

# Indications, contre-indications et évaluation

Un éclairage sur ce que ce type de thérapie peut apporter et de quelle manière il est préférable de l'aborder.

## Indications et contre-indications

Selon l'âge, la nature des difficultés et les souhaits du patient, on s'orientera vers une psychanalyse ou une psychothérapie psychanalytique (cf. plus haut).

On peut conseiller une psychanalyse ou une psychothérapie psychanalytique dans les situations suivantes :

- des difficultés ou des échecs qui se répètent, dans la vie affective, sociale ou professionnelle ;
- des perturbations psychiques comme la survenue d'angoisse, de dépression, de phobies, d'idées obsédantes, de troubles alimentaires, de troubles sexuels... ;
- un malaise existentiel persistant et inexpliqué, ou des troubles de l'identité personnelle ;
- des troubles psychosomatiques (manifestations somatiques de problèmes psychiques),

Une psychanalyse est possible en même temps qu'un suivi psychiatrique, distinct du traitement psychanalytique. Si nécessaire, une psychanalyse peut être accompagnée d'un traitement médicamenteux qui soulagera les souffrances les plus pénibles.

Toute personne ressentant un intérêt pour la vie psychique, directement ou à travers la littérature, l'art ou l'observation des relations personnelles, peut tirer profit d'une psychanalyse, à titre d'expérience personnelle.

Par contre, la psychanalyse est **contre-indiquée pour les personnes qui souffrent de troubles psychiques importants** limitant leur capacité de penser et de réfléchir en présence d'une autre personne.

## Chez les enfants et les adolescents

Certains troubles du nourrisson et du très jeune enfant peuvent bénéficier d'une série de consultations psychanalytiques associant **mère et enfant**.

**Chez l'enfant et les adolescents d'âge scolaire**, des difficultés d'apprentissage révèlent souvent une souffrance psychique. Les troubles du sommeil, l'agitation, l'inhibition, les troubles du langage, les phobies, peuvent être améliorés, après plusieurs consultations avec les parents, par une psychothérapie, plus rarement une psychanalyse.

Le jeu et le dessin permettent à l'enfant de s'exprimer dans la psychothérapie. Certaines formes de traitement en groupe (psychodrame, groupe thérapeutique), animés par des psychanalystes, sont parfois mieux acceptés par les jeunes patients qu'une psychothérapie individuelle.

**Chez l'adolescent**, la dépression, les troubles des conduites alimentaires, l'usage de toxiques, certains comportements dangereux, les troubles du caractère, peuvent être améliorés par une psychothérapie.

## Évaluations des psychothérapies

L'évaluation des psychothérapies psychanalytiques est un domaine complexe, qui fait l'objet d'études en cours. On peut trouver un état des lieux des recherches publiées, sur le site « Techniques psychothérapeutiques » qui propose une information détaillée sur tout ce qui concerne les psychothérapies.