

# LE PSYCHOTHÉRAPEUTE

**Le psychothérapeute** aide à surmonter de ses difficultés existentielles (Cap difficile, rupture amoureuse, deuil, timidité, complexe, phobie, traumatisme, divorce, maladie, chômage...). Il traite "les troubles psychologiques, sociaux et psychosomatiques".

La profession est aujourd'hui réglementée. Un psychothérapeute peut être également psychiatre ou psychologue. Ils ont fait une thérapie personnelle, ils sont supervisés et ont signé un engagement déontologique.

Le psychothérapeute utilise une méthode thérapeutique déterminée, qu'il aura acquise lors d'une formation : la Gestalt-thérapie, les thérapies comportementales et cognitives (TCC), le psychodrame, la thérapie analytique, la bioénergie, l'EMDR, ... Seuls les professionnels inscrits au registre national des psychothérapeutes pourront user de ce titre. L'inscription sur le registre national des psychothérapeutes est subordonnée à la validation d'une formation en psychopathologie clinique de 400 heures minimum et d'un stage pratique d'une durée minimale correspondant à cinq mois effectué dans les conditions prévues. L'accès à cette formation est réservé aux titulaires d'un diplôme de niveau doctorat donnant le droit d'exercer la médecine en France ou d'un diplôme de niveau master dont la spécialité ou la mention est la psychologie ou la psychanalyse.

Celui qui souhaite entamer un travail sur lui, mais que le cadre contraignant de la psychanalyse rebute, peut envisager une psychothérapie.

Si le travail s'effectue moins en profondeur que lors d'une psychanalyse, le psychothérapeute peut néanmoins guider son patient dans l'exploration de son inconscient pour découvrir la cause de ses maux.

Dans d'autres cas, le travail du psy vise simplement à modifier le comportement au quotidien et s'attache donc en priorité aux symptômes.

Le psychothérapeute exerce généralement en cabinet privé. En 2016, en France, ils étaient près de 12 000.

Les consultations coutent de 30 à 100 € (en 2017) et ne sont pas remboursées par la sécurité sociale, sauf si le psychothérapeute est, par ailleurs, médecin.