

Rudolf Buchmann et Mario Schlegel

# L'élaboration de la « Déclaration de la Charte suisse pour la psychothérapie concernant la notion de caractère scientifique des méthodes psychothérapeutiques et les exigences posées à cet égard »

**Résumé** Les auteurs décrivent le processus d'élaboration de la « Déclaration de la Charte suisse pour la psychothérapie concernant la notion de caractère scientifique des méthodes psychothérapeutiques et les exigences posées à cet égard ». Cette dernière est le produit de plusieurs années d'échanges entre les institutions de formation (d'orientation avant tout analytique, humaniste et corporelle) qui, avec des associations professionnelles, ont fondé il y a onze ans la Charte suisse pour la psychothérapie. Nous montrons pourquoi la Charte, bien qu'elle ne soit pas conçue pour soutenir l'uniformisation – mais bien la diversité – des approches psychothérapeutiques, n'autorise pas un simple « n'importe quoi ». La déclaration indique avec précision ce que nous entendons par « caractère scientifique ». Actuellement, cette notion recouvre ce qui est le plus grand dénominateur commun liant les institutions participantes. Le texte inclut également un passage concernant les exigences posées aux institutions du point de vue de l'approche scientifique et de la recherche. Des critères ont été formulés qui satisfont aux exigences posées par la théorie de la connaissance et l'épistémologie ; ils mettent en évidence de manière transparente les idées fondant la notion de science en psychothérapie. La préparation de la déclaration a duré trois ans au total. Nous avons d'abord organisé un cycle de colloques (2000–2001). Toutes les institutions, partenaires égaux d'une démarche suivant des règles du jeu claires, devaient présenter leur concep-

La « Déclaration de la Charte suisse pour la psychothérapie concernant la notion de caractère scientifique des méthodes psychothérapeutiques et les exigences posées à cet égard », est le produit d'échanges d'une durée de plusieurs années entre les courants de thérapie qui, il y a onze ans, ont fondé la Charte suisse pour la psychothérapie. La liste actuelle des institutions de formation et associations professionnelles qui sont membres de la Charte peut être consultée à l'adresse [www.psychotherapiecharta.ch](http://www.psychotherapiecharta.ch).

## Élaboration de la déclaration et son importance

En 1989 des représentants des différentes approches psychothérapeutiques de types psychologie des profondeurs et humaniste se sont réunis avec pour objectif l'établissement d'un climat de coopération et de soutien mutuel qui marquerait la fin de la guerre des tranchées ayant jusque-là dominé la discipline. La question ne devait plus être « qui est le meilleur et comment puis-je montrer que les autres ont tout faux ? », mais « quelles sont les connaissances valables acquises par d'autres, comment pouvons-nous démontrer, ensemble, que la diversité ayant caractérisé l'évolution de la psychothérapie représente une valeur autonome pour la société et la santé publique ? ». A ce jour, les repré-

sentants des approches de type thérapie du comportement ont malheureusement refusé de participer à ce débat.

Nous pensions aussi qu'il serait peu utile pour l'avenir de surmonter les rapports de concurrence en combinant « pragmatiquement » des éléments empruntés à différents courants. Dans ce sens, nous avons rejeté les prétentions à l'intégration formulées dans le cadre d'approches éclectiques qui tentent d'offrir une psychothérapie générale ou intégrée en créant une sorte de patchwork de différents concepts. Notre refus se fonde sur une réflexion approfondie. Même ceux des représentants de ces tentatives d'intégration qui ont fait d'importants efforts négligent – à notre avis – de prendre en compte les différentes conceptions de l'humain fondant les différents concepts.

C'est pourquoi, justement, la Charte ne vise pas l'uniformisation des méthodes ; elle se fonde sur la diversité des méthodes et conceptions du monde. Notre travail a été guidé par l'idée que puisque les êtres humains concrets – et donc également nos patients – sont très différents les uns des autres, il faut forcément pouvoir leur offrir des méthodes psychothérapeutiques variées. Nous ne pensons ici pas seulement à des différences personnelles, de caractère ou existentielles, mais aussi à des préfé-

Adresse: Mario Schlegel, Dr. sc. nat.,  
Scheuchzerstrasse 197, CH-8057 Zürich,  
Suisse

tion et une prise de position par rapport à des groupes de thèmes pertinents. La déclaration fut élaborée sur cette base lors de trois colloques organisés en 2002. Il s'avéra que le succès de la démarche est dû avant tout au fait que les colloques étaient conçus comme fondant un processus de développement et qu'ils étaient structurés sous des formes autorisant un dialogue cyclique et récursif. C'est ainsi que l'ensemble du texte fut formulé sur la base de décisions consensuelles et que finalement, les institutions l'approuvèrent à l'unanimité.

Nous publions la déclaration pour que d'autres milieux puissent en prendre connaissance et débattre publiquement des positions qu'elle définit. Nous savons qu'aucune connaissance n'est définitivement acquise et figée. Nous publierons donc toutes les réactions motivées de nos lecteurs et tiendrons compte des connaissances qui en dérivent lors d'une révision de la déclaration. Dans ce sens, nous permettons au processus récursif de s'élargir au niveau de ses participants.

#### Mots-clés :

Diversité des méthodes ; gestion de qualité ; évolution de la profession ; procédure dialogique ; auto-organisation ; caractère scientifique ; recherche en psychothérapie ; offre de santé.

rences individuelles quant à la manière de s'exprimer et quant aux canaux de communication qui conviennent à une personne donnée. Rappelons par exemple que les personnes qui tendent à verbaliser communiquent de manière différente, comparé à celles pour lesquelles le mouvement ou des aspects visuels jouent un rôle central (cf. Buchmann et al., 1996).

Il reste toutefois que la Charte suisse n'œuvre pas dans un esprit correspondant à un simple « n'importe quoi ». Dès ses débuts, nous avons considéré qu'il était important que ses membres soient des institutions qui seraient disposées à travailler de manière scientifique et à se soumettre à un examen de leurs concepts – et qui investiraient de l'énergie dans ce travail. C'est pourquoi, dès la création de la Charte l'un des critères d'admission des institutions fut qu'elles enseignent et pratiquent une psychothérapie cohérente d'un point de vue scientifique. Nous voulions que la transparence règne et n'avons donc admis des membres que sous réserve – pour tous – qu'ils se soumettent plus tard à un examen du caractère scientifique de leur approche. Il s'avéra qu'il serait nettement plus difficile de « rendre cette disposition opérationnelle » que nous le pensions alors. Nous nous étions donné trois ans pour définir ce que nous entendons par « caractère scientifique ». Ce délai n'a pas suffi et il nous a fallu plus de neuf ans pour parvenir à notre but. Nous considérons le présent texte comme une étape intermédiaire, comme une démarche de consolidation des points sur lesquels les institutions participantes sont jusqu'à maintenant parvenues à un accord. Le texte a été préparé selon une procédure visant à parvenir à un consensus ; à la fin, toutes les institutions l'ont approuvé à l'unanimité. La déclaration peut paraître courte ; mais elle recouvre l'expérience et l'apprentissage qu'a constitués un long processus de formulation des exigences scientifiques devant être posées à la recherche en psychothérapie. Nous n'hésitons pas à considérer son processus d'élaboration et l'acquisition de ses résultats comme un travail scientifique en soi.

## La déclaration dans le contexte de la gestion de la qualité

En plus de vouloir encourager une confrontation constructive des différents courants de thérapie entre eux, nous avons toujours eu une autre visée : améliorer la qualité de la psychothérapie. Nous évitons sciemment le terme de garantie de la qualité, car nous pensons qu'il peut contribuer à créer un climat malsain, une illusion de sécurité. Aucun instrument ne permet de garantir la qualité ; il est par contre possible de la développer avec un modèle idéal en vue. De ce point de vue, il est absolument essentiel de définir des normes de formation, des standards éthiques et – voir la déclaration – des standards concernant le caractère scientifique du travail. Ce faisant, il s'agit toujours de rendre la démarche transparente, c'est-à-dire qu'il faut montrer ce qui a été accompli et ce qui ne l'a pas été. Nous avons mandaté un comité des normes qui est chargé de vérifier que les membres respectent les accords. Il doit aussi contribuer à une transparence entre les membres et envers l'extérieur. En dialogue avec les institutions, il examine la manière dont celles-ci respectent leurs obligations, en un cycle d'une durée de cinq ans (Schulthess, 2002). Nous sommes conscients du fait que les standards ne peuvent avoir qu'une valeur limitée dans le temps et sont soumis à une constante transformation par l'histoire et la société. Il reste que parce que nous exigeons la transparence, nous devons régulièrement faire savoir ce que certains concepts et certaines exigences impliquent.

Concernant les domaines en rapport avec la formation, le premier texte de la Charte (1991) contenait suffisamment d'indications. Par rapport à la dimension éthique un texte a été rédigé en 1995 et ratifié, lui aussi, par tous les membres. Il restait à élaborer des concepts et exigences en rapport avec le caractère scientifique de la psychothérapie et cette tâche fut la plus difficile. La déclaration représente l'aboutissement de cette démarche et vient combler la lacune qui avait subsisté jusqu'alors.

Notons qu'elle contient également des passages définissant des exigences et critères à l'intention des institutions. Elle reflète notre conception actuelle des

choses et, dans ce sens, elle représente le plus grand dénominateur commun entre les membres. Nous publions ce texte pour le soumettre à un débat public. Nous savons qu'aucune connaissance n'est définitivement acquise et figée. Nous tiendrons donc compte des réactions engendrées par le débat lors d'une révision de la déclaration.

Il nous paraissait important de fixer des normes au niveau scientifique qui, d'une part, satisferaient aux exigences posées par la théorie de la science et l'épistémologie, tout en nous permettant de déclarer clairement notre point de vue. D'autre part, ces positions vont influencer sur la formulation de bases théoriques dans le domaine de la recherche et permettre aux différents courants d'élaborer des protocoles adéquats. Il faut aussi tenir compte des ressources dont disposent les institutions. La recherche ne doit pas se situer à un niveau illusoire car, ce faisant, elle étoufferait les énergies novatrices et la créativité qui peuvent permettre de développer des procédures adéquates du point de vue des troubles dont souffrent des patients en conséquence de l'évolution de la société. C'est pourquoi la Charte vise à promouvoir la qualité plutôt qu'à la garantir.

## Processus d'élaboration de la déclaration

Comme nous l'avons mentionné plus haut, la Charte s'était engagée dès ses débuts à clarifier la manière dont ses membres conçoivent ce qu'est une approche scientifique. Nous avons d'abord pensé que des experts externes pourraient examiner les procédures. Dans ce but, nous avons mené deux enquêtes conçues sous une forme permettant d'établir un inventaire. Les renvois nous ont rapidement montré que cette manière de procéder n'aboutirait pas. D'abord, les institutions s'exprimaient dans des langages tellement différents qu'il ne semblait pas possible d'évaluer correctement les réponses. Il n'y avait tout simplement pas de base commune qui aurait permis de comparer ces dernières. Deuxièmement, il devint rapidement clair que le choix même des experts impliquerait des rapports de pouvoir. Depuis au plus tard (Habermas, 1969), on a dû renoncer à l'idée qu'un expert peut être neutre. Le dialogue entre les cou-

rants et la quête d'experts confirma la notion selon laquelle aucune science ne peut être libre d'idéologie, ce qui dans le présent contexte signifie qu'elle ne peut se libérer de perceptions fondamentales ayant trait à une image de l'homme et du monde. On aurait pu décider que chaque institution ferait elle-même appel à des experts internes. Mais ici encore, le reproche aurait été fait qu'il s'agissait d'un choix unilatéral ; les expertises produites n'auraient en outre sans doute pas été aptes à convaincre les représentants des autres courants, que ce soit du point de vue pratique ou scientifique.

Nous avons alors décidé de faire de nécessité vertu et avons organisé en 1996 un congrès scientifique (voir les articles publiés à ce sujet dans le *Psychothérapie Forum / Schlegel, 1996*). Le congrès remporta un franc succès et influença ce qui suivit ; mais il ne résolut pas le problème auquel nous nous trouvions confrontés.

Ce pat perdurait toujours il y a quatre ans. Nos expériences nous avaient toutefois beaucoup appris. Nous étions en mesure de définir l'obstacle principal : la grande diversité des approches fait que les différents courants accordent une signification différente à ce qui est recouvert par des termes comme « scientifique », « recherche », « empirisme », etc. C'est à ce moment que naquit une idée qui, heureusement, pouvait aisément être intégrée dans le but fixé par les statuts de la Charte : le problème ne peut être résolu que par le biais d'un dialogue – ou plutôt d'un polylogue. Nous avons organisé un cycle de huit colloques (2000–2001) au cours desquels une liste commune de thèmes (cf. annexe) fut débattue. Ce sont les résultats de ces discussions qui fondent la déclaration. Pour que la démarche aboutisse, il était important que toutes les institutions aient les mêmes droits et que des règles du jeu claires définissent la manière dont elles présenteraient leurs positions quant aux groupes de thèmes (dans des documents écrits de cinq pages au maximum). Cette manière de procéder s'est avérée très fructueuse, même au sein des institutions. Il semble justifié de la qualifier des termes de contribution à la recherche conceptuelle et d'impulsion ayant permis aux différents courants de se développer plus avant. De cette manière, les participants aux colloques ont appris à mieux se connaître et ont fait l'apprentissage du

langage utilisé par les autres institutions. Les réflexions renvoyées en feedback et le débat sur des thèmes donnés ont également provoqué la discussion au sein des institutions membres de la Charte, ce qui parfois les a incitées à lancer de nouveaux projets. Nous allons poursuivre ce processus en réfléchissant à d'autres thèmes communs. L'un des produits de ce travail a été rapporté dans le no. 3/2002 du *Psychothérapie Forum* (Schlegel, 2002). Les différents courants se sont présentés en rapport avec quatre groupes fondamentaux de thèmes, sous une forme qui permet au lecteur de comparer aisément leurs positions. Dans un article d'introduction à ce même cahier un historique du processus est présenté plus en détail (Auer et al., 2002) ; nous renonçons donc à développer cet aspect ici.

Les colloques sont organisés de manière telle qu'un processus d'évolution puisse avoir lieu, sous forme de dialogues cycliques et récursifs. Ils n'ont toutefois pas permis de résoudre le problème lié à la levée de la réserve scientifique émise à l'égard des institutions. A un autre niveau, les informations transmises à un grand public demeuraient incomplètes, ce qui fut un inconvénient au moment où la Charte dialogua avec d'autres institutions, que celles-ci soient scientifiques (universités et autres centres de recherche) ou politiques (instances législatives, assureurs maladie etc.). Il s'agissait aussi de surmonter certains doutes émis par rapport au fait que les résultats de notre réflexion devaient être formulés par écrit. Certaines personnes considérèrent que le fait même de les figer en un texte pouvait avoir des conséquences négatives : dans ce sens, une déclaration risque de provoquer des malentendus puisqu'elle semble indiquer que le processus est terminé – une certaine stagnation peut en résulter. D'autres ont pensé que ce genre de texte pouvait freiner une évolution. Ces réserves sont à prendre au sérieux et il serait faux de les interpréter comme une simple résistance à s'engager. D'un autre côté, il n'est pas possible de retracer une évolution dynamique sans formuler de temps à autre des positions claires, qui serviront de référence au développement (aspect prospectif) et de témoin lors de l'évaluation (rétrospective) des changements. Ces arguments ont finalement convaincu toutes les institutions membres de la Charte.

Compte tenu des réserves ci-dessus, la déclaration n'est pas une profession de foi de ceux qui l'ont élaborée, mais bien une synthèse actuelle des positions adoptées ensemble par les institutions. Certains lecteurs trouveront qu'elle est trop vague, d'autres qu'elle est trop ouverte ou trop rigide. Rappelons qu'il fut extrêmement difficile de trouver un langage commun et que ce problème va perdurer. Les représentants de certains courants ne seront pas satisfaits par rapport à leur propre perception de l'humain, mais cela est inévitable.

Trois autres colloques ont été entièrement consacrés à l'élaboration du texte. En moyenne, trente à quarante délégués et autres personnes intéressées y ont participé. Entre les colloques une équipe de rédaction – Barbara Auer, Rudolf Buchmann, Arnold Frauenfelder, Christiane Geiser et Mario Schlegel – a rédigé les décisions; ces passages ont ensuite été à nouveau soumis à l'assemblée. Ici encore, la question de la diversité des manières d'utiliser le langage et des différents styles à concilier s'est clairement posée.

En conclusion, nous tenons à souligner tout particulièrement le fait que l'ensemble du texte fut formulé sur la base de décisions consensuelles et que finalement, les institutions l'approuvèrent à l'unanimité.

## Perspectives

La déclaration préparée lors des colloques a été approuvée par les membres lors de l'assemblée du 21 septembre 2002. Le règlement en matière d'opérationnalisation des critères n'est pas encore prêt. Nous espérons toutefois qu'ici aussi, il sera possible de trouver un accord consensuel. Les prochains colloques se centreront sur ce processus.

Pour l'instant la déclaration doit encore être ratifiée au sein des institutions membres. Nous la présentons déjà maintenant à un public de professionnels pour permettre à ceux-ci de formuler leurs critiques. Nous recevrons volontiers vos contributions et en traiterons lors de nos colloques. Les prises de position motivées seront publiées sur notre site Internet. Ce faisant, nous espérons lancer un plus large débat. Vous pouvez

nous atteindre à l'adresse suivante: [wissenschaft@psychotherapiecharta.ch](mailto:wissenschaft@psychotherapiecharta.ch).

## Annexe

### Principaux groupes de questions dans la liste de thèmes en rapport avec la déclaration

#### *Rapports science, théorie, recherche et pratique*

- Votre concept scientifique et votre épistémologie
- Processus d'élaboration d'une théorie (tradition, évolution, position actuelle)
- La signification de votre image de l'homme et du monde
- Manière dont des fondements scientifiques sont pris en compte dans votre approche thérapeutique et théorique
- Pratique et enseignement

#### *Quels sont vos objets de recherche / de réflexion*

- Conception de la santé et de la maladie, indication du traitement
- Conception de la thérapie
- Objectifs de la psychothérapie
- Effets, facteurs agissants, limites
- La relation thérapeutique
- La théorie en tant qu'objet de recherche
- Recherche concernant le domaine socio-psychosomatique
- Recherche interdisciplinaire

#### *Comment? Méthodes de recherche, acquisition de connaissances pratiques*

- Rapports entre les méthodes de recherche, l'épistémologie et le concept scientifique
- Méthodes de recherche dans le contexte de votre approche: quels sont les moyens utilisés?

#### *Dans quel but, dans l'intérêt de qui la recherche est-elle pratiquée?*

- Acquisition d'un savoir
- Importance de la recherche dans le contexte de la formation
- Importance des résultats d'études qui n'ont pas été acquis dans votre propre courant

#### *Qui pratique la recherche? Quels en sont les mandataires?*

- Degré et formes d'institutionnalisation de la recherche
- Organisation de la recherche (et sa gestion)
- Manière dont les résultats acquis sont diffusés (sous forme institutionnalisée)

#### *Conséquences de la recherche*

- Au niveau de l'élaboration d'une théorie
- Méthodes pratiquées pour diffuser les résultats de la recherche
- Au sein de votre courant (formation, pratique thérapeutique, publications spécialisées)
- Envers l'extérieur (communication avec d'autres courants, avec d'autres disciplines [niveau spécialisé], avec un plus large public [popularisation, collaboration avec les médias])

## Concernant les auteurs

**Rudolf Buchmann** a un doctorat phil. I (psychologie, lettres et pédagogie); il est psychothérapeute, analyste et thérapeute corporel. Il traite en cabinet privé adultes, adolescents et enfants. Il est co-responsable du comité scientifique de la Charte. Adresse: Apfelbergweg 3, CH-9000 St. Gallen.

**Mario Schlegel** a un doctorat en sciences naturelles (anthropologie et sciences des comportements); il a un cabinet privé de psychothérapeute-analyste. Il a collaboré à la première étude de documentation de base de l'école jungienne en 1995 et est co-responsable du comité scientifique de la Charte.

#### Adresses:

Coprésidents du comité scientifique:  
Dr. phil. Rudolf Buchmann,  
[rudolf.buchmann@swissonline.ch](mailto:rudolf.buchmann@swissonline.ch)

Dr. sc. nat. Mario Schlegel,  
[m.schlegel@bluewin.ch](mailto:m.schlegel@bluewin.ch)

Charte suisse pour la psychothérapie,  
Engelgasse 5, CH-9000 Saint-Gall,  
[www.psychotherapiecharta.ch](http://www.psychotherapiecharta.ch),  
E-mail: [charta@psychotherapie.ch](mailto:charta@psychotherapie.ch)

## Bibliographie

voir page 227