

# Les différents professionnels de la psychologie.

## \* Qu'est ce qu'un psychologue ?

Un psychologue est un professionnel formé à la compréhension et à l'étude du fonctionnement psychique humain. En France, il doit être titulaire d'un DESS de psychologie ou d'un diplôme équivalent reconnu par l'état français (loi 85 772 du 27 juillet 1985, décret d'application n° 90-255 du 22 mars 1990). Il exerce dans le secteur libéral ou dans une institution. Il peut être nommé psychologue des hôpitaux sur concours. Le psychologue participe à l'évaluation clinique des personnes qu'il reçoit par des méthodes qui lui sont propres et qui relèvent de ses prérogatives. Le psychologue peut pratiquer des psychothérapies ou la psychanalyse. Les psychologues psychothérapeutes reçoivent une formation complémentaire dans le champ qui correspond à leur orientation - sciences cognitives, psychanalyse, comportementalisme, psychodrame, art-thérapie etc. les psychologues qui pratiquent la psychanalyse ont observé un cursus spécifique [voir psychanalystes]. Il existe un diplôme de doctorat en psychologie qui n'ouvre pas à lui seul au titre de psychologue et dont l'intéressé ne peut porter le titre de docteur.

## \* Qu'est ce qu'un psychiatre ?

La psychiatrie est une spécialité médicale., Le psychiatre est médecin , il est qualifié d'études spéciales de psychiatrie qu'il exerce à titre exclusif. Sa formation est de Bac +10 dont 4 années obligatoires comme Interne des Hôpitaux en stage en responsabilités hospitalières et extrahospitalières. Il peut travailler en secteur libéral ou dans une institution de soin. S'il devient psychiatre hospitalier, il faut ajouter 2 à 4 Années d'assistantat, suivi d'un concours national. Il établit le diagnostic et a compétence de droit à conduire l'ensemble des thérapeutiques qu'elles soient chimiothérapiques, psychothérapiques, individuelles ou de groupe, familiales ou institutionnelles etc... il prescrit l'ensemble des actes de diagnostic para clinique . S'il est chef de service hospitalier, il est responsable d'une équipe pluridisciplinaire comportant médecins, psychologues, neuropsychologues, assistantes sociales, éducateurs, infirmiers, aides soignantes et d'autres professionnels le cas échéant. Il peut pratiquer la psychanalyse. Celle-ci n'est nullement réglementée et aucune qualification n'est reconnue, ni par une voie universitaire, ni par un texte réglementaire. La pratique de la psychanalyse peut donc être faite par les psychiatres, ce qui est d'ailleurs le cas pour l'essentiel dans les pays occidentaux.

## \* Qu'est ce qu'un psychanalyste ?

Le psychanalyste est un praticien de l'analyse. Même si les courants de psychanalyse sont variés, il travaille à partir d'une règle fondamentale : libres associations du patient qui doit dire ce qui lui vient à l'esprit sans omission ni censure volontaire. Le psychanalyste doit s'abstenir de toute intervention dans le réel du patient. La formation du psychanalyste est laissée à sa propre responsabilité, il appartient ou non à une École ou un Institut ou une Association ou à un Groupe....bref à une institution qui pour certaines sont d'une très grande rigueur, tant dans l'exigence de la formation psychanalytique (psychanalyse personnelle, puis didactique puis contrôle) que de la formation théorique. Il convient donc de tenter de s'assurer de la qualité et des garanties dont peut se prévaloir celui auquel on s'adresse. Soyons tout à fait clair: pas plus un médecin psychiatre qu'un psychologue qualifié n'apporte de ce seul fait une garantie de formation quant à la pratique de la psychanalyse. Il peut être utile avant toute démarche vers un psychanalyste de s'adresser à une des associations de psychanalyse ,la plus part affiliées à l'IPA, sauf l'ECF et les autres groupes se réclamant de l'enseignement du Dr J. Lacan. Mais pour compliquer les choses, il faut bien dire qu'on peut avoir affaire à un excellent psychanalyste membre d'aucun groupe, comme on peut avoir

affaire à un très discutable psychanalyste occupant une place notable dans une des écoles très hiérarchisées de psychanalyse. Il n'y a pour le patient ou analysant pas de garantie a priori.

## Les pratiques

### \* Qui peut pratiquer la psychothérapie ?

En France, tout le monde : le titre n'est pas régi par la loi. Au niveau des psychothérapeutes, l'éthique voudrait qu'ils se soient formés dans la discipline qu'il exercent. Ce qui est dit du psychanalyste s'applique parfaitement ici.

### \* Comment choisir son psychothérapeute ?

En s'adressant à son médecin ou à un centre de soin. Quel que soit le lieu, il est conseillé de voir deux ou trois psychothérapeutes avant de faire son choix. Celui-ci devra se baser sur le sentiment d'accueil, l'impression d'être écouté et entendu. Il pourra demander au professionnel les références dont il se réclame.

### \* Une psychothérapie ou une psychanalyse est-elle chère ?

En libéral, le prix des séances est habituellement négocié entre le tarif du thérapeute et les ressources du patient. Il est discuté lors des séances préliminaires. Dans l'exercice médical il est obligatoirement affiché en salle d'attente.

### \* Qu'en est-il du secret professionnel ?

Il est régi par la loi ( Art. 223-6, 13 et 14, Art. 434-1, 6 et 11) Mais peut-être vaut-il mieux parler de confidentialité. Le psychologue a à garder pour lui ce qu'il lui est dit car en aucun cas il est propriétaire de la parole d'autrui. Il ne doit déroger à cette règle que dans les cas légaux : lorsqu'un crime ou délit atteignant un mineur ou une personne en grande vulnérabilité ( majeur protégé, vieillard ) vient à sa connaissance ou lorsqu'il a un devoir d'assistance à personne en péril.

### \* Quand est-il indiqué de commencer une psychothérapie ?

À chaque fois que l'on se sent dans une souffrance difficile à gérer par ses propres moyens, qu'il s'agisse d'une problématique interne ou de ses relations aux autres, pris dans des rapports familiaux ou affectifs qui blessent plus qu'ils n'aident, lorsqu'en particulier l'on traverse des moments d'angoisse de façon répétée. Tout état qui donne le sentiment de mal-être profond.

### \* Quel type de psychothérapie choisir ?

Il en existe de deux sortes : celles centrées symptômes et les psychothérapies analytiques. Celles qui sont centrées sur le symptôme (thérapies dites de soutien, thérapies comportementales, cognitives) sont réputées être plus courtes et ne se préoccupent que de la difficulté actuelle.

### \* On parle souvent de demande de psychothérapie. Qu'en est-il exactement ?

Il n'y a pas de psychothérapie possible sans demande même dans le cas d'enfants très jeunes. Cela s'explique par le fait que la demande est liée au désir que quelque chose change. La psychothérapie ne peut s'engager que si la personne est prête à en payer le prix financier et psychique.

### \* Comment se déroule une psychothérapie d'enfant ?

Les psychothérapies d'enfant sont différentes de celles des adultes. D'une part parce que l'enfant est dépendant matériellement et psychiquement de ses parents, d'autre part parce que

ses façons de penser sont différentes de celles de l'adulte. Du matériel (papier, crayon, jouets) est mis à la disposition de l'enfant pour qu'il puisse dire. Les parents peuvent être reçus à certains moments de la psychothérapie. Si le psychothérapeute ne dit rien du contenu de la psychothérapie (cf. secret professionnel), l'enfant est lui tout à fait en droit d'en parler à qui bon lui semble. L'accompagnement des parents est très important : l'enfant ne renoncera à ses symptômes que s'il sent que ses parents lui autorisent ce changement

#### **\* Les dérives**

Comme dans toute profession, des dérives existent. À éviter : les prix prohibitifs, les promesses de guérison, les théories fumeuses (magnétisme, énergie spirituelle, fluides et prémonitions etc.), le mélange avec l'astrologie, les pratiques "paranormales" ou magiques, le clientélisme, les transgressions de la règle d'abstinence et de confidentialité.