

La PGRO et les questions d'efficacité et d'efficience

Définitions de l'OPQ (Les psychologues et la psychothérapie, 2002)

L'approche psychodynamique/ analytique	L'approche existentielle / humaniste
Selon cette approche, le problème psychologique se développe quand une personne agit sans être consciente de ses vraies motivations et de ses vraies peurs . Les psychologues qui appartiennent à cette école voient le problème apporté par le client comme l'expression de conflits inconscients engendrés par des expériences passées . En prenant conscience de ces conflits , le client pourra mieux comprendre pour quelle raison il agit de telle ou telle façon, pourquoi il ressent telle ou telle émotion, et ainsi accroître sa liberté d'agir et de penser.	Les psychologues qui adoptent cette approche se basent sur la relation thérapeutique comme principal outil de changement . En étant en lien avec un psychologue qui fait preuve d'authenticité, de compréhension et d'acceptation, le client vivra une expérience nouvelle dans laquelle il pourra se permettre de redécouvrir qui il est, de se montrer sous son vrai jour et ainsi poursuivre son développement qui était jusqu'alors interrompu. La thérapie sera centrée non pas sur le passé, mais bien sur le présent. Elle se penchera généralement sur les émotions éprouvées par le client et sur son vécu actuel .



7 caractéristiques techniques et processuelles qui permettent de distinguer les thérapies psychodynamiques d'autres formes de thérapie

* *Déterminées par l'analyse empirique d'enregistrements de
séances et de verbatims*

*Jonathan Shedler, Ph.D., American Psychologist, Mars 2010. Traduit et adapté par
Gilles Delisle, Ph.D., avec la permission expresse de l'auteur*



Institut de formation professionnelle à la psychothérapie

I. Une focalisation sur l'affect et sur l'expression des émotions

- ▶ Une ligne de force historique de la Gestalt-thérapie
- ▶ Soutenue et renforcée par la théorie de la régulation affective de Schore (2003; 2008)



Institut de formation professionnelle à la psychothérapie

2. Une exploration des tentatives d'évitement des pensées et des affects pénibles

- ▶ Le travail spécifique de la déflexion et de la réflexion

3. L'identification des thèmes et des patterns récurrents

- ▶ Le repérage et le travail des affinités thématiques inter-champs
- ▶ Comprises comme des impasses expérientielles (de contact)
- ▶ Rattachées à des thèmes développementaux (dilemmes développementaux; dilemmes de contact)

4. Un dialogue autour des expériences du passé développemental

- ▶ L'identification spécifique des expériences liées aux enjeux développementaux inachevés
- ▶ Le travail du champ 4 avec accent sur la différenciation et les relations entre les champs E4 et I4
- ▶ La coconstruction herméneutique du sens de ces expériences

5. Un focalisation sur les relations interpersonnelles

- ▶ Le travail spécifique du champ 3, tant interne qu'externe
- ▶ Le repérage des reproduction dans le champ 3 et l'herméneutique concernant leur structure

6. Une focalisation sur la relation thérapeutique

- ▶ Le travail spécifique des champs 1 et 2, tant internes qu'externes
- ▶ Le travail de l'identification projective
- ▶ Un décodage de la relation thérapeutique selon 3 axes : réel; transférentiel; herméneutique

7. L'exploration de la vie fantasmatique

- ▶ Le travail des champs internes dans les 4 champs expérientiels
- ▶ Le travail gestaltiste des rêves

Le concept statistique de taille d'effets

Moyenne du groupe expérimental - moyenne du groupe de contrôle

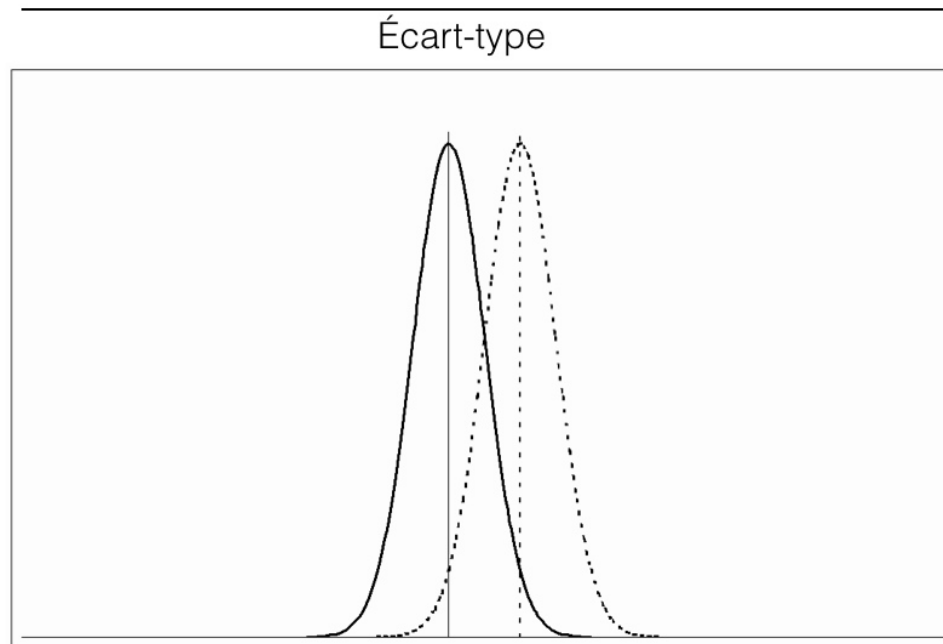


Tableau I : Illustration de tailles d'effet, à partir de méta-analyses de recherches sur l'efficacité*

Type de traitement et référence	Description	Taille d'effet	No. d'études ou de méta-analyses
Psychothérapie en général			
Lipsey & Wilson (1993)	Diverses problématiques et diverses thérapies	0,75	18 méta-analyses
TCC et autres thérapies apparentées			
Ost (2008)	Thérapie dialectique comportementale, principalement pour le Trouble limite de la personnalité	0,58	13 recherches
Antidépresseurs			
Turner et al. (2008)	Études de la FDA entre 1987 et 2004	0,31	74 recherches
Psychothérapies psychodynamiques			
Messer & Abbass (sous presse)	Troubles de la personnalité, amélioration générale	0,97	12 recherches
Leichsenring & Leibing (2003)	Troubles de la personnalité, pré et post-traitement	1,46	14 recherches
Leichsenring & Rabung (2008)	Thérapie psychodynamique de longue durée pour troubles mentaux complexes	1,8	7 recherches

« De plus, les patients qui reçoivent un traitement psychodynamique maintiennent leurs acquis thérapeutiques et semblent continuer à s'améliorer après la fin du traitement »

* Voir tableau dans le texte pour données complètes et informations complémentaires

L'importance toujours actuelle de la théorie et de la pratique psychanalytiques

- James Hansell, Université du Michigan
- Gregory Lowder, Institut psychanalytique de New York
- Nancy McWilliams, Rutgers University

Traduit et adapté par Gilles Delisle, Ph.D., avec la permission expresse des auteurs

Il y a actuellement beaucoup de malentendus à propos de la théorie psychanalytique contemporaine :

- ▶ En tant que théorie générale de l'esprit
- ▶ En tant que théorie de la psychopathologie
- ▶ En tant que théorie des groupes et des phénomènes sociaux
- ▶ Comme base pour les traitements psychothérapeutiques

En couverture de Newsweek,

Mars 27, 2006



- ▶ La psychanalyse imprègne notre culture
- ▶ Un sondage de 2006 montre que 18% des Américains ont suivi une « cure par la parole »
- ▶ Des termes tels que « passif-agressif », « anal » « lapsus » sont largement utilisés
- ▶ L'influence des pulsions sexuelles et agressives est très répandue, et les conflits et l'ambivalence sont omniprésents

Recherches empiriques sur le traitement psychanalytique / psychodynamique

- ▶ Un important corpus de recherches soutient la valeur de la théorie et du traitement psychanalytique

Milrod, et al (2007). A randomized controlled clinical trial of psychoanalytic psychotherapy for panic disorder. *American Journal of Psychiatry*, 164(2): 265-272.

- ▶ Présentés dans le *New York Times* le 7 Février 2007
- ▶ 21 patients atteints de trouble panique vus 2 fois par semaine en psychothérapie psychodynamique pendant 12 semaines
- ▶ 16 des 21 patients ont eu une rémission de la panique et de l'agoraphobie, ainsi qu'une rémission de la dépression à la suite du traitement
- ▶ Conclusion de l'*American Journal of Psychiatry* :
 - ▶ La psychothérapie psychodynamique semble être un traitement non-chimique très prometteur pour le Trouble Panique

Leichsenring, F. (2005). Are psychodynamic and psychoanalytic therapies effective? *International Journal of Psychoanalysis*, 86, 841-68.

- ▶ Au moins un ECR fournissant une preuve de l'efficacité de la psychothérapie psychodynamique a été recensé pour:
 - ▶ Les troubles dépressifs (4)
 - ▶ Les troubles anxieux (1)
 - ▶ ESPT (1)
 - ▶ Troubles somatoformes (4)
 - ▶ La boulimie (3)
 - ▶ L'anorexie mentale (2)
 - ▶ Trouble de la personnalité borderline (2)
 - ▶ Groupe C Trouble de la personnalité (1)
 - ▶ Troubles liés à une substance (4)

Leichsenring, F. (2001). Comparative effects of short-term psychodynamic psychotherapy and cognitive-behavioral therapy in depression: A meta-analytic approach. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 401-419.

- ▶ 6 ECR comparant des traitements TCC manuels et la psychothérapie psychodynamique de court terme (PPCT)
- ▶ Aucune différence substantielle - une seule étude suggère une possible supériorité de la TCC-M

Fonagy, P., Roth, A., & Higgitt, A. (2005). The outcome of psychodynamic psychotherapy for psychological disorders. *Clinical Neuroscience Research*, 4, 367-377.

- ▶ 20 essais publiés dans lesquels des symptômes de troubles dépressifs et de troubles anxieux ont été traités avec la psychothérapie psychodynamique
- ▶ La psychothérapie psychodynamique a fourni de meilleurs résultats dans les essais ouverts ou par rapport à la liste d'attente ou au traitement ambulatoire en général

Beutel, M., Rasting, M., Stuhr, U., Ruger, B., & Leuzinger-Bohleber, M. (2004). Assessing the impact of psychoanalyses and long-term psychoanalytic psychotherapies on health care utilization and cost. *Psychotherapy Research*, 14, 146-160.

- ▶ Examine 255 patients ayant terminé leur traitement avec des membres de l'Association Psychanalytique Allemande
- ▶ 70-80% des patients montrent changements psychiques positifs et stables (moyenne de 6,5 ans après la fin)
- ▶ L'analyse qualitative souligne la valeur que les patients continuaient à attacher à leur expérience analytique

Sandell, R., et al. (2000). Varieties of long-term outcome among patients in psychoanalysis and long-term psychotherapy: A review of findings in The Stockholm Outcome of Psychoanalysis and Psychotherapy Project (STOPP). *International Journal of Psychoanalysis*, 81, 921-942.

- ▶ 331 patients en psychothérapie psychanalytique et 74 patients en traitement dans les différentes phases de la psychanalyse
- ▶ 3 ans après le traitement l'amélioration avait une corrélation positive à la fréquence et à la durée de traitement
- ▶ Dans le suivi, les patients de psychothérapie n'avaient pas changé, mais ceux qui avaient été en psychanalyse avaient continué à s'améliorer

Le rôle des traitements psychanalytiques

- ▶ Lorsque d'autres options thérapeutiques ont échoué
- ▶ Lorsque l'observance au traitement est un problème
- ▶ Les thérapies psychanalytiques ont la capacité d'agir sur la vulnérabilité à long terme, en modifiant la façon dont le patient compose avec les facteurs de stress et donc d'amener des changements plus durables

Guthrie et al. (1999). Cost-effectiveness of brief psychodynamic-interpersonal therapy in high utilizers of psychiatric services. *Archives of General Psychiatry*, 56, 519–526.

- ▶ 110 patients assignés aléatoirement soit dans un programme de 8 semaines de séances hebdomadaires de psychothérapie psychodynamique-interpersonnelle (PPIP) ou dans le traitement psychiatrique habituel
- ▶ Les patients en psychothérapie ont connu une amélioration significativement meilleure de leur détresse et de leur fonctionnement social
- ▶ Les coûts de traitement de base étaient similaires, mais les patients en PPIP ont montré une réduction significative de leurs coûts en soins de santé dans les 6 mois suivant le traitement, et les coûts de psychothérapie ont été rattrapés dans les 6 mois.

Les études empiriques à l'appui des domaines clés de la théorie psychanalytique, tels :

- ▶ Les motivations inconscientes
- ▶ Ambivalence et les conflits
- ▶ Les processus affectifs inconscients
- ▶ L'influence des relations du passé, telles les expériences de l'enfance

Le concept de motivation inconsciente

- ▶ La conscience est un développement récent qui s'ajoute à un système de traitement de l'information qui a bien fonctionné pendant des millions d'années
- ▶ Notre culture privilégie et prête attention à la conscience et au libre arbitre
- ▶ Nos ancêtres ont su gérer avec succès des situations et des relations complexes avec des ressources et des capacités individuelles autres que la conscience

Exemples de recherche sur la motivation inconsciente

- ▶ Le neurologue suisse Edouard Claparède dissimula une épingle entre ses doigts et serra la main d'une patiente souffrant du syndrome de Korsakoff
- ▶ Lors d'une rencontre subséquente, la patiente ne reconnût pas Claperede, mais ne voulut pas lui serrer la main, même sans savoir pourquoi (Covey, 1991)

Bargh, J.A. (1997). The automaticity of everyday life. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), The automaticity of everyday life: Advances in social cognition (Vol. 10, pp. 1-61). Mahwah, NJ: Erlbaum.

- ▶ Des sujets ont été stimulés avec des mots se rapportant soit à la performance (par exemple, *s'efforcent*) ou à l'affiliation (*ami*, par exemple)
- ▶ Ces sujets ont été jumelés avec un partenaire incapable afin de résoudre une énigme difficile
- ▶ Réussir à résoudre l'énigme devait humilier le partenaire, et ne pas réussir devait protéger l'estime de soi du partenaire
- ▶ Les participants qui avaient été stimulés avec des mots se rapportant à la performance ont mieux fait que les participants stimulés avec des mots d'affiliation

Les notions d'ambivalence et de conflit

- ▶ Freud avance que des processus psychologiques multiples peuvent se déployer en parallèle, ce qui est similaire au parallèle connexionniste contemporain des sciences cognitives

Emmons, R. & King, L.A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1040-1048.

- ▶ Des étudiants ont énuméré 15 objectifs personnels et ont ensuite évalué la façon dont chaque objectif entrainait en contradiction avec d'autres objectifs
- ▶ Une matrice de leurs notations a été utilisée pour créer un indice moyen du niveau de conflit pour chaque étudiant
- ▶ Les sujets ont également indiqué jusqu'à quel point ils pensaient que la réalisation de l'objectif conduirait à une situation de conflit
- ▶ Les variables dépendantes comprenaient des rapports humeur quotidiens rédigés deux fois par jour pendant 21 jours consécutifs et des rapports de plaintes somatiques
- ▶ Conflit et ambivalence avaient une corrélation significative avec les troubles somatiques et émotionnelles

Le concept de processus affectifs inconscients

- ▶ Ce principe psychanalytique fondamental signifie qu'on peut sentir les choses sans savoir qu'on les sent et qu'elles peuvent agir sur des sentiments qu'on n'a pas conscience d'avoir

Bruyer, R. (1991). Covert face recognition in prosopagnosia: A review. *Brain and Cognition*, 15, 223-235.

- ▶ Les personnes souffrant de prosopagnosie, qui ont perdu la capacité de différencier consciemment des visages, peuvent montrer une réponse électrophysiologique différenciée à l'égard de visages connus, par opposition à des visages inconnus

Wegner, D., Shortt, J., Blake, A. W., & Page, M. S. (1990). The suppression of exciting thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 409-418.

- ▶ Des sujets à qui on avait demandé de réprimer une pensée sexuelle excitante sont restés psychophysiologiquement activés, alors même que la pensée était hors de leur champ de conscience
- ▶ Ils sont restés aussi excités que des sujets à qui on avait demandé d'entretenir la pensée sexuelle excitante
- ▶ Ceux à qui on avait demandé de réprimer la pensée n'ont pas vécu d'habituation, de sorte que quand la pensée sexuelle est revenue, ils ont à nouveau montré une excitation physiologique
- ▶ Ceci suggère que les pensées chargées d'affects et gardées hors de la conscience peuvent continuer à exercer une pression affective

Le transfert : l'influence du passé (par exemple les relations de l'enfance) sur les relations actuelles

- ▶ Une idée centrale de la psychanalyse, qui signifie simplement que les premières relations affectent la manière dont les personnes voient le monde et interagissent dans la vie adulte
- ▶ Cette idée est convaincante capturés dans les mots de Wordsworth : « l'enfant est le père de l'homme »

La théorie de l'attachement

- ▶ Les styles d'attachement sont fortement influencé par les premières interactions mère-nourrisson
- ▶ Le style d'attachement affecte l'adaptation sociale et la personnalité de manière significative
- ▶ il a été démontré que la réactivité de la mère est le plus important prédicteur du style d'attachement de l'enfant
- ▶ La force prédictive du style d'attachement de la mère - par opposition à celui du père réfute les explications exclusivement génétiques

Andersen, S., & Cole, S.W. (1990). "Do I know you?"
The role of significant others in social perception.
Journal of Personality and Social Psychology, 59, 384-399.

- ▶ On a demandé à des sujets de décrire certaines des personnes significatives de leur vie, lesquelles ont ensuite été maillées à des histoires contenant des personnages fictifs
- ▶ Les participants ont ensuite, à tort, attribué aux personnages de fiction des traits de caractère découlant de leurs modèles
- ▶ Les chercheurs concluent : « Le processus transférentiel est un mécanisme fondamental par lequel le passé en vient à jouer un rôle dans le présent et à agir de manière relativement automatique sur les processus cognitifs »

Mickelson, K. D., Kessler, R. C. & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1092-1106.

- ▶ Dans un échantillon non-clinique de 5,000 adultes, une séparation précoce des parents a été associée de manière statistiquement significative à des taux plus élevés d'attachement inséure

Boudewyn, A., & Liem, J. (1995). Childhood sexual abuse as a precursor to depression and self-destructive behavior in adulthood. *Journal of Traumatic Stress*, 8, 445-459.

- ▶ Des abus sexuel vécus dans l'enfance constituent des facteurs de risque, à l'âge adulte, pour un certain nombre de problèmes de santé mentale, dont la dépression, l'anxiété, les tendances suicidaires, et l'auto-destruction

Ce ne sont là que quelques-unes des centaines d'études, principalement dans les domaines des sciences cognitives et de la psychologie sociale, soutenant de nombreux concepts psychodynamiques

- ▶ Pour un aperçu plus complet et voir l'excellent article de D.Westen,
 - ▶ The scientific legacy of Sigmund Freud: Toward a psychodynamically informed psychological science. *Psychological Bulletin.* 124(3):333-371.

D'autres modèles de la psychothérapie se sont inspirés de la théorie psychanalytique sans toujours le reconnaître

- ▶ Exemples:
 - ▶ Toutes les thérapies par la parole
 - ▶ Les théories du trauma
 - ▶ L'alliance thérapeutique (TCC, TIP, et autres)
 - ▶ Les modèles du développement dans l'enfance
 - ▶ Les mécanismes de défense (psychologie sociale et sciences cognitives)

Comment comprendre les mythes tenaces et les malentendus au sujet de la psychanalyse ?

- ▶ Le manque d'affiliations entre instituts psychanalytiques et universités
- ▶ L'insularité des instituts psychanalytiques
- ▶ Le peu d'intérêt manifesté par les instituts psychanalytiques envers la recherche empirique

Pourquoi la psychanalyse suscite-t-elle autant de critiques

- ▶ Ethnocentrisme de certains théoriciens
- ▶ Conviction inébranlable, chez certains cliniciens, à l'effet que l'analyste a l'avantage d'une perspective inégalée
- ▶ Un certain malaise culturel à l'égard des aspects sexuels, agressifs et dépendants de la nature humaine
- ▶ La pathologisation historique de la diversité
- ▶ Concrétisation/réification des théories (par exemple l'envie du pénis)
- ▶ Malaise face à l'existence d'un inconscient
- ▶ Crainte face à l'impact subversif de la théorie psychanalytique