

Pierre Gaudriault
Vincent Joly

Construire la relation thérapeutique

- Prévenir l'abandon précoce
- Définir les enjeux du processus thérapeutique

DUNOD

Dessins: Rachid Maraï (marai@club.fr)

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage. Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements	d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).
--	--



© Dunod, Paris, 2013
ISBN 978-2-10-059567-9

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Avant-propos

CET OUVRAGE est d'abord inspiré par des années d'expérience de thérapies sous plusieurs formes. Bien entendu, ces formes nous ont été dictées par notre formation, professionnelle et personnelle, inspirées d'abord de la psychanalyse. Cependant, la diversité des cas nous a souvent amenés à nous poser bien des questions et à faire évoluer nos méthodes – comme la plupart des gens qui font métier de la thérapie – pour tenir compte de la pluralité et la mouvance des psychopathologies et aussi de la manière propre à chacun d'exprimer sa souffrance psychique. Nous devons, notamment, considérer les obstacles qui s'interposent à la demande de thérapie, qui peuvent venir des patients eux-mêmes, des thérapeutes ou aussi des institutions qui les hébergent.

Il nous a donc paru nécessaire de questionner, de différentes façons, l'entrée dans ce processus si particulier qui consiste à travailler sur son propre psychisme, ses comportements, ses habitudes envers soi et les autres, pour y comprendre quelque chose, en compagnie de quelqu'un qui n'est ni un parent ni un ami, mais un professionnel qui n'a pas d'autres compétences que de contribuer à cette compréhension.

L'une des particularités de ce travail, la plus importante sans doute, est d'utiliser essentiellement la parole comme instrument de cure, celle qui permet l'écoute, l'échange et l'analyse de ce qui ne semblait pas, au premier abord, en état d'être entendu, d'être compris et éclairci par la présence de quiconque.

Faire venir la clarté des mots là où l'on a été si souvent enfermé, dans l'opacité de réactions incontrôlables, absurdes, des états dans lesquels on se met sans savoir pourquoi, c'est le pari de la psychothérapie.

Nous avons bien conscience qu'en présentant la psychothérapie au singulier nous faisons preuve d'un peu d'audace, peut-être de négligence, car c'est une pratique qui se décline habituellement au pluriel à tel point qu'il est bien difficile d'en dresser un catalogue exhaustif. Nous verrons cependant qu'il y a quelques raisons de penser qu'au-delà de leur diversité, les méthodes psychothérapiques de tous bords pourraient avoir quelques traits communs qui fondent leur existence, et ceci est vrai aussi bien sur le plan de leur efficacité que de leurs échecs.

Nous n'avons voulu faire l'apologie d'aucune de ces méthodes et nous verrons que les recherches comparatives ne sont guère concluantes. Bien entendu, nous ne prétendons pas à la neutralité et le lecteur se rendra compte que nous insistons plus sur certaines pratiques qui nous ont paru plus importantes que d'autres. Cependant, il faut aussi admettre qu'il était impossible de faire allusion à toutes les recherches et les comptes-rendus de pratiques qui constituent, depuis plus d'un siècle, une littérature immense.

Nous avons donc surtout retenu les textes et études qui illustraient au mieux les concepts que nous avons présentés dans les chapitres 2 à 7. On s'apercevra que nous avons aussi bien fait appel à des recherches chiffrées et statistiques qu'à des réflexions théorico-cliniques, car nous sommes convaincus qu'il y a là une complémentarité dont il ne faut pas se priver. Sans nécessairement aller dans le sens de l'unité de la psychologie chère à D. Lagache, nous croyons qu'aucun concept psychothérapique n'est assez convaincant en lui-même pour se priver de tous les éclairages disponibles dans des domaines variés de la littérature générale et spécialisée. Il nous est arrivé aussi de faire appel aux philosophes, romanciers, conteurs et cinéastes qui, on le sait bien, ont parfois des intuitions sur le devenir du psychisme humain plus subtiles que les observations des meilleurs spécialistes.

Sur bien des sujets que nous avons abordés, nous avons conscience de n'en avoir proposé qu'un aperçu que certains trouveront un peu mince et sur lequel ils auront sans doute des observations à faire. Notamment, un sujet comme le transfert négatif est immense et s'engage dans une voie sur laquelle d'autres, plus qualifiés que nous dans la pratique de la psychanalyse, pourraient apporter une contribution bien plus grande. Nous renvoyons les lecteurs curieux d'approfondir certains points à l'importante bibliographie que nous avons constituée. Mais il est certain que sur des questions aussi sensibles, c'est plutôt l'expérience personnelle et la pratique psychothérapique qui leur permettront d'obtenir les réponses qu'ils recherchent.

À qui s'adresse cet ouvrage ? Sans doute, des psychothérapeutes expérimentés y retrouveront souvent leurs propres intuitions. Nous avons plutôt pensé aux jeunes professionnels et aux étudiants qui s'apprêtent à se lancer dans cette pratique. On sait qu'il n'existe pas de formation officielle au métier de psychothérapeute en France et la loi sur le titre d'application récente n'y changera pas grand-chose. La formation à la psychopathologie prévue par le décret est déjà assurée par la formation actuelle des psychologues cliniciens et des psychiatres, qui sont, à n'en pas douter, les mieux placés pour assumer la fonction de psychothérapeute. On sait cependant que la meilleure formation académique et les meilleurs manuels ne remplaceront jamais un cursus personnel et un travail sur ses propres projections et fantasmes dans la relation à soi-même et aux autres. Notre ouvrage non plus n'a pas cette prétention. S'il peut au moins contribuer à enrichir la réflexion de ceux qui se destinent à la psychothérapie, il aura répondu à nos attentes.

Nous voulons ici remercier toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce travail, Joëlle et Alain Besse, Valérie Blanc, Émilie Jeanneau, Duarte Rolo, Fabienne Thannberger, Cécile Ydire, par la relecture, les observations, les conseils avisés.

Chapitre 1

Entrer en thérapie : une question ouverte

