

Les Psys dans la Cité

Pierre Ebtinger

A l'heure où a été voté un amendement visant à inscrire dans la loi le contrôle des psychothérapeutes par des psychiatres et des psychologues, il est devenu urgent de préciser ce que sont les psychothérapies, afin de pouvoir juger de l'opportunité et de la pertinence d'un tel contrôle. .

Psychothérapies et psychanalyse

L'évolution des psychothérapies est étroitement liée à la représentation que l'homme peut se faire de son existence et, qu'on le veuille ou non, la représentation que l'individu a aujourd'hui de lui-même doit beaucoup à Freud. En effet, Freud n'a pas apporté une technique psychothérapique de plus, mais a fait un pas nouveau dans l'histoire de la pensée humaine, permettant à l'homme de s'apercevoir que sa conscience n'était pas seule maîtresse à bord de sa pensée, mais que celle-ci obéissait aussi à des lois inconscientes propres au langage. Les psychothérapies qui ont vu le jour après Freud ne sont donc plus du tout les mêmes que celles qui existaient auparavant. Depuis Freud, il y a des psychothérapies inspirées de la psychanalyse et des psychothérapies qui, délibérément ou non, ignorent la psychanalyse. Parmi ces dernières, il y a notamment celles qui tentent d'opposer la science à la psychanalyse, comme s'il n'y avait de sérieux que ce qui peut se démontrer scientifiquement. Le problème est que la science ne peut démontrer que ce qui est valable pour tout le monde, alors que la psychanalyse concerne ce qui est particulier à chacun. Il suffit cependant de reconnaître que ces deux perspectives ne s'excluent pas mutuellement pour que l'opposition disparaisse.

Certains psychiatres affirment aujourd'hui que « les psychothérapies sont des actes de soins, qui utilisent des mécanismes psychologiques suivant des techniques standardisés ». Croyant désigner là la pointe du progrès, ils ne s'aperçoivent pas qu'ils font un retour de plus d'un siècle en arrière dans la pensée humaine. En effet, Freud a inventé la psychanalyse en renonçant à deux choses : à l'explication des troubles psychiques à partir d'un modèle scientifique et à la guérison à partir d'une technique psychothérapique. Après avoir poussé sa recherche et sa pratique fort loin dans ses deux voies, il a dû admettre que le modèle neurobiologique était inadéquat à rendre compte de l'appareil psychique et que la technique psychothérapique rencontrait très vite des limites.

Sa technique était celle de l'hypnose. Comme toute technique, c'est une procédure qui peut être décrite rigoureusement et dont les effets peuvent être répétés et appréciés de façon mesurable. Elle agit sur les symptômes, mais laisse de côté l'essentiel, à savoir la fonction du symptôme. En renonçant à la technique psychothérapique, Freud renonçait à maîtriser le symptôme. Il inventait alors un dispositif beaucoup plus subtil et élaboré. Ce dispositif permet en effet de convertir la relation du malade au médecin basée sur le symptôme en un dialogue que l'analysant adresse à l'analyste. Cette opération permet

une réintégration progressive dans le lien social de ce qui fonctionne de façon sauvage dans le symptôme.

Le symptôme et le lien social

Oui, l'avancée de la psychanalyse permet aujourd'hui de démontrer que la souffrance psychique est étroitement liée à ce qui ne s'inscrit pas dans le lien social. La sexualité, par essence intime et privée, est au premier rang de cette part de l'existence qui ne s'inscrit jamais totalement dans la norme sociale, et c'est pourquoi la psychanalyse lui accorde tant d'importance. Les personnes que l'on appelle névrosées sont celles qui souffrent peu ou prou des limitations que la civilisation impose à la sexualité. Les personnes que l'on appelle psychotiques sont des personnes pour qui l'inscription de leur propre existence dans la société est un problème insurmontable, au point que leur vie n'est souvent possible qu'au prix d'une marginalisation, voire de la folie. La souffrance psychique est donc étroitement liée à ce qui, en chacun de nous, ne peut pas être traité par la société, quand bien même cette société serait dévouée au bonheur de chacun.

Ce n'est pas en raison de ses défauts ou de ses insuffisances que la société ne peut assurer le bonheur de chacun, mais par un fait de structure : il demeure en chaque individu une part d'indomptable, et ce non de par sa volonté, mais pour des raisons qui échappent à lui-même. Et ce qui échappe ainsi n'a pas nécessairement une causalité biologique. Le progrès des neurosciences, qui est absolument formidable, ne doit pas nous éblouir au point de faire oublier que ce qui n'est pas conscient n'est pas forcément biologique ou génétique !

Il est extrêmement difficile de se faire une idée juste de cette part inconsciente irréductible, puisqu'elle échappe d'abord à l'entendement. Mais la reconnaissance de cette part irréductible ne peut pas, d'un autre côté, justifier un acquiescement au n'importe quoi sous l'excuse d'un « c'est comme ça ».

De plus, les choses ne sont pas si simples : il n'y a pas d'un côté l'homme social et d'un autre côté l'homme privé. Ce que la psychanalyse a permis de découvrir, c'est que la part la plus irréductible, la plus intime et la plus ignorée de chacun est précisément ce sur quoi se fonde le lien social. Il y a donc un rapport croisé entre le civilisé et le sauvage, entre le dompté et l'indompté. L'inscription dans le tissu social – et cela débute au niveau élémentaire dans la cellule familiale – n'est pas fondée par un contrat social, mais sur une ou des relations d'amour. Ces amours initiales existent bien avant la pensée et par conséquent échappent en partie au processus éducatif, mais conditionnent en sourdine les choix de l'individu dans son parcours social.

Si le terme de santé mentale a un sens, il ne peut s'agir que d'un état qui résulte d'un heureux nouage entre la part irréductible de chaque individu et la société. Ce nouage ne peut être heureux qu'à la condition que l'indomptable ne prenne pas le pas sur le civilisé et que la part civilisée ne prétende pas régner sans partage sur tout ce qu'il y a de vivant en chacun. Ce nouage ne peut donc pas s'obtenir par un procédé de maîtrise, ni par quelque technique normalisatrice que se soit.

L'efficacité des psychothérapies

Pourtant, la plupart des psychothérapies utilisent des techniques visant à assurer la domination de la conscience sur ce qui lui échappe. Et elles obtiennent des résultats positifs sur des symptômes en rapport avec une souffrance psychique. Eh bien ! Il est assuré que cette efficacité résulte en grande partie de ce qui dans leur technique n'est pas mesurable. De plus, leur succès vient de ce que ces techniques sont appréhendées comme alternatives à un traitement qui, à tort ou à raison, sera perçu comme une normalisation impersonnelle. C'est parce que ces thérapies laissent une plus grande part au particulier, c'est-à-dire à ce qui n'est ni mesurable, ni comparable, qu'elles sont efficaces, même lorsqu'elles se prétendent objectives et scientifiques.

La nécessité d'une reconnaissance du particulier de chacun pourrait certes être inscrit dans des protocoles de prise en charge et ne pas susciter plus de préoccupations que cela, mais l'obstacle vient du fait qu'il ne suffit pas d'un praticien de bonne volonté et bien formé pour que cette reconnaissance ait lieu. Le nouage de la relation avec une personne supposée pouvoir remédier à une souffrance psychique est un nouage qui, comme tout lien social, intègre une part d'impondérable et d'imprévisible dont il n'est pas possible de programmer l'effet.

La psychanalyse se distingue sur le plan pratique des psychothérapies, car elle s'oriente à partir de cette part irréductible et voilée de la relation à l'autre, tout en n'utilisant aucun autre moyen que celui de la parole. Les psychothérapies ne négligent pas ce double aspect de la relation, mais elles tirent leur particularité et leur moyen d'action d'une technique particulière.

Et l'acte médical ? Aucun médecin ou presque n'ignore l'importance de la relation avec le malade, même si cette connaissance reste le plus souvent empirique et intuitive. Que la médecine ne soit plus faite de beaux discours et qu'elle se fonde sur la science est une excellente chose. Mais pourquoi la science devrait-elle éluder la poésie ?

Par poésie, j'entends ici l'art de trouver le mot juste, pas celui de faire des fioritures. Le mot juste, c'est celui qui fera que votre interlocuteur aura le sentiment d'avoir été entendu. Ceci implique un art qui, comme tout art, nécessite beaucoup de travail avant d'en devenir vraiment un. Cet art peut être dévoyé vers le charlatanisme, art qui consiste à donner n'importe quoi en faisant croire que c'est la meilleure réponse à votre demande ; cet art peut être celui du médecin, du psychologue ou du psychothérapeute qui saura dire ce qu'il faut pour faire entendre qu'il vous soigne vous et non votre symptôme ; cet art peut aussi être celui du psychanalyste à qui viendra le mot que vous n'attendiez pas, mais qui change la donne du problème que vous lui soumettez.

Quelque soit la réponse à une souffrance psychique, celle-ci reste lettre morte ou au mieux cataplasme si elle ne s'assortit pas d'une invention de la part de celui qui la donne. Pour ceux qui ont un rapport un peu distant par rapport au discours scientifique, cette invention est capitale car sans elle, leur intervention perdrait toute consistance. Pour les médecins ou les psychologues, l'assurance que donne la science peut faire croire que seul compte la méthode dûment validée et que leur parole n'est pas nécessaire, ce qui peut conduire à ignorer la dimension psychothérapique, à la bannir ou à la réduire à une technique instrumentale.

Obstacles et nécessité du contrôle

Avec le souci bien intentionné de garantir le sérieux des psychothérapies, le législateur propose de faire contrôler celles-ci par ceux qui se trouvent par leur formation et leur culture professionnelle le plus susceptible de s'être éloignés de la dimension inventive de l'acte thérapeutique. En effet, la formation universitaire, surtout lorsqu'elle est orientée par les neurosciences et les protocoles d'évaluation codifiée de l'état psychique, laisse peu de place à ce qui demande à être traitée par la psychothérapie ou la psychanalyse.

Quand un psychiatre ou au psychologue est aussi psychanalyste ou psychothérapeute (cas de plus en plus rare), cela signifie qu'il ne s'est pas contenté de sa formation et de son diplôme. Son parcours personnel lui aura bien souvent permis de modifier son rapport au savoir acquis et d'apprendre notamment que ce savoir ne pouvait pas servir de garantie dans le « traitement de l'âme ».

Il n'est pas sûr que celui qui a choisi de faire carrière au sein de l'université, temple du savoir, soit le mieux placé pour juger ce qui n'est pas seulement régi par le savoir, pas plus que celui qui se sera contenté de son diplôme pour « s'installer ». Sans doute y a-t-il encore au sein de l'université des psychanalystes, mais, là comme ailleurs, comment distinguer les « vrais » psychanalystes ou psychothérapeutes de ceux qui se prétendent tel ? Le contrôle des psychothérapies par des personnes dont le sérieux n'est attesté que par des diplômes universitaires présente le risque, pas systématique mais bien réel, que ce contrôle soit dévolu à des personnes incompétentes de façon avouée lorsqu'il s'agit de spécialistes des neurosciences, ou incompétentes de façon inavouée lorsqu'il s'agit de personnes qui se servent de leur titre pour prétendre à des compétences qu'ils n'ont pas.

S'autoriser de soi-même...oui, mais jamais seul...

La question qui demeure est donc celle-ci : comment distinguer le « vrai » psy de celui qui se prétend tel sans en avoir la compétence ? Pour répondre à cette question, il faut faire un petit détour par un aphorisme de Lacan aussi connu que mal compris : « le psychanalyste ne s'autorise que de lui-même ». Cette phrase ne signifie pas que le psychanalyste n'ait de compte à rendre à personne, bien au contraire. Elle pointe la nécessaire invention inhérente à l'acte analytique, la dimension « poétique » évoquée tout à l'heure. Il est bien évident que cette « invention », cette intervention qui tombe juste, ne peut pas être l'application d'un savoir, mais le fruit unique, instantané et éphémère d'une formation répétée, continue et constante.

Or il n'y a d'invention possible que chez celui qui ne se contente pas d'un savoir acquis, qui n'applique pas seulement une technique bien rodée, mais qui sait vraiment l'insuffisance de son savoir. Et à quoi reconnaît-on quelqu'un qui sait cela ? Eh bien ! Au fait qu'il ne cesse de se former et de travailler avec d'autres, qu'il expose ce qu'il fait dans son travail car il admet qu'il est critiquable, qu'il enseigne à partir de ce qu'il apprend et non pour asseoir une position de maître, qu'il publie pour prendre part à un débat et non pour sa gloire.

Certes, l'action du *psy* nécessite une part d'invention dont il est seul à pouvoir être l'auteur, mais pour qu'il puisse authentiquement mener cette action, cela suppose qu'il ait une place au sein d'un groupe de collègues dont il admet et sollicite le contrôle. Ainsi s'éclaire cet apparent paradoxe : s'autoriser de soi-même implique de se vouer au contrôle par ses pairs.

Une loi encadrant de façon adéquate l'exercice de la psychothérapie devrait donc viser à obtenir ceci : que toute personne prétendant pratiquer la psychothérapie fasse la preuve d'une formation initiale et d'une formation continue auprès d'une école, d'un institut ou d'une société réputée apte à dispenser une telle formation. Autrement dit, que toute personne qui prétend répondre à l'un des multiples aspects du malaise dans la civilisation, témoigne en acte de sa capacité à prendre part à une structure civilisée dans l'exercice de cette profession. Quant aux craintes de dérives sectaires, il serait alors aisé de s'assurer que ces structures associatives ne sont pas les paravents d'un dispositif sectaire.

Pas de Bien sans Ethique

Il y a au moins un point commun entre l'homme politique et le *psy* : c'est que tous deux ont à répondre du malaise dans la civilisation. L'un au niveau de la communauté, l'autre au niveau de l'individu, l'un avec l'appareil législatif, l'autre avec son art ou sa technique thérapeutique, l'un pour le bien de tous, l'autre pour le bien d'un seul. Dès lors que la question du Bien est en jeu, l'approche scientifique ou rationnelle ne suffit plus. Un point de vue éthique est indispensable sous peine de voir se mettre en place une de ses machines monstrueuses dont les régimes totalitaires savent se faire une spécialité. L'intégration de cette dimension éthique n'est pas affaire de compétence, mais de position morale de celui qui décide. N'est-ce pas là le point fondamental qui est proposé lorsqu'il est fait appel au choix du citoyen ?

Et voici un autre point commun entre l'homme politique et le *psy* : il est choisi par celui qui s'en remet à lui. Dès lors que le bien de l'individu ou de la communauté est en jeu, le respect de la dimension éthique impose que l'opinion de celui-ci soit prise en compte. Oui, dès lors qu'un individu a dans la société une fonction par laquelle il exerce une influence sur le bien d'autrui, il s'impose que soit mis en place des dispositifs qui évitent que l'un exerce son emprise sur l'autre, car on sait bien que les plus terribles perversions ne sont pas incompatibles avec les plus hautes responsabilités et que l'on trouve parmi les pervers d'ardents défenseurs de la loi. Le premier de ses dispositifs de contrôle est que le « patient » garde la possibilité de choisir librement « l'agent ». Le second de ses dispositifs est que celui qui exerce cette responsabilité éthique soit soumis au contrôle de ses pairs.

Les hommes politiques peuvent sur ce plan en apprendre aux *psys* pour peu qu'ils témoignent de l'influence bénéfique de la démocratie sur la préservation du champ de l'éthique ! Nul n'a jamais songé à imposer aux élus un diplôme de sciences politiques et nul candidat à une élection n'a jamais fait valoir ses diplômes pour recueillir des suffrages ! Et pourtant, les élus décident du sort de la nation et des individus, et sont responsables du sort de millions de personnes ! Mais cela fonctionne plutôt bien dans les pays démocratiques, quoi qu'on en dise, car la démocratie assure précisément le contrôle des élus et les oblige à la publicité de leur action.

C'est en définitive la transparence qui est la meilleure garante de la démocratie et des libertés individuelles. C'est cette transparence qu'il s'agit d'imposer aussi aux métiers *psy* et non une réglementation par une mise sous tutelle grosse de toutes les dérives corporatistes et clientélistes.

Le législateur s'honorerait en demandant aux *psys* non pas d'exhiber des diplômes, mais de dire qui ils sont, en leur demandant de faire la preuve de leur compétence non par l'étalage de leurs diplômes ou l'ancienneté de leur pratique, mais par leur capacité à rendre compte de ce qu'ils font d'une manière intelligible à tous. Il ne s'agit évidemment pas de révéler ce qui a été recueilli sous le sceau de la confiance et du secret, mais d'exiger d'un praticien qu'il sache rendre compte de son action auprès de ses pairs, voire du public. Mais, comme les pratiques concernent le plus intime de chacun, cela impose des institutions qui assurent ce contrôle et l'interface privé/public. Ces institutions existent et il s'agit d'entamer le dialogue avec elles afin de mettre au point un dispositif qui garantisse les libertés individuelles tout en assurant que demeure une dimension éthique digne d'une démocratie qui la soutient.

La voie réglementaire dessinée par l'amendement Accoyer allant dans une direction diamétralement opposée et risquant de faire disparaître la dimension éthique du champ de la psychothérapie, il est nécessaire que cet amendement soit retiré et qu'un nouveau projet soit élaboré visant à garantir les libertés individuelles dans les psychothérapies d'une manière qui soit adaptée à ce qui est en jeu dans cette pratique.

4 janvier 2004