

M. Fähr-Barwinski, M. Schlegel, H. Schneider

1er Congrès scientifique de la CHARTE:

## De nouvelles perspectives pour la recherche en psychothérapie

(Zurich, 10–12 mai 1996)

### De la définition d'objectifs au congrès

Les institutions et associations professionnelles de Suisse qui ont ratifié en 1993 la *CHARTÉ concernant la formation en psychothérapie*, poursuivent deux objectifs: fixer des standards communs en matière de formation et développer une tradition de recherche fondée sur la pratique et indépendante des différentes méthodes. En vue de promouvoir l'établissement de cette tradition et peu de temps après la ratification de la CHARTE, le comité scientifique décida d'organiser un congrès. En septembre 1994 les institutions membres de la CHARTE le chargèrent de le préparer. Le but du congrès devait être de traiter de questions d'actualité au niveau de la psychothérapie et d'en débattre de manière aussi large et différenciée que possible. Trois questions avaient priorité:

#### 1. *Quels sont les rapports liant pratique et recherche en psychothérapie?*

La situation actuelle est caractérisée par l'écart séparant pratique et recherche. Les travaux de recherche s'effectuent pour la plupart dans un contexte n'ayant aucun rapport avec l'offre existant dans le quotidien de la psychothérapie. La recherche de type naturaliste, qui tient compte des processus et des effets, n'en est qu'à ses débuts. La recherche en psychothérapie est-elle en mesure – comme le prétendent certains chercheurs/chercheuses – de fournir des bases sur lesquelles pourra se fonder une pratique plus efficace? Ou bien est-elle elle-même parvenue à un point où elle a besoin de se réorienter, décidant de manière radicale de se consacrer à l'étude du quotidien de la pratique (comme le demandent, par exemple, Orlinsky et Russel, 1994)? Comment le *gap* (l'écart, Talley et al., 1993) séparant pratique et recherche peut-il être comblé? Faut-il que seule la pratique tire des enseignements de la recherche ou cette dernière peut-elle aussi bénéficier des acquis de la pratique? Comment cela pourrait-il se passer concrètement? Comment les praticien/nes peuvent-ils devenir chercheurs et chercheuses – et par ceci nous entendons plus que la simple relation "classique" selon

laquelle tout processus de guérison est également recherche (sur un cas individuel)? Comment une tradition de recherche associant praticiens et chercheurs devrait-elle définir sa propre épistémologie?

#### 2. *Quels sont les objectifs sur lesquels se fonde la psychothérapie?*

Les psychothérapies définissent des valeurs, y compris des aspects philosophiques et politiques (Buchmann et al., 1996). L'Organisation mondiale de la santé définit cette dernière en tant qu'un "état de bien-être physique, psychique et social complet (qui) n'est pas simplement l'absence de maladie ou de faiblesse" (selon Schaefer, 1992 / notre traduction). De plus, toute méthode de psychothérapie se fixe des objectifs "utopiques" en rapport avec sa théorie et son image de l'humain. Les pressions exercées pour faire baisser les coûts de la santé font que l'on exige à voix de plus en plus haute un "redimensionnement" des objectifs de santé: il ne s'agit plus de *retrouver la santé*, mais d'*apprendre à vivre avec certains troubles supportables*. Quelles sont les implications de cette situation pour la psychothérapie? Quels objectifs définit-elle, explicitement ou implicitement? Qui situe ces objectifs dans le contexte thérapeutique? Qui, dans la société, a le pouvoir de définir?

#### 3. *Qu'est-ce qu'une bonne psychothérapie, qu'est-ce qu'un/e bon/ne psychothérapeute?*

Le thème de la qualité de la psychothérapie – et en particulier celle de ses résultats – ne préoccupe pas seulement les chercheurs; suite à la pénurie de moyens financiers dans le domaine de la santé, elle devient sujet d'un débat entre les organismes qui la financent et les fournisseurs de prestations. C'est pourquoi la garantie de qualité va, à l'avenir, être part intégrante des contrats liant les thérapeutes aux caisses maladie. De quoi dépend le succès ou l'échec d'une thérapie? Cette question en provoque d'autres (au niveau de la recherche): Quels sont les rapports entre succès et processus de changement? Quelles sont les caractéristiques des processus thérapeutiques pouvant être

qualifiés de productifs? Quelles sont les qualités dont doivent disposer les bon/nes psychothérapeutes? Quelles doivent être les composantes d'une bonne formation en la matière?

Ces thèmes ne préoccupent pas simplement les thérapeutes lorsqu'ils sont seuls ou qu'ils en débattent avec des collègues. Ils sont part intégrante de la crise de la santé publique et sont repris par d'autres sous forme de thèses et de postulats provocateurs et parfois agressifs, ce qui exerce une pression sur les praticiens. Le congrès devait donc également être consacré à la recherche de moyens permettant à notre profession de gérer cette situation difficile. Cet ensemble de questions et le contexte historique actuel ont donc inspiré le titre choisi pour le congrès: "Psychothérapie – réponses au nouveau défi: quels objectifs? quelle recherche? quelle formation?". Il s'agissait d'inciter les praticiens à abandonner leur attitude défensive et de leur permettre de dialoguer avec les chercheurs. Les intervenants furent choisis systématiquement en fonction d'un critère: il fallait qu'ils/elles soient favorables à une perception large de la pratique et de la recherche et qu'ils/elles soient en mesure de présenter leurs propres réponses aux questions soulevées plus haut.

### **Le choix des contributions publiées dans le présent numéro**

Le programme a compris une contribution inaugurale de G. Rudolf, cinq panels et quinze ateliers. Par rapport au présent numéro nous avons dû choisir parmi les nombreuses interventions. Pour qu'il présente un aperçu intelligible, nous avons sélectionné, parmi les perspectives mentionnées dans le sous-titre du congrès – objectifs, recherche et formation –, celle de la recherche. Nous avons également tenu compte d'un critère supplémentaire: "actualité à un niveau fondamental" – il fallait que les contributions choisies fournissent une base féconde, sur laquelle puissent se développer des projets de recherche spécifiques. Les réponses aux questions posées par le titre du congrès qui ont été proposées par les intervenants sont encourageantes pour notre profession; elles tiennent compte de toute la complexité du processus psychothérapeutique. Les thèmes suivants sont traités par les auteur/es dont la contribution est publiée dans ce cahier:

#### *Recherche en psychothérapie, passé, présent et tendances de l'évolution à venir*

Rudolf fournit un aperçu des questions fondamentales qui se posent actuellement à la recherche en psychothérapie. Par exemple, quels critères faut-il utiliser pour évaluer les résultats d'un traitement? Quels sont les rapports entre seuil de signification statistique et pertinence clinique d'un changement? Quels types d'énoncés est-il possible de formuler sur la base de procédures soit quantitatives, soit qualitatives? Quelles sont les caractéristiques des études expérimentales classiques, d'une part, des évaluations naturalistes d'autre part? Le fait de déclarer explicitement les présupposés méthodologiques doit rendre

possible un débat informé concernant les exigences devant être posées à l'avenir aux projets de recherche.

La contribution de Rüger est celle d'un expert en statistiques; elle peut permettre de saisir jusqu'à quel point les énoncés posés par les travaux de type traditionnel peuvent être considérés comme valides. Un examen critique de la manière dont les méthodes statistiques sont utilisées en psychologie est d'autant plus important en cette période de crise de la santé publique que les résultats de la recherche faite en psychothérapie sont de plus en plus souvent utilisés comme base de décision. La recherche elle-même pourrait dériver de nouvelles impulsions des claires indications fournies par Rüger sur les limites de la méthodologie utilisée à ce jour, ce qui lui permettrait d'élaborer de nouvelles approches.

Strupp présente une esquisse de la manière dont la psychothérapie dynamique va probablement évoluer ces prochaines années. Pour ce faire, il se fonde d'une part sur des données empruntées à la pratique clinique (par ex., le fait que la manière dont on saisit le transfert évolue) mais aussi sur le nouveau savoir acquis pour une bonne part grâce à la recherche en psychothérapie (par ex., critères en rapport avec l'indication d'une thérapie brève).

#### *Elaborer des modèles épistémologiques adéquats*

Stengers utilise sa connaissance très complète de la *physique loin de l'équilibre* (Prigogine et Stengers, 1979, 1988) pour mettre en évidence les limites de l'approche expérimentale; elle élabore une base épistémologique permettant d'étudier le processus psychothérapeutique du point de vue de la pratique. Les réflexions qu'elle présente sont en rapport avec celles concernant l'épistémologie de la psychanalyse, publiées dans *Le coeur et la raison* (Chertok et Stengers, 1989). Un commentaire épistémologique que Stengers (1991) avait écrit à l'origine pour qu'il serve de préface à la publication française de la biographie de Barbara McClintock, prix Nobel, a été publié sous le titre "Une science au féminin".

Duruz part de la question de savoir quelles seraient les conditions qui permettraient d'accorder un statut scientifique à la psychothérapie. Comme Stengers il adopte dans ce but une position épistémologique moderne, considérant comme relatifs les présupposés méthodologiques de la psychologie expérimentale – et donc de la recherche traditionnelle en psychothérapie. Il soutient simultanément la diversité des approches psychothérapeutiques.

Se fondant sur une évolution théorique de la physique qui ressemble à celle analysée par Stengers – l'analyse des synergies de Haken – Kriz se déclare favorable à une réorientation de la recherche en psychothérapie. Comme le montre l'ouvrage publié dans la série correspondante par le Springer Verlag et intitulé *Self-Organization and Clinical Psychology*, les *théories de la complexité* peuvent servir de nouvelle base théorique, permettant de conceptualiser les processus de changement en psychothérapie.

*Recherche fondée sur la pratique*

Alors que les contributions de Stengers, Duruz et Kriz traitent des bases épistémologiques et conceptuelles de la recherche future, celle de Klüwer montre comment celle-ci pourrait être entreprise et concrètement menée par les praticien/nes: il s'agirait de décrire les expériences faites au moment de documenter et de discuter l'ensemble du déroulement de thérapies brèves. Cette "conférence focale" pourrait servir de base à l'élaboration d'un "setting" de recherche dans lequel le savoir psychothérapeutique serait développé plus avant sur la base de la pratique.

**Quels sont les problèmes pouvant éventuellement être examinés par une "recherche en psychothérapie dans le contexte de la pratique"?**

Parmi les projets isolés qui pourraient être inspirés par un débat fondamental, nous mentionnons ceux ayant trait aux thèmes suivants:

*Designs permettant d'examiner la durée et les résultats de psychothérapies menées dans la pratique quotidienne* (cf. Kächele et al., 1995; Kordy et Kächele, 1995; Seligman, 1995): Quels types d'énoncés sont-ils possibles sur la base de quels types de plans de recherche? Une des questions de départ pourrait être de savoir s'il peut être utile de définir un "standard" par rapport à ce genre de recherche (cf. Matthews, 1995, qui esquisse un historique du développement du standard du *clinical trial* aux 19e et 20e siècles).

*Guide permettant de formuler des indications* (cf. APA, 1993): Comment psychothérapeutes et caisses maladie pourraient-ils communiquer de manière idéale, en rapport avec la question de savoir à qui l'on accorde combien de psychothérapie (cf. Conne, 1996)? De quels "systèmes diagnostiques" disposons-nous (ex. l'ICD-10) et quelles autres approches seraient-elles envisageables (cf. Beutler et Clarkin, 1990; commission OPD, 1996)?

*Recherche sur les processus*: Comment le comportement interactif du psychothérapeute peut-il être décrit au niveau d'une micro-analyse, compte tenu du fait que ce comportement peut intervenir de manière positive ou négative sur les processus d'évolution du patient (cf. Bänninger-Huber, 1995; Henry et al., 1993)? Des rapports détaillés fournis par le/la psychanalyste traitant/e peuvent-ils permettre d'identifier des schémas "typiques" caractérisant le processus de changement? Ces schémas pourraient permettre de cerner les modes productifs d'intervention (cf. Schneider et al., 1995).

*Elaboration de formes spécifiques de traitement pour des troubles spécifiques*: Est-il possible de dériver de psychothérapies "processuelles" (Bastine, 1992) les éléments qui se sont révélés utiles et de les appliquer de manière "ciblée" au traitement de troubles qui sont soit fréquents, soit difficiles à gérer (cf. Busch et al., 1996; Greenberg et al., 1993)?

Les contributions publiées dans le présent cahier contiennent des indications précieuses, permettant de préparer de nouvelles approches au solutionnement des problèmes présentés. Nous imaginons volontiers que la tradition du débat établie par le congrès de la CHARTE permette de fonder une "recherche en psychothérapie dans le contexte de la pratique"; celle-ci doit

- viser à l'élaboration continue de nouveau savoir psychothérapeutique
- se référer à l'état des connaissances dans les domaines de recherche voisins (travaux sur les émotions et l'interaction, par exemple, ou psychologie du développement, étude de la cognition, etc.)
- réussir ainsi à obtenir l'intérêt et la collaboration des psychothérapeutes, du fait que ce type de recherche peut contribuer directement à enrichir leurs activités.

**Bibliographie:** voir texte allemand.

*Les auteurs du présent éditorial furent membres du comité d'organisation du congrès:*

*Dr. phil. Markus Fähr-Barwinski, psychanalyste et psychothérapeute à Zurich; collabore à un groupe de travail étudiant les processus de changement à long terme en psychanalyse et en psychothérapie; co-président de l'Association Suisse des Psychothérapeutes (ASP/SPV).*

*Dr. sc. nat. Mario Schlegel, cabinet de psychothérapie à Zurich, chargé de cours et analyste didactique et de contrôle à l'Institut C. G. Jung de Zurich. Préside le comité scientifique de la commission de formation des institutions de la CHARTE; vice-préposé à la Chambre des délégués de l'Association Suisse des Psychothérapeutes (ASP/SPV).*

*Dr. phil. Henri Schneider, ancien assistant au Département de psychologie clinique de l'Université de Zurich, élabore actuellement un cadre de référence théorique devant permettre d'étudier les processus de changement à long terme induits par la psychanalyse. Activité-conseil dans le domaine de la recherche en psychothérapie.*