



## Les questions de Guy Rouquet \*\* à Jean Cottraux \*

Comment définiriez-vous la psychothérapie?

Existe-t-il des approches peu efficaces ou inefficaces par nature si j'ose dire? Existe-t-il des approches plus pertinentes en fonction du trouble ou de la pathologie dont souffre le sujet?

Pour éclairer le lecteur et dissiper tout malentendu, je vous invite à préciser votre pensée sur la psychanalyse, dont naguère un candidat à l'élection présidentielle disait qu'elle était, avec la théorie de la relativité, la découverte majeure du vingtième siècle.

Pouvez-vous préciser en quelques mots ce qu'est une psychanalyse et les bienfaits qu'un client ou patient peut en tirer?

La situation se complique avec l'exercice de professionnels se revendiquant psychiatre-psychanalyste ou psychologue-psychanalyste, et, plus encore, quand on songe que le titre de psychanalyste n'est pas protégé, laissant le champ libre à toute une catégorie de pseudo-thérapeutes et de « charlatans de l'inconscient ».

Vous dites que la psychothérapie a pour objet de soulager une souffrance émotionnelle exprimée par un individu ou un groupe de personnes. Est-ce à dire qu'elle n'a pas pour ambition de guérir mais seulement de rendre la souffrance supportable? Par ailleurs, ne s'attache-t-elle qu'aux émotions? Un trouble psychologique se réduit-il à une souffrance émotionnelle? Et un trouble psychiatrique? Où est la ligne de partage?

Est-il admissible qu'une personne tout juste titulaire du Brevet des collèges et se formant à l'analyse psychodynamique reçoive des « patients » et qu'une autre guère plus diplômée fasse de même en recourant, entre autres, à l'EMDR, qui est, selon ses promoteurs, une « thérapie puissante, devant être maniée avec précaution par des spécialistes formés, évalués et supervisés »? Ces situations ne sont pas rares elles concernent des milliers d'individus, qui recrutent leur clientèle par des annonces payantes publiées dans les Pages Jaunes, des magazines variés, sur Internet. Or, dans ce domaine, la bonne volonté ne saurait suffire. Les conséquences pour le client peuvent être dramatiques et irréparables, voire fatales.

Comment expliquer à un magistrat qu'il y a psychothérapie et psychothérapie, qu'il ne faut pas confondre celle exercée par des professionnels aux diplômes reconnus et celle pratiquée par des personnes auto-habilitées ou certifiées par des associations ou sociétés aux formations non validées? Comment, faute d'article de loi ou de cadre juridique, l'obliger à prendre en compte qu'il y a une psychothérapie dispensant des soins reconnus et une autre dont la pratique s'effectue hors du cadre réglementé? S'il est bien vrai que les charlatans de l'inconscient trouveront toujours des espaces pour agiter leurs miroirs aux alouettes et distribuer leur poudre de perlimpinpin, il n'en demeure pas moins que la psychothérapie est avant tout un traitement qu'on ne peut laisser n'importe quel quidam mettre en œuvre.

Où est la ligne jaune en effet? A défaut de la trouver, ne peut-on pas à tout le moins préciser où se situe la ligne rouge? A mon sens, les articles du Code pénal ne sauraient suffire en la matière, et les pratiques douteuses ou délirantes sont parfois bien difficiles à discerner, et surtout à prouver.

Lyon le 26 juillet 2011

### Les réponses sur le site de PSYVIG :

[http://www.psyvig.com/default\\_page.php?menu=16&page=10](http://www.psyvig.com/default_page.php?menu=16&page=10)

\* **Jean COTTRAUX** est auteur de "La répétition des scénarios de vie" (2001), "La Force avec soi" (2007), et "A chacun sa créativité" (2010), tous trois publiés par les éditions Odile Jacob. Il est aussi co-auteur du rapport INSERM de 2004 : "Trois thérapies évaluées" et du "livre Noir de la psychanalyse", publié par les éditions les Arènes en 2005.

Il est psychiatre honoraire des hôpitaux et chargé de cours à l'université Lyon-I, membre fondateur de l'Académie de thérapie cognitive de Philadelphie et directeur scientifique de l'Institut francophone de formation et recherche en thérapie comportementale et cognitive (Ifforthecc) depuis 2007: <http://www.ifforthecc.org/>

\*\* **Guy ROUQUET** s'investit au sein de Psychothérapie Vigilance qu'il a fondée en 2001 pour participer à l'information du public sur les différentes pratiques psychothérapeutiques, dénoncer les abus et dérives, en particulier de type sectaire, commis par certains intervenants, et en assister les victimes. [www.PsyVig.com/](http://www.PsyVig.com/)