

# La crise de Covid dans les réflexions sur soi-même

## Rapports d'expérience personnelle interprétés de manière psychothérapeutique

Paolo Raile, Anna Maria Diem, Patrizia Duda, Maria Gren & Elisabeth Riegler

Psychotherapie-Wissenschaft 11 (1) 49–50 2021

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2021-1-49>

*Mots clés* : conscience de soi, autoréflexion, pandémie Covid-19, écoles de psychothérapie

Au printemps 2020, le virus corona qui provoque la maladie Covid-19 s'est répandu dans le monde entier. Le gouvernement fédéral autrichien a réagi rapidement en prenant des mesures pour contenir les chiffres de l'infection, ce qui a été connu sous le nom de « Lock-down ». Les effets de la pandémie de Covid-19 sur la population ont été et sont très variables, tout comme les réactions à celle-ci. Sindelar dit que certaines personnes se tiennent à au moins deux mètres de distance des autres personnes ; d'autres s'embrassent pour se saluer, faisant preuve d'un courage particulier (et d'une forme de déni). Mais la solitude et l'isolement ont également un effet négatif sur la psyché humaine. La sociologue Rosa considère la vidéoconférence et les médias sociaux comme des alternatives fondamentalement significatives, mais ils ne peuvent remplacer le contact physique ; ce qui reste est un sentiment d'aliénation. Une équipe d'étudiants et de membres du personnel de la SFU a fait des recherches sur le sujet et a posé une question de recherche : Comment les étudiants en psychothérapie ont-ils vécu l'enfermement et quelles pensées et sentiments ont-ils éprouvés ? Au cours de leurs études et de leur formation, qui est accréditée selon la loi autrichienne sur la psychothérapie, les auteurs ont acquis la capacité d'analyser professionnellement des histoires de cas ainsi que l'autoréflexion. Dans la première partie du projet de recherche, les étudiants ont rédigé des rapports d'autoréflexion, qui ont été anonymisés dans la deuxième partie et interprétés par d'autres auteurs. Ils analysent ces rapports dans le cadre de leur méthode psychothérapeutique respective, ce qui permet d'obtenir un double effet d'interprétation : D'une part, les rapports d'auto-expérience représentent un texte réfléchi sur eux-mêmes par une personne compétente et, d'autre part, ce texte est analysé en plus par une autre personne compétente à l'aide de méthodes scientifiques. Les méthodes psychothérapeutiques utilisées ici sont la psychanalyse, la psychologie individuelle et la thérapie familiale systémique.

Les phénomènes décrits dans les rapports d'auto-expérience peuvent être interprétés de différentes manières, et chaque auteur de cet article a un point de vue différent

dans son interprétation respective. Alors que Diem choisit une seule lettre pour souligner les conflits inconscients d'acceptation et de rejet, Riegler examine l'ensemble du langage et son effet sur la perception du monde ou de la couronne dans une perspective de théorie des systèmes. Duda place l'espace et le temps au centre de son analyse psychologique (profonde) et Gren s'intéresse non seulement au sens psychologique individuel de la communauté, mais aussi à la santé et aux mécanismes d'adaptation décrits des conséquences de la crise. Ce sont précisément ces différentes approches des rapports d'auto-expérience qui montrent clairement qu'un travail de recherche plus interdisciplinaire a du sens afin de pouvoir étudier un domaine aussi complexe que les effets de la pandémie de Covid-19 sur la psyché humaine de manière plus complète et sous différents angles.

Cependant, cette contribution est également un bon exemple de la force de la science de la psychothérapie, qui ne suit pas un paradigme général de psychothérapie, mais qui comprend une variété de différentes écoles de pensée qui placent des perspectives différentes sur les phénomènes de l'expression et du comportement humains. Le présent texte démontre de deux façons les forces des différentes perspectives sur un même sujet : D'une part, les étudiants en psychothérapie ont perçu et traité le verrouillage à leur manière subjective et l'ont décrit dans leur rapport d'auto-réflexion ; d'autre part, les auteurs de cet article ont utilisé leurs perspectives individuelles, qui ont également été façonnées par leur formation spécifique à la matière et à l'école, pour générer de nouvelles idées.

### Les Auteurs

Paolo Raile, MSc Ing Mag, a étudié les sciences de la psychothérapie (PTW) à la Sigmund-Freud-PrivatUniversität Wien (SFU) et le travail social à la Donau Universität Krems. Il termine actuellement deux études doctorales à l'Université de Vienne en ethnologie européenne et à la SFU en PTW. Il est associé de recherche à la SFU, psychothérapeute, travailleur social, conseiller de vie et conseiller social, ainsi que fondateur et directeur de l'association Psychosocialis et InContact GmbH.

*Maria Gren*, Univ.-Ass. Mag. BA BA, termine actuellement ses études doctorales en PTW à la SFU. Elle est assistante de recherche à la SFU, psychologue individuelle en cabinet privé et consultante en PAE.

*Anna Maria Diem*, Mag.<sup>a</sup>, travaille comme psychothérapeute (psychanalyse, thérapie de couple Imago) à la fois en pratique indépendante et au centre d'hébergement assisté Kabelwerk. En tant que psychothérapeute, elle effectue actuellement des recherches dans l'équipe de Barbara Rothmüller sur le thème de l'intimité, de la sexualité et de la solidarité dans la pandémie de Covid-19.

*Elisabeth Riegler* est pédagogue sociale, travaille dans un centre de crise pour adolescents au Service de l'enfance et de la jeunesse de Vienne et étudie le PTW à la SFU. Elle suit le cours de spécialisation en thérapie familiale systémique et effectue également un stage au centre Courage Vienna, le centre de

conseil aux partenaires, aux familles et aux personnes ayant des problèmes sexuels.

*Patrizia Duda*, BSc, étudie la psychologie avec un accent sur le travail, l'économie et la société dans le cadre du programme de master de l'Université de Vienne. Dans le cadre de sa formation pour devenir psychothérapeute, elle a commencé le cours spécialisé en thérapie comportementale en avril 2021. Elle travaille comme assistante de direction dans une clinique psychothérapeutique ambulatoire pour enfants et adolescents.

### **Contact**

Paolo Raile  
Eichbergstrasse 15  
A-2640 Gloggnitz  
E-Mail : [paolo.raile@sfu.ac.at](mailto:paolo.raile@sfu.ac.at)