

• Le projet de réforme de la psychothérapie doit être voté ce jeudi à la Chambre.

• Le texte de Maggie De Block passera en principe majorité contre opposition.

• Au grand dam d'une part importante des acteurs de la santé mentale.

Un cadre (trop ?) précis pour la psychothérapie

On se dispute toujours les clefs de la santé mentale

Les dernières salves, virulentes, ont été tirées mercredi contre le projet de loi de la ministre de la Santé, Maggie De Block (Open VLD) qui encadre la pratique de la psychothérapie. Le texte doit être voté en séance plénière de la chambre ce jeudi. Avant le débat parlementaire, plusieurs associations professionnelles, ainsi que des représentants des hautes écoles et des étudiants, rejoints par des députés de l'opposition (la PS Laurette Onkelinx, la SP.A Karin Jiroflée et Muriel Gerkens pour Ecolo-Groen), ont répété hier leur hostilité à la réforme de la ministre De Block.

Pour les représentants de ces 250 associations, *"la psychothérapie est supprimée en tant que profession et devient un acte spécialisé, comme une radiographie ou l'enlèvement d'un organe"*.

La richesse des approches thérapeutiques

Maggie De Block confond psychothérapie avec soutien psychologique superficiel, dénoncent les opposants pour qui le savoir

(universitaire) est privilégié par rapport au savoir-faire et surtout au savoir-être. *"Je préfère un psychothérapeute bien formé à un psychologue surdiplômé mais non formé"*, décoche Francis Martens, président de l'APPPsy (association composée exclusivement de psychologues cliniciens psychothérapeutes).

Ils reprochent aussi à la ministre d'effacer les différentes approches (psychanalytique, systémique, humaniste...) au profit exclusif de l'approche comportementaliste ou *"d'un panachage superficiel de différentes approches"*. Sans cette richesse, comment les patients vont-ils trouver l'approche qui leur convient le mieux ?, interrogent-ils.

Les psychologues cliniciens vont décider des grandes orientations de la santé mentale alors qu'ils sont loin d'en être les seuls intervenants, accusent ces associations. Selon elles, Maggie De Block met les médecins (généralistes) au centre du dispositif alors qu'ils n'ont rien demandé. *"On peut craindre dès lors que la consommation de psychotropes ne diminuera nullement."*

An.H.

2014

LA LOI MUYLLE

Une première loi relative aux psychothérapies a été votée au Parlement en 2014. Celle-là faisait consensus.

"Ma thérapeute n'était pas une psy, mais c'était une artiste de l'humain"

Témoignage Annick Hovine

Après avoir sorti de l'adolescence, Caroline Valentiny, 41 ans aujourd'hui, est tombée dans le gouffre de la maladie mentale. Sans qu'aucun signe visible le laisse prévoir, la jeune fille de 17 ans a basculé dans le vide. Elle a raconté *"ce jour où ma tête est tombée dans un trou"* dans un livre fort, réédité en mai 2015 sous le titre *"Voyage au bord du vide"*.

Pendant cette descente aux enfers, où son univers mental a éclaté, où son corps s'abimait dans l'anorexie et l'automutilation, elle a traversé l'univers psy en Belgique et s'est perdue dans le dédale des traite-

ments psychiatriques: pilules, accompagnement psychothérapeutique, séjours en hôpital psychiatrique...

"Une nuit hallucinante de vide"

Une voie sans issue pour elle. Après avoir tout tenté, en ultime (dés)espoir, elle rejoint au Canada un centre thérapeutique, sans reconnaissance scientifique, qui propose une thérapie personnalisée. Elle y reste trois ans, à se reconstruire, morceau après morceau. *"Le chemin a été long pour renaitre"*, écrit-elle. *"Supporter la longueur des heures, accrochée par les ongles, sans rien savoir, les yeux rivés sur l'intérieur du crâne, piratés."*

Dans cette nuit-là, *“hallucinante de vide”*, il faut pouvoir trouver un appui qui tienne, alors que tout se déconstruit à chaque seconde. *“Peu importe que cet appui se trouve à des milliers de kilomètres ou dans le fond du jardin; il faut enrayer la déstructure.”* Caroline Valentiny a attrapé sa bouée en Colombie britannique, au Montreux Counselling Center. Un centre qui, aujourd’hui, n’existe plus au Canada.

“La crainte est-elle fondée?”

De retour en Belgique, après sa remontée du fond du gouffre, la jeune femme s’est lancée dans les études de psychologie, à l’Université de Mons puis à l’ULg, où elle a décroché son Master avec la plus grande distinction. Elle travaille aujourd’hui comme psychologue au sein d’une équipe à Louvain-la-Neuve. C’est donc un regard double et très particulier qu’elle porte sur le projet de loi encadrant la pratique de la psychothérapie.

“C’est quelque chose d’hypercomplexe. Le projet part, entre autres, d’un présupposé qu’il y aurait des charlatans parmi les psychothérapeutes. Est-ce que la crainte est fondée? J’ai posé la question autour de moi et à mes collègues. A une seule exception près, la réponse était non. En tant qu’ancienne patiente, je n’ai jamais rencontré de personnes qui n’étaient pas psy et qui m’ont fait du tort. Même si, bien sûr, cela peut arriver.” On peut aussi tomber entre les mains d’un psychologue ou d’un psychiatre qui ne fait pas bien son travail, ajoute-t-elle.

La psychologue clinicienne insiste: l’important, dans le champ de la psychothérapie, *“qui n’est pas une science exacte”*, c’est de permettre la multidisciplinarité et de diversifier les approches. *“Ce serait dommage que la loi restreigne l’offre: on ne doit pas réduire la psychothérapie à des consultations en face à face. Il faut de la place pour d’autres choses. Je rêve d’une équipe avec des psychologues, des psychothérapeutes mais aussi des sophrologues, des massothérapeutes, des spécialistes du souffle qui travailleraient en supervision. Mais pour trouver les fonds qui permettent d’assurer cette multidisciplinarité, il faut courir...”*

Les tripes et la tête

La loi pose des balises claires pour la pratique de la psychothérapeute, *“et c’est très bien”*, mais il ne faudrait pas, dans le même temps, écarter

avec mépris les traitements alternatifs, même s’il ne faut pas les confondre avec de la psychothérapie. *“Ils ont autant d’impact dans un parcours où on se cherche que la seule rencontre avec un psychiatre ou un psychologue. Quand je reçois en consultation une patiente anorexique qui me parle avec une toute petite voix, j’ai envie de l’aider à travailler sa respiration, à chercher sa voix dans ses tripes et pas seulement dans sa tête.”*

De la “sorcellerie de l’âme”

Dans le centre canadien qui offrait un espace d’accueil et d’écoute aux personnes souffrant de troubles alimentaires, elle a pu recoller les débris épars de son être. *“Les gens étaient spéciaux”,* sourit-elle, *“ils n’avaient aucun diplôme universitaire mais avaient fait un chemin personnel extraordinaire”.* Elle ne pouvait alors plus voir un psy en peinture. *“Travailler juste avec des techniques très rationnelles, c’était trop froid pour ce que je pouvais entendre à ce moment-là. Il me fallait des méthodes plus douces.”* De la “sorcellerie de l’âme”, ose-t-elle. *“J’avais besoin de me réinterpréter d’une belle façon et pas seulement de m’entendre dire que j’avais, par exemple, des difficultés relationnelles avec ma mère. Ma thérapeute me “sentait” et sortait le meilleur pour le faire émerger. Elle n’était pas psy mais c’était une artiste de l’humain. C’est la différence entre une symphonie et le solfège. Le top serait d’être les deux...”*

L’équipe canadienne faisait aussi des erreurs déontologiques, decode aujourd’hui la psychologue. *“Ce risque-là doit pouvoir être encadré.”*

Des gens et pas des ordinateurs

Pourquoi a-t-elle senti le besoin de “rentrer dans le rang” et d’entreprendre des études de psychologie à l’université? *“J’avais assez tourné autour de mon nombril. J’avais besoin de me décentrer de mon histoire à moi, de passer par une initiation qui soit reconnue par la société. On doit pouvoir s’intégrer à ce qui fait tiers: ça se fait aussi avec les clefs que les autres ont trouvées. J’aimerais intégrer à ma pratique, par exemple, de la médiation corporelle. Mais pour que ça ne soit pas un truc qui flotte, il fallait d’abord une formation intellectuelle solide. Le bac et le master sont un socle pour moi.”*

Caroline Valentiny veut aussi suivre la spécialisation en psychothérapie. *“J’ai eu deux fois 300 heures de stage pendant mes études. C’est trop peu. Développer une assise en tant que psychothérapeute, cela prend du temps et exige une bonne dose d’investissement personnel. Il faudrait aussi intégrer des choses plus humaines et plus artistiques au cœur des études de psychologie. Sinon on risque de travailler avec des gens comme on travaille avec des ordinateurs.”*

→ (*) *“Voyage au bord du vide” (préface de Gabriel Ringlet), Desclée De Brouwer, 196 pp., 18,90 €.*

Dans le dédale des psys

► **Psychothérapeute.** Oubliez ce mot! On parlera désormais de traitements de psychothérapie, réservés aux seuls médecins, psychologues cliniciens et orthopédagogues cliniciens.

La profession n'existera plus. Jusqu'ici, n'importe qui pouvait se déclarer "psychothérapeute": le titre n'était ni protégé, ni reconnu. Des psychologues, des médecins, des infirmiers mais aussi des assistants, des criminologues, des esthéticiens... pratiquaient comme tels.

► **Psychiatre.** C'est un médecin qui s'est spécialisé dans le traitement des troubles mentaux. L'obtention du titre requiert de faire, après les études de médecine, 5 années d'assistantat dans des services de psychiatrie.

► **Psychologue.** On obtient le titre, protégé légalement depuis 1993 en Belgique, après cinq ans d'études, avec de longues périodes de stages. Il y a plusieurs orientations: clinicien, du travail, social... Seuls les cliniciens pourront pratiquer la psychothérapie.

► **Psychanalyste.** Ce titre n'est légalement protégé dans aucun pays au monde. Le mot "psychanalyse" désigne à peu près n'importe quelle pratique de psychothérapie ou d'analyse psychologique. Il existe plusieurs écoles et formations. Dans certaines sociétés, la majorité des membres ont un diplôme de psychiatrie ou de psychologie. Dans d'autres (notamment les lacaniennes), ce n'est pas le cas. **An. H.**