

« L'âme ... est un vaste territoire »

Réflexions sur la position particulière de la science de la psychothérapie

Bernd Rieken & Omar Carlo Gioacchino Gelo

Psychotherapie-Wissenschaft 10 (1) 17–18 2020

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2020-1-17>

Mots-clés : Compréhension nomothétique et idiographique de la science, réalisme, constructivisme, perspectivisme, pluralisme dialogique

L'article considère la science de la psychothérapie comme une discipline indépendante dans le croisement entre la compréhension nomothétique et idiographique de la science. D'une part, nous appartenons tous à une seule et même espèce et avons donc des similitudes avec tous les autres membres, qui se réfèrent aux aspects généraux ou bien aux lois ; d'autre part, chacun de nous a son propre parcours vital, qui, comme chaque événement ou chaque séquence d'événements de l'histoire réelle, est de nature totalement individuelle.

Le domaine nomothétique-scientifique comprend les fondements neurobiologiques des troubles mentaux, les fondements neuronaux de la mémoire ou les fondements biologiques dans le domaine de la psychophysiologie, mais aussi la recherche expérimentale en psychologie et en psychothérapie. À l'aide de l'expérience, l'abondance impénétrable des impressions subjectives est remplacée par des lois simples et éternelles. Ainsi, les processus qui sont étudiés peuvent être rattachés aux lois du *mouvement* et expliqués de manière strictement déterministe selon le *principe causal* de cause à effet, ce qui a conduit à une *mécanisation* de la nature.

On part de la base que le monde existe indépendamment de nous (réalisme) et que nos connaissances doivent dépendre de la manière dont nous pouvons le vivre de manière sensorielle (objectivisme). Une autre hypothèse est que les causes mécaniques qui expliquent le monde peuvent être exprimées dans des lois naturelles (naturalisme) qui sont valables dans le temps et l'espace (universalisme). Il s'ensuit que les scientifiques (h/f) devraient – au moins idéalement – mener des expériences qui, grâce à un contrôle approprié des variables confusionnelles, permettent d'obtenir des mesures fiables dans des échantillons représentatifs et de tester des hypothèses statistiques pour expliquer un effet particulier par rapport à une cause particulière, cette explication étant objective et généralisable. Dans le cas de la science de la psychothérapie quantitative, cela se fait au moyen d'essais contrôlés randomisés (ECR), qui sont considérés comme la référence pour établir la preuve de l'efficacité du traitement.

En revanche, dans le domaine de l'idiographie et des sciences humaines, ce qui compte, c'est qu'une théra-

pie thématise des parcours vitaux, c'est-à-dire qu'elle produise des textes qui puissent être interprétés et qui s'inscrivent dans un certain contexte historique, social et culturel, ce qui explique déjà la position particulière de la science de la science de la psychothérapie, car il n'existe que quelques disciplines qui font appel à la fois aux sciences naturelles et aux sciences humaines, comme, par exemple, la géographie.

Une autre position particulière résulte du fait que la science de la psychothérapie ne peut pas être apprise uniquement en transmettant des connaissances théoriques et des actions pratiques – stages, pratique, supervision. La prise de conscience de soi sous la forme d'une thérapie d'enseignement ou d'une analyse d'enseignement est plutôt nécessaire afin d'accroître la connaissance de soi et des autres et, en outre, de réduire les déficits émotionnels grâce à une relation positive avec le psychothérapeute.

Pour rendre justice à ces phénomènes, il ne suffit pas de se limiter au principe causal conventionnel de cause à effet, qui domine les sciences naturelles. Dans la doctrine des causes d'Aristote, qui est également acceptée dans les sciences humaines aujourd'hui, ce n'est qu'un aspect qu'il appelle la cause d'action (*causa efficiens*). En revanche, la cause finale (*causa finalis*) aristotélicienne demande le pourquoi, le but, l'intention, le sens, et ce parce que l'action humaine ne devient souvent compréhensible que lorsqu'on connaît le but recherché. Cela joue un rôle important dans des écoles de psychothérapie très différentes, dans les directions comportementales, par exemple dans le recadrage, au sens de Viktor Frankl comme concept central de la logothérapie et de l'analyse existentielle et dans l'intentionnalité inconsciente d'Alfred Adler. La psychanalyse moderne concède également que si le passé est important, la vie se déroule ici et maintenant et est orientée vers l'avenir.

L'ensemble est étroitement lié à la cause finale, en tant que contrepoids à la pensée analytique et disjointe. Ceci est déjà mis en évidence par des termes tels que l'identité, la personnalité, le style de vie ou le caractère, qui jouent un rôle important dans la psychothérapie. D'un point de vue systématique, l'intentionnalité dans le domaine humain a quelque chose à voir avec l'intégralité, car nous

considérons généralement un objectif comme quelque chose de complet. Si nous pouvons enlever la moitié des matières inorganiques, comme un tas de pierres, sans en changer la substance, ce n'est pas possible, par exemple, dans le cas d'une maison que nous avons conçue dans notre imagination. Nous ne pouvons pas simplement retirer la moitié des pièces sans en changer le noyau, nous ne pouvons que l'imaginer comme un tout.

Une autre forme de pensée est la pensée de similitude ou bien le type de rationalité analogue, qui n'est cependant pas importante pour toutes les directions dans la science de la psychothérapie, mais qui est principalement utilisée dans les écoles à orientation psychodynamique. La question de savoir ce qui nous vient « spontanément » à l'esprit à propos de ce rêve ou de cette expérience évoque souvent des constellations *similaires* du passé, ce qui non seulement génère de nouvelles idées, mais permet également un accès émotionnel et des options alternatives d'action.

Ce qui est décrit ici est conforme à une approche des sciences humaines. Dans ce contexte, le terme « empirique » désigne tout d'abord l'expérience vécue (expérience), qui correspond à l'hypothèse sous-jacente selon laquelle la réalité est psychologiquement et socialement construite (constructivisme) par un individu dans ses transactions avec l'environnement (relativisme, subjectivisme/transactionnisme). En outre, il convient d'ajouter qu'une position heuristique valable au-delà de l'objectivisme et du subjectivisme est le perspectivisme, qui ne joue qu'un rôle subordonné dans le discours scientifique, mais qui pourrait adopter une position médiatrice. Le concept de perception en perspective, selon lequel l'ensemble ne peut jamais être reconnu ou saisi à partir de la diversité de ce qui est perçu, mais que certaines parties peuvent être reconnues ou saisies d'une manière plus ou moins appropriée à la réalité, est d'ailleurs déjà établi dans l'épistémologie d'Emmanuel Kant.

Une autre hypothèse de base est que la nature humaine est déterminée par un sens de l'expérience (herméneutique et phénoménologie) qui est pertinent à un certain moment et à un certain endroit (contextualisme). Il s'ensuit que les chercheurs devraient mettre en œuvre des modèles de recherche naturalistes qui leur permettent d'« interagir » avec l'expérience de la personne objet de la recherche par le biais de données recueillies sous forme linguistique et analysées au moyen d'une herméneutique méthodologique.

Il ressort clairement de ce qui précède que le domaine de la science de la psychothérapie est caractérisé par deux paradigmes scientifiques radicalement différents : le paradigme des sciences naturelles (et la recherche quantitative qui lui est associée) et le paradigme des sciences humaines (et la recherche qualitative qui lui est associée). La science de la psychothérapie dominante se caractérise par une attitude moniste, qui considère la science axée sur la recherche

quantitative comme *le* meilleur moyen de recherche en psychothérapie, comme en témoigne l'approche fondée sur les preuves. En conséquence, le débat entre les paradigmes s'est transformé en une dispute sur qui a raison et qui a tort. Ces dernières années, cependant, une attitude pluraliste a été préconisée, selon laquelle différents paradigmes scientifiques – et les approches de recherche qui leur sont associées – pourraient au moins potentiellement être utiles pour la recherche en psychothérapie, l'approche fondée sur des preuves et orientée vers la pratique représentant un premier pas dans cette direction. Afin de promouvoir le pluralisme dans la psychothérapie, il est donc suggéré que les chercheurs (h/f) qui défendent chacun un de ces deux paradigmes différents s'engagent dans des dialogues autocritiques qui ne servent pas uniquement à convaincre l'autre, afin d'accroître l'échange et la compréhension mutuels. Dans la mesure où cela soit atteint, le débat pourrait se développer comme une lutte sur un débat génératif dans lequel les différents points de vue des partisans (h/f) des paradigmes opposés soient utilisés pour approfondir la connaissance de son propre paradigme et du paradigme opposé. Par conséquent, une attitude pluraliste est nécessaire.

Les auteurs

Bernd Rieken, professeur d'université Mag. Dr. Dr., est psychotérapeute, analyste de l'enseignement et professeur de science de la psychothérapie à l'Université privée Sigmund Freud de Vienne et professeur privé d'ethnologie européenne à l'Université de Vienne. Ses principaux intérêts de recherche sont la recherche sur les catastrophes, la recherche narrative et les bases de la science de la psychothérapie.

Omar Carlo Gioacchino Gelo, professeur d'université, est professeur de psychologie dynamique et directeur d'études à l'université du Salento (Italie). Ses intérêts de recherche comprennent l'épistémologie et la méthodologie de la psychothérapie et de la recherche en psychothérapie.

Contact

Univ.-Prof. Mag. Dr. Dr. Bernd Rieken
Sigmund Freud PrivatUniversität Wien
Fakultät für Psychotherapiewissenschaft
Freudplatz 1
1020 Wien
E-Mail : bernd.rieken@sfu.ac.at | bernd.rieken@univie.ac.at

Univ.-Prof. Dr. Omar Carlo Gioacchino Gelo
Department of History, Society and Human Studies
University of Salento
Via di Valesio | Complesso Studium 2000, Ed. 5
73100 Lecce
E-Mail : omar.gelo@unisalento.it | omar.gelo@sfu.ac.at