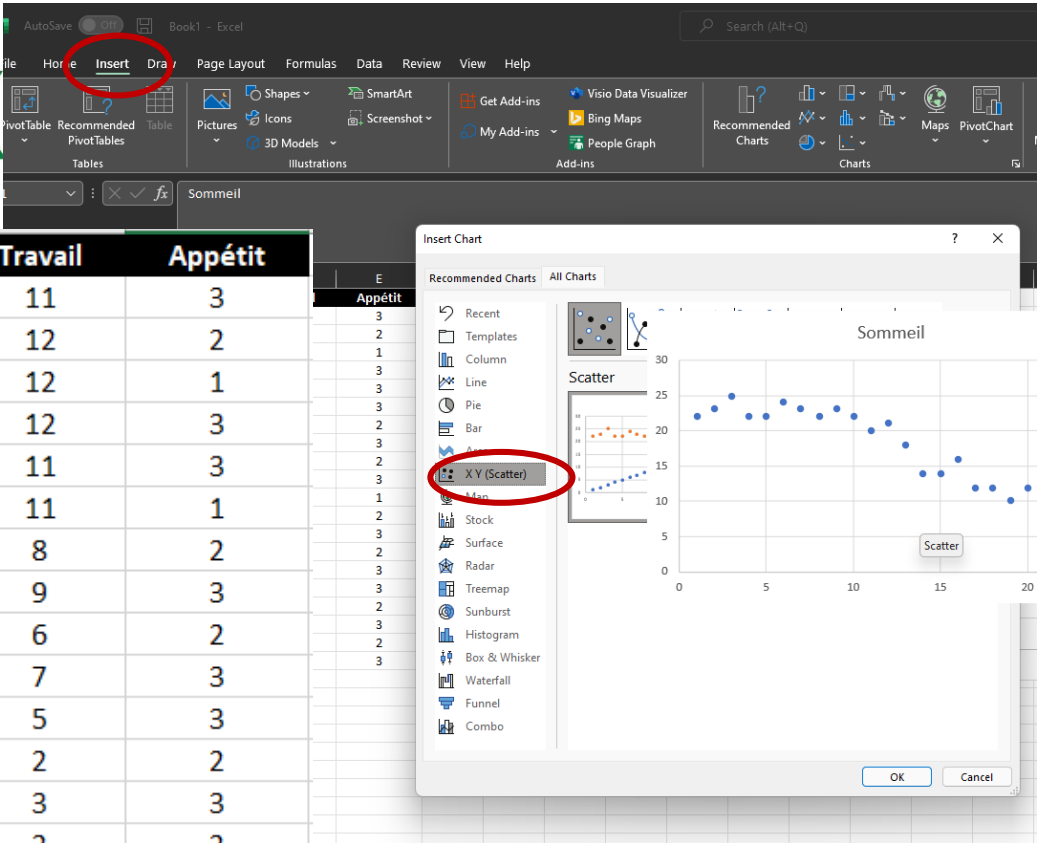
VI. Interpréter les évaluations

Construire ses analyses visuelles



Excel

Tps d'éval.	Phase	Sommeil	Travail	Appétit
1	A	22	11	3
2	A	23	12	2
3	A	25	12	1
4	A	22	12	3
5	B	22	11	3
6	B	20	11	1
7	B	21	8	2
8	B	18	9	3
9	B	14	6	2
10	B	14	7	3
11	B	16	5	3
12	B	12	2	2
13	B	12	3	3
14	B	10	2	2



VI. Interpréter les évaluations

Construire ses analyses visuelles



VI. Interpréter les évaluations

Construire ses analyses visuelles



Développement à venir !



VI. Interpréter les évaluations

En théorie

Est-ce que l'intervention est efficace ?

< **Efficacité** montrée lorsque le(s) comportement(s) ciblé(s) par l'intervention évolue(nt) de façon importante

Y-a-t-il eu un transfert de l'efficacité ?

< **Efficacité** montrée lorsque le(s) comportement(s) ciblé(s) par l'intervention évolue(nt) de façon importante

Est-ce que l'intervention a eu une efficacité spécifique ?

< **Efficacité spécifique** montrée lorsque le comportement ciblé par l'intervention évolue de façon significative, mais que le comportement contrôle reste stable

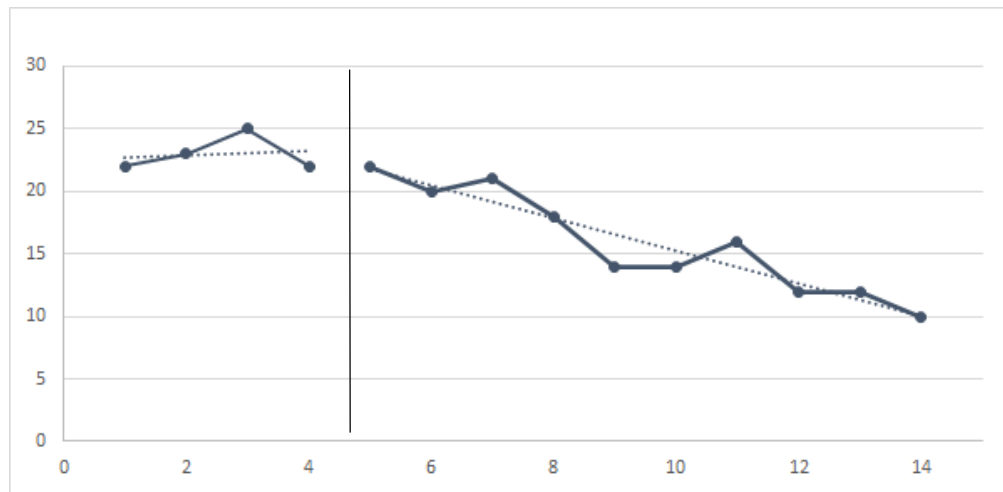
< **Efficacité non-spécifique** montrée lorsque le comportement ciblé par l'intervention évolue, mais que la mesure contrôle bouge également.

Alors, nous n'avons pas assez de preuves pour dire que c'est l'intervention qui a été efficace. D'autres facteurs extra-thérapeutiques peuvent entrer en jeux

VI. Interpréter les évaluations

Vignette

Difficultés de sommeil



On note une amélioration de la qualité du sommeil (= comportement cible)

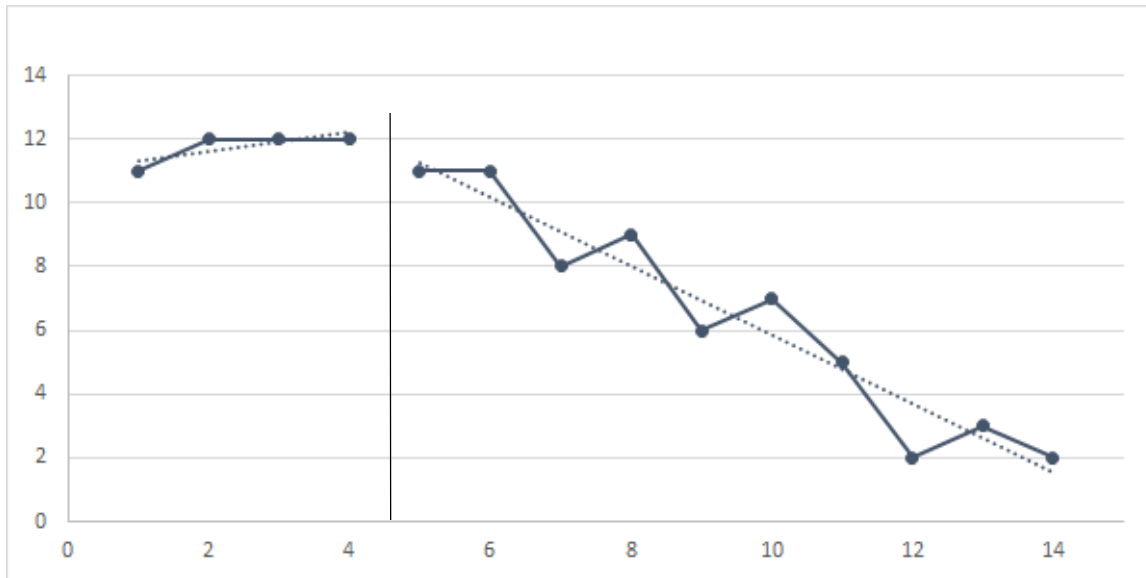
✓ Intervention efficace



VI. Interpréter les évaluations

Vignette

Difficultés de concentration



On note une amélioration de la concentration
au travail (= comportement de transfert)

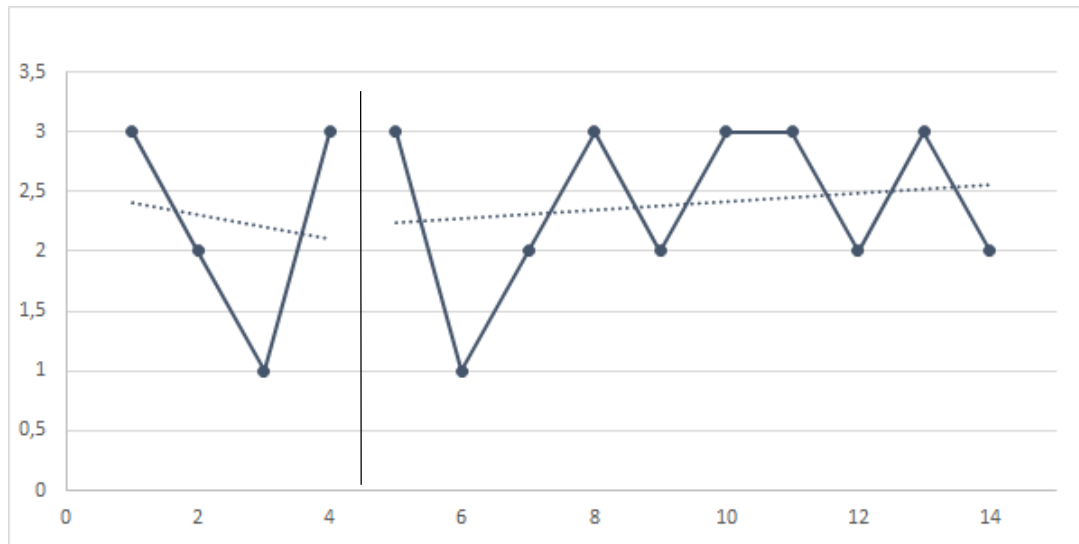
✓ Transfert de l'efficacité



VI. Interpréter les évaluations

Vignette

Manque d'appétit



On note une absence de modification significative de la variable appétit (= comportement contrôle)

✓ Intervention spécifique



VII. Implémenter auprès de mon patient

Avantages liés à l'implémentation de cette pratique



- ✓ Contrer les biais du thérapeute et les erreurs de jugement sur l'effet de nos activités (Lilienfeld et al., 2014)
- ✓ Eviter les pratiques nocives en identifiant les effets néfastes de nos pratiques (Boisvert & Faust, 2003; Lambert & Miller, 2001; Rhule, 2005)
- ✓ Améliorer la prise de conscience des clients via l'auto-observation (Lambert et al., 2003)
- ✓ Donner un feedback au client afin d'observer son évolution (améliore l'efficacité des prises en charge) (Lambert, 2013)
- ✓ Informer sur les mécanismes responsables des changements
- ✓ Favoriser la relation thérapeutique à travers la collaboration entre patient et thérapeute pour définir les objectifs thérapeutiques, les interventions et les évaluations associées (Goldman, Hilsenroth & Owen, 2013)

VII. Implémenter auprès de mon patient

Faire de l'évaluation collaborative où le patient est partenaire

Transparence et collaboration

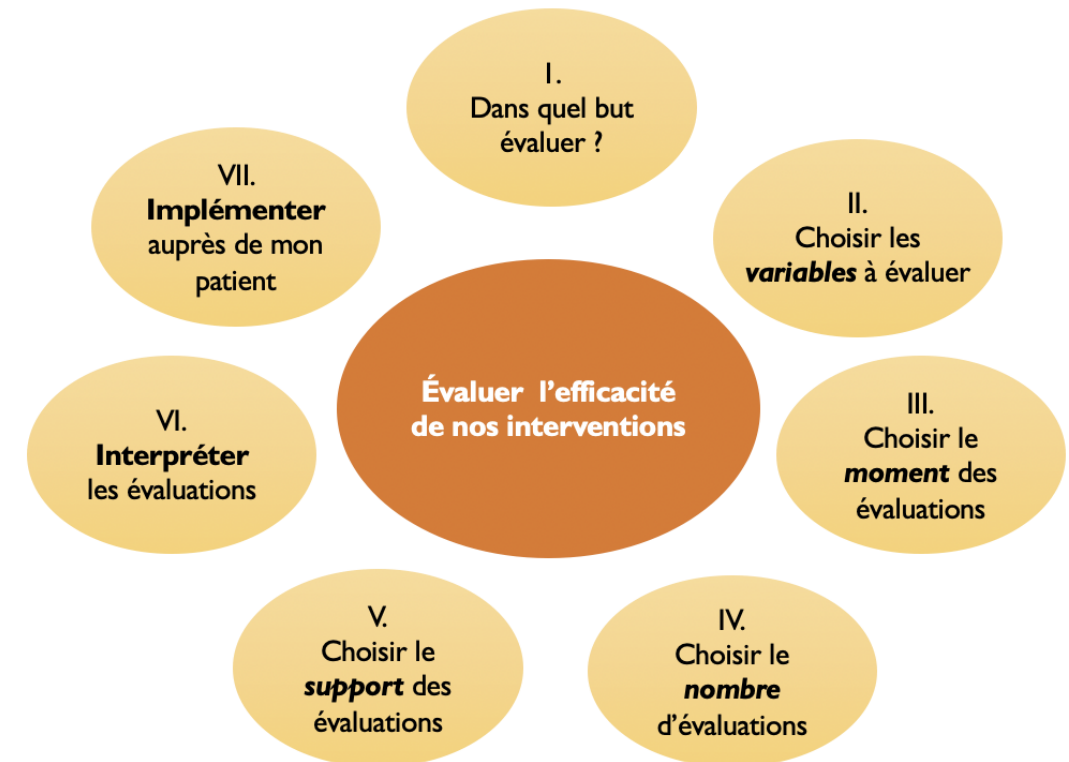


Avoir analysé la demande & avoir créé une relation de travail, de confiance

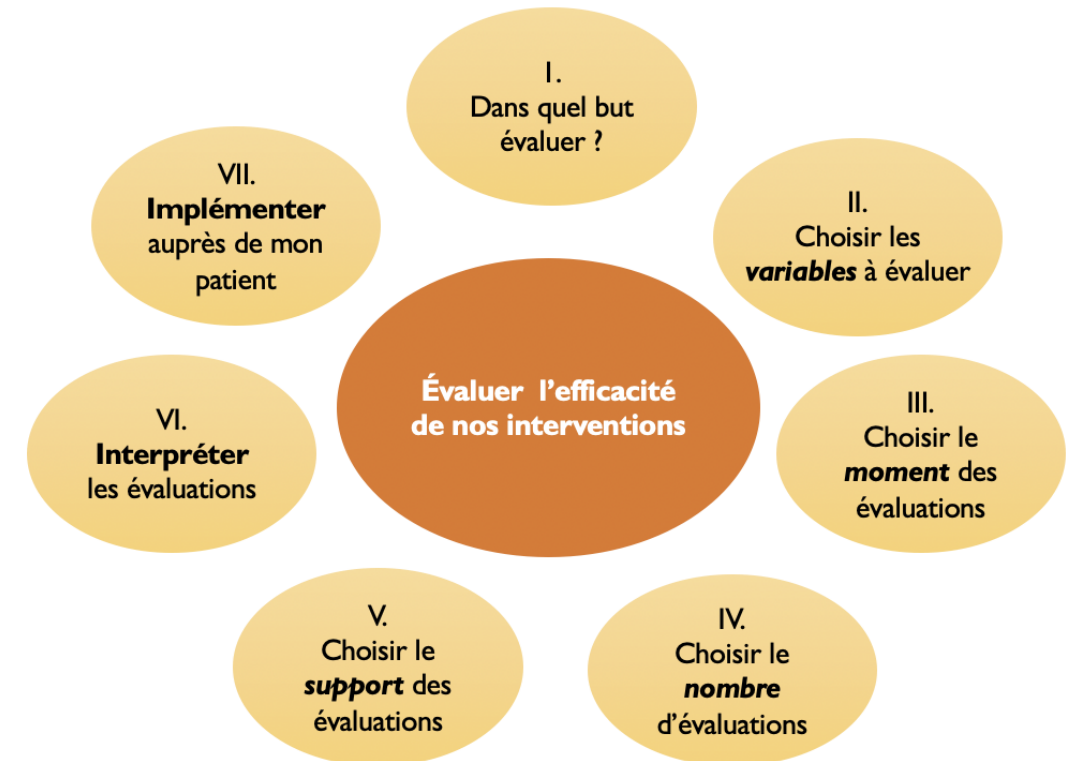
- ☐ Expliquer et s'accorder sur les objectifs de ces évaluations multiples (consentement)
- ☐ Proposer et discuter ensemble du choix des mesures et du moment des mesures
- ☐ Prendre le temps de restituer les résultats et de discuter autour des résultats

Consignes : Choisir un patient avec lequel vous allez prochainement débiter l'intervention (ou alors passer à un nouvel objectif thérapeutique)

1. Choisir les variables (cible, transfert, contrôle)
2. Choisir le moment des mesures et le nombre de mesure (Au moins trois évaluations avant de débiter l'intervention et au moins trois après l'intervention)
3. Réfléchir au support des mesures (papier, application)
4. Réfléchir à l'implémentation de cette procédure auprès d votre client



Obstacles, craintes ?

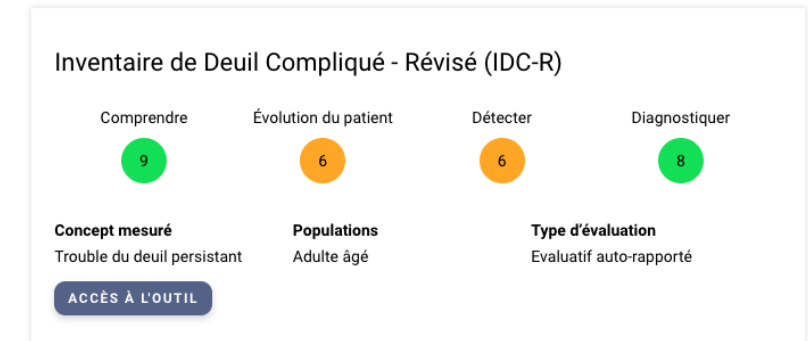


- Lilienfeld, S. O., Ritschel, L. A., Lynn, S. J., Cautin, R. L., & Latzman, R. D. (2014). Why Ineffective Psychotherapies Appear to Work: A Taxonomy of Causes of Spurious Therapeutic Effectiveness. *Perspectives on Psychological Science*, 9(4), 355–387. <https://doi.org/10.1177/1745691614535216>
- Goldman, R. E., Hilsenroth, M. J., Owen, J. J., & Gold, J. R. (2013). Psychotherapy integration and alliance: Use of cognitive-behavioral techniques within a short-term psychodynamic treatment model. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(4), 373–385. <https://doi.org/10.1037/a0034363>
- Krasny-Pacini, A., & Evans, J. (2018). Single-case experimental designs to assess intervention effectiveness in rehabilitation: A practical guide. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*, 61(3), 164–179. <https://doi.org/10.1016/j.rehab.2017.12.002>
- Krings, A., & Blairy, S. (2020). Comment évaluer l'efficacité d'une intervention thérapeutique? Présentation et illustration d'un protocole en lignes de base multiples. *Revue Francophone de Clinique Comportementale et Cognitive*, 1(6), 11–21.
- Shiffman, S., Stone, A. A., & Hufford, M. R. (2008). Ecological momentary assessment. *Annual review of clinical psychology*, 4, 1–32. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091415>
- van Os, J., Verhagen, S., Marsman, A., Peeters, F., Bak, M., Marcelis, M., ... & Delespaul, P. (2017). The experience sampling method as an mHealth tool to support self-monitoring, self-insight, and personalized health care in clinical practice. *Depression and anxiety*, 34(6), 481–493.
- Verhagen, S. J., Hasmi, L., Drukker, M., van Os, J., & Delespaul, P. A. (2016). Use of the experience sampling method in the context of clinical trials. *Evidence-based mental health*, 19(3), 86–89. <https://doi.org/10.1136/ebmental-2016-102418>

Service principal: la plateforme digitale



- Recueil des outils d'évaluation pour les psychologues et orthophonistes. Synthétise la littérature scientifique → permet au clinicien d'évaluer la qualité des outils.



- D'autres fonctionnalités à venir, p.ex.:
 - Évaluation en ligne et calcul automatique du score → gain de temps pour le clinicien.
 - Validation statistique de l'évolution des scores → mesurer objectivement l'efficacité d'une prise en charge clinique.