

Psychodrame

Forme de thérapie utilisant la théâtralisation dramatique au moyen de scénarios improvisés, et permettant la mise en scène de névroses.

Le psychodrame est aujourd'hui utilisé en thérapie de groupe, en thérapie familiale ou en thérapie individuelle.

Sommaire

- 1 Définition
- 2 Origine et histoire
- 3 Différents types de psychodrame
- 4 Ouvrages
- 5 Liens externes

1 - Définition

Selon le Dictionnaire International de la psychanalyse sous la direction d'Alain de Mijolla, Calmann-Lévy, 2002, il s'agit d'une « Méthode d'investigation des processus psychiques utilisant la mise en œuvre d'une dramatisation au moyen de scénarios improvisés mis en scène et joués par un groupe de participants. »

2 - Origine et histoire

Inventé par Jacob Levy Moreno, psychiatre et psychologue américain d'origine roumaine, dès les années 1930-1932.

Le premier avatar du psychodrame est le "Théâtre spontané", que Moreno explore dès 1921. Il s'agit de la forme la plus primitive de théâtre thérapeutique. D'après Laurent Schachmann, un des rares psychothérapeutes à l'utiliser au XXIe siècle, "le théâtre spontané présente l'avantage de permettre un travail complètement déconnecté du mental". Mais il insiste sur l'importance du feedback que le thérapeute facilite, "sans lequel le théâtre spontané ne serait qu'un aimable divertissement".

Dr Moreno a vécu à Vienne où il a rencontré Freud, mais il n'a jamais adhéré aux thèses psychanalytiques. Il a toujours reproché à Freud de n'exécuter ses analyses que dans son bureau, contrairement à ce que Moreno prône toute sa vie, dans l'environnement du patient. Pour Dr J.L. Moreno, les mots ne suffisent pas. Freud dit : "Que s'est-il passé? Racontez-moi." Moreno dit : "Comment cela s'est-il passé. Montrez-moi." Sa méthode, fondamentalement humaniste, s'est développée dans le monde entier. L'aspect technique, quant à lui, a partiellement été repris par les psychanalystes dans le cadre de ce que l'on nomme «le psychodrame analytique».

Moreno propose de mettre en action la complexité d'une situation réelle, semi-fictive ou imaginaire plutôt que d'en parler, et se met à développer une théorie de l'être humain et de la

santé, du développement de la personnalité et de la construction de rôles, une théorie qui contient aussi les fondements mêmes des approches groupales, systémiques et interactives.

Cette approche peut être utilisée à différentes occasions : thérapies de groupe, thérapies familiales, mais aussi thérapies individuelles. Il est à noter qu'en psychodrame classique, humaniste, les séances individuelles ont comme cadre un patient, un psychodramatiste, alors qu'en psychodrame analytique individuel, un groupe est constitué par le patient et les soignants.

3 - Différents types de psychodrame

Le terme de psychodrame recouvre des méthodes assez différentes à consulter sur le site Wikipedia.

- Le **psychodrame humaniste de Moreno**
- Le **psychodrame analytique individuel**
- Le **psychodrame analytique de groupe**

4 - Ouvrages

- *Le psychodrame*, par Anne Ancelin Schützenberger, Editions Petite Bibliothèque Payot, novembre 2003.

5 - Liens externes

- Federation of European Psychodrama Training Organisations (FEPTO)
- Psychodrame.be
- Site sur le psychodrame
- Site sur les Méthodes d'Action et le Psychodrame humanistes de Moreno

Centre International de Psychothérapie Expressive (CIPE) <http://psychodrame-cipe.org>