

Déclaration de la Charte suisse pour la psychothérapie concernant la notion de caractère scientifique des méthodes psychothérapeutiques et les exigences posées à cet égard

Préambule

La présente déclaration est le produit d'un processus de plusieurs années au cours duquel les institutions de la Charte ont réfléchi au caractère scientifique de la psychothérapie. La manière dont la science est perçue évolue constamment au cours de l'histoire et ne dépend pas du discours sociétal et scientifique élaboré à une époque donnée.

Les membres de la Charte militent pour un pluralisme des méthodes psychothérapeutiques. Les sociétés multiculturelles et démocratiques associées à une pluralité qui renvoie à des images de l'homme et à des valeurs très variables doivent garantir l'accès à des méthodes de psychothérapie très diverses. Ceci parce qu'il n'existe pas *une seule image* de l'humain et du monde sur la base de laquelle on tenterait de saisir et d'expliquer l'essence, les caractéristiques et les comportements des hommes. Du fait qu'il existe des images et traditions culturelles variables, il existe aussi des méthodes psychothérapeutiques variées mais aussi des conceptions différentes de leur caractère scientifique. Il faut donc qu'en formulant sa position à ce niveau, la Charte tienne compte de cet acquis.

La « déclaration concernant le caractère scientifique » inclut les trois aspects suivants :

- La manière dont chacune des institutions de la Charte conçoit ce caractère par rapport à l'élaboration d'une théorie, à la pratique thérapeutique et à la formation.

- Les exigences que la Charte pose à ses institutions membres concernant le caractère scientifique, les standards de recherche, les aspects éthiques en rapport avec ces domaines, ainsi que la méthodologie clinique.
- L'organisation de la pratique scientifique au sein de la Charte et ses rapports sur le plan international avec les disciplines pertinentes du point de vue de la psychothérapie.

La déclaration vise les objectifs suivants:

- Clarifier les positions adoptées par les différents courants membres de la Charte.
- Élaborer des positions communes.
- Garantir et développer des standards scientifiques au sein de la Charte.
- Pratiquer les échanges et promouvoir ces positions dans le contexte scientifique et clinique, ainsi que dans la société.

Conditions cadres au niveau de la théorie scientifique et de l'épistémologie

Une « psychothérapie scientifique » se situe entre le besoin de formuler des énoncés généralisables et le fait que chaque patient, chaque thérapeute et chaque contexte thérapeutique est différent. La situation spécifique du patient et de la thérapeute, leurs présupposés subjectifs, la manière dont ils acquièrent des connaissances et dont

ils formulent des hypothèses s'influencent réciproquement. La confrontation dialogique au sein de la rencontre thérapeutique est le moteur qui permet à la thérapie d'évoluer de manière créative, impliquant simultanément des processus individuels – personnels et biographiques – et des processus historiques et sociétaux de niveau plus global.

Du point de vue de la recherche et de l'élaboration de théories, il en résulte que:

- Les critères de l'objectivité et de la reproduction des résultats ne peuvent s'appliquer que de manière limitée ; il faut tenir compte de cet aspect sur le plan méthodologique et entreprendre des efforts particuliers pour développer des méthodes de recherche adéquates.
- La grande complexité qui caractérise l'homme et ses rapports au monde exige que les présupposés guidant l'élaboration d'une théorie et un travail donné de recherche soient à chaque fois explicités, car ils influencent toujours le processus étudié. Seule cette transparence va permettre d'évaluer les résultats et les concepts de manière critique.
- De plus, la situation spécifique à la psychothérapie exige un dialogue permanent entre les représentants des différents courants, ainsi qu'une réflexion permanente sur les résultats produits par les disciplines pertinentes, ceci afin d'éviter tout risque de tomber dans une idéologie dogmatique.
- Sachant qu'en psychothérapie, il n'est pas possible de séparer claire-

ment sujet et objet, il faut tenir compte de ce problème.

La conception de la science

La psychothérapie est une discipline scientifique indépendante, fondée sur une combinaison spécifique de la théorie et de la pratique, ainsi que sur des discours interdisciplinaires. Pour des raisons liées à la théorie de la science, en psychothérapie il faut que l'élaboration d'une théorie centrale se fasse à partir de la discipline elle-même : il n'est pas possible d'utiliser celles auxquelles adhèrent d'autres approches scientifiques. Il reste que la philosophie, la psychologie, la médecine, la biologie, la sociologie, l'ethnologie, la pédagogie, les langues et la littérature, ainsi que l'histoire de l'art ont exercé une influence considérable ; ceci peut être démontré et retracé au long d'un axe historique pour chaque courant.

Concernant la psychothérapie, l'élaboration d'une théorie se fait dans le cadre de processus complexes d'échange en rapport avec les expériences et l'acquisition de connaissances résultant de la pratique. Ceci se manifeste à différents niveaux :

- Celui de la rencontre actuelle avec les patients.
- Celui de l'analyse ultérieure des séances et de la supervision.
- Celui d'une méta-réflexion et de l'étude de la théorie, de la méthode et de la pratique du thérapeute.
- Celui de la réflexion sur des connaissances acquises par d'autres courants, sur la recherche indépendante de courants donnés et sur d'autres disciplines scientifiques.

Cette démarche peut inciter à réviser ou à modifier la théorie et la pratique. Dans ce contexte, il faut tenir compte du fait que ces différents niveaux et processus sont liés par des influences réciproques permanentes.

La psychothérapie se légitime dans la société en tant que discipline scientifique entre autres en pratiquant la transparence et en explicitant sa propre démarche :

- elle indique quelles sont ses sources scientifiques – d'un point de vue historique
- elle démontre qu'elle est utile, comment et par le biais de quelles méthodes

- elle montre qu'elle participe au discours scientifique interdisciplinaire et indique comment.

Sa pratique d'un discours critique et de la recherche permet de satisfaire ces exigences. Dans ce contexte, il est important que ses visées conceptuelles et ses présupposés, ainsi en particulier que ses positions sur le plan épistémologique, anthropologique et sociopolitique, soient clairement explicités.

Pertinence de l'élaboration d'une théorie et de la recherche en psychothérapie

La psychothérapie inclut le traitement clinique, la promotion de la santé et – forcément – toujours le développement de la personnalité. Au plan théorique de nombreux courants attribuent également une certaine importance à la critique de la culture. Il faut donc qu'à ce niveau comme dans la pratique de la recherche, ces domaines soient inclus.

En plus de fonder l'élaboration de théories, la recherche en psychothérapie permet aussi d'acquérir des connaissances. La complexité de l'humain, de son expérience existentielle et du processus thérapeutique exige que les projets et les processus de recherche incluent des procédures très diverses.

La pertinence des résultats acquis par le biais de la recherche dépend du degré auquel ils peuvent contribuer à améliorer l'efficacité des traitements psychothérapeutiques, à cerner les risques et à éviter ou minimiser les effets secondaires nocifs. Ils peuvent en outre servir à fournir des informations aux patients, à fonder des énoncés concernant la politique de la santé et à offrir aux instances responsables et aux assureurs une orientation au sein du système de santé.

L'éthique en science et en recherche

Dans le domaine de la psychothérapie, la science et la recherche ne peuvent se pratiquer que sur la base de positions nettes concernant l'aspect éthique. La Charte entreprend les démarches requises pour évaluer et développer le savoir acquis à ce niveau, pour élaborer de nouvelles connaissances et approches et pour les appliquer de manière utile à la

pratique. Les chercheurs, les psychothérapeutes et les représentants d'organisations de patients doivent collaborer à cette démarche.

La pratique scientifique de la Charte

Objectif

La pratique scientifique de la Charte vise à prolonger les processus d'auto-réflexion et de critique qu'elle a lancés en matière de communication en termes scientifiques, d'échanges entre les courants, d'établissement d'une identité scientifique, ainsi que de l'élaboration de positions communes et de leur soutien envers l'extérieur.

Responsables

Sont responsables de cet aspect les institutions affiliées à la Charte et leurs délégués. Ces derniers jouent le rôle de ponts entre la Charte et les instituts ou associations de formation : ils représentent les positions de ces derniers au sein de la Charte et, à l'inverse, leur communiquent de manière utile des informations, ainsi que les résultats du travail mené par celle-ci.

Organisation

La démarche scientifique est organisée par le comité scientifique et par des groupes de travail.

Colloques

Des colloques scientifiques sont organisés à intervalles réguliers ; ils servent à promouvoir et à développer un processus discursif. Ensemble, ces deux éléments constituent un cadre dans lequel il est possible de pratiquer l'auto-réflexion critique et le développement créatif d'une « unité différenciée » contenant les divers courants et méthodes.

Les colloques permettent de cerner plus en profondeur les points communs et les particularités des différentes approches et méthodes psychothérapeutiques ; en encourageant constamment les institutions à se centrer sur la réflexion et la critique, ils fournissent un cadre dans lequel peuvent se pratiquer la gestion, la garantie et le développement de la qualité, ceci sur la base d'une responsabilité collective.

Projets de recherche

La Charte lance des projets de recherche menés en commun par ses membres, qui doivent servir à atteindre les objectifs précisés dans la présente déclaration.

Mise en réseau

La Charte

- soutient le dialogue et les échanges entre les institutions
- accueille les autres groupements intéressés
- s'efforce de promouvoir les échanges avec d'autres disciplines considérées comme pertinentes du point de vue du développement de la psychothérapie scientifique
- cherche activement à collaborer avec les chercheurs œuvrant dans le cadre d'autres institutions (universités, associations, fondations, etc.)
- cherche à coopérer avec les autorités, les instances finançant les traitements et les organisations de patients
- organise des rencontres et des symposiums
- apporte son soutien à des projets et publications permettant d'intégrer les débats menés en son sein dans un discours plus global en rapport avec la philosophie de la science, ainsi qu'avec les politiques de la science et de la recherche.

Organe de publication

La Charte est co-éditrice de la revue scientifique « Psychothérapie Forum ». En y publiant régulièrement des articles

elle fournit des informations sur l'état actuel des débats, ainsi que sur les projets en cours et sur ses plans pour l'avenir.

Critères/exigences posées aux institutions membres

Chaque courant de psychothérapie décrit et évalue sa propre histoire, ses processus d'évolution et ses rapports avec d'autres approches psychothérapeutiques. Il mène une réflexion critique sur des dimensions qui l'influencent, telles l'esprit du temps, les traditions culturelles, les clichés liés à des questions de genre, les « contraintes » économiques, etc. ; il se soumet sur ce plan à un discours critique à bases interdisciplinaires.

Un courant peut être considéré comme indépendant dès lors qu'il

- dispose d'une théorie cohérente en soi ;
- thématise les rapports entre théorie et pratique ;
- formule ses énoncés et ses applications potentielles de manière à ce qu'ils puissent être vérifiés scientifiquement, c'est-à-dire à ce qu'ils puissent être objectivés autant que possible et saisis à un niveau intersubjectif ;
- dispose d'un système lui permettant de documenter et d'évaluer le déroulement des thérapies pratiquées dans son propre cadre ;
- utilise au moins deux types de recherche pour étudier sa propre pratique.

Les connaissances acquises font l'objet d'un discours continu auquel participent d'une part d'autres disciplines scientifiques et courants de psychothérapie, d'autre part la « communauté » psychothérapeutique internationale. Cette démarche doit inclure la discussion de présentations globales comme d'études détaillées en rapport avec la théorie, la recherche et la pratique.

Des documents doivent être rédigés qui démontrent que l'on pratique des activités scientifiques, que des réseaux ont été établis et que les résultats de l'entreprise sont diffusés au niveau international.

Les membres participent activement aux colloques scientifiques de la Charte. Ils sont dans l'obligation de réfléchir aux critiques émises à leur égard et d'accepter de se confronter à d'autres points de vue.

Les institutions membres présentent le courant auquel elles appartiennent et montrent quelles mesures, projets et méthodes elles mettent en œuvre pour élargir les connaissances en rapport avec leur propre théorie et pratique, ainsi qu'avec la gestion de qualité et avec le développement de leur approche. De son côté, la Charte attend de ses membres qu'ils lui fournissent des documents concernant leur pratique scientifique (théorie, développement des méthodes et recherche) ; ces dossiers sont structurés selon la liste de thèmes qu'elle leur distribue.

Les critères sont formulés de manière précise dans un règlement.

Zurich, le 21. 9. 2002