

RÔLE ET STATUT DU PSYCHOTHÉRAPEUTE

DE QUOI PARLONS-NOUS ?

- Selon le **décret de loi n° 2012-695 du 7 mai 2012 modifiant celui du 20 mai 2010**, les professionnels pouvant utiliser le titre de psychothérapeute sont les psychiatres, les psychologues ainsi que les médecins non psychiatres et les psychanalystes ayant suivi une formation complémentaire à la psychopathologie clinique associée à un stage. Le décret comporte en annexe un tableau résumant précisément les heures de formations complémentaires nécessaire pour chaque catégorie professionnelle. Il y est enfin mentionné le nombre d'heures de formations et stages pour des professionnels n'appartenant à aucune des catégories précédentes (soit 400 heures de formation et 5 mois de stage).

- **La psychothérapie est une discipline spécifique** dont l'exercice représente une profession exigeant un **niveau élevé de qualification théorique et clinique**, ainsi qu'un travail en profondeur sur soi via l'analyse de son propre fonctionnement psychique.

- Selon la loi, les psychothérapeutes n'élaborent pas, à proprement parler, un diagnostic suivi d'un traitement au sens médical de ces termes. Autrement dit, ils ne prescrivent pas de médicaments. Ils font le point global de la situation et entretiennent des entretiens, selon des modalités et une stratégie d'intervention spécifiques à chaque cas, et cohérentes avec leur méthode de référence.

A QUOI ÇA SERT ?

La psychothérapie désigne un ensemble de pratiques qui permettent à la personne qui s'y engage de trouver une réponse à son mal être. C'est un processus dans lequel le patient a l'espace pour parler régulièrement et librement de ce qui le préoccupe, sans jugement.

Le processus psychothérapeutique s'appuie sur l'observation du fonctionnement psychologique de l'individu (actuel et passé) dans le but de mettre à jour des répétitions et/ou des éléments problématiques.

La psychothérapie n'est pas une science exacte et le travail personnel engagé n'a pas pour objectif d'amener des solutions toutes faites aux difficultés, souffrances et conflits du patient.

Le psychothérapeute procure un cadre contenant et rassurant qui favorise la démarche de réflexion et l'expression du patient, l'amène à trouver par lui-même des réponses et à donner du sens là où il n'en trouvait pas.

COMMENT FAIRE ?

- Les psychothérapies sont des entretiens **individuels** ou en situation **de groupe dans un lieu spécifique et protégé**, tels qu'un cabinet libéral ou des dispensaires, hôpitaux, cliniques.
- C'est un entretien confidentiel qui se déroule régulièrement pendant une durée fixe, généralement compris entre 30 m et 1 h.
- Les séances de psychothérapie ne sont remboursées par la sécurité sociale que si le thérapeute est médecin.
- Les psychothérapeutes peuvent explorer plusieurs dimensions du psychisme selon différents types d'interventions. On retrouve ainsi : la psychanalyse, les thérapies **comportementales** et cognitives, **les thérapies familiales, et diverses variantes du mouvement «humaniste» ou «existentiel» regroupant** : Gestalt-thérapie, analyse transactionnelle, thérapie centrée sur la personne, psychodrame, psychosynthèse, PNL, nouvelle hypnose, analyse psycho-organique, Sophia-analyse et thérapies psychocorporelles.

ÉLÉMENTS DE RÉFLEXION

Pourquoi a-t-on besoin d'une psychothérapie ?

En général, le motif de consultation est lié au fait que la personne éprouve une souffrance psychique ou une difficulté de nature sociale. Souvent la décision de commencer une psychothérapie se fait parce qu'un état de crise se surajoute à la souffrance initiale. Les personnes consultent donc plutôt en urgence lorsqu'elles sentent que les situations qu'elles vivent les dépassent.

Au plan clinique on peut dire que la personne consulte lorsque ses mécanismes de défense, qui permettent son adaptation habituelle, ont été fragilisés par un évènement spécifique : une difficulté affective, un deuil, un divorce, un licenciement, une crise conjugale plus intense que les précédentes, la crise d'adolescence d'un des enfants, une difficulté avec sa hiérarchie au travail, isolement social, absence de liens amicaux, une prise de conscience d'une addiction ou d'un trouble, l'arrêt de carrière, etc.

Par ailleurs la relation patient-psychothérapeute est telle qu'il est parfois important de consulter plusieurs psychothérapeutes avant de trouver celui qui convienne le mieux au patient.

LIMITES

Si une législation claire est apparue récemment concernant le statut du psychothérapeute, il demeure essentiel de vérifier ses références et formations.

La question de la fin d'une psychothérapie demeure une question sujette à débats. En effet «la guérison» ne se définit pas uniquement en fonction de ce que rapporte le patient («Je me sens mieux») mais aussi en fonction du cadre théorique que le psychothérapeute utilise. Par exemple : les symptômes ont-ils disparu ? Le vécu, le réseau d'amis a-t-il évolué ? La distance émotionnelle avec la famille est-elle plus appropriée ? Etc...

L'arrêt d'une psychothérapie est donc le résultat d'une décision prise conjointement entre un thérapeute et son patient.

EN SAVOIR PLUS

La psychothérapie aujourd'hui, 2012, 2^{ème} édition, ouvrage coordonné par S. Ginger & E. Marc, Ed. Dunod

http://www.psyvig.com/default_page.php?menu=1&page=1

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.o?cidTexte=JORFTEXT000025823878&dateTexte&categorieLien=id>

<http://www.ff2p.fr>

