

# À propos de Talkspace : Questions fréquemment posées pour les écoles et les districts de NYC

Stress à l'école, relations, conflits avec les amis... la vie d'ado n'est pas toujours simple. C'est pourquoi, via le programme NYC Teenspace (Espace pour les ados de NYC), la ville de New York s'emploie à donner aux adolescent(e)s de la ville âgé(e)s de 13 à 17 ans la possibilité de consulter un(e) thérapeute de Talkspace, et leur fournir un accès à des ressources pour la santé mentale, entre autres, **gratuitement**.

## Comment procéder

Les élèves de NYC âgé(e)s de 13 à 17 ans peuvent accéder aux services de Talkspace en quelques étapes simples.

- Se rendre sur le site [talkspace.com/nyc](https://talkspace.com/nyc) et saisir leur date de naissance et leur adresse pour pouvoir être éligibles.
- Répondre à quelques questions à propos d'eux, et indiquer leurs préférences en matière de thérapie.
- Saisir l'adresse e-mail de leur parent ou tuteur(trice), qui recevra un e-mail pour donner leur accord.
- Les adolescent(e)s sont généralement mis(es) en relation dans les 24 heures avec un(e) thérapeute diplômé(e) pour exercer à New York, en fonction de facteurs tels que la nature de leurs problèmes et la spécialité du/de la thérapeute.
- Les élèves auront accès à une séance en visio en direct par mois et à une thérapie par message illimitée depuis leur ordinateur ou leur smartphone. Les thérapeutes répondent habituellement chaque jour, cinq jours par semaine.
- Les élèves auront également accès à des exercices en ligne et à des cours interactifs sur la santé mentale destinés aux adolescent(e)s via l'application Talkspace Go.



## Questions fréquemment posées

### Qui est éligible et combien ce service coûte-t-il ?

Le programme est totalement gratuit pour les adolescent(e)s vivant à New York et âgé(e)s de 13 à 17 ans au moment de l'inscription.

### Les élèves inscrits dans une école privée ou à charte peuvent-ils participer à ce programme ?

Oui, tous/toutes les adolescent(e)s âgé(e)s de 13 à 17 ans vivant à New York peuvent s'inscrire, qu'ils aillent ou non à l'école et quelle que soit l'école qu'ils fréquentent.

### L'autorisation parentale est-elle requise ?

L'autorisation d'un parent (ou du/de la tuteur(trice) légal(e)) est exigée par la loi, sauf en cas de circonstances exceptionnelles, stipulées dans la « Mental health law » (législation relative à la santé mentale) de l'État. Les élèves devront fournir les coordonnées de leur parent/tuteur(trice), et Talkspace leur enverra un e-mail pour qu'il signe un formulaire de consentement.

### Les thérapeutes de Talkspace sont-ils diplômé(e)s et qualifié(e)s pour travailler avec des adolescent(e)s ?

Les thérapeutes de Talkspace ont un diplôme dans le secteur du travail social, de la psychothérapie, de la thérapie de couple et familiale, et sont tous/toutes accrédité(e)s selon les normes du Comité national pour l'assurance qualité (National Committee for Quality Assurance, NCQA). Talkspace travaille avec des thérapeutes disposant de 7 à 10 ans d'expérience post-supervision, formé(e)s pour travailler avec des individus de tout âge, y compris des adolescent(e)s, et pouvant traiter un large éventail de problèmes de santé mentale touchant les jeunes.

### Certain(e)s des prestataires proposent-ils leurs services dans une autre langue que l'anglais ?

Talkspace travaille avec des thérapeutes pouvant parler et assurer une thérapie dans plus de 30 langues. Un dispositif de traduction est également disponible dans 120 langues.

### Comment puis-je être sûr(e) que les données de l'élève sont protégées ?

La plateforme Talkspace est conçue pour répondre aux exigences de la loi sur la portabilité et la responsabilité en matière d'assurance maladie (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA). Les données des patient(e)s sont chiffrées, à la fois lorsqu'elles sont enregistrées dans la base de données et lorsqu'elles sont transmises vers ou depuis l'appareil de votre élève.

### Que dois-je faire si mon élève traverse une crise ?

Talkspace n'est pas une ligne d'écoute. Si votre élève a besoin d'une assistance immédiate ou se trouve dans une situation mettant sa vie en danger, Talkspace vous recommande d'appeler ou d'envoyer un SMS au 988.

### La thérapie en ligne est-elle efficace ?

Tout à fait ! Les études montrent que la thérapie par message peut se révéler tout aussi efficace que la thérapie traditionnelle pour traiter la plupart des troubles émotionnels et comportementaux fréquemment rencontrés, comme la dépression, l'anxiété, la dépendance aux substances, le stress, les troubles du stress post-traumatique (post-traumatic stress disorder, PTSD), entre autres.

## Vous avez d'autres questions ?

Veuillez consulter le site [talkspace.com/nyc](https://talkspace.com/nyc) pour accéder à la rubrique FAQ complète.