

Enquête sur la pratique de la psychothérapie intégrative en France.
pour la revue Le Cercle Psy (groupe Sciences Humaines)
Entretien d'Héloïse Junier avec Françoise Zannier - 19 Juillet 2013

HJ - Comment expliquez-vous la multiplication actuelle des méthodes thérapeutiques ?

FZ - Cette multiplication n'est pas récente. Elle a accompagné comme son ombre pour ainsi dire, le développement des principales écoles psychothérapeutiques, qui remonte aux années 1930-1950 dans les pays occidentaux.

C'est avec le mouvement du développement du potentiel humain issu des psychothérapies, en particulier, que de nombreux auteurs ont inventé des théories et des méthodes, fortement inspirées par les plus importantes d'entre elles, la plupart du temps, comme on s'en rend compte quand on connaît bien ces dernières.

Certaines analogies sont si évidentes en effet, que l'inspiration en question ne fait pas de doute. Autrement dit, ceci a été impulsé et facilité par le fait que les psychothérapies s'inscrivent dans le paradigme herméneutique des sciences.

Ainsi, consciemment ou non, beaucoup d'auteurs ont repris des concepts et notions, qu'ils ont intégrés dans des constructions nouvelles, de sorte que pour des profanes, il paraît s'agir de méthodes originales et pertinentes, alors qu'en réalité, elles n'ont pas grand chose de tel. Bien souvent au contraire, ces savoirs que je nomme pata-théories dans certains cas, plagient à l'infini les principaux modèles, en les reformulant et tout en omettant des parties ou des points essentiels de ceux-ci.

Ainsi, ces théories partielles n'ont souvent qu'une apparence scientifique, et s'embourbent par ailleurs souvent, si j'ose dire, dans des considérations, pétitions de principe et autres promesses peu dignes d'une démarche scientifique authentique.

Ces égarements traduisent souvent à mon avis, les illusions et projections de leurs auteurs, qui voulant surtout réussir et se faire un nom, sont prêts à tout en quelque sorte, consciemment ou non toujours, mais néanmoins réellement.

Le fait qu'un grand nombre de méthodes portent le seul nom de leur auteur, ou bien des intitulés se voulant originaux ou tape-à-l'oeil, est significatif dans ce sens, à mon avis.

D'un autre côté, la demande et les besoins de soins psychiques sont si importants que le terrain est on ne peut plus propice également, au développement exponentiel de connaissances dont beaucoup sont des savoirs de pacotille, comme on l'aura compris.

Le marché du psycho-spirituel est si vaste en effet qu'il n'est pas facile ni évident de s'y orienter - voire de s'y retrouver - pour des profanes, les risques d'égarement de type sectaire étant d'ailleurs bien réels, y compris sous des formes parfois inattendues.

Quand on sait par exemple que la pnl est répertoriée comme organisation à risque sectaire, et que malgré tout, elle a effectué une percée phénoménale sur le marché des psychothérapies et du développement personnel, il y a de quoi trouver cela inquiétant.

(sur ce sujet voir par exemple :

- www.psychologue--paris.fr/actualites/le-marche-du-psychospirituel-0004.htm

- www.derives-sectes.gouv.fr/sites/default/files/publications/francais/guide_sante_complet.pdf

- www.psychologue--paris.fr/actualites/la-pnl-en-question-0001.htm

HJ - Pourquoi semble-t-il si complexe, pour de nombreux praticiens, de croiser les méthodes, voire de tolérer d'autres courants que le leur ?

FZ - Le problème n'est pas vraiment de croiser les méthodes et de tolérer d'autres courants. Car en réalité, cela se fait couramment, consciemment ou non encore une fois, même si de nombreux praticiens s'en défendent, autrement dit sont dans le déni ou la dénégation vis à vis de ces questions. Voir par exemple les écrits de C. Apfeldorfer, sur ces questions. En outre, des auteurs comme Marie-Cardine et Chambon, en particulier, ont montré que toute méthode est au fond éclectique par nature, aucune d'elles ne surgissant ex-nihilo comme c'est évoqué plus haut.

Le problème est plutôt institutionnel. Je veux dire par là qu'il y a une incapacité avérée de la part des institutions, à se remettre en question et à évoluer rapidement, ceci parce qu'elles concentrent en elles-mêmes, des intérêts énormes.

L'attachement aux traditions et plus exactement au cadre (et par suite la résistance au changement) est dû au fait qu'il est dépositaire d'une grande partie de l'identité des acteurs, si bien que tout changement important dans le cadre est très souvent vécu comme une menace par eux.

Il faut relire José Bleger pour avoir plus de détails sur ce qu'il nomme, la partie psychotique du cadre, par opposition aux processus, les analyses en question s'appliquant parfaitement au problème soulevé ici.

HJ -Trouvez-vous l'enseignement actuel de la psychologie dans les universités suffisamment diversifié ?

FZ - Non malheureusement, je pense que l'enseignement de la psychologie s'est appauvri dans les universités, depuis de nombreuses années maintenant.

Les prétentions hégémoniques des tenants des méthodes expérimentales et semi-expérimentales, en particulier, ont colonisé et dénaturé en partie le champ de la recherche en psychologie.

En d'autres termes, la généralisation des méthodes quantitatives, et leur assimilation à "la seule approche scientifique possible", empêche la pleine et entière reconnaissance des méthodes qualitatives, qui sont reléguées à l'arrière-plan, quand elles ne sont pas déclarées non scientifiques et exclues des laboratoires de recherche.

Pour les mêmes raisons, les attaques répétées et infondées contre la psychanalyse, en particulier, ont fragmenté et dénaturé le champ de la psychologie clinique en particulier, tout en produisant des effets délétères dans tout le champ médico-social.

En d'autres termes, l'idéologie gestionnaire et la raison comptable ont asservi notre discipline au point qu'on observe un processus d'acculturation, renforcé par la tendance à se ranger sans réflexion critique aux normes du groupe majoritaire - tendance appelée paradigme de Asch (voir La fabrique des imposteurs, Roland Gori, 2013, éd. LLL, p.21).

HJ - Pourquoi est-ce nécessaire d'épouser une approche intégrative ?

FZ - C'est nécessaire parce que la connaissance approfondie des principaux référentiels universitaires (psychanalyse, psychologie cognitivo-comportementale, théories systémiques et ethnopsychanalyse), permet de bien connaître les similitudes entre les théories, de même qu'elle permet de mieux comprendre leurs différences.

Par suite, elle permet d'utiliser à bon escient, les différents opérateurs de ces théories, en fonction de la problématique à traiter, tout en enrichissant considérablement la boîte à outils du praticien.

C'est nécessaire également parce que, comme je l'ai expliqué dans ma thèse, les principales théories ne sont pas contradictoires, mais seulement opposées entre elles.

La confusion fréquente entre opposition et contradiction a fort bien été expliquée par Max Pagès, notamment, de même que la démarche hégémonique des approches monoréférentielles.

C'est nécessaire enfin et surtout parce que chacune des écoles aborde préférentiellement un niveau donné de réalité, mais un niveau seulement.

C'est pourquoi il existe une synergie entre elles, de sorte que mises au travail ensemble - successivement ou simultanément - le pouvoir thérapeutique de chacune s'en trouve accru.

HJ - Pensez-vous que la psychothérapie intégrative visera à se développer avec le temps ?

FZ - Je pense que ce sera le cas pour différentes raisons.

La première c'est que l'approche intégrative n'est pas une nouvelle école, mais seulement une méthode pouvant prendre des formes et des contenus différents.

Or, de fait, de nombreux praticiens mixent plusieurs approches parce que de plus en plus souvent, ils ont suivi plusieurs formations, quand ils n'ont pas reçu une formation intégrative à proprement parler.

Autrement dit la prise de conscience qu'une seule école ou méthode, ne peut pas apporter à elle seule tous les outils nécessaires ou souhaitables, est de plus en plus fréquente.

En outre, aux Etats Unis, un grand nombre de psychologues se déclarent éclectiques ou intégratifs depuis longtemps déjà.

Je rappelle ici que l'éclectisme est la première étape vers l'intégration. Il s'agit d'une pratique pluriréférentielle alors que l'intégration est un effort théorique pour traduire en un tout cohérent l'éclectisme technique.

Cela dit, quand on sait que dans de très nombreux cas, le mouvement des choses en France, suit ce qui se passe aux Etats Unis, il y a là une autre raison de faire une réponse positive à la question posée.

Enfin et plus généralement, ce sera certainement le cas aussi parce que chaque champ de savoir possède une tendance intrinsèque à se développer, et à expliquer ou à recouvrir une partie toujours plus grande du réel.