

PSYCHOLOGUE, PSYCHANALYSTE - QUELLES DIFFÉRENCES ?

Le psychanalyste et le psychologue ne font pas le même métier. Prenons comme exemple le boulanger et le pâtissier. Un Boulanger peut être aussi pâtissier, mais ça n'est pas une obligation. Un psychanalyste peut être aussi psychologue et vice versa.

Pour être psychanalyste, des études de psychologie, entre autres, doivent être faites, pour être psychologue il n'est pas nécessaire d'avoir fait une psychanalyse.

Pour devenir psychologue, il faut suivre une formation universitaire de 5 années minimum. Après avoir obtenu le bac, il faut passer un DEUG, une Licence puis un MASTER. Ensuite, il faudra que l'étudiant fasse un stage professionnel. A partir de cette formation, il pourra porter le titre de psychologue.

La psychologie, c'est l'étude des comportements humains. La psychologie n'est pas un traitement, c'est une science.

Le psychanalyste peut avoir fait des études de médecine, de psychologie, de sociologie, de littérature, de philosophie, ça n'est pas une obligation mais généralement tous les psychanalystes font ce types d'études personnelles. Il n'y a pas de diplôme d'état, et il n'y en aura jamais. Il n'est pas possible de légiférer sur leur statut, la psychanalyse n'étant pas une science mais un traitement. On dit, faire une cure psychanalytique. En revanche chaque psychanalyste doit obligatoirement avoir fait une psychanalyse pour lui-même, de 15 à 25 ans, en même temps que travail pour apporter les réponses aux questions existentielles qu'il se pose, voir comprendre ses névroses. En effet, des névroses, nous en avons tous, y compris les psychiatres, psychologues, médecins... Il n'est pas indispensable de s'en occuper si elles ne nous gâche pas la vie. Dans le cas contraire, je vous conseille de consulter.

Son diplôme en poche, le psychologue, peut exercer son activité en cabinet ou en institution. Mais pour autant aura-t-il répondu aux questions qu'ils se pose sur sa vie, sur les raisons qui l'on poussé à choisir la psychologie comme métier par exemple ?

Quand on est jeune, on choisit rarement d'être psychanalyste, on le devient beaucoup plus tard. Quand on a trouvé le sens de sa vie, il est logique de vouloir aider son prochain s'il en fait la demande. C'est une des raisons pour lesquelles, un psychanalyste a exercé une activité professionnelle avant de s'installer. Il y a néanmoins une obligation, il doit être adoubé par ses pairs, c'est à dire autorisé par d'autres psychanalystes avec lesquels il aura travaillé pendant ses très longues années d'études et de recherche diverses. Il doit avoir l'accord formel de son propre analyste qui estime qu'il est prêt à exercer et pas avant.

On ne consulte pas un psychologue pour guérir de ses souffrances intérieures, d'une dépression ou d'un burn-out, mais pour établir un bilan, faire le point, cerner ses problèmes personnels. Les missions du psychologue sont diverses, elles vont du soutien au conseil en passant par la prévention. D'ailleurs le psychologue est le premier interlocuteur que l'on recommande à la personne qui rencontre un problème d'ordre psychologique ; Échec scolaire, licenciement, recherche d'orientation professionnelle, troubles du langage, par exemple. Le psychologue, formé aux techniques d'entretien, discute avec son patient, l'observe et analyse son comportement, ce qui lui permet de décrypter son fonctionnement psychique pour mieux le conseiller. Il réalise des tests, leurs résultats lui permettent de l'orienter.

Le psychanalyste, lui, accompagne le patient dans l'exploration de son inconscient. Un long travail qui nécessitera, de la part de l'analysant, une souplesse mentale et une aptitude à l'introspection. Au cours des consultations, le patient a la parole. Il raconte librement et spontanément ce qui le tracasse, le fait souffrir ou

simplement tout ce qui lui passe par la tête. Rêve, souvenir, émotion, pensée, fantasme... Tout cela servant de point de départ au travail d'introspection. C'est ce que l'on appelle dans le jargon psychanalytique "l'association libre". Le psy se doit de rester neutre. Il se contente de guider la réflexion du sujet, sans jamais le conseiller. L'objectif étant de faire remonter en surface des éléments enfouis dans l'inconscient. C'est possible grâce en partie au processus de transfert : le patient imagine que le psy détient la vérité qu'il recherche, alors que les réponses sont en lui. Il est la serrure et la clé de cette serrure fermée est en lui. Il ne le sait pas, l'analyse va lui permettre de trouver cette clé et de se libérer.