

## Compte rendu de congrès

*Peter Schulthess*

### **How Art and Science meet**

#### **What practice and research of psychotherapy can learn from each other**

Chaque année, l'EAP (European Association for Psychotherapy) organise, en collaboration avec une association nationale de psychothérapie, une conférence de psychothérapie. Cette fois, l'université de Vilnius (Lituanie) faisait partie des organisateurs. Le congrès s'est déroulé du 15 au 18 octobre 2014 à Vilnius dans les salles de la vénérable université historique.

Le thème du congrès était intéressant : Que peuvent apprendre la pratique et la recherche l'une de l'autre ? La pratique semble avoir une connotation artistique alors que la recherche s'apparenterait plutôt à la science. Cette formule est plutôt provocante dans la mesure où la psychothérapie s'entend comme discipline scientifique et non pas artistique. Et pourtant, l'idée que psychothérapeute est un métier artistique, voire un art qui repose sur des concepts scientifiques et des interventions scientifiquement justifiables, est récurrente. Ou peut-être la science est-elle plutôt un art ? En tous cas, les débats autour de la question de savoir quels designs de recherche conviendraient le mieux à la complexité des activités psychothérapeutiques ne sont pas près de se terminer. Le congrès l'a bien montré.

*Jerzy Aleksandrowicz*, de Pologne, est l'un des plus influents psychiatres et psychothérapeutes dans le domaine de la reconnaissance des approches psychothérapeutiques. Il a provoqué la consternation en déclarant qu'il ne pensait rien qui vaille des résultats scientifiques de la psychothérapie. Tous les résultats de recherche possibles que pourraient produire certaines thérapies ne suffiraient pas à faire reconnaître celles-ci comme fondées. A la question s'il parlait en tant que scientifique frustré ou en tant qu'artiste, il répondit que la recherche n'avait de toute manière aucune importance pour la pratique psychothérapeutique et que les théories des différentes conceptions relevaient davantage de la science fiction que de la science. Pour lui, les études concernant l'efficacité étaient des instruments, mais n'avaient aucune valeur intrinsèque. Il critiqua également la recherche en matière d'efficacité en laboratoire. En effet, rien ne permettait de penser que dans un groupe de patients avec le même diagnostic CIM 10, tous fussent vraiment comparables, ni que les interventions orientées selon les écoles fussent identiques.

Les méta-analyses ne faisaient qu'agrandir la marge d'erreur. Il était incompréhensible qu'on puisse y croire. A son avis, les théories par contre n'étaient pas une bonne base pour la psychothérapie puisqu'elles étaient des images instantanées tributaires de leur temps. L'orientation du diagnostic influençait la perception et ne tenait compte que de ce qui s'accordait avec la théorie en ignorant ce qui s'en écartait.

Les théories existantes s'orientaient selon le « proper functioning » de la personne. Les idées concernant la pathologie reposent sur la « norme », ce qui comporterait souvent des éléments idéologiques.

La neurobiologie dévalorisait l'importance de la psychogenèse et gênait l'émergence de théories en matière de psychothérapie.

Toujours selon *Jerzy Aleksandrowicz*, il serait possible d'améliorer l'impact de la recherche sur la pratique en abolissant certains mythes et préjugés. Il se dit néanmoins pessimiste et ne croit pas qu'à court terme, les résultats de la recherche expérimentale puissent améliorer la pratique de la psychothérapie.

*Bogdan Barbaro*, un autre représentant polonais de la psychothérapie, réfléchit à la question de savoir s'il faut entendre la psychothérapie comme profession libérale ou médicale. L'option qu'il pourrait s'agir d'une profession psychologique manquait dans sa vision des choses. Comme raisons d'attribuer la psychothérapie à la médecine, il énuméra : la psychothérapie permet de traiter des troubles de la santé ; les pères fondateurs des approches psychothérapeutiques étaient pour la plupart médecins ; les dispositions légales portent sur les professions médicales ;

les assurances soutiennent les prestations de service médicales ; le prestige de la médecine est excellent.

Le statu quo en Pologne devait donc servir d'argument pour justifier l'attribution de la psychothérapie à la médecine.

Pour considérer la psychothérapie comme profession libérale, il invoqua les arguments suivants : critique justifiée de la médicalisation ; le langage de la psychothérapie dépasse la médecine ; un psychothérapeute ne s'intéresse pas seulement aux symptômes, mais aussi aux problèmes et à la souffrance personnelle.

Il présenta ensuite un projet de modèle hybride selon lequel la psychothérapie trouverait ses sources autant dans la médecine que dans les sciences sociales : toute classification résulte d'un discours social ; notre façon de

définir et d'évaluer les comportements dépend des conditions sociales et culturelles et varie, elle n'est pas déterminée par la « vérité » ; les limites de la médecine et de la psychothérapie dépendent du contexte et subissent des modifications ; contexte épistémologique : le langage crée la réalité ; et en fin de compte, il existe un aspect pratique : les psychothérapeutes qui abordent la profession en venant des sciences sociales et non pas de la médecine sont actuellement nombreux.

Il conclut de manière énigmatique en disant qu'il ne savait pas non plus quel modèle il devrait approuver.

L'exposé d'*Alfred Pritz* consacré à « La petite différence entre la psychothérapie et la psychothérapie basée sur les sciences » mérite d'être mentionné.

Depuis 1760 (depuis Messmer et son hypnose), une des grandes questions de la psychothérapie est de savoir si elle est une pratique, un art ou une science.

Messmer s'éloigna de la conception que les troubles psychiques étaient une fatalité. Il utiliserait une énergie inconnue jusqu'alors. Un comité d'experts attesta néanmoins qu'une telle énergie n'existait pas.

Eysenk 1952 : la psychothérapie n'aurait aucun effet, puisque certains cas étaient incurables et que d'autres guérissaient même sans thérapie.

Karl Popper: la psychothérapie n'est pas scientifique.

1985 : loi sur la psychothérapie en Autriche. Pritz en est un coauteur. Un avocat demanda : Qu'est-ce que la psychothérapie ? Ce n'est pas simple à expliquer. La psychothérapie est-elle un art ? Dans un sens oui. L'avocat en déduisit : Alors, nous devons écrire une loi sur le modèle des lois relatives aux arts. Objection : La psychothérapie est plutôt scientifique. Alors, il conviendrait de faire une loi par analogie aux professions médicales. Il y eut encore des remous en Autriche lorsque, selon les dispositions légales, la psychothérapie ne fut rattachée ni à la médecine ni à la psychologie, mais qu'elle devint une profession scientifique à part entière.

Par la suite, un premier livre consacré à la psychothérapie en tant que nouvelle profession fut publié : « Psychotherapie – eine neue Wissenschaft vom Menschen ».

Les assurances sociales demandèrent quelles approches étaient en fin de compte vraiment fondées sur une base scientifique. Première réponse : Toutes. Jusqu'à ce jour, le sujet n'est pas clos.

A. Pritz a ensuite comparé psychothérapie et religion : la psychothérapie ne travaille pas avec une notion de Dieu et de foi.

Comparaison avec le droit : la psychothérapie ne traite pas d'interprétations strictes de textes, mais plutôt d'interprétations souples mises en perspective.

Comparaison avec la philosophie : la psychothérapie est la philosophie de l'individu subjectif, impossible à généraliser, contrairement à la philosophie.

Comparaison avec l'éducation : la psychothérapie en a certains aspects, sans pour autant être une science pédagogique.

Médecine : la psychothérapie ne fait pas partie de la médecine. La médecine repose avant tout sur les sciences naturelles. Elle n'est même pas une science à part entière, mais une pratique qui se sert de différentes découvertes scientifiques.

Psychothérapie : Au fond, qu'est-elle ? Une science prêtant à interprétation (herméneutique).

Base scientifique : Même si les méthodes de recherche ne faisaient pas partie du cœur de la psychothérapie, nous devrions aussi les examiner avec des méthodes statistiques.

En même temps, les méthodes qualitatives et herméneutiques seraient aussi de mise. En psychothérapie, l'autoréflexivité est importante, raison pour laquelle le développement personnel est exigé comme partie intégrante de la formation professionnelle. Par là, la psychothérapie se distingue nettement de toutes les autres professions. Malheureusement, il n'existe que peu de recherches à ce sujet.

A la fin, A. Pritz mentionna les intérêts économiques de la psychothérapie et de la recherche (it's about money) et releva que la psychothérapie se trouvait en compétition d'une part avec d'autres professions et d'autre part avec les ésotériques et certains guérisseurs spirituels.

En tout 42 orateurs ont présenté leurs idées et recherches lors de ce congrès. Le nombre de participants dépassait les 70 si bien que la plupart du temps, les intervenants se suivaient les uns les autres. Le procès-verbaliste saisit l'opportunité de présenter encore davantage de résultats de la PAP-S et parla de « Therapy Outcomes in a Naturalistic Outpatient Study throughout Switzerland ». Le design de la PAP-S et nos résultats positifs ont ici aussi rencontré un vif succès.

Le congrès fut tout à fait enrichissant et se prêta, grâce à sa taille humaine, aux vraies rencontres. Le prochain congrès EAP se tiendra du 19 au 21 juin à Athènes et sera consacré au thème « Gender and Psychotherapy ».