

Paolo Raile

Science psychothérapeutique élargissant les possibilités d'action (Partie 1)



Psychotherapie-Wissenschaft
12. Jahrgang, Nr. 2, 2022, Seite 98–99
DOI: 10.30820/1664-9583-2022-2-98
Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
12. Jahrgang Heft 2/2022
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Schweizer Charta für Psychotherapie in der Assoziation
Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Science psychothérapeutique élargissant les possibilités d'action (Partie 1)

Les fondements

Paolo Raile

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 98–99

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-98>

Mots clés : science psychothérapeutique, praxéologie, constructivisme radical, schémas, possibilités d'action, science psychothérapeutique élargissant les possibilités d'action (HEP)

Au cours des trois dernières décennies, plusieurs approches d'une science générale de la psychothérapie ont été formulées, et deux types d'approche se sont dégagés. D'une part, il existe des moyens de créer une base pour toutes les procédures psychothérapeutiques à partir de disciplines individuelles, d'autre part, des concepts théoriques scientifiques déjà existants peuvent être appliqués au domaine de la psychothérapie. En raison de la problématique des points aveugles, nous plaidons pour cette dernière approche plutôt que pour un nombrilisme, que Kurt Greiner, par exemple, met en pratique dans la science expérimentale de la psychothérapie en établissant son concept sur une base constructiviste et réaliste de Friedrich Wallner. La science de la psychothérapie qui élargit les possibilités d'action (HEP) en est une autre, qui ne repose toutefois pas sur le réalisme constructif, mais sur un constructivisme radical élargi selon Ernst von Glasersfeld. L'hypothèse de base est que les personnes présentent des structures cognitives, appelées schémas, sur la base desquelles elles reconnaissent des éléments dans le flux constant de perceptions et agissent en conséquence. Si les actions sont viables, c'est-à-dire qu'elles remplissent le but qu'elles étaient censées remplir, l'assimilation a été réussie. Dans le cas contraire, les schémas peuvent être adaptés ou de nouveaux peuvent être formés, ce que l'on appelle l'accommodation. Ces structures constituent la base de l'action dans le monde réel et influencent de manière déterminante l'aperception, c'est-à-dire ce qui est perçu consciemment, ainsi que les souvenirs, les fonctions cognitives, les attitudes et les valeurs, sans oublier les émotions. Lorsque les schémas ou les succès d'action sont réfléchis et évalués, il en résulte un savoir. Le savoir scientifique, quant à lui, ne se distingue que graduellement et est considéré comme plus fiable, car il est rassemblé de manière explicite et répétable. Est scientifique un système d'énoncés qui contient une série de phrases cohérentes, qui fournit des résultats correspondants de manière répétée dans l'application, c'est-à-dire qui est viable, et dont la répétabilité est confirmée par un certain nombre de sujets pertinents, ce que l'on appelle la viabilité de second ordre,

qui le caractérise comme science. Les structures de pouvoir jouent ici un rôle important, qui est surtout manifeste dans le domaine de l'histoire de la psychothérapie, là où les modifications des constructions qui, aux yeux de ceux qui les adaptent, conduisent à une plus grande viabilité, ne sont pas partagées par d'autres sujets pertinents et où les structures de pouvoir ne permettent donc pas de telles adaptations. Il n'est pas rare que de telles situations conduisent à des départs, des exclusions et des créations de procédures et d'écoles. Il en résulte une multitude de méthodes et d'approches psychothérapeutiques qui offrent des modes d'action viables.

Personne ne présente les mêmes schémas, chacun a ses propres constructions pour s'en sortir dans le monde, qui influencent ses pensées, ses sentiments, ses valeurs et ainsi de suite. Cela vaut bien entendu non seulement pour les patients, mais aussi pour les psychothérapeutes, pour lesquels un autre facteur entre en ligne de compte, à savoir les concepts professionnels, qui diffèrent également d'un professionnel à l'autre. De plus, chaque personne évolue au cours de sa vie en fonction de ses expériences, de nouveaux schémas sont donc formés ou certains sont considérés comme plus ou moins viables. Ainsi, chaque constellation de psychothérapie est unique. Il en résulte une certaine difficulté à vérifier la viabilité d'un concept ou à réagir de manière adéquate. Le fait que les psychothérapeutes puissent malgré tout réussir leur thérapie dans la pratique est dû à deux circonstances essentielles. Premièrement, il faut une certaine flexibilité dans le choix des possibilités d'action, qui nécessite en outre de l'intuition, considérée ici comme une action spontanée et non consciente sur la base de schémas pertinents basés sur l'expérience. Deuxièmement, cela nécessite également un certain répertoire de possibilités d'action (viables). Le premier point est étayé par la philosophie de Bruce Lee. Selon la philosophie de cette légende des arts martiaux, le style de combat le plus efficace est celui qui n'a pas de structures rigides et qui ne prescrit pas de techniques particulières dans des situations spécifiques, mais qui permet de réagir de manière flexible, spontanée et intuitive

à l'autre, ce qui implique bien entendu l'utilisation de techniques concrètes en fonction de la situation. Les personnes qui pratiquent les arts martiaux depuis longtemps font l'expérience de l'automatisation des mouvements. Dans une situation de combat, les mouvements perçus de l'adversaire sont assimilés à la vitesse de l'éclair dans des schémas et on réagit en fonction des possibilités d'action viables disponibles. Si l'alternative d'action choisie est effectivement viable, l'action conduit au succès correspondant. Dans les arts martiaux, il s'agirait d'un coup ou d'une victoire ; dans la psychothérapie, il s'agirait éventuellement d'une intervention utile. Il n'est bien sûr pas possible de toujours réagir de manière adéquate ou d'être toujours utile dans la diversité presque infinie des situations de combat ou de traitement possibles, mais un tel état est néanmoins visé comme objectif fictif et probablement jamais réalisable dans la pratique de la vie.

Tant dans les arts martiaux que dans la psychothérapie, il existe au moins deux voies qui mènent dans la direction de cet objectif : 1) être capable de créer et

de développer des schémas. Être créatif et essayer et 2) connaître de nombreuses constructions viables d'autres personnes et élargir ses propres possibilités d'action par la formation de nouveaux schémas. Afin de pouvoir élargir ces mêmes possibilités d'action sur la base d'une science de la psychothérapie constructiviste radicale, la mise en œuvre pratique de la recherche HEP est présentée dans un deuxième article spécialisé.

L'auteur

Le Dr. Dr. *Paolo Raile*, MSc. a étudié la science psychothérapeutique, le travail social et l'ethnologie européenne. Il est l'auteur de textes scientifiques, psychothérapeute, travailleur social, conseiller de vie et social ainsi que fondateur et directeur de deux organisations psychosociales à Vienne.

Contact

paolo@raile.at