

Jael Wernli, Rosmarie Barwinski, Mario Schlegel & Agnes von Wyl
La gestion des émotions en psychothérapie



Psychotherapie-Wissenschaft
14. Jahrgang, Nr. 1, 2024, Seite 35–35
DOI: 10.30820/1664-9583-2024-1-35
Psychosozial-Verlag



Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
14. Jahrgang Heft 1/2024
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2024-1>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

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)
Sonderpreis für ASP-Mitglieder: 35,- € (zzgl. 6,- € Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt
auf das Abonnement.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr,
sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende
des Bezugszeitraums erfolgt.

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

Datenbanken

Die Zeitschrift *Psychotherapie-Wissenschaft* wird regelmäßig
in der Abstract-Datenbank PsycInfo der American Psychological
Association (APA), im Directory of Open Journals (DOAJ)
und in den Publikationsdatenbanken PSYINDEX und
PsychArchives des Leibniz-Institut für Psychologie/Leibniz
Institute for Psychology (ZPID) erfasst.



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

La gestion des émotions en psychothérapie

Points communs et différences des interventions psychothérapeutiques

Jael Wernli, Rosmarie Barwinski, Mario Schlegel & Agnes von Wyl

Psychotherapie-Wissenschaft 14 (1) 2024 35
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2024-1-35>

Mots clés : émotions, contre-transfert, psychothérapie, recherche en psychothérapie, école psychothérapeutique, approche/ arrière-plan psychothérapeutique

Les résultats des recherches menées jusqu'à présent sur la psychothérapie ont montré que la psychothérapie est efficace, mais on ne sait pas encore exactement sur quelle base repose son efficacité et comment elle agit efficacement. On sait que les interventions psychothérapeutiques générales, dont fait partie par exemple la relation thérapeutique, ont une grande influence sur l'efficacité (Pfammatter & Tschacher 2012). La relation thérapeutique étant fondamentalement influencée par les émotions et la manière de les gérer, l'approche pratique de la gestion des émotions permet de mieux comprendre le fonctionnement de la thérapie et de mettre en évidence les points communs et les différences entre les différentes approches.

Les résultats suggèrent que la relation thérapeutique, indépendamment des écoles psychothérapeutiques, pourrait d'une part décrire les points communs, mais que d'autre part, les différences entre les écoles psychothérapeutiques pourraient être déterminées plus concrètement, et donc aussi leur mode d'action et la gestion des sentiments de contre-transfert des thérapeutes. Cette hypothèse est également soulignée par une méta-analyse dans laquelle des milliers d'études randomisées et contrôlées ont été prises en compte. Wampold et al. (2018) n'ont pas pu trouver d'intervention spéciale ou spécifique à une école ou à un trouble pour un certain type de trouble, qui était cliniquement et systématiquement supérieure à une psychothérapie arbitrairement différente. Le présent

travail montre que les psychothérapeutes utilisent aussi bien des interventions psychothérapeutiques générales que des interventions spécifiques à l'école et que les différentes orientations théoriques de l'école se distinguent en particulier dans leurs modes d'expression, mais qu'elles se ressemblent dans leurs approches. Dans le contexte global, il apparaît que, pendant la formation, ils ont été incités, notamment par l'expérience personnelle et la supervision, à se confronter à leurs propres émotions et sentiments de contre-transfert, ce qui semble être de plus en plus imposé et volontairement mis au premier plan au cours de l'expérience professionnelle acquise. La raison de ces congruences réside dans l'arbre généalogique des écoles de psychothérapie, puisqu'elles sont toutes apparentées (von Wyl et al. 2016).

Note biographique

Jael Wernli étudie à la ZHAW (Haute école zurichoise des sciences appliquées), département de psychologie appliquée.

Les professeurs Rosmarie Barwinski, Mario Schlegel et Agnes von Wyl sont membres de la commission scientifique de l'ASP (Association suisse des Psychothérapeutes).

Contact

wernljae@students.zhaw.ch