

Congrès annuel de la SSPP 2017

Marianne Roth



Cette année, le congrès annuel de la SSPP qui s'est tenu au Kongress & Kursaal Bern du 13 au 15 septembre était placé sous le signe de la «Psychiatrie du futur». Parmi la multitude de débats, conférences et ateliers consacrés l'évolution actuelle de la psychiatrie, un petit nombre de manifestations portant sur la psychothérapie et sur l'avenir de la discipline a retenu mon attention. La conférence du professeur Dr Thomas Berger de l'université de Berne portait sur les évolutions actuelles et les innovations dans le domaine de l'E-Mental-Health. D'après lui, un large panel d'interventions basées sur Internet a vu le jour au cours des dernières années. La gamme des offres disponibles s'étend des programmes individuels en ligne et autres applications de thérapie par e-mail, en passant par des formes hybrides basées à la fois sur Internet et sur des séances en face à face, jusqu'aux thérapies réalisées entièrement via Internet. Le site Internet «joyable» par exemple propose des thérapies en ligne spécialement conçues pour les entreprises et leurs employés. Un questionnaire basique facilite la prise

en main et guide l'utilisateur pas à pas dans le programme. L'un des gros avantages de ce type de programmes est qu'ils peuvent s'adresser à une multitude des groupes cibles.

Des études montrent que la méthode la plus efficace est une prestation mixte dans laquelle une partie de thérapie est réalisée sous forme de face à face et une partie via Internet. Aux Pays-Bas, les psychothérapeutes sont désormais tenus de proposer un tiers de leurs thérapies en ligne, non pas pour des raisons d'efficacité mais pour des raisons de coûts. Reste la question de savoir si cette méthode permet effectivement des économies de coût.

La conférence du professeur Dr Martin Bohus de l'université Ruprecht-Karls d'Heidelberg s'intitulait «La psychothérapie modulaire – un modèle pour le futur». D'après lui, la psychothérapie du futur s'organisera au-delà des écoles et des approches propres à des troubles spécifiques. Elle s'organisera selon une méthode heuristique modulaire et s'intéressera aux mécanismes psychobiologiques de la maladie. C'est le prix à payer selon lui pour que la psychothérapie puisse entrer dans le champ de la recherche en neurosciences et en sciences sociales et ainsi accéder aux indispensables sources de l'innovation permanente.

Bohus compare la psychothérapie à structure modulaire à une boîte à outils dans laquelle les techniques thérapeutiques auraient leur place spécifiques et seraient assorties d'un mode d'emploi permettant de savoir quand et comment utiliser ces techniques. Les facteurs déterminants dans le choix de l'intervention sont d'une part le déroulement du processus pathologique ou du processus de troubles et d'autre part la spécificité du patient ou de la patiente. Pour Bohus, la préférence et l'inclinaison personnelles du thérapeute doivent alors passer au second plan.

Cette approche, conclut-il, aura des conséquences non seulement sur l'apprentissage, la formation et le perfectionnement en psychothérapie mais également sur les nouvelles méthodes employées dans la recherche.



Marianne Roth, Directrice de l'ASP
marianne.roth@psychotherapie.ch