

Réforme de la psychothérapie

VOTRE PSY EST-IL EN RÈGLE?

Chez qui va-t-on quand on va chez le psy? Le métier sera bientôt réglementé par la loi concoctée par Maggie De Block. En attendant de savoir si c'est une bonne ou une mauvaise chose pour les patients, le projet alimente les discussions et les pétitions.

Dui, aujourd'hui, il y a des charlatans qui soignent les âmes. Et demain? Il y en aura encore... Sauf qu'ils ne pourront plus porter le nom de "psy". Pourquoi? Parce que la nouvelle réforme initiée par la ministre de la Santé Maggie De Block risque de faire naître une zone grise où des personnes sans reconnaissance officielle vont s'engouffrer. Le patient devra être vigilant... Décryptage.

Plus d'un Belge sur 10 consomme des antidépresseurs. Pire, on dépasse les 90.000 burn out par an. Avec de tels chiffres, une excellente prise en charge de la santé mentale est réellement indispensable dans notre société. Si certains médicaments sont efficaces pour traiter des pathologies mentales, ils ne sont pas LA solution. Loin de là. Parler, communiquer, dialoguer peut également aider des hommes et des femmes à se sentir mieux dans leur peau. La psychothérapie trouve là sa place dans un éventail d'opportunités de soins.

Pour être certaine que cette prise en charge soit la meilleure, Maggie De Block a voulu que la psychothérapie soit reprise dans la loi comme étant un type de traitement spécialisé: volontairement réservée aux psychologues cliniciens, aux orthopédagogues cliniciens et aux médecins ayant suivi une formation complémentaire. Mais pourquoi? *"En cas de problèmes, non seulement la justice mais aussi l'inspection de santé pourront intervenir. Les prestataires seront tenus de respecter la loi relative aux droits du patient"* lâche-t-elle avec vigueur.

MARCHANDS DE L'ÂME

Son projet de loi permettra au *"patient de vérifier si son thérapeute est autorisé à exercer sa profession"*. Fini, pour elle, la présence de farfelus sur le terrain comme l'évoquait Johan Parisse, président de la Fédération belge des psychologues, dans une interview récente au site Internet du secteur, le *Guide social*: *"Le problème, c'est que la psychothérapie est devenue un refuge pour des personnes qui font leur crise de la quarantaine. Pour donner un sens à leur vie, elles décident de devenir psychothérapeutes."* Évidemment, la nouvelle loi de Maggie ne permettra plus à ces thérapeutes, s'ils ne sont pas diplômés, de pratiquer... Toutefois, cela ne les empêchera pas d'exercer dans l'anonymat et surtout sans formation obligatoire! Dans l'ombre, ils deviendront comme les marchands de sommeil, les marchands de l'âme. D'autant plus que la ministre de la Santé a prévu, en attendant que la loi entre en vigueur, des mesures transitoires pour certains praticiens de la psychothérapie qui ne disposeraient pas du diplôme exigé.

Pour l'heure, le débat fait rage entre les différents intervenants du dossier. Ces détracteurs plus francophones que flamands condamnent *"une vision scientifique anglo-saxonne peu en phase avec le terrain"*. Plus de 250 institutions professionnelles, de formation, de soins ainsi que des enseignants universitaires ou des hautes écoles ont écrit au Premier ministre Charles Michel pour lui demander de suspendre le vote de la loi: *"Le projet de loi nous semble incompréhensible et préjudiciable aux patients"*. La psychanalyste Laurence Erlich Hislair, au travers d'une carte blanche dans *L'Écho*, s'insurge: *"Contrairement à un grand nombre de pays européens, dont la France, la Belgique ne reconnaît pas la psychothérapie comme une profession, mais comme un traitement médical. Sous couvert de mettre en place, enfin, une loi encadrant une profession jugée trop floue, sous prétexte encore de protéger le grand public de "charlatans", la pratique de la psychothérapie ne peut être exercée désormais que par des médecins, des psychologues cliniciens ou orthopédagogues formés à l'université..."* Et donc une approche basée sur la "preuve" et le "résultat", dans un domaine éminemment subjectif. De son côté, Cécile Jodogne, DéFI, ministre francophone bruxelloise de la Santé, regrette la démarche qui a conduit à cette nouvelle loi: *"Il n'y a pas eu de concertation, ce n'est pas acceptable"*.

Face à ces critiques, Maggie De Block compte de nombreux soutiens en Flandre et aussi du côté francophone comme le Groupe de concertation sur la psychothérapie: *"Le GCP adhère aux dispositions portant sur la psychothérapie parce qu'elles contribueront à protéger réellement le patient en promouvant un exercice de qualité étayé par une formation exigeante, des méthodes rigoureusement évaluées et les apports constants de la recherche"*. Reste la question: que feront les patients et les médecins qui ont l'habitude de travailler avec des psychothérapeutes, jugés compétents par eux, qui pourraient ne pas obtenir leur agrément dans la nouvelle loi?

"LE SECTEUR ÉTAIT DEVENU UN REFUGE POUR QUADRAS, DÉSABUSÉS QUI S'IMPROVISENT PSYS POUR DONNER UN SENS À LEUR VIE..."

LE POUR ET LE CONTRE EN TROIS QUESTIONS

POUR

KOEN LOWEN,
administrateur
délégué de la
Fédération belge
des psychologues
de Belgique.

■ Enfin! On met un terme à 20 ans de débats sur la psychothérapie. On était déjà très heureux de la réforme de 2014, mais la régulation de la psychothérapie restait très vague.

■ Avec les psychiatres, les psychothérapeutes seront les professionnels de la santé mentale les mieux formés... Aujourd'hui, on remarquait que tous les organismes de formation n'avaient pas la même qualité ni la même rigueur. Grâce à la réforme de Maggie De Block, les praticiens seront insérés au système de soins de santé... et puis on reconnaît que la psychothérapie est une forme de traitement.

BONNE RÉFORME?

■ Je suis très inquiète. Cette réforme fait mal au secteur. De nombreux professionnels se plaignent. Cela ne va pas rassurer le patient. L'erreur de M^{me} De Block est de considérer que c'est un acte médical. La psychothérapie n'est pas un acte médical comme les autres, c'est un processus.

PSYS MIEUX FORMÉS?

■ L'autre danger, c'est que toutes les formations autres qu'universitaires ne vont plus faire l'objet de la même reconnaissance. Comme ministre, j'avais exigé une formation professionnelle très stricte mais on permettait une diversité de profils. Tout cela est balayé. Elle va, à terme, diminuer l'offre de soins. Elle dénonce même la psychothérapie de qualité réalisée à ce jour.

CONTRE

LAURETTE ONKELINX,
ancienne
ministre de
la Santé et chef
de groupe PS
à la Chambre.

PATIENT MIEUX PROTÉGÉ?

■ Cela donnera plus de garantie au patient. Il était temps de ne plus permettre à tout un chacun de dire qu'il fait de la psychothérapie. Les patients seront mieux protégés et fin 2017, une liste claire et précise permettra à chaque patient de connaître les praticiens compétents dans leur région. Chaque prestataire de soins devra donc avoir son agrément.

■ Il n'y a pas une psychothérapie qui marche mais plusieurs suivant les patients. Il y a plus grave. Maggie De Block propose une période de transition, où il n'y aura plus de protection pour les patients. Je pense que cette loi va faire l'objet de recours. On devra la revoir et elle ne sera pas d'application au 1^{er} septembre. Le patient sera donc dans le flou et sans protection.

CHOISIR SON PSY NOS CINQ CONSEILS

Face à cette période d'incertitude, le choix de son psy s'annonce encore plus difficile. Koen Lowen évoque la qualité des pys sans langue de bois: *"Il y a des bons et des mauvais pys comme dans tous les métiers. Un bon psychologue est un praticien qui applique ses connaissances, mais en tenant compte de son patient et de ses spécificités"*.

1 POUR VOUS ORIENTER

Demandez à votre médecin généraliste, il peut vous en recommander un. Si ce n'est pas le cas, dirigez-vous vers un organisme professionnel reconnu.

2 METTRE IMMÉDIATEMENT LES CHOSSES AU POINT

N'hésitez pas à demander dès la première séance toutes les informations sur vos droits, la manière de travailler, le temps des rencontres, la fréquence, le coût de la prise en charge...

3 HOMME OU FEMME?

Votre choix sera réalisé en fonction de vos affinités et de la qualité du praticien. Il n'y a aucune preuve que le choix d'un homme ou une femme apporte une amélioration de la thérapie.

4 RISQUE DE DÉPENDANCE

L'objectif d'une thérapie est de rendre le patient autonome. Votre psy ne peut jamais vous contraindre à quelque chose.

5 COÛT D'UNE SÉANCE

"À l'étranger, elle est de 100 euros. Chez nous, en moyenne, elle est de 50 euros parce qu'elle n'est pas remboursée par l'assurance maladie" précise Koen Lowen. À noter qu'un certain nombre de mutualités offrent, sur la base de l'assurance complémentaire, un remboursement partiel à des groupes définis, souvent les enfants et les jeunes.

Boris Cyrulnik

'LES HÉROS SONT DES TUTEURS DE RÉSILIENCE'

Loin des considérations sur le statut du psy belge, le psychiatre français reste l'un des observateurs de notre société les plus écoutés. Il publie *Ivres paradis, bonheurs héroïques*, radioscopie du héros mais aussi de son double négatif qui nourrit les fantasmes totalitaires.

Neuropsychiatre, directeur d'enseignement à l'université Sud-Toulon-Var, Boris Cyrulnik a vulgarisé le concept de "résilience", capacité à se reconstituer après un traumatisme, avec le talent d'un conteur qui a d'abord vécu avant de se prononcer. Dans un nouvel essai, il analyse le pouvoir réparateur des super-héros: pansement sur l'âme, le héros est celui auquel on s'identifie, celui qui raconte ce que nous sommes et qui parvient à réparer nos blessures intimes, que l'on soit enfant ou adulte. Lui-même confie comment des personnages fictifs - Zorro, Oliver Twist et Tarzan - l'ont aidé à se construire psychologiquement. Fils de parents juifs morts en déportation, Cyrulnik met aussi en garde contre les démons de l'époque: ces héros manipulateurs qui, lorsqu'ils se posent en sauveurs d'une société vulnérable, deviennent alors l'huile jetée sur le feu du totalitarisme, sous toutes ses formes. Car, écrit aussi le psychanalyste, "*les héros se développent dans les chaos culturels et les déserts de sens*"...

❑ Pourquoi les enfants ont-ils besoin de héros pour grandir?

BORIS CYRULNIK - Lorsqu'un enfant se développe bien, il a autour de lui des tuteurs de développement. Pour tout enfant, petit, faible, les premiers héros sécurisants sont Maman et Papa. Mais ils peuvent être absents ou insuffisants. Quand un tuteur casse, d'autres sont surinvestis pour que l'enfant continue à se développer tant bien que mal. C'est ce que j'appelle les "tuteurs de résilience". Et je pense que les héros sont des tuteurs de résilience. Lorsque l'enfant qui se sent perdu lit les aventures d'un personnage qui lui ressemble et trace sa route vaillamment dans le vaste monde, cela le rassure et lui donne envie de s'y risquer à son tour. Quant à l'adolescent, il cherche d'autres modèles que ses parents. Le héros qu'il se choisit alors lui ouvre un chemin en montrant que ce qu'il désire est possible.

❑ Comment les parents cessent-ils de remplir ce rôle protecteur?

B.C. - Il peut y avoir des causes très différentes de cassures. Ça peut être la mort de la mère, le chômage du père ou une tragédie de l'existence. Dans ce cas-là, toute une partie de la niche sensorielle qui entoure un enfant se transforme en blessure. Mais la plupart des fractures sont d'origine environnementale: la violence conjugale, la guerre, la précarité sociale... Nos cellules familiales ont perdu leur force quand les femmes ont été obligées de travailler tout en veillant sur des tribus si vastes qu'elles ne connaissaient plus leurs rejetons intimement. De

nos jours, les jeunes n'ont plus intégré le modèle traditionnel de la famille. Or, l'enfant se développe là où la vie l'a posé. S'il veut continuer à se développer, l'enfant cherche une image, une étoile du berger à laquelle s'accrocher. S'il n'a pas une figure sécurisante, le monde l'effraie. S'il en a une, il sera tenté par l'aventure.

❑ Certains enfants ont un monde imaginaire très peuplé. Ne fuient-ils pas la réalité?

B.C. - Un héros, c'est aussi une narration. Il parle de ce qu'on rêve de devenir. Pour donner un sens à son existence, il faut en faire une histoire. C'est pourquoi on a besoin de littérature, de fiction, de cinéma pour continuer à s'identifier. Moi, je me suis d'abord identifié à Tarzan étant petit, car j'étais orphelin comme lui. Les animaux l'ont sauvé, et en retour, il est devenu roi de la jungle. Surtout, j'ai rêvé que, comme lui, je rencontrerais Jane et triompherais de ceux qui veulent tuer des animaux. En fin de compte, j'ai fait de l'éthologie animale.

❑ Les super-héros triomphent au cinéma. Pourquoi autant d'adultes ressentent, aussi, le besoin de s'y identifier?

B.C. - On a besoin de héros lorsqu'on se sent faible. Un enfant est faible parce qu'il a tout à apprendre. Mais lorsqu'on devient adulte, on a aussi des moments de faiblesse. Une femme m'a raconté s'être sentie totalement dépossédée d'elle-même le jour où son médecin

lui a annoncé qu'elle avait un cancer du sein. Ce n'est qu'en découvrant le roman d'une rescapée de la maladie, et en s'identifiant à elle, qu'elle a réussi à surmonter cette épreuve. C'est le rôle des "héros pensements". Mais quand un groupe social ou un peuple se sent humilié et se cherche un héros, alors c'est mauvais signe. Parce que cela provoque le besoin d'un sauveur, auquel on est prêt à donner le pouvoir... Une fois en place, ça tourne au coup d'État. On ne compte plus les dictateurs qui ont été démocratiquement élus.

"NOUS MANQUONS DE RITES D'INITIATION POUR ACCUEILLIR LES JEUNES DANS L'ÂGE ADULTE ET LES SOCIALISER."

❑ C'est là que vous voyez le rapport ambigu entre héros et totalitarisme?

B.C. - Dans une culture en paix, les héros ne doivent qu'amuser. Mais les régimes totalitaires fabriquent, eux aussi, des héros. C'était le cas avec Hitler: dans la vie, c'était un moins que rien, un lâche, un zéro pointé. En public, par contre, c'était un tribun capable d'enflammer les foules par sa gestuelle, la mise en scène et les oriflammes. On raconte même que des hommes s'évanouissaient sur son passage... La bonne fonction du héros est de nous réparer de nos humiliations. Mais c'est une fonction dangereuse, puisque cela peut mener à l'assassinat légitime de ceux qui ne pensent pas comme nous. Les djihadistes fonctionnent exactement sur ce modèle, et se voient d'ailleurs en héros. C'est dans le chaos que poussent les héros. Mais c'est dans la rupture, le rejet et le vide que naissent les doubles négatifs, ces faux sauveurs qui vous indiquent le chemin, la cause du mal et les moyens de s'en sortir.

❑ Daech parvient à séduire les enfants de tous milieux, y compris ceux issus d'un environnement favorisé...

B.C. - L'immense majorité des candidats au djihad, c'est des enfants ou des adolescents bien élevés. Selon les chiffres du CNRS, on dénombre près de 10.000 jeunes Français radicalisés et surveillés. C'est une armée. Mais ce ne sont pas pour autant des malades mentaux. Sur ce nombre, il y en a peut-être 100 qui sont des psychopathes, des enfants privés de culture et de famille. Parmi ces enfants, 40 % sont issus de familles de chrétiens, 42 % de familles musulmanes, et 17-18 % d'athées ou d'agnostiques. Ces enfants sont prêts à mourir pour une cause qu'ils connaissent à peine... Encore plus troublant: les deux tiers des "radicalisés" occidentaux ont entre 15 et 25 ans, autrement dit, la période du passage de l'adolescence à l'âge adulte. Ce moment charnière où ils veulent se mettre à l'épreuve

pour découvrir ce qu'ils valent. Pour tous, cela veut dire qu'il y a un trouble de l'accueil de la société.

❑ La société a donc échoué à les intégrer?

B.C. - Jusqu'à maintenant, toutes les cultures ont inventé des rites d'accueil et d'initiation pour socialiser les jeunes. En Afrique, l'adolescent est emmené dans la forêt, mais il reçoit un arc et les mots magiques pour triompher des lions et des mauvais esprits. Il aura peur, mais il n'est pas abandonné. Et au retour, il sera fier de lui: sa parole sera celle d'un jeune adulte. En Occident, on a eu le compagnonnage, le service militaire, éventuellement le scoutisme... Mais tout ça a été remplacé par un rite bien plus cruel: le baccalauréat, qui représente des années d'immobilité physique, d'apprentissage par cœur et d'une fausse compétition. Les garçons le supportent encore plus mal que les filles et, à la fin, c'est presque le contraire d'un rituel d'initiation. Au Canada, ils ont mieux compris cela. Grâce au service civique, les jeunes gens s'engagent dans une ONG, partent à l'étranger, font de petits boulots. Quand ils reviennent, ils ont appris une langue, quitté leurs parents, et sont fiers d'eux. C'est une réinvention d'un rite d'initiation moderne.

❑ Vous avez souvent rencontré des jeunes des quartiers. Pourquoi en viennent-ils à glorifier un Mohamed Merah, le tueur de Toulouse en 2012?

B.C. - On choisit le héros qui parle de nous. Dans les banlieues que j'ai visitées, l'immense majorité des adolescents est agréable. Ils sont curieux, avides d'explications et n'hésitent pas à poser des questions... Mais dans les quartiers Nord de Marseille et de Toulon, certains d'entre eux ne savent pas parler. Beaucoup de ces gosses sont malheureux. Ils ne voient jamais leurs parents, méprisent leur père et sont élevés dans la rue. Ils n'ont pas appris à réguler leurs émotions. Et quand on leur parle des meurtres ignobles de Merah - il n'a pas tué que des enfants juifs, mais aussi des musulmans - ils s'emportent. Parce que Merah est comme eux, il a tout raté: la famille, l'école, le travail et même l'armée. Il est devenu un "héros" - capable de voler des voitures, de tirer à l'arme automatique - quand il s'est radicalisé. Quand il n'y a pas de structure familiale ni culturelle, on voit réapparaître très rapidement les processus archaïques de socialisation, c'est-à-dire la loi du plus fort. Merah est leur seule dignité: un "héros" que l'on craint.

❑ Souvent les terroristes se présentent aussi en résistants, prêts à se sacrifier et à tuer...

B.C. - D'emblée, le héros côtoie la mort. Superman fend l'air, Spider-Man colle aux murs... Mais cette "supernature" est mise au service des faibles. Pour le héros, la mort est donc une promotion. Elle est connotée de sacrifice: je suis prêt à mourir pour te sauver. Les jeunes qui désirent le martyre, quant à eux, veulent sortir de l'humain pour devenir des êtres surnaturels. Dans leur esprit, ils ne se suicident pas, ils offrent leur mort au groupe et à Dieu. Ils se font aimer comme ça, et s'ils meurent on va les aimer encore plus... Mais les djihadistes sont les escroqués de leur époque. Parce que les résistants d'où qu'ils soient ne recherchent pas la reconnaissance de leurs pairs. Ils veulent demeurer dans l'ombre, ne pas être repérés. Et il ne leur serait pas venu à l'esprit une seconde de tuer des innocents pour faire peur: ils s'attaquaient à des trains militaires, à des officiers supérieurs, etc. Alors que l'enjeu des terroristes, c'est l'inverse: ils font des mises en scène pour terrifier, et l'on terrorise pour imposer sa loi fanatique.

❑ Vous êtes le père de la "résilience". Croyez-vous que les jeunes rentrant du djihad puissent, un jour, se réintégrer?

B.C. - Il existe un terme psychiatrique, un peu compliqué, l'athymhormie, qui désigne l'absence d'attachement et d'émotion. C'est un défaut d'élan vital et d'affectivité. Quand, au tout début de son existence, l'enfant est sujet à un appauvrissement affectif, il développe un cerveau incapable d'inhiber ses pulsions. C'est cette défaillance originelle qui crée des machines à massacrer, et que les fanatiques exploitent si habilement. Il n'y a pas de résilience possible pour un psychisme inerte.

✘ Rafal Naczyk

