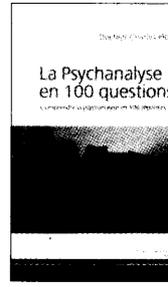
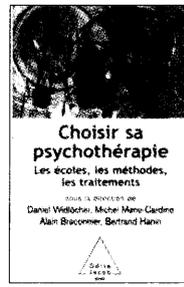


Psychothérapies Aucune chapelle n'a le monopole de l'âme



Depuis « le Livre noir de la psychanalyse », « l'Anti-Livre noir » et les débats houleux autour de l'évaluation des psychothérapies, le monde de la psychiatrie française poursuit ses controverses et multiplie les communications auprès du grand public et des praticiens s'intéressant à la souffrance psychique. Dans ce paysage conflictuel et souvent partisan, deux ouvrages récents, « Choisir sa psychothérapie » et « La Guerre des psys - Manifeste pour une psychothérapie démocratique », proposent, chacun à sa façon, une réconciliation clairvoyante des diverses obédiences.

groupe, les thérapies familiales, la gestalt et les thérapies humanistes ou les thérapies transversales. Analyse des méthodes, des écoles, des traitements, mais aussi des indications, des motivations personnelles, des attentes et des objectifs, aspects pratiques de la psychothérapie sont développés de façon à la fois accessible et savante. Après un bref chapitre historique, l'ouvrage s'ouvre sur « Comment décide-t-on de faire une psychothérapie ? », où les auteurs, Bertrand Hanin et Alain Braconnier, exposent une sorte d'autoquestionnaire, base pour que celui ou celle qui envisage de s'engager dans une psychothérapie puisse clarifier sa démarche, préparer le premier entretien avec le thérapeute, puis analyser ses impressions avant de prendre la décision de poursuivre ou pas cette démarche. Les explications théoriques sont compréhensibles, les aspects pratiques non éludés, rien n'est laissé dans le flou et l'imprécision. A mille lieues des conseils vagues pour « voir quelqu'un » parce que l'on est mal dans sa peau, selon l'expression consacrée, ce manuel, sans maniérisme ni opposition entre une psychothérapie scientiste et une autre humaniste, est un guide de réflexion pour consulter, ou pas, en toute connaissance de cause, un thérapeute formé à telle ou telle technique et permettra à chacun une approche autonome. Une partie de l'ouvrage est consacrée au statut de psychothérapeute, à leur formation, à la question de la rémunération, à l'association psychothérapie-médicaments.

entre les différentes techniques psychothérapeutiques, l'ouvrage plaide pour l'abandon des clichés caricaturaux, avec « d'un côté des psys "dresseurs d'ours" et de l'autre des charlatans ». Le refus de faire comme s'il y avait un combat entre, à gauche, « l'humanisme psychanalytique » et, à droite, le scientisme américanisé menaçant la civilisation européenne. Manifestation d'ouverture d'esprit, à l'instar d'ailleurs de l'ethnopsychiatrie et du centre Georges-Devereux fondé par Tobie Nathan, d'intérêt vis-à-vis de ce qui peut paraître a priori étranger, vis-à-vis aussi de la participation de patients organisés en collectifs et associations comme de la création de nouvelles pratiques d'évaluation adaptées à chaque technique thérapeutique, les auteurs appellent de leurs vœux une psychothérapie démocratique. Lorsque les textes, ceux de Thierry Melchior ou de Philippe Pignarre, critiquent la psychanalyse, ils s'adressent à ce qu'elle peut avoir d'antidémocratique, à sa prétention à régner seule et non à sa capacité à soulager un certain nombre de patients. Il ne s'agit pas pour autant de lénifier et d'adopter une position mollement « relativiste », explique Philippe Pignarre dans le chapitre « les Psychothérapeutes dans la tourmente », mais de sa-

voir « laquelle de nos différentes ethnopsychologies est la mieux préparée, la mieux équipée pour apprendre (...) Le débat actuel nous enseigne qu'aucun ne dispose d'un savoir lui permettant de se présenter comme porteur exclusif de la science ». Progresser, c'est l'admettre pour évoluer. « Je rêve d'une psychothérapie compatible avec le monde comme il va : un monde ouvert, polyglotte, polythéiste, cosmopolite, riche d'êtres et de choses qui entendent ne pas disparaître (...) une psychothérapie qui saura décrire son action en termes de concertation, de conciliation, de négociation (...) qui ne feindra plus d'ignorer qu'elle est thérapeutique, précisément parce qu'elle est sociale, parce qu'elle est politique », écrit Tobie Nathan. Par leur qualité et leur respect de l'intelligence des patients, ces deux ouvrages amorcent avec brio cette ère attendue de la psychothérapie démocratique.

> DR CAROLINE MARTINEAU

« Choisir sa psychothérapie - Les écoles, les méthodes, les traitements », sous la direction de Daniel Widlöcher, Michel Marie-Cardine, Alain Braconnier, Bertrand Hanin, Odile Jacob, 354 pages, 23,90 euros.
« La Guerre des psys - Manifeste pour une psychothérapie démocratique », sous la direction de Tobie Nathan, 282 pages, 20 euros.

LE QUOTIDIEN DU MEDECIN
Nouvelle

Initiation à la psychanalyse

Nées de conversations informelles autour de la psychanalyse avec les uns ou les autres, une centaine de questions sur les rudiments de la psychanalyse sont l'occasion d'autant de réponses proposées par Charles Hourri, psychanalyste. « En psychanalyse, il y a rencontre à visée thérapeutique », mais pas seulement, puisque, dit-il, la psychanalyse peut être un moyen de connaissance de soi et des autres. Qu'est-ce que le contre-transfert ? Le complexe de castration ? De quels troubles psychiques s'occupe la psychanalyse ? A qui s'adresse-t-elle ? Doit-on taire ou non le fait que l'on est en analyse ? Telles sont quelques-unes des questions prétextes pour expliquer les rudiments de cette pratique, de manière accessible à tous, sans vocabulaire technique abscons.

« La Psychanalyse en 100 questions », Dr Charles Hourri, Publibook, collection « Sciences humaines », 322 pages, 25 euros.