

# Inhalt | Table des matières

## 3 Editorial

## 4 Aktuelles

Die Präsidentin berichtet  
Informationen aus dem Sekretariat  
Aktuelles aus der italienischen Schweiz  
Neues aus der Suisse Romande  
Psy-Kongress 2018: Tagungsbericht

## 13 Psychotherapie international

Bericht aus den EAP-Meetings  
Deutschland:  
Gutachten des WBP zur Gestalttherapie

## 16 Debatte

Big Data, Fake News und Fremdbestimmung

## 19 Fokus

Psychotherapieforschung:  
Die Spitze des Eisbergs und der Rest  
Computergestützte Psychotherapie

## 26 Nachgefragt

Interview mit ASP-Mitglied Esther Bulang

## 31 Wissen

Die Komplexität des Menschen  
und die Psychosomatik

## 36 Buchbesprechungen

H.-D. Dumpert & R. Schaller: Rollenspiel  
J. Mahler: Anne une mort choisie  
J. Fischer: Psychoanalytikerin  
trifft Marina Abramovic

## 40 Veranstaltungskalender

## 41 Éditorial

## 42 Actualité

Rapport de la présidente  
Informations du secrétariat  
Attualità dalla Svizzera italiana  
Nouvelles de la Suisse italienne  
Nouveauté en provenance de la Suisse Romande  
Congrès PSY 2018 – Compte-rendu du colloque

## 53 Psychothérapie international

Rapport des réunions de l'EAP  
Allemagne :  
Expertise de la WBP sur la Gestalt-thérapie

## 56 Débat

Mégadonnées, fake news et influence extérieure

## 59 Focalisation

Recherche en psychothérapie :  
La pointe de l'iceberg et le reste  
Psychothérapie assistée par ordinateur

## 66 Demande

Interview avec un membre de l'ASP Esther Bulang

## 71 Savoir

La complessità dell'uomo e la psicosomatica  
La complexité de l'homme et la psychosomatique

## 80 Critique de livre

J. Mahler: Anne une mort choisie

## 81 Calendrier des manifestations

# Impressum

## Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
Die Zeitschrift *à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung* ist ein Informationsorgan der ASP.  
Gleichzeitig versteht sie sich als Forum ihrer Mitglieder, in dem auch Meinungen geäußert werden, die unabhängig von der Meinung des Vorstandes und der Redaktion sind.

## Redaktion

Peter Schulthess | Redaktionsleitung  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defiébre | [veronica.defiebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defiebre@psychotherapie.ch)

## Redaktionsschluss

15. März für das Mai-Heft | 15. September für das November-Heft

## Verlag

Psychosozial-Verlag  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Abo-Verwaltung | Bezugsgebühren

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Jahresabonnement 29,90 € (zzgl. Versand)  
Einzelheft 19,90 € (zzgl. Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugszeitraums erfolgt.  
Das Abonnement ist für ASP-Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten.

## Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag: [anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)  
Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) einsehbaren Mediadaten.  
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an die Redaktion.

## Bildnachweise

Titelbild: *Luftaufnahme der Stadt, Netzwerk von Beijing, Skyline*  
© Wenjie Dong/iStock by Getty Images (891501876)  
S. 4, 5, 11, 12, 42, 43, 51, 52: © ASP  
S. 17, 57: © marchmeena29/iStock by Getty Images (904150194)  
S. 18, 58: © Siphography/iStock by Getty Images (910148976)  
S. 19, 59: © pkline/iStock by Getty Images (157509282)  
S. 24, 64: © AndreyPopov/iStock by Getty Images (921352930)  
S. 27, 67: © somethingway/iStock by Getty Images (576901090)  
S. 29, 69: © KREMLL/iStock by Getty Images (836571072)  
S. 32, 72, 76: *Amor (Cupido) küsst Psyche, A. Canova, Louvre*;  
Foto: Jörg Bittner, Unna | CC BY 3.0/Wikimedia Commons  
S. 35, 75: © knape/iStock by Getty Images (870076498)



## Digitale Version

Die Zeitschrift *à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung* ist auch online einsehbar:  
[www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)  
Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der *Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz* lizenziert. Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung.  
Weitere Informationen finden Sie unter: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

ISSN 2504-5199 (Print-Version)  
ISSN 2504-5202 (digitale Version)

## Editeur

Association Suisse des Psychothérapeutes ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
La revue *à jour! Évolution de la profession du psychothérapeute* est un organe d'information de l'ASP. En plus, c'est un forum dans lequel on exprime des avis qui sont indépendants de l'avis du comité et de la rédaction.

## Rédaction

Peter Schulthess | Directeur de rédaction  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defiébre | [veronica.defiebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defiebre@psychotherapie.ch)

## Date de rédaction finale

15 mars pour Mai | 15 septembre pour Novembre

## L'éditeur

Psychosozial-Verlag  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Gestion des abonnements | Frais de souscription

Édition psychosociale | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Abonnement annuel 29,90 € (frais d'envoi en sus)  
Prix du numéro 19,90 € (frais d'envoi en sus)  
Les étudiants bénéficient d'une réduction de 25 % sur présentation d'un justificatif.  
L'abonnement est reconduit d'un an à chaque fois dans la mesure où aucune résiliation n'a lieu avant le 15 novembre.  
L'abonnement est compris dans la cotisation pour les membres ASP.

## Annonces

Pour toute demande concernant des annonces : [anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)  
Les prix valables sont ceux publiés dans les données médiatiques sur [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de).  
Les membres ASP sont priés de s'adresser directement à la rédaction.

## Crédits photographiques

Couverture: © Wenjie Dong/iStock by Getty Images (891501876)  
p. 4, 5, 11, 12, 42, 43, 51, 52: © ASP  
p. 17, 57: © marchmeena29/iStock by Getty Images (904150194)  
p. 18, 58: © Siphography/iStock by Getty Images (910148976)  
p. 19, 59: © pkline/iStock by Getty Images (157509282)  
p. 24, 64: © AndreyPopov/iStock by Getty Images (921352930)  
p. 27, 67: © somethingway/iStock by Getty Images (576901090)  
p. 29, 69: © KREMLL/iStock by Getty Images (836571072)  
p. 32, 72, 76: *Amor (Cupido) küsst Psyche, A. Canova, Louvre*;  
Foto: Jörg Bittner, Unna | CC BY 3.0/Wikimedia Commons  
p. 35, 75: © knape/iStock by Getty Images (870076498)



## Version numérique

La revue *à jour! Psychothérapie-Développement professionnel* est également consultable en ligne : [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)  
Les articles de cette revue sont disponibles sous la licence Creative Commons 3.0 DE en respectant la paternité des contenus – pas d'utilisation commerciale – sans œuvre dérivée. Cette licence autorise l'utilisation privée et la transmission sans modification, interdit cependant le traitement et l'utilisation commerciale. Veuillez trouver de plus amples informations sous : [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

ISSN 2504-5199 (Version papier)  
ISSN 2504-5202 (Version numérique)

# Editorial

Diesem Heft gaben wir den Titel «Big Data und Psychotherapie». Drei Beiträge gehen darauf ein: Im Bericht vom Psy-Kongress wird auf ein Referat verwiesen, das in einem Beitrag in der Rubrik «Fokus» vertieft wird.

Berichteten wir im letzten Heft von Psychotherapie via elektronische Medien, so öffnet sich nun das Feld der computergestützten Psychotherapie. Big Data ermöglicht es, aus allen möglichen Informationen, die über uns im Internet gesammelt werden, unter vielem anderem auch Krankheiten zu diagnostizieren und Prognosen zu erstellen. Stellen Sie sich vor, der Computer weiss, dass Sie Krebs haben, noch bevor Sie es selbst wissen oder Symptome verspüren. Und stellen Sie sich weiter vor, Ihre Versicherung weiss das noch vor Ihnen. Auch für die Diagnosestellung bei psychischen Störungen können die Daten verwendet werden. Computergestützte Diagnosen werden heute Fachleuten im ganzen Bereich der Medizin empfohlen. Bekannt ist etwa auch Dr. Watson, ein Computer, in dem Sie Ihre Symptome eingeben können und der Ihnen dann die entsprechende Diagnose stellt. Oft diagnostiziert er besser als Ihr Hausarzt. Doch manchmal irrt auch er sich. Er schlägt Therapiemassnahmen vor, stützt sich auf *evidence based medicine* und kann Ihre Therapie-Compliance einschätzen. So weit so gut, doch Daten können auch mannigfaltig manipuliert werden. Wer wertet die Daten ohne unser Wissen aus? Was geschieht damit und was für Folgen haben wir zu tragen? Wer kann und will diese Entwicklung kontrollieren? Ein Datenschützer? Der rennt der Entwicklung stets hinterher.

Sie haben einen Facebook-Account? Nutzen Instagram? ReserachGate? Andere Foren? Verkehren ungesichert via E-Mail? Sind noch in anderen sozialen Netzwerken aktiv? Sie nutzen Google, Yahoo oder andere Suchmaschinen? Sie shoppen bei Amazon? Ihr Smartphone ist mittels GPS zu orten? – Das sind alles hilfreiche *Tools*, doch sie verursachen eine riesige Datenspur, die ausgewertet wird, ohne dass Sie es wissen.

Dirk Helbling, der Referent, meinte, es gehe nicht darum, Big Data zu verteufeln oder gut zu finden, es gehe darum, dass wir uns dessen

bewusst werden und darüber reden, statt stillschweigend zu ahnen und hinzunehmen.

In der Rubrik «Debatte» greift Marianne Roth das Thema Big Data ebenfalls auf und zeigt, wie unsicher heute Nachrichten (*Fake News*) sind, wie Lügen zur Gewohnheit wird und wie sehr uns das beeinflussen kann. Vieles, was wir meinen, selbst zu wählen, ist im Grunde fremdgesteuert. Personalisierte Fremdsteuerung.

Ein weiteres Thema in diesem Heft gilt der Wissenschaftlichkeit. Davon ist auch im Bericht über den Psy-Kongress zu lesen, dann in der Rubrik «Psychotherapie international», wo über ein weiteres Gutachten des deutschen Wissenschaftlichen Beirates Psychotherapie berichtet wird. Eine ausführliche Zusammenfassung eines Referates von Jens Gaab zur Psychotherapie- und Placeboforschung (auch da werden wie wild Daten gesammelt und oft auch manipuliert) wirft ein besonderes Licht auf den aktuellen Forschungsstand.

In der Rubrik «Aktuelles» finden Sie manch Wissenswertes über und um die ASP und in «Psychotherapie international» lesen Sie auch den Bericht über die Aktivitäten in der EAP.

Und wie üblich finden Sie auch in diesem Heft in der Rubrik «Nachgefragt» ein Interview mit einem Mitglied der ASP.

In der Rubrik «Wissen» finden Sie einen Fachbeitrag zur Psychosomatik aus dem italienischen Sprachraum. Antonio Malgaroli, Professor für Psychiatrie und Neurowissenschaften an der Universität San Raffaele in Milano und der Università della Svizzera in Lugano, beschreibt die komplexen Informationsvorgänge im Gehirn, die Psyche und Soma verbinden. Die Trennung von psychischen und somatischen Leiden beurteilt er aus ganzheitlicher und neurowissenschaftlicher Sicht als komplett überholt.

Den Abschluss des Heftes bilden drei Buchbesprechungen und der Veranstaltungskalender.

Sollte der eine oder andere Beitrag Sie anregen, ebenfalls etwas zu diesem Thema schreiben zu wollen, so bietet sich die Rubrik «Debatte» für einen Diskurs vorzüglich an.

Ich wünsche Ihnen gute Lektüre.

Peter Schulthess, Redaktionsleiter



# Die Präsidentin berichtet

Gabriela Rüttimann



## Spätsommer-Klausurtagung des Vorstands

Zum Abschluss des Sommers fand am schönen Vierwaldstättersee die jährliche Retraite unseres Vorstandes statt. Die reich befrachtete Traktandenliste reichte von A wie Anordnungsmodell bis Z wie Zukunftsvision für die ASP. Hier wurde die zu Beginn des Jahres eingeleitete Strategiediskussion zu Ende geführt und ein Massnahmenpaket beschlossen. Die Strategie 2019–2022 wird im Frühling 2019 der Mitgliederversammlung vorgestellt.

Die Vorbereitungen zum 40-Jahr-Jubiläum der ASP sind in vollem Gange. Die Jubiläumsfeier mit vorgängiger Mitgliederversammlung findet in Zürich im KOSMOS statt. In einer Jubiläumsbroschüre wird die Geschichte des Verbands und damit die Entwicklung der Psychotherapie in der Schweiz von dem Historiker Walter Aeschmann aufgearbeitet. Wie bereits angekündigt, ist der Anlass für den 23. März 2019 geplant. Nach der Mitgliederversammlung findet die Jubiläumsveranstaltung mit anschliessendem Abendessen statt. Das Programm und die Einladungen werden rechtzeitig verschickt.

## Rechtliche Schritte beschlossen

Bis zum Redaktionsschluss war nicht klar, ob wir in Sachen Anordnungsmodell einen Schritt weiterkommen würden. Beunruhigend war allemal, dass auf oberster politischer Ebene keine klare



Die Präsident/innen der Verbände: (v. l.) Yvik Adler (FSP), Gabriela Rüttimann (ASP), Christoph Adrian Schneider (SBAP)

Unterscheidung zwischen Anordnungs- und Delegationsmodell gemacht wurde und sich das Interesse an unserem Anliegen in Grenzen zu halten scheint. Was immer geschehen wird, ist die feste Absicht der ASP, ein Rechtsverfahren auf den Weg zu bringen mit dem Ziel, die Abrechnung von Psychotherapiebehandlungen ohne Delegation mit der Grundversicherung zu ermöglichen. Dass ein solches Verfahren einen langen Atem braucht, ist uns bewusst. Wir sind jedoch nicht länger bereit, diese Hinhaltenaktik Jahr um Jahr hinzunehmen. Daran ändert auch der Antwortbrief von Bundesrat Alain Berset nichts, der einmal mehr in Aussicht stellte, dass das Verfahren unter Einbezug der involvierten Verbände weitergehen würde.

## Wieviel klinische Praxis ist «genügend»?

Das Psychologieberufegesetz PsyG verlangt, dass Studierende in ihrer Weiterbildung «genügend» klinische Praxis vorweisen müssen. Die Ausgestaltung der klinischen Praxis überlässt es den verantwortlichen Organisationen. Da die ASP die Verantwortung für die Institute übernommen hat, die sich für ihre Akkreditierung dem Konzept ASP Integral angeschlossen haben, ist es an uns festzulegen, wie viel «genügend» ist. Diesen Punkt gilt es ebenfalls mit den Kollektivmitgliedern zu besprechen, die in der Charta-Konferenz zusammengeschlossen sind. Dies ist eine Gelegenheit, sie für das Thema zu sensibilisieren. Bezüglich Studierenden, die einen Teil ihrer Weiterbildung im Ausland absolviert haben, muss ebenfalls eine Regelung gefunden werden. Anlässlich eines konkreten Falles im Kanton Tessin legte die ASP fest, dass von den zwei vorgeschriebenen Jahren klinischer Praxis mindestens ein halbes Jahr in einer Einrichtung der psychotherapeutisch-psychiatrischen Versorgung in der Schweiz absolviert werden muss. Diese Tätigkeit soll der Kandidatin oder dem Kandidaten gleichzeitig ermöglichen, das Schweizer Gesundheitswesen von innen kennenzulernen. Die Supervision muss zu 100 Prozent in einem akkreditierten Schweizer Weiterbildungsinstitut absolviert werden.

## Erfolgreicher Psy-Kongress 2018

Als Kooperationspartnerin der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie (SGPP) nahm die ASP wie bereits vor vier Jahren am diesjährigen Psy-Kongress teil, der im



September während drei Tagen im Kursaal Bern stattfand. Der Kongress wurde unter dem Titel «Bausteine in der Behandlung und Betreuung psychisch kranker Menschen» durchgeführt. Die rund 1.200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer hatten die Gelegenheit, an zahlreichen Symposien, Kursen und Open Space-Veranstaltungen teilzunehmen, die ein sehr breites Spektrum an Themen über Psychiatrie und Psychotherapie abdeckten.

Die drei Verbände steuerten ein Panel bei zum Thema «Versorgung psychisch Kranker in der Schweiz: Heute und in der Zukunft». Der Diskurs vonseiten der Gesundheitspolitiker lässt nichts Gutes erahnen und bleibt in der Ausgabe-Neutralität stecken. Die Aussagen der Behördenvertreter waren unbestimmt oder drehten sich im Kreis. Die Vertreterinnen und Vertreter des Bundesamts für Gesundheit (BAG) und der Santéuisse versteckten sich hinter Gesetzen, sodass der Eindruck entstand, dass sich auch in den nächsten zehn Jahren nichts verändern wird. Die Überalterung und der fehlende Nachwuchs in der Psychiatrie rufen geradezu nach einer Gleichstellung des Psychotherapieberufes. Es scheint jedoch, dass das BAG die Lösung der Überalterung im Engagement von Psychiaterinnen und Psychiatern aus dem Ausland sieht, was die lakonische Antwort eines Panelteilnehmers auslöste, dass man bald einen Sprachkurs machen müsse, wenn man in ein Spital eintrete.

Die ASP arbeitete im Organisationskomitee des Kongresses mit und stellte ein Mitglied des Wissenschaftskomitees, das einerseits die Themen der verschiedenen Veranstaltungen setzte und andererseits die Abstracts sichtete. Die ASP-Geschäftsleiterin betätigte sich als Mitglied in der Poster-Jury. Zudem vermittelten wir mit Rosmarie Barwinski ein ASP-Mitglied zur Durchführung eines Workshops. Die sehr gut besuchte und spannende Veranstaltung zum Thema «Resilienz fördern in der Traumatherapie» illustrierte schrittweise, wie die Aufarbeitung eines Traumas während der Psychotherapiebehandlung die Widerstandsfähigkeit der Patientin oder des Patienten steigern kann.

### Neues Vorstandsmitglied der Suisse Romande in Aussicht

Die ASP ist sehr erfreut, mit Sandra Feroletto für die Suisse Romande ein neues Vorstands-



Am Panel beteiligten sich (v. l.) Sabine Schläppi, Sämi Rom, Dr. Magdalena Berkhoff, Daniel Habegger, Dr. Fulvia Rota, Stefan Spycher, Erika Ziltener, Simon Hofer.

mitglied präsentieren zu können, das sie der Mitgliederversammlung zur Bestätigungswahl vorschlagen wird. Damit ist der Vorstand wieder komplett und die Vertretung in allen Sprachregionen gewährleistet. Nach Meinung des Vorstands ist sie eine sehr geeignete Kandidatin und würde ausgezeichnet in das bestehende Team passen.

Sandra Feroletto ist Direktorin der Assoziation La Branche in Savigny mit 340 Mitarbeitenden, die 140 Kinder und Erwachsene mit einer psychischen Behinderung in ihrem Schulunterricht, der Bildung, Arbeit und in ihrem Leben begleiten. Daneben ist sie selbständige Psychotherapeutin in ihrer Praxis Artepsy in St-Prex. Ihre Weiterbildung in Psychotherapie hat sie an der Ecole Française d'Analyse Psycho-Organique (EFAPO) in Paris absolviert. Die Aus- und Weiterbildung hat sie mit verschiedenen Kursen an Fachhochschulen und Universitäten ergänzt, wie z. B. mit einem CAS in Mediation und EMDR-Praxis für Kinder und Erwachsene. Als Mitglied der ASP und als gelegentliche Delegierte der EFAPO in der Charta hat sie bereits Kontakt zum Verband gepflegt, sodass ihr unsere Haltung und berufliche Ausrichtung bekannt sind.

Gabriela Rüttimann ist Präsidentin der ASP.

# Informationen aus dem Sekretariat

Marianne Roth | Ursula Enggist | Claudia Menolfi

## EXKLUSIV FÜR ASP-MITGLIEDER

### Protokoll der ordentlichen Mitgliederversammlung der ASP vom 24. März 2018

Der Versand des Protokolls in Deutsch, Französisch und Italienisch erfolgte per E-Mail an unsere Mitglieder. Eine Papierversion kann im Sekretariat bestellt werden oder ist im Mitgliederbereich der Website abrufbar.

Die nächste Mitgliederversammlung findet am 23. März 2019 in Zürich statt.

### IV-Vertrag

Psychotherapien für Kinder und Minderjährige, Schwierigkeiten bei der Geburt und zur beruflichen Eingliederung können unter bestimmten Voraussetzungen über die Integrierte Versorgung (IV) abgerechnet werden. Eidgenössisch anerkannte ASP-Mitglieder mit Praxisbewilligung haben auf Antrag die Möglichkeit, dem Vertrag zwischen dem Bundesamt für Sozialversicherung (BSV) und der ASP beizutreten. Informationen liefert unsere Website oder die ASP-Geschäftsstelle, die auch die Anträge entgegennimmt.

### Abrechnungsformulare

Für die Rechnungsstellung des Honorars an ihre Patientinnen und Patienten können Mitglieder im Sekretariat die praktische, beschreibbare PDF-Vorlage bestellen oder im geschützten Mitgliederbereich der Website herunterladen.

### Leistungen und Tarife

Das Merkblatt mit den Richtlinien der ASP für Leistungen und Tarife ist im Mitgliederbereich unserer Website unter der Rubrik «Merkblätter» abrufbar.

### Krankenkassenliste

Wissen Sie, welche Krankenkasse welchen Betrag für Psychotherapie vergütet? Verlangen Sie im Sekretariat die Krankenkassenliste oder informieren Sie sich auf unserer Website im Bereich «Downloads».

### ASP-Mitglieder sind Botschafter und Botschafterinnen des Psychotherapieberufes

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Patientinnen und Patienten über Ihre eidgenössische Anerkennung und den Titelschutz zu informieren. Klären Sie sie über ihre Rechte und Pflichten auf, über die Schweigepflicht und den Schutz, den sie als Ihre Patientin oder Ihr Patient geniessen.

### NEU: Verschlüsselte HIN-E-Mail-Adresse

Sichern Sie sich zu Sonderkonditionen für ASP-Mitglieder Ihre persönliche verschlüsselte HIN-E-Mail-Adresse. Damit sorgen Sie für einen geschützten Transfer Ihrer sensiblen elektronischen Daten.

### Stelleninserate und Praxisräume

Besuchen Sie die Rubrik «Aktuell» auf unserer Website. Neben aktuellen Informationen und Verbandsnachrichten finden Sie Ausschreibungen für offene Stellen und Praxisräume. Haben Sie ein eigenes Angebot oder wünschen Sie nähere Auskünfte? Kontaktieren Sie das Sekretariat für weitere Angaben zur Platzierung auf unserer Website.

### Eintrag unserer Mitglieder im PsyReg

Alle unsere ordentlichen Mitglieder sind im PsyReg als eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten eingetragen. Neu aufgenommene Mitglieder werden automatisch dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) zur Aufnahme ins Register gemeldet.

Änderungswünsche Ihres Eintrags müssen Sie direkt beim BAG platzieren.

Für den gültigen Eintrag der kantonalen Berufsausübungsbevollmächtigungen im PsyReg sind die kantonalen Gesundheitsdirektionen zuständig.

### Fortbildungspflicht für Mitglieder

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sind gesetzlich verpflichtet, laufend Fortbildungen zu besuchen. Diese dienen der wissenschaftlichen Fortbildung, dem Theoriestudium sowie der Erweiterung und Vertiefung praktischer Kompetenzen. Unsere Website liefert weitere Informationen und unser umfassendes Fortbildungsprogramm unter der Rubrik «Weiterbildung & Fortbildung».

### Psychotherapierelevante Publikationen und Informationen

Im Mitgliederbereich auf unserer Website finden Sie die Publikationen, die für Sie als ASP-Mitglied bindend sind. Neben Reglementen nehmen Merkblätter Bezug auf diverse Fragen zu spezifischen Bereichen des Psychotherapieberufes. Nutzen Sie unser Sekretariat als Informations- und Auskunftsstelle.

### NEU: Archivieren Ihrer Dokumentation

Planen Sie, sich aus dem aktiven Berufsleben zurückzuziehen und möchten Ihre Akten sicher archivieren? Möchten Sie Ihre gesammelte Dokumentation im Sinne einer Nachlassregelung sicher aufbewahrt wissen?

Die ASP kann ihren Mitgliedern exklusiv eine kostengünstige und sichere Lösung anbieten. Weitere Auskünfte erhalten Sie in unserem Sekretariat.

## VERSICHERUNGEN

### All-Inclusive-Paket

Dank dem Kollektivvertrag mit unserer Versicherungsagentur, Swiss Quality Broker AG, sind wir in der Lage, unseren Mitgliedern ein exklusives Paket an günstigen Versicherungsleistungen anzubieten, das folgende Angebote beinhaltet:

- Krankenkasse
- Berufshaftpflichtversicherung
- Rechtsschutzversicherung
- Geschäftssachversicherung
- Kranken- und Unfalltaggeldversicherung
- Erwerbsausfallversicherung

ASP Mitglieder können zudem bei der ZÜRICH Versicherung in den Genuss von günstigeren Prämien für ihre Autoversicherung, Motorradversicherung, Hausrat-, Privathaftpflicht- und Gebäudeversicherung kommen.

Informieren Sie sich über die Details im geschützten Mitgliederbereich auf unserer Website.

### Weitere Empfehlung:

- Pensionskasse (Zweite Säule)

Die Pro Medico Stiftung Zürich bietet als Verbandsvorsorge der zweiten Säule den ASP-Mitgliedern die Möglichkeit einer flexiblen beruflichen Vorsorge. Es handelt sich um finanziell attraktive Angebote zur individuellen Altersvorsorge für selbstständig Erwerbende und deren Personal.

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

### [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

Unsere Website enthält sämtliche relevanten Informationen für unsere Mitglieder in einem geschützten Bereich mit Passwortzugang. Die Termine der nächsten Mitgliederversammlung, Kolloquien für die Charta-Konferenz, Versicherungslösungen etc. befinden sich ebenfalls unter dieser Rubrik. Wir empfehlen einen regelmässigen Besuch.

Neben Angaben zu unserer Organisation und über Psychotherapie allgemein enthält die Website Informationen für die breite Öffentlichkeit zu den Themen:

- Berufspolitik & Berufsentwicklung
- Weiterbildung & Fortbildung
- Wissenschaft & Forschung

Ausschreibungen über aktuelle Veranstaltungen, Fortbildungen, Tagungen etc. befinden sich auf unserer Website unter der Rubrik «Agenda».

### Aktuelles

Informieren Sie sich beispielsweise zum Stand des Anordnungsmodells sowie über weitere brennende Themen auf unserer Website unter der Rubrik «Aktuell».

Haben Sie einen Wunsch oder eine Anregung? Wenden Sie sich damit an unsere Geschäftsstelle.

## PUBLIKATIONEN

### Zeitschrift *à jour!* – Psychotherapie-Berufsentwicklung

Die Zeitschrift *à jour!* ist das zweisprachige (Deutsch und Französisch) Informationsorgan der ASP mit berufspolitischen und fachlichen Inhalten. Sie versteht sich als Bindeglied zwischen uns als Berufsverband und unseren Mitgliedern sowie allen an Psychotherapie interessierten Leserinnen und Lesern.

### Zeitschrift *Psychotherapie-Wissenschaft*

Die Zeitschrift *Psychotherapie-Wissenschaft* steht im Dienste der Entwicklung der Psychotherapie. Beiträge zu Praxis und Forschung fördern den interdisziplinären Austausch über grundlegende Fragen wie Indikation, Methodik, Wirksamkeit.

Beide Ausgaben erscheinen zweimal jährlich. Übrigens sind die Beiträge beider Zeitschriften im Internet als digitale Version aufrufbar unter: [www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)

### Anzeigen

Nutzen Sie die Möglichkeit zur Publikation Ihrer Bekanntmachungen oder Anzeigen in unseren Zeitschriften. Zielpublikum der publizierten Beiträge sind praktizierende Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie Fachleute aus Wissenschaft, Forschung und Praxis. Erkundigen Sie sich an der Geschäftsstelle über Publikationsmöglichkeiten, Preise und Erscheinungsweisen.

### Newsletter

Unser Newsletter hält Sie über aktuelle Aktivitäten des Verbands sowie berufspolitische Entwicklungen auf dem Laufenden. Er erscheint viermal jährlich.

## ORGANISATORISCHES

### Medien

Die Geschäftsstelle nimmt Anfragen von Medienschaffenden gerne entgegen. Unser Verband vereinigt versierte Praktikerrinnen und Praktiker zu verschiedenen – auch tagesaktuellen – Themen und Psychotherapiemethoden.

### ASP-Vorstandsmitglieder

- Gabriela Rüttimann, Präsidentin
- Veronica Defièvre, Vizepräsidentin, Leitung Charta-Konferenz
- Nicola Gianinazzi, Delegierter italienische Schweiz
- Peter Schulthess, leitender Redakteur *à jour!* und *Psychotherapie-Wissenschaft*



(v.l.): Claudia Menolfi und Ursula Enggist

## Geschäftsstelle

- Marianne Roth, Geschäftsleiterin
- Ursula Enggist, Sekretariat
- Claudia Menolfi, Sekretariat

### Kontakt:

Telefon: 044 268 93 00

marianne.roth@psychotherapie.ch

ursula.eggist@psychotherapie.ch

claudia.menolfi@psychotherapie.ch

# Aktuelles aus der italienischen Schweiz

Psychologie, Biomedizin und neurowissenschaftliches Supercomputing  
begegnen sich

Nicola Gianinazzi



Im Einvernehmen mit dem Ausschuss erhält meine Rolle als Kommunikationsantenne zwischen der italienischsprachigen Schweiz und den anderen Teilen der Eidgenossenschaft zunehmend Gewicht.

Als Delegierter arbeite ich zudem bei der Vorbereitung und Betreuung der Endphase der definitiven Akkreditierung intensiv mit der IRG zusammen. Insbesondere haben wir auch die Begleitung der von der AAQ benannten Experten auf ihrem Besuch bei der IRG vereinbart.

Ab diesem Jahr werden die italienische Schweiz und das italienische Panorama – durch die Aufnahme in die Redaktion der *Psychotherapie-Wissenschaft* – in unserem thematischen Magazin präsenter und sichtbarer.

Schliesslich wurde die Arbeit der Kontaktaufnahme mit Hochschullehrern verschiedener Universitäten und Fakultäten im Tessin weiter vertieft. Diese interessante Tätigkeit der «Public Relations» ist nützlich und notwendig, um sowohl die Ausbildungsvorschläge, die Beiträge unserer Zeitschriften als auch die Perspektiven der Entwicklung von Lehre und Forschung zu bereichern. In diesem Zusammenhang wird auch die redaktionelle Zusammenarbeit mit der Zeitschrift *Psicoterapia e scienze umane* ([\[www.psicoterapia.it\]\(http://www.psicoterapia.it\)\) verstärkt, deren Co-Direktor Paolo Migone ist.](http://www.psicoterapia</a></p></div><div data-bbox=)

## Das Tessiner Panorama

Ab Herbst 2020 beginnen die Studiengänge der USI an der Fakultät für Biomedizinische Wissenschaften, die in Lugano in Zusammenarbeit mit den Universitäten Basel und Zürich sowie der ETH Zürich gegründet wurde. Sie wird in Synergie mit anderen Fakultäten der USI in Bereichen wie Gesundheitskommunikation, Gesundheitsmanagement und Gesundheitswirtschaft, der medizinischen Anwendung der Computational Science arbeiten und sollte auch die Psychiatrie einschliessen.

Besonders nahe an unserem psychotherapeutischen Bereich sind diejenigen Disziplinen – mögliche Weiterbildungskurse für uns Psychotherapeuten –, die sich auf die folgenden Themen im Bereich Beziehung und Kommunikation in der Gesundheit beziehen (gemäss dem, was ich persönlich als das «Neue modulare Modell der Psychotherapie-Wissenschaften» bezeichnen würde):

Rhetorik, Argumentation und Überzeugungskraft/Risikokommunikation/Gesundheitsför-



derung und Medienkampagnen/Kommunikationsprozesse und Technologien/Gesundheitskommunikationsmanagement.

Nicht zu vergessen sind die äusserst interessanten Kurse zur Philosophie des Geistes und der Erkenntnistheorie, die im neuen Master of Arts in Philosophie an der USI, am Institute of Philosophical Studies (ISFI) oder direkt an der Theologischen Fakultät in Lugano (FTL) angeboten werden.

In Lugano befindet sich ausserdem das Swiss National Supercomputing Centre (Centro Svizzero di Calcolo Scientifico, CSCS) der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich (ETH).

«Nach einem umfangreichen Hardware-Upgrade Ende letzten Jahres ist der CSCS-Supercomputer Piz Daint heute der leistungsfähigste Grossrechner ausserhalb Asiens. Mit einer Spitzenleistung von über 20 Petaflops wird er bahnbrechende Forschung in der Schweiz und Europa ermöglichen.»

Die neurowissenschaftlichen Kontaktzonen mit der Psychotherapie im CSCS sind die bereits im Blue Brain Project (BBP) erwähnten. Es kommen jedoch weitere Bereiche hinzu:

1. Blue Brain Projekt der Eidgenössischen Technischen Hochschule Lausanne (EPFL),
2. Life Sciences (Biowissenschaften): Slidecast: Das Gehirn mithilfe von Simulation verstehen,
3. Life Sciences (Biowissenschaften): *Neuroscience to Benefit from Hybrid Supercomputer Memory*. Neurowissenschaften sollen vom hybriden Supercomputerspeicher profitieren.

Die USI organisiert auch jährlich eine Summer School in Public Health, die in Zusammenarbeit mit acht Schweizer Universitäten und der Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte (Foederatio Medicorum Helveticorum, FMH) organisiert wird.

Unter anderem ist ein ASP-Mitglied, der Anästhesist, Spezialist für Psychosomatik und Psychotherapeut Angelo Bona, seit Kurzem Mitglied des Komitees der Schweizerischen Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin (ASMPP) geworden.

Zudem wächst die Facebook-Seite und die Google-Gruppe «Swiss Italian Psychotherapy» – mit fast 2.000 Abonnenten –, die von mir in Zu-

sammenarbeit mit verschiedenen Universitätsprofessoren und Forschern persönlich betreut wird, weiter voran.

## Über die Grenzen

Der Orden der Psychologen Apuliens (OPP) und der Nationale Rat des Ordens der Psychologen (CNOP) unterstützen die Idee – basierend auf Forschungsergebnissen – eines «Psychotherapeuten in der Hausarztpraxis».

Aus Leidenschaft oder zwangsläufig muss der Allgemeinmediziner Ausbildung, Beruf und Raum/Zeit der menschlichen Beziehung, dem Zuhören, dem Wort widmen. Es ist nicht nur eine Vision: Ich bin überzeugt, dass der Prozess im Gange ist.

Diese Kompetenz gehört auch den Psychotherapeuten und sollte in eine interdisziplinäre, interprofessionelle und integrale Vision der menschlichen Entwicklung integriert werden können, die gut mit dem Modell der Psychotherapeutischen Wissenschaften (SPT) vereinbar ist.

In diese Richtung weist auch die letzte Ausgabe 2017 der Zeitschrift *Psychotherapie und die Geisteswissenschaften*. Ihr Editorial, das wir in der Vorschau veröffentlichen konnten, zeigt, wie die Psychotherapie einen entscheidenden Beitrag zur Verbesserung der Patientenversorgung und zur Begrenzung der Gesundheitskosten eines nationalen Gesundheitssystems leisten kann. So hat beispielsweise das Vereinigte Königreich ein spezifisches Versuchsprogramm in dieser Hinsicht gestartet.

Der nationale Rat des Ordens der Psychologen (CNOP) hat auch die Initiative «Der Psychologe in der Apotheke» gefördert, die ebenfalls grosse mediale und politisch-sanitäre Erfolge erzielte. Abschliessend möchte ich auf die Veröffentlichung zu Beginn des Jahres von Umberto Galimbertis *Neues Wörterbuch der Psychologie – Psychiatrie, Psychoanalyse und Neurowissenschaften* hinweisen, in dem verschiedene Autoren aus der italienischen Schweiz, darunter einige Mitglieder des ASP, vertreten sind.

Nicola Gianinazzi ist Ausschussmitglied und Delegierter für die italienische Schweiz.

# Neues aus der Suisse Romande

Marianne Roth



Die ASP freut sich, die Wahl von Sandra Feroletto als neues Vorstandsmitglied von der Mitgliederversammlung im Frühjahr 2019 bestätigen lassen zu können. Der Vorstand macht dabei von seinem Kooptationsrecht Gebrauch. In der gegenwärtigen Phase ist es wichtig, die vakante Position in der Suisse Romande zur Unterstützung der Partnerinstitutionen rasch wieder zu besetzen und den Anspruch des Verbandes, gesamtschweizerisch tätig zu sein, zu unterstreichen.



Sandra Feroletto

Das Aus- und Weiterbildungsportfolio von Sandra Feroletto ist eindrücklich und sehr vielfältig. Ihr Diplom als Psychotherapeutin hat sie in Paris an der Ecole Française d'Analyse Psycho-Organique (EFAPO) gemacht. Davor hat sie an der Universität Lausanne einen Master in Kunstgeschichte und Psychologie absolviert und sich an der Fachhochschule in Lausanne als Sonderschullehrerin ausbilden lassen. Zudem besitzt sie ein Certificate of Advanced Studies (CAS) in Mediation.

Sandra Feroletto ist gut vernetzt, kennt die «Psychotherapie-Landschaft» in der Romandie und freut sich darauf, die ASP in der Suisse Romande sichtbar zu vertreten. Sie ist bereit, Kontakte zu den Behörden lustvoll, wie sie sagt, zu knüpfen und ist überzeugt, dass ihre Position mit unserem Verband im Rücken gestärkt wird.

Als ASP-Mitglied hat sie sich mit unseren Anliegen auseinandergesetzt und sich unter anderem auch mit dem Dossier «Anordnungsmodell» und Bundesrat Alain Berset beschäftigt. Ihr gefällt, dass sich die ASP auch berufspolitisch betätigt. Wie wir ist sie der Meinung, dass in diesem Fall etwas geschehen muss.

Wir freuen uns sehr auf die Zusammenarbeit mit Sandra Feroletto. Sie bildet einerseits eine Verstärkung unseres Vorstands und bietet Gewähr für den Brückenschlag zu unseren Mitgliedern in der Suisse Romande.

Marianne Roth ist Geschäftsleiterin der ASP.

# Psy-Kongress – Tagungsbericht

Bern, 5.–7. September 2018

Peter Schulthess

Der Psy-Kongress wurde von der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie (SGPP) in Partnerschaft mit ASP, FSP und SBAP organisiert. 1.200 Personen nahmen teil, davon leider gerade mal ein Dutzend ASP-Mitglieder. Der Grossteil der Teilnehmenden stammte aus der SGPP, deren Jahreskongresse immer um die 1.000 PsychiaterInnen anziehen. Warum nur so wenige aus unserem Verband? Schreckte die Psychiatrie-Dominanz ab? Die Industrieausstellung mit den vielen Pharma-Ständen war in der Tat für psychologische PsychotherapeutInnen eher abschreckend. Umso mehr wollen wir in der *à jour!* über den Kongress berichten, damit auch die Mitgliederbasis etwas über dessen Inhalte erfährt. Denn es gab neben den Psychiatrie- und Pharma-lastigen Präsentationen auch sehr wertvolle Beiträge zur Psychotherapie.

In Ergänzung zu dem, was bereits im Bericht der Präsidentin ausgeführt wurde, berichte ich über weitere Veranstaltungen.

Gleich zu Beginn des Kongresses referierte Peter Ventevogel vom United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR) in Genf zum Thema «Mental Health of Refugees in Global Perspective». 1 Prozent der Weltbevölkerung sei von erzwungener Dislokation betroffen, worunter es 22,5 Millionen Flüchtlinge gäbe. Die meisten würden aus *low-income* Staaten stammen, wo auch kaum Ressourcen für *mental health care* vorhanden seien. Die grosse Angebotslücke in armen Ländern und Krisengebieten verlange viel mehr als spezialisierte Kenntnisse und Techniken von Professionellen. Drei Entwicklungen würden sich abzeichnen:

1. *Community*-bezogene Ansätze, die Selbsthilfe-Ressourcen nutzen und die soziale Einbindung stärken.
2. Kurzpsychotherapie-Interventionen, welche auch von nicht professionellen HelferInnen eingesetzt werden, die man trainiert und supervidiert.
3. Integration von *mental health care* in die generelle *health care* von Flüchtlingen.

Abends hielt im Anschluss an die offizielle Kongresseröffnung Dirk Helbling, Professor am Departement für Computerwissenschaften, an der ETH-Tagung einen Vortrag zum «Einsatz von Cognitive Computing in der Psychotherapie: Chancen und Risiken». Seine Ausführungen waren so brisant, dass sie unter der Rubrik

«Fokus» in diesem Heft speziell zusammengefasst werden. Er führte erst durch die Welt des Big Data-Sammelns (vgl. auch mit dem Beitrag von Marianne Roth über *Fake News*) zum Datensammeln im Gesundheitswesen generell und schliesslich zu den Anwendungen in der Psychotherapie und besprach Chancen und Risiken dieser auf uns zukommenden Datenwelt.

Spannend war auch das Plenarreferat von Katharina Domschke, Freiburg im Breisgau, zum Thema «Epigenetik – der zweite Code bei psychischen Erkrankungen». Epigenetik ist das Fachgebiet der Biologie, das sich mit der Frage befasst, welche Faktoren die Aktivität eines Gens und damit die Entwicklung der Zelle zeitweilig festlegen. Epigenetische Mechanismen wie DNA-Methylierung rücken als biochemisches «Scharnier» zwischen «nature» und «nurture» in der Psychiatrie und Psychologie zunehmend in den Fokus der Aufmerksamkeit. Tatsächlich erlaubt die Epigenetik selbst subtilen Umweltveränderungen den Zugriff auf unser Erbgut – neue Forschung zeigt, dass die Entstehung von Krankheiten oder die Veränderung von Persönlichkeitsmerkmalen epigenetisch beeinflusst sein können – ein wichtiger Gegenbefund zur These, dass alles in unseren Genen angelegt und somit unabänderlich sei! Auch Beziehungserfahrungen in einer Psychotherapie sind solche Umweltfaktoren, die dazu beitragen können, ob genetische Anlagen zur Wirkung kommen oder nicht.

Ein weiteres Plenarreferat war aufschlussreich. Jens Gaab, Basel, gab seinem Beitrag zum Stand der Psychotherapieforschung einen speziellen



Interessierte Hörerschaft

Titel: «Die Spitze des Eisbergs und der Rest – von ausgestorbenen Vögeln, Benjamin Franklin und Stradivari und was das mit Psychotherapie zu tun hat». Er referierte zu den angenommenen Wirkfaktoren seit der Entstehung der Psychotherapie mit der Magnetismus-Theorie von Mesmer bis heute, referierte über Ergebnisse der Placeboforschung und stellte diese in Zusammenhang mit der Psychotherapie. Was ist das Verum in der Psychotherapie? Was ist Placebo? Er kritisierte die psychologische Forschung dahingehend, dass oft nur die beobachtbare, sichtbare Spitze des Eisbergs untersucht würde, den grossen Rest lasse man unbeachtet. Dabei sei doch die Titanic wegen der Kollision mit dem nicht sichtbaren Teil untergegangen, nicht wegen der Spitze des Eisbergs, meinte er metaphorisch. Auch seinen Ausführungen ist ein spezieller Beitrag unter der Rubrik «Fokus» in diesem Heft gewidmet.

Neben den sechs Hauptvorträgen gab es auch zehn «State of the Art» Vorträge und Parallelveranstaltungen mit Vorträgen, Workshops oder Symposien bzw. Panels zu unzähligen Themen. Die Veranstaltungen waren allesamt auf einem guten Niveau.

Durch den ganzen Kongress zog sich ein besonderes Thema in täglichen Open Space-Veranstaltungen, welche dem Umstand Rechnung trugen, dass diese Psy-Tagung nicht bloss die Jahrestagung der Schweizer PsychiaterInnen war, sondern eben auch von den Verbänden ASP, FSP und SBAP mitorganisiert wurde.

Die zentrale Frage lautete: «Psychiatrie UND Psychologie: Kooperation UND Konkurrenz zu Gunsten der Versorgung psychisch kranker Menschen – wie gestalten wir dies konkret?» Leider wurden diese Open Space-Veranstaltungen wenig beachtet und besucht. In einer Plenarveranstaltung wurde über Ergebnisse berichtet, sowie ein abschliessendes Panel mit VertreterInnen der Verbände gehalten.

Seitens der PatientInnen wurde eingefordert, mit Fachleuten in Kontakt kommen zu können und einen leichten Zugang zur Psychotherapie zu erhalten, als Arbeit in einer Beziehungserfahrung



(v.l.) Christoph Flückiger (FSP/Uni Zürich), Pierre Vallon (SGPP), Christoph Adrian Schneider (SBAP), Peter Schulthess (ASP)

und nicht bloss mit Pillen abgefüttert zu werden. Seitens der SGPP wurde betont, wie sehr den PsychiaterInnen an der Zusammenarbeit mit den PsychologInnen läge und dies doch in der Praxis über die delegierte Therapie recht gut funktioniere. Seitens der Psychotherapieverbände wurde moniert, dass es gleich lange Spiesse brauche, um auf Augenhöhe kooperieren zu können: gleiche Honorierung für die gleiche Leistung, wenn es um Durchführung von Psychotherapie geht. Das Delegationsmodell mit dem damit verbundenen Anstellungsverhältnis sei abzulösen wenigstens durch ein Anordnungsmodell. Die Psychotherapieverbände waren sich einig, dass man lauter werden als bisher und die derzeitige Sackgasse mit dem Tarmed und der ungerechten Geldverteilung innerhalb der FMH, dem Spardruck von Santésuisse, überwinden müsse. Die Hinhaltenaktik des BAG, die auch beim von Gabriela Rüttimann beschriebenen Panel zum Ausdruck kam, sei aufzubrechen mit verschiedenen Massnahmen: Rechtsweg, Petition, neue Versicherungsmodelle, Demonstrationen.

Peter Schulthess ist Vorstandsmitglied der ASP.



# Bericht aus den EAP-Meetings und vom 23. Kongress der EAP in Belgrad

Peter Schulthess

Die Herbst-EAP-Meetings fanden vom 18.–20. Oktober 2018 in Belgrad statt. Zeitlich überschneidend fand vom 18.–21. Oktober der 23. EAP Fach-Kongress statt, der zugleich der 8. Kongress der Serbischen Vereinigung für Psychotherapie war.

## Die EAP hat einen neuen Präsidenten

Charles Cassar aus Malta hat als Vizepräsident statutengemäss bereits etwas vorzeitig das Amt des Präsidenten übernommen, nachdem der aktuelle Präsident, Philippe Vranken aus Belgien wegen eines Konfliktes mit dem Vorstand sein Amt Anfang Mai abgab. Seine Amtsdauer hätte noch bis Februar 2019 gedauert. In einem Brief an die Mitglieder des erweiterten Vorstandes teilte er dies mit, ohne dass ersichtlich wurde, worum es im Konflikt wirklich ging. Befürchtungen, dass ein Teil des exekutiven Vorstandes ihm politisch nicht folgen wollte, die Beschlüsse des erweiterten Vorstandes umzusetzen, auch bezüglich Lobbying, erwiesen sich als unbegründet. Trotz Aussprache am Anfang der Belgrader Meetings blieben die Gründe für den Rücktritt im Konflikt im Unklaren.

Philippe Vranken war ein sehr initiativer Präsident, der viele Änderungen in der EAP anstieß und deshalb für viele als Hoffnungsträger galt – Repräsentanten der althergebrachten Machtstrukturen sahen das nicht gerne und versuchten den Präsidenten zurückzubinden.

Auch wenn er nun vorzeitig zurücktrat, so hat er grosse Verdienste an einer Vitalisierung der EAP. Charles Cassar beabsichtigt, die von Philippe Vranken eingeleiteten Reformen und Aktivitäten weiter voranzutreiben und insbesondere auf der EU-Bühne politisch weiterhin aktiv zu sein für unseren Berufsstand. Er hat grosse Verdienste daran, dass in Malta ein Psychotherapiegesetz verabschiedet wurde, welches den PsychotherapeutInnenberuf nicht als psychologischen oder medizinischen Beruf versteht, sondern als eigenständigen wissenschaftlichen Beruf in eigenen Rechten.

## Neue Psychotherapiegesetze in Malta und Kroatien

In beiden Ländern sind im Verlaufe des Jahres Gesetze in Kraft getreten, welche Psychothera-

pie als eigenständigen Beruf regeln. Das ist ein wichtiger Fortschritt und Erfolg auch für die EAP. Verbunden damit ist eine Reform im Bildungswesen der höheren Schulen. Es ist nun nicht nur möglich, einen universitären Abschluss als Master oder PhD in Psychotherapie zu machen, sondern Weiterbildungsinstitute haben die Möglichkeit, sich als praxisbezogene Hochschulen anerkennen zu lassen (das entspricht bei uns den Fachhochschulen) und Master-, wie auch Doktoratsprogramme anzubieten. So wird es in Malta künftig möglich sein, einen Master oder einen PhD in Gestalttherapie zu erwerben, da das dortige Gestalttherapie Institut die Anerkennung als Fachhochschule geschafft hat. Solche Programme (unterschiedlicher Therapierichtungen) existieren schon länger im angelsächsischen Raum als Kooperationsprojekte privater Weiterbildungsinstitute mit Universitäten.

## Tagungsberichte

Der Vorsitzende des Science and Research Committee (SARC), Peter Schulthess, berichtete über die drei seitens des SARC in diesem Jahr besuchten wissenschaftlichen Kongresse. Am Kongress der Europäischen Vereinigung für Psychiatrie (EPA) zeigte sich, dass Psychotherapie und Psychotherapieforschung kaum ein Thema waren. Die Präsentationen betrafen psychiatrische, neurowissenschaftliche und pharmakologische Themen. Der Vorstand der EPA ist allerdings daran interessiert, seine Mitglieder mehr über Psychotherapie wissen zu lassen und sucht die Kooperation und Mitwirkung der EAP an den Kongressen.

Über die Kongresse der International Federation for Psychotherapy (IFP) und Society for Psychotherapy Research (SPR) ist in der Zeitschrift *Psychotherapie-Wissenschaft*, Heft 2-2018, ausführlich berichtet worden. Dem Board wurden ebenfalls ausgewählte Erkenntnisse zum Stand der Diskussion in der Forschung weitergegeben. Die Mitglieder des erweiterten EAP Vorstandes zeigten sich dankbar für diese Berichte. Es wurde gewünscht, dass die EAP Kongressdaten auf der Website aufschaltet (nicht nur die eigenen), wie auch Links zu führenden Journals.



### Neues Sekretariat und Neues Finanzkomitee

Die Geschäftsstelle der EAP ist aus Kostengründen umgezogen. Neu befindet sie sich an der Mariahilfer Straße 1d/3. Stock/Tür 13, 1060 Wien.

Die Finanzen sind ein aktuelles Thema in der EAP: Die Einnahmen gehen zurück, die Ausgaben steigen. Das muss besser in den Griff bekommen werden, durch Schaffung von Möglichkeiten zu Mehreinnahmen und durch Senkung der Kosten. Neu wurde eine Arbeitsgruppe eingesetzt, welche als Finanzkomitee wirken soll und entsprechende Ideen vertieft bespricht als konsultatives Organ für den Kassier und das Executive Committee.

### Kammer für Weiterbildungsinstitute

Zu zweiten Mal fand auch eine Sitzung der VertreterInnen der EAP-akkreditierten Weiterbildungsinstitute statt. Das gab dem SARC die Gelegenheit, die Studie SPRISTAD der SPR nochmals zu präsentieren und die Weiterbildungsinstitute zur Mitwirkung zu motivieren. SPRISTAD untersucht die berufliche und persönliche Entwicklung von WeiterbildungsteilnehmerInnen im Verlaufe ihres Trainings. Ausserdem gab dies die Gelegenheit, sich mit der Weiterentwicklung der Programme zu befassen, sodass sie den Bildungslevel 7 erreichen (entspricht einem Master). Dazu muss auch ein Forschungsmodul Teil der Weiterbildungsprogramme werden. Dieses Thema soll an den nächsten Meetings mit einer ganztägigen Veranstaltung weiter vertieft werden. In der laufenden Statutenrevision sollen die Weiterbildungsinstitute eine eigene Kammer erhalten.

### Dokument zum Brexit aus Sicht der PsychotherapeutInnen

Auf Wunsch der Präsidentin der Britischen Vereinigung für Psychotherapie (UKCP) trafen sich Interessierte zu einer separaten Sitzung, um sich auszutauschen über den bevorstehenden Brexit und was das für Auswirkungen auf die PsychotherapeutInnen, die Ausbildung und PatientInnen hat. Es wurden Aspekte gesammelt, die im Nachgang zu den Meetings zu einem Dokument ausgearbeitet werden sollen, welches auch politisch auf der Ebene der EU und britischen ParlamentarierInnen zu Verfügung gestellt werden soll.

### Erfolgreiche Tagung

Gegen 500 Teilnehmende trafen zum eingangs erwähnten parallel laufenden Kongress ein. Das Tagungsthema lautete: «Sense and Sensitivity in Psychotherapy». Viele Fachreferate und Workshops auf Serbisch wie auch auf Englisch wurden angeboten. Die EAP-Kongresse geben dem veranstaltenden Landesverband immer auch die Möglichkeit, durch Einladung von ReferentInnen der EAP-Gremien, die europäische Einbindung des Landesverbandes für seine Mitglieder sichtbar zu machen. Umgekehrt kann sich die EAP den Mitgliedern eines Landesverbandes darstellen mit ihren Leistungen für den Beruf der Psychotherapie. So nutzte auch das SARC die Gelegenheit, über «Sense and Sensitivity in Psychotherapy Research» zu berichten, um PraktikerInnen zur Partizipation an Forschung zu motivieren.

Peter Schulthess ist Vorstandmitglied der ASP und vertritt diese gemeinsam mit Gabriela Rüttimann in der EAP.

# Deutschland: Gutachten des WBP zur Gestalttherapie

Peter Schulthess

In der letzten Ausgabe von *à jour!*, «Psychotherapie-Berufsentwicklung», wurde über das Gutachten des deutschen Wissenschaftlichen Beirates Psychotherapie (WBP) vom Dezember 2017 zur humanistischen Psychotherapie berichtet. Die Gestalttherapie war darin als ein psychotherapeutischer Ansatz unter den Verfahren der Humanistischen Psychotherapie mitbeurteilt worden. Die Frage, ob Gestalttherapie im Sinne des deutschen Psychotherapie Gesetzes (PsychThG) als ein eigenes Verfahren gelten könnte, wurde dort nicht geklärt, weil der entsprechende Antrag gar nicht gestellt worden war. Die beteiligten humanistischen Psychotherapierichtungen versuchten, die «Humanistische Psychotherapie» als Verfahren anerkennen zu lassen, was der WBP nicht tat. Die Begründung lautete, «Humanistische Psychotherapie» sei kein einheitliches Verfahren, viel mehr ein Sammelbegriff für verschiedene Therapierichtungen in der Tradition der humanistischen Psychologie.

Im Juni 2018 hatte der WBP nun in einem weiteren Gutachten zu entscheiden, ob Gestalttherapie als Verfahren wissenschaftlich anerkannt werden kann. Ein entsprechendes Gesuch war vom Deutschen Dachverband Gestalttherapie für approbierte Psychotherapeuten (DDGAP) unter der Federführung von Lotte Hartmann-Kottek eingereicht worden. Da Gestalttherapie auch im Antrag «Humanistische Psychotherapie» enthalten war, hatte man die Beurteilung dieses Antrages vorerst bis zum Abschluss ersteren Verfahrens ausgesetzt.

Der WBP kam in einem ersten Schritt zum Schluss, dass es sich bei der Gestalttherapie um ein Verfahren entsprechend den Kriterien des Methodenpapiers des WBP handle.

In einem zweiten Schritt wurde die Wirksamkeit der Gestalttherapie anhand der eingereichten Studien geprüft. Diese Prüfung erfolgt getrennt nach Störungsbereich, da der WBP davon ausgeht, dass die Wirksamkeit in einem Störungsbereich nicht den Schluss zulässt, dass ein Verfahren in anderen Anwendungsbereichen ebenso wirksam ist. Im Bereich «affektive Störungen» gilt die Gestalttherapie als wissenschaftlich anerkanntes Verfahren, da (lediglich) drei Studien aus der Forschergruppe um Lesley Greenberg zur Emotionsfokussierten Psychotherapie (EFT) anerkannt wurden. Forschung zur EFT wird vom WBP sowohl für EFT, als auch für Gesprächspsychotherapie und Gestalttherapie

angerechnet, da es bei diesen grosse Gemeinsamkeiten mit der EFT gibt. Im Anwendungsbereich «Angst- und Zwangsstörungen» wurde die einzige berücksichtigte Studie abgelehnt, da sie keine Überlegenheit der EFT gegenüber der Placebo-Kontrollgruppe zeigen konnte.

Auch eine methodisch ausreichende Studie im Anwendungsbereich «somatoforme und dissoziative Störungen» wurde abgelehnt, da keine Überlegenheit gegenüber den Kontrollbedingungen gezeigt werden konnte. Im Bereich «Anpassungs- und Belastungsstörungen» wurde eine Studie von Butollo als Wirksamkeitsnachweis für die Gestalttherapie anerkannt. Im Bereich «psychische und soziale Faktoren bei somatischen Erkrankungen» wurden zwei berücksichtigte Studien zur EFT als Wirksamkeitsnachweise anerkannt, zwei weitere methodisch ausreichende Studien aber abgelehnt. Im Bereich «gemischte Störungen» wurde eine Studie von Paivio und Nieuwenhuis als Wirksamkeitsnachweis für EFT anerkannt.

Abschliessend fasst der WBP seine Einschätzung folgendermassen zusammen: «Bei Erwachsenen kann nach den vom WBP entwickelten Kriterien für Gestalttherapie im Anwendungsbereich «affektive Störungen» die wissenschaftliche Anerkennung festgestellt werden.»

Bei Kindern und Jugendlichen kann diese hingegen nicht erfolgen, da keine entsprechenden Studien vorgelegt wurden und auch in einer umfangreichen Literaturrecherche nicht identifiziert werden konnten.

In einem dritten Schritt prüfte der WBP, ob die Gestalttherapie als vertiefte Ausbildung zugelassen werden kann und verneint diese Frage, weil lediglich im Bereich «affektive Störungen» bei Erwachsenen die wissenschaftliche Anerkennung festgestellt werden konnte. Um als Verfahren für die vertiefte Ausbildung anerkannt zu werden, müssten für mindestens drei Anwendungsbereiche (oder gar vier, je nach Bereichen) jeweils mindestens drei Studien anerkannt sein. Erneut ist darauf hinzuweisen, dass die Kriterien des WBP, ob Studien überhaupt berücksichtigt werden, höchst problematisch sind. Von 313 eingereichten Studien wurden für die Gestalttherapie lediglich 21 Studien voll bewertet. Der Rest fiel nach Prüfung der vom WBP selber festgelegten methodischen Mindestkriterien ausser Betracht.

Peter Schulthess ist Vorstandsmitglied der ASP.



# Big Data, Fake News und Fremdbestimmung

Marianne Roth



«Unmündigkeit ist das Unvermögen, sich seines Verstandes ohne Leitung eines anderen zu bedienen.»

Immanuel Kant, Was ist Aufklärung? (1784)

Vor einiger Zeit trug ich mich mit der Absicht, einen Sessel zu kaufen und habe dazu via Google im Internet verschiedene Anbieter besucht. Ein paar Modelle, die mir dabei ins Auge gestochen sind, habe ich angeklickt und mir etwas näher angeschaut. Zu meiner Überraschung wurde ich in den Folgewochen mit Sesselangeboten überhäuft, sobald ich irgendeine Website auf irgendeinem Gerät öffnete, wobei die von mir näher begutachteten Modelle stets in den Vordergrund gerückt wurden. Schliesslich verzichtete ich auf den Kauf via Internet und erwarb mir das neue Stück im guten alten Möbelhaus.

## Produkt Mensch

Facebook informiert uns in seinen Datenrichtlinien:

«Wir verwenden die uns zur Verfügung stehenden Informationen (einschließlich deiner Aktivitäten außerhalb unserer Produkte, wie z. B. die von dir besuchten Webseiten und die Werbeanzeigen, die du siehst), um Werbetreibenden und anderen Partnern zu helfen, die Effektivität und Verbreitung ihrer Werbeanzeigen und Dienste zu messen und Aufschluss über die Arten von Personen, die ihre Dienste nutzen, sowie darüber, wie Personen mit ihren Webseiten, Apps und Diensten interagieren, zu erlangen.»

Was von Facebook erfasst wird, ist jedoch nicht nur das Kaufverhalten von Internetbesucher/innen, sondern es geht auch um politische, religiöse, weltanschauliche, sexuelle und weitere Präferenzen, die aufgrund von aufgerufenen Internetseiten gesammelt werden und die das Profil einer Person möglichst präzise abbilden sollen. Mit meinen Internetbesuchen liefere ich demnach Facebook gratis und franko mein persönliches Profil – ein Paradox erster Güte, da ich mir doch stets Mühe gebe, so wenig wie möglich von meiner Person preiszugeben. Ziel dieser Sammelwut von Facebook und Co. ist aber nicht, mir einen Gefallen zu tun, sondern die Nutzerprofile mit möglichst hohem Gewinn an potenzielle Käufer/innen, sprich Werbetreibende aller Art, zu bringen. Als Nutzerin von Facebook und Co. bin ich zum Produkt geworden, das vermarktet wird. Der Handel mit diesen menschlichen «Produkten» ist längst zu einem Milliardengeschäft

geworden. Gleichzeitig findet dadurch bei den Tech-Giganten eine Machtakkumulation statt, die Dimensionen angenommen hat, von denen wir uns keine Vorstellung machen können. Nicht umsonst werden Daten im Silicon Valley das «neue Öl» genannt. Auf die Datensammelwut folgt logischerweise die Informationsflut.

Längst machen sich nicht nur Werbetreibende solche Daten zunutze. Politische Parteien bedienen sich dieser Nutzerprofile ebenso wie Medien, Unternehmen, Verschwörungstheoretiker/innen und nicht zuletzt auch Regierungen. Wie verschiedene Medien berichteten, hat beispielsweise die chinesische Regierung ein soziales Punktesystem eingerichtet, mit dem das Verhalten der Bürger/innen bewertet wird. Dieses Verhalten wirkt sich zum Nachteil der Einzelnen aus, sofern die Bewertung negativ ausfällt. Ist die Bewertung positiv, können die Betroffenen von allerlei Vorteilen im System profitieren. In anderen Worten übt die Regierung die totale Kontrolle über ihre Bürger/innen aus. Allerdings sind die Online-Giganten wie Facebook, Google, Amazon etc. in der westlichen Welt und der Umgang mit unseren Daten nicht weit von einem solchen System entfernt.

## Buhlen um Aufmerksamkeit

Der Philosoph Vincent F. Hendricks, der zusammen mit Mads Vestergaard das Buch *Postfaktisch*<sup>1</sup> verfasst hat, stellt der täglichen Informationsflut die begrenzte Zeit der Medienkonsument/innen gegenüber und leitet daraus ab, dass die Währung der Gegenwart die Aufmerksamkeit sei. Das Buhlen um Aufmerksamkeit von unzähligen Informationsanbieter/innen ist auf allen Kanälen in einen knallharten Wettbewerb ausgetart, der im Begriff «Aufmerksamkeitsökonomie» zusammengefasst wird. Am besten hat nach dieser Logik die Zeichen der Zeit Twitter mit seinen 140 Zeichen erkannt, das Lieblingsspielzeug des amerikanischen Präsidenten, der auf diese Weise seine tägliche Dosis Tweets auf die Menschheit loslässt. Es ist zu bezweifeln, dass er so viele Nachrichten absondern würde, müsste er sich an einen Computer setzen und seine «Botschaften» ordentlich aufschreiben.

<sup>1</sup> Hendricks, V.F. & Vestergaard, M. (2018). *Postfaktisch: Die neue Wirklichkeit in Zeiten von Bullshit, Fake News und Verschwörungstheorien*. München: Blessing.



Es wäre vermessen, alle Akteur/innen der Manipulation zu beschuldigen, die versuchen, ihre Basis oder Anhängerschaft zu bedienen. Neu ist denn auch nicht der Versuch der Einflussnahme – Beispiele auch von historischer Tragweite gibt es deren viele. Neu ist die Tatsache, dass es die sozialen Medien ermöglichen, Nachrichten ungefiltert und viral an ein gezielt ausgewähltes Publikum zu verbreiten. Dabei werden Botschaften so verpackt, dass sie ins Weltbild der angepeilten Zielgruppe passen. Google, Facebook, Twitter und alle weiteren Onlinedienste ermöglichen es, dass wir mit gezielten Informationen bedient werden, die wir mit Gleichgesinnten teilen und die uns das wohlige Gefühl vermitteln, auf der richtigen Seite zu stehen. Es soll primär ein Wir-Gefühl geschaffen werden und damit ein Kreislauf der Bestätigung entstehen. Hat sich dieses Wir-Gefühl eingestellt, bewegen wir uns in der berühmten Filterblase, wo Informationen meist nicht mehr kritisch hinterfragt werden. In einer solchen Filterblase kann sich eine Botschaft auch negativ verstärken, Gefühle von Ohnmacht, Angst oder Bedrohung sich verfestigen, was Manipulationen Tür und Tor öffnet.

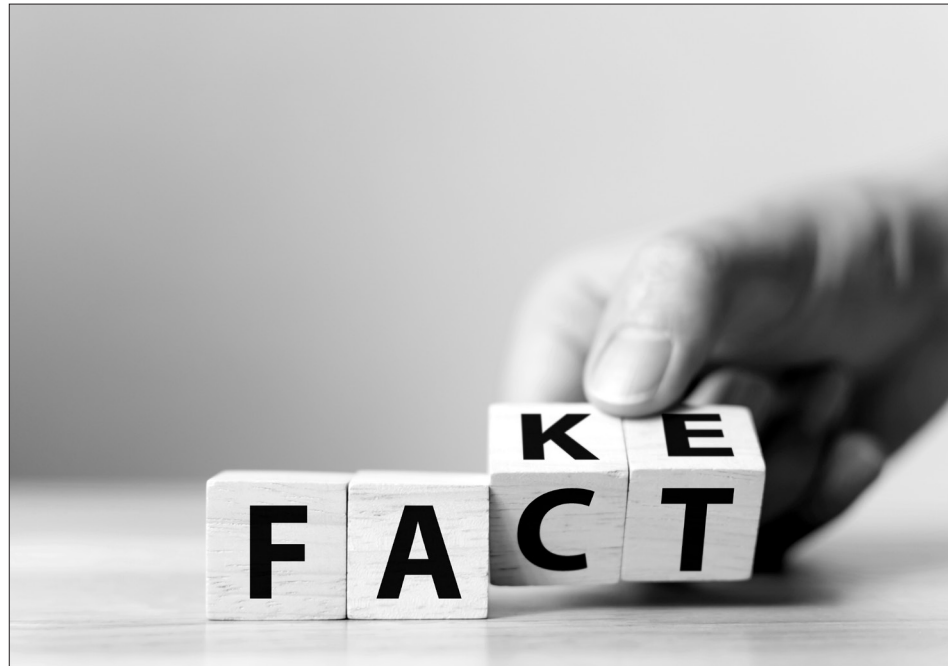
### Wenn Lügen zur Gewohnheit wird

Während der Volksmund bis vor Kurzem sagte «Lügen haben kurze Beine», hat sich die Situation erdrutschartig verändert. Nicht, dass es Vertuschungs- und Manipulationsversuche nicht auch in früheren Jahren, ja in der ganzen Menschheitsgeschichte gegeben hätte. Lügen wurden aber tunlichst verheimlicht oder unter den Teppich gekehrt. Wurde der oder die Lügner/in ertappt, war dies mit Scham und Schuld verbunden. Lügen mussten noch aufgedeckt werden und hatten in vielen Fällen gravierende Konsequenzen. Inzwischen ist allerdings so etwas wie ein Wettbewerb der Lügen losgetreten worden; wir sind ins postfaktische Zeitalter eingetreten. Nicht nur sind Bots<sup>2</sup> und Trolle<sup>3</sup> im

---

2 Bots sind automatisierte Computerskripte, die z.B. auf Twitter oder in Bewertungsportalen eingesetzt werden. Sie sind leicht zu programmieren, man kann sie millionenfach herstellen. Sie können sich als Mensch ausgeben und den politischen Diskurs lenken.

3 Professionelle Trolle verfassen im Auftrag eines Arbeitgebers Beiträge (Propaganda), i. d. R. politischer Art, im Internet mit dem Ziel, die Gegenseite zu ver-



Sold von Regierungen und Parteien unterwegs, Regierungsvertreter/innen selbst lügen öffentlich, was das Zeug hält. Das Überraschendste dabei ist, dass sie damit bisher mehr oder weniger ungeschoren davonkommen, wenn sie es verstehen, «richtig» damit umzugehen oder sich im richtigen Moment für ihr Vergehen entschuldigen. Es ist aber falsch zu glauben, dass dies keine Spuren hinterlässt.

Kürzlich gingen Berichte durch die Medien, wonach in den USA eine neue «Störung» aufgetreten ist, mit der immer mehr Therapeut/innen konfrontiert seien: «Trump Anxiety Disorder» (Trump-Angststörung). Der Begriff wurde geprägt von der klinischen Psychologin Jennifer Panning in einem Essay, publiziert von Psychiater/innen der Harvard Medical School sowie bestätigt von zahlreichen Psycholog/innen und Psychotherapeut/innen in den USA. Die Trump-Angststörung unterscheidet sich von anderen Formen der Angst, so Panning, weil die Symptome sich spezifisch auf die Wahl von Trump und das von ihm unvorhersehbare soziopolitische Klima beziehe und eine grosse Verunsicherung auslöse, die dadurch bei immer mehr Menschen entstanden sei. Auch wenn dies keine offizielle Diagnose ist, beinhalten die Sympto-

---

unglimpfen, Tatsachen zu verzerren oder Fake News zu verbreiten.

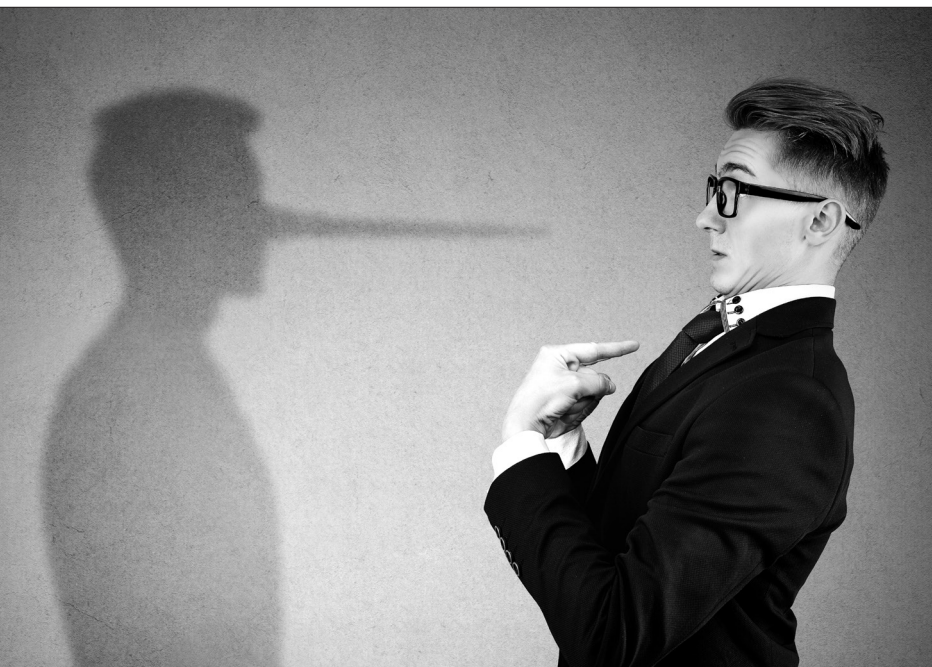
me das Gefühl von Kontrollverlust, Hilflosigkeit und Ärger darüber, was im Land passiert und was die vorherrschende unberechenbare Politik in der Welt auslösen könnte. Laut Panning intensiviert der übermässige Medienkonsum vorhandene Ängste, da man sich ständig frage, was wohl noch komme.

Die American Psychological Association (APA) hat 2016 und 2017 Umfragen unter dem Titel «Stress in America»<sup>4</sup> durchgeführt. Im August 2016 wurden hierfür 3.511 Erwachsene über 18 Jahren befragt, von denen 52 Prozent aussagten, dass sie die Präsidentschaftswahl ausdrücklich stressen. Im Januar 2017 wurden erneut 1.019 Erwachsene über 18 Jahren über ihr Stressempfinden in Bezug auf das politische Klima, die Zukunft des Landes und die Wahlen befragt. Zwischen August 2016 und Januar 2017 stieg der Stresslevel von 4,8 auf 5,1 Punkte, wobei 1 wenig und 10 viel Stress bedeutet. Das Fazit der Direktorin der APA, Katherine C. Nordal, war, dass der in Bezug auf politische Themen feststellbare Stress sehr besorgniserregend sei, da es für die Amerikaner/innen schwierig sei, sich diesem zu entziehen. Sie seien umgeben von Diskussionen, Nachrichten und Social Media, mit denen sie ständig an die Dinge erinnert würden, die sie am meisten stressen.

### Am feinsten lügt das Plausible<sup>5</sup>

Was sich rund um die Wahlen nicht nur in den USA, sondern auch in den europäischen Ländern abspielt, untergräbt die Demokratie und Errungenschaften der Aufklärung. Hackerangriffe zielen auf Wähler/innen, um sie mit Falschmeldungen zu versorgen mit dem Ziel, die als gegnerisch identifizierten Kandidat/innen zu verunglimpfen, das Wahlverhalten zu beeinflussen und letztlich das Gesellschaftsgefüge zu schädigen. Die Wahlen vom 9. September in Schweden, einem traditionell liberalen und aufgeschlossenen Land, zeigten beispielhaft, wie das System der «Fake News» die öffentliche Meinung beeinflussen kann. Es gelang damit den Rechtsnationalist/innen, bestehendes Misstrauen oder latent vorhandene Ängste zu verstärken und das politische Klima insgesamt zu beeinflussen. So kursierten reisserische und unwahre Behauptungen über die steigende Kriminalität in Schweden und über desaströse Folgen der schwedischen Migrationspolitik. Es wurde sogar verbreitet, die Polizei traue sich nicht mehr in gewisse Stadtviertel Malmö, was von der Polizei selbst widerlegt wurde. Mit einer Überdosis an Falschmeldungen und verzerrten Darstellungen von Tatsachen wurden Ängste, Misstrauen und Hass stetig wie Gift in die Köpfe der Menschen geträufelt, was sich schliesslich auf das Wahlverhalten vieler Schwed/innen auswirkte. Eine Gesellschaft aber, die von Angst, Bedrohungsgefühlen und Hass befallen ist, verheisst nichts Gutes für die Zukunft eines Landes.

Marianne Roth ist Geschäftsleiterin der ASP.



4 Der Bericht ist einsehbar unter:  
[www.stressinamerica.org](http://www.stressinamerica.org)

5 Im Selbstgespräch – Aphorismen: Emil Gött (1864–1908), deutscher Schriftsteller und Philosoph.

# Psychotherapieforschung: Die Spitze des Eisbergs und der Rest

Peter Schulthess

Anlässlich des Psy-Kongresses in Bern (vgl. Tagungsbericht in diesem Heft) hat Jens Gaab einen bemerkenswerten Vortrag zur Psychotherapieforschung gehalten. Jens Gaab ist Professor für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Basel. Im Folgenden werden seine Ausführungen zusammengefasst wiedergegeben.

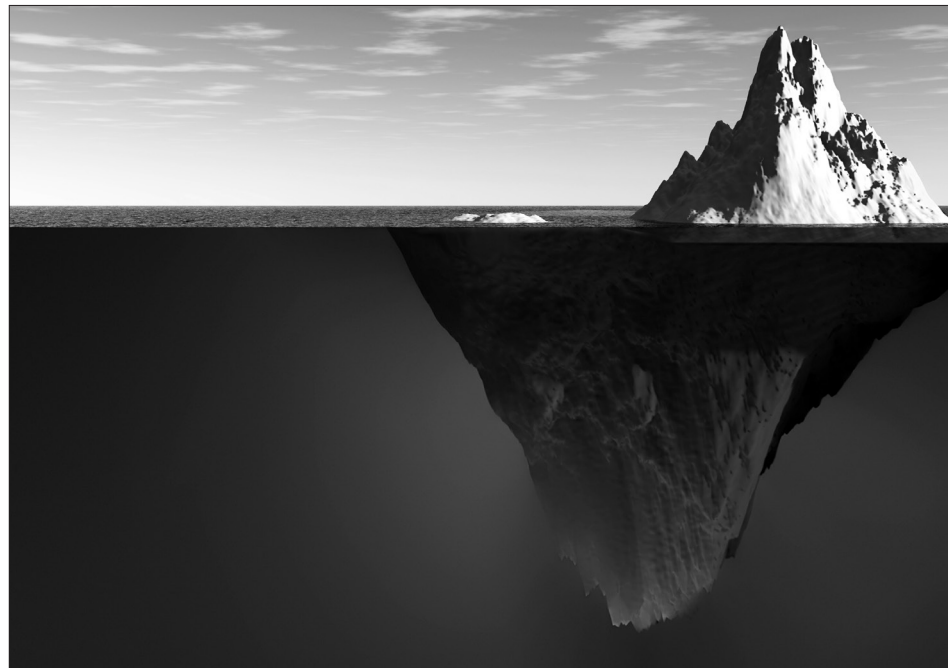
In der Psychotherapieforschung ist seit deren Beginn eine Unmenge an Daten zusammengetragen worden. Lagen 1909 gerade mal zwei Studien vor, so entstehen heute gemäss pubmed.gov (einer Art Google der medizinisch-klinischen Forschung) 8.000 bis 9.000 pro Jahr, ein äusserst aktives Forscherverhalten also. Ein Motor dieses Forschungsaktivismus ist die Annahme, dass es für psychische Störungen spezifische Ursachen und spezifische Behandlungen gibt. Diese Annahme geht auf Freud zurück, der so die Psychoanalyse (Psychotherapie) in das System der Medizin einfügen wollte.

Da alle Therapierichtungen zu ihrer wissenschaftlichen Anerkennung bis heute belegen müssen, dass sie gleichwertige Wirksamkeit mit anderen Verfahren haben (oder gar noch wirksamer sind, noch spezifischer wirken), beflügelt das die Forschung ungemein als einen Wettbewerb, wer noch besser und noch wirksamer sei. Interessanterweise können erste Annahmen zur Psychotherapie auf Franz Anton Mesmers Annahme eines animalischen Magnetismus zurückgeführt werden. Heute kennen wir etwa 200 verschiedene Psychotherapieverfahren und 500 Methoden. Die Society of Clinical Psychology (eine Division der APA) ordnet die Verfahren und Methoden nach den Gesichtspunkten der evidenzbasierten Medizin und hat Kriterien entwickelt, die für die Evidenzbasierung gelten.

An der Hypothese, dass psychische Störungen spezifische Ursachen haben und mit spezifischen Behandlungen geheilt werden könnten, kamen forschungsbasiert erste Zweifel auf, indem angenommen wurde, dass unterschiedliche Therapieverfahren in etwa gleiche Erfolge zeigen (Dodo-Bird-Verdikt). Diese von Rosenzweig 1936 publizierte Annahme war die Grundlage für die Formulierung von allgemeinen beziehungsweise gemeinsamen Wirkfaktoren der unterschiedlichen Therapiekonzepte. Wie war das

zu erklären, dass Therapiekonzepte mit unterschiedlichen, gar sich widersprechenden Theorien zu gleichwertigen Behandlungserfolgen führten? Es war ein erster Hinweis darauf, dass es wohl in der Psychotherapie andere Wirkfaktoren geben müsse als spezifische Interventionen für spezifische Störungen. Es wurde gefolgert, dass die Methoden egal bzw. austauschbar seien und dass es der Glaube des Therapeuten an die Wirksamkeit seiner spezifischen Interventionen ist, der den Erfolg ermöglicht.

Der Referent benutzte das Bild eines Eisberges, um zu zeigen, dass es nicht reicht, wenn Forschung bloss die aus dem Wasser ragende Spitze untersucht und die 91,68 Prozent des Volumens, das unter dem Wasser liegt, vernachlässigt. Was aber ist, auf Interventionen bezogen, das, was unter der Wasseroberfläche liegt? Das Placebo! Placebo wurde möglicherweise zuerst von der katholischen Kirche zur Diagnose von Besessenheit durch den Teufel eingesetzt. Man spritzte Weihwasser auf eine zu begutachtende Person. Wenn sie dann schrie und tobte, war das der Beleg für die Besessenheit und Anwesenheit des Teufels, was die Indikation für einen Teufels-austreibungsprozess bedeutete. Es wurde dann vergleichsweise auch gewöhnliches Wasser ver-





spritzt. Wenn die Person ebenfalls schrie und tobte, dann war das ein Beleg, dass nicht der Teufel in ihr sei, sondern dass sie verrückt sei. Sie wurde verwahrt. So hat Placebo manches Leben gerettet (Kaptchuk et al., 2009).

In Versuchen mit Mesmers Magnetismus unter Louis XVI. wurde gezeigt, dass die gewünschte Heil-Wirkung auch dann eintrat, wenn gar keine Person hinter dem Vorhang war, sondern die Versuchsperson das bloss glaubte, da ihr das so gesagt wurde (Franklin et al., 2008 [1784]).

Placebo-Studien bei Operationen (man führte die Operation gar nicht durch, sondern schnitt bloss oberflächlich und nähte wieder zu) zeigten, dass Placebo in 65 Prozent der Fälle wirksam war. In der Behandlung von Schmerzpatienten gar in 80 Prozent. Die Forschung zeigt einen zunehmenden Trend der Wirksamkeitserhöhung des Placebos, je nachdem wie es verabreicht wird (Jonas et al., 2015). Versuche mit Antidepressiva zeigen, dass das Placebo in 75 Prozent der Fälle wirksam ist (Khan & Brown, 2015).

Es wurden auch Versuche im nicht-medizinischen Bereich gemacht: Professionellen Geigern wurden Stradivari Geigen und gewöhnliche marktgängige Geigen zum Spielen mitgegeben. Wenn der Geiger nicht wusste, dass er auf einer Stradivari spielte, beurteilte er das Instrument als schlechter als die handelsüblichen (Fritz et al., 2012). Versuche mit Wein zeigten, dass Versuchspersonen denselben Wein als besser einschätzten, wenn man ihnen sagte, er sei sehr teuer, als wenn man ihnen sagte, es handle sich um einen billigen Wein (Plassmann et al., 2008). Auch mit Putzfrauen wurde ein Placebo-Experiment gemacht. Sie wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine hatte einfach ihre Putz-Aufgabe zu verrichten. Der anderen sagte man, Putzen sei Sport und sehr gesund. Beide Gruppen taten dieselbe Arbeit. Es zeigten sich verblüffende Unterschiede: Die «Sportlerinnen» nahmen an Gewicht ab, ihr BMI wurde reduziert, der Blutdruck und der Fettanteil im Gewebe sanken.

In einer anderen Studie wurde gezeigt, dass die regelmässige Einnahme eines Placebos über längere Zeit die Mortalität senkte. Das Risiko war um die Hälfte geringer als bei denen, die das Placebo nicht regelmässig einnahmen (Crum & Langer, 2007).

Die Erwartung scheint also die Wirkung zu beeinflussen. Doch nicht nur das: Es sind auch die

Beziehungen zum Therapeuten (Versuchsleiter) und dem «Wirkstoff», die die Wirkung beeinflussen. In der Folge wurde die Fragestellung verändert: Es ist offenbar das «Bedeutung-Geben», das ein Wirkfaktor ist, denn Placebo an sich hat keine Wirkung (Moerman & Jonas, 2002).

Was das mit Psychotherapie zu tun hat? Mit Medikamenten kann man vergleichsweise einfach kontrollierte Placebo-Studien durchführen. In der Psychotherapie ist das schwieriger. In kontrollierten Studien, wo eine Gruppe mit spezifischer Psychotherapie behandelt wurde und eine Kontrollgruppe lediglich eine non-direktive, supportive und empathische «Therapie» erhielt, zeigte sich, dass bei struktureller Äquivalenz der Vergleichsgruppen hinsichtlich Anzahl, Format und Dauer der Therapiesitzungen, sowie der Ausbildung des Therapeuten und inhaltlichen Restriktionen, gleichwertige Resultate erreicht wurden. Unterschiede ergaben sich nur, wenn die beiden Gruppen strukturell nicht äquivalent waren (Baskin et al., 2003).

Eine weitere Studie kommt zu dem Schluss, dass bei der Wirksamkeit von Psychotherapie lediglich 1 Prozent spezifischen Faktoren zuzuschreiben ist, 34 Prozent Faktoren ausserhalb der Therapie und 65 Prozent unspezifischen Faktoren (Cuijpers et al., 2012).

Da muss man schon sehr überzeugt sein, um weiterhin an der These festzuhalten, dass psychische Störungen eine spezifische Ursache hätten und mit einem spezifischen Therapievorgehen behandelt werden könnten. Auch neuere Studien belegen, dass das Dodo-Verdikt weiterhin gilt (Leichsenring et al., 2014).

Ist Psychotherapie Placebo? Der Referent zog ein Zwischenfazit:

- spezifische Effekte von Psychotherapie sind dann möglich, wenn man die Kontrollbedingungen entsprechend gestaltet
- bei fairen Vergleichen ist der Unterschied nicht bedeutsam
- Psychotherapien unterscheiden sich nur theoretisch, nicht aber in ihrer Wirkung
- Placebos mit psychotherapeutischer Wirkung sind möglich und wirksam (mit mittleren bis grossen Effekten)
- Überrascht?

Im Folgenden kam Gaab auf Rosenzweig zurück, der als Erster über implizite gemeinsame Faktoren der verschiedenen Therapiekonzepte



publizierte und führte dann weiter zu Jerome Frank (1986), welcher die Psychotherapie als Bedeutungstransformation beschrieb. Er bezog sich auf die «grosse Psychotherapiedebatte» und verwies auf die eben erschienene deutsche Ausgabe des Buches *Die Psychotherapie Debatte. Was Psychotherapie wirksam macht* (Wampold et al., 2018). Darin wird ein Überblick über die Psychotherapieforschung gegeben und das Kontextmodell von Wampold dargestellt, welches zum Fazit kommt, dass übergreifende Faktoren, wie etwa die Therapeuteneigenschaften, für die Wirksamkeit der Psychotherapie eine wichtige Rolle spielen. Die Autoren zeigen auf, dass Psychotherapie wirkt. Klinisch bedeutsame Wirkfaktoren sind: gemeinsame Ziele von Patient und Therapeut, Empathie, gute Beziehung, Wertschätzung. Im Mittelfeld rangieren: Persönlichkeit des Therapeuten, Echtheit, Adaption, Erwartung. Vernachlässigbar sind: Unterschiede der Therapierichtungen, Kompetenz, Methoden, Adhärenz (Wampold & Imel, 2015). Das sind Wirkfaktoren, die schon Carl Rogers beschrieb (Rogers, 2007 [1957]).

In einer eigenen, noch unveröffentlichten Studie zur Placeboforschung in der Psychotherapie konnte er zeigen, dass es keine Rolle spielt, ob das Placebo verdeckt oder offen als Placebo verabreicht wird. Bei offener Abgabe und entsprechenden Erläuterungen des Therapeuten entfaltete sich gar eine grössere Wirkung als bei verdeckter. Dies ist ein Hinweis darauf, dass die Beziehung ein «Verum» ist (Gaab et al., 2018).

Aus theoretischer Perspektive steht Psychotherapie in einer unangenehmen Nähe zu Placeboeffekten. Wie sich daraus befreien, um sich als seriöse Wissenschaft etablieren zu können? Es reicht nach Meinung des Referenten nicht, sich auf empirische Evidenz, klinische Expertise und Erwartungen der Patienten abzustützen, vielmehr bräuchte es zusätzlich ethische Prinzipien, die sich ausrichten auf: Autonomie, Benefizienz, Non-Malefizien und Gerechtigkeit. Er verwies hier auf eine neue Publikation zur Psychotherapieethik (Trachsel et al., 2018).

Zu den ethischen Prinzipien gehört, die Patienten offen aufzuklären über das, was wir als Therapeuten wissen und was wir tun, aber auch darüber, was wir nicht wissen. Entscheidend für den Therapierfolg ist eine offene, vertrauenswürdige und partnerschaftliche Beziehung.

In der Diskussion wurde gefragt, ob sich die Forschung nicht einfach noch mehr anstrengen müsse, um die spezifischen Wirksamkeitsfaktoren besser zu erfassen. Gaab antwortete mit der Frage, warum man denn weiterhin so sehr auf die Spitze des Eisberges schauen wolle? Die künftige Psychotherapieforschung solle sich doch besser auf die 92,68 Prozent des Eisberges konzentrieren, die unterhalb des Sichtbaren liegen.

## Literatur

- Baskin, T.W., Tierney, S.C., Minami, T. & Wampold, B.E. (2003). Establishing specificity in psychotherapy: a meta-analysis of structural equivalence of placebo controls. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71*(6), 973–979.
- Crum, A.J. & Langer, E.J. (2007). Mind-set matters. Exercise and the placebo effect. *Psychological Science, 18*(2), 165–171.
- Cuijpers, P., Driessen, E., Hollon, S.D., van Oppen, P., Barth, J. & Andersson, G. (2012). The efficacy of non-directive supportive therapy for adult depression: a meta-analysis. *Clinical psychology review, 32*(4), 280–291.
- Frank, J.D. (1986). Psychotherapy – the transformation of meanings: discussion paper. *Journal of the Royal Society of Medicine, 79*(6), 341–346.
- Franklin, B., Majault, M.J., Le Roy, J.B., Sallin, C.L., Bailly J.-S., d'Arcet, J., de Bory, G., Guillotin J.-I. & Lavoisier, A. (2008 [1784]). Report of the commissioners charged by the king with the examination of animal magnetism. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, 50*(4), 332–363.
- Fritz, C., Curtin, J., Poitevineau, J., Morrel-Samuels, P. & Tao, F.C. (2012). Players preferences among new and old violins. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 109*(3), 760–763.
- Gaab, J., Locher, C. & Bleise, C. (2018). Placebo and Psychotherapy: Differences, Similarities and Implications. *International review of neurobiology, 138*, 241–255.
- Jonas, W.B., Crawford, C., Colloca, L., Kapchuk, T.J., Moseley, B., Miller F.G., Kriston, L., Linde, K. & Meissner, K. (2015). To what extent are surgery and invasive procedures effective beyond a placebo response? A systematic review with meta-analysis of randomized, sham controlled trials. *BMJ open, 5*(12), e009655. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-009655>

- Khan, A. & Brown, W.A. (2015). Antidepressants versus placebo in major depression: an overview. *World Psychiatry, 14*(3), 294–300.
- Kaptchuk, T.J., Kerr C.E. & Zanger, A. (2009). Placebo controls, exorcism and the devil. *The Lancet, 374*(9697), 1234–1245.
- Leichsenring, F., Salzer, S., Beutel, M.E., Herpertz, S., Hiller, W., Hoyer, J. & Huesing, J. (2014). Long-term outcome of psychodynamic therapy and cognitive-behavioral therapy in social anxiety disorder. *American Journal of Psychiatry, 171*(10), 1074–1082.
- Moerman, D.E. & Jonas, W.B. (2002). Deconstructing the placebo effect and finding the meaning response. *Annals of Internal medicine, 136*(6), 471–476.
- Plassmann, H., O'Doherty, J., Shiv, B. & Rangel, A. (2008). Marketing actions can modulate neural representations of experienced pleasantness. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 105*(3), 1050–1054.
- Rogers, C.R. (2007 [1957]). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 44*(3), 240–248.
- Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry, 6*(3), 412–415.
- Trachsel, M., Gaab, J. & Biller-Andorno, N. (2018). *Ethische Standards in der Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Wampold, B.E. & Imel, Z.E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York: Routledge.
- Wampold, B.E., Imel, Z.E. & Flückiger, C. (2018). *Die Psychotherapiedebatte. Was Psychotherapie wirksam macht*. Göttingen: Hogrefe.
- Peter Schulthess ist Vorstandsmitglied der ASP.

# Computergestützte Psychotherapie

## Chancen und Risiken

Peter Schulthess



Wie im Bericht über den Psy-Kongress 2018 erwähnt, ist das Referat von Dirk Helbling zum Thema «Einsatz von Cognitive Computing in der Psychotherapie: Chancen und Risiken» eine ausführliche Zusammenfassung wert. Dirk Helbling ist Professor of Computational Social Science an der ETH Zürich.

Das Thema muss uns Psychotherapeuten echt beschäftigen und zu denken geben, wir können es nicht einfach ignorieren, da Cognitive Computing, so wie in anderen Bereichen des Gesundheitswesens, auch in der Psychotherapie zur Anwendung kommen wird bzw. bereits in Anwendung ist.

IT-basierte Datenmengen ermöglichen neue Möglichkeiten zur Optimierung der Leistungsfähigkeit der Medizin, sie bergen aber auch Risiken. Stichworte sind: Personalisierte Medizin, optimierte Diagnosestellung und Behandlungsassistenz anhand von Leitlinien. Und natürlich haben an der Nutzung dieser Daten auch die Kostenträger ihr Interesse zur Senkung der Ge-

sundheitskosten oder zur Risikoselektion der Versicherer.

Das World Wide Web (WWW) ist ein weltweites Nachrichtennetz (ursprünglich für militärische nachrichtendienstliche Zwecke erfunden) und bildet einen globalen Markt für Daten. Soziale Netzwerke sind Knoten im WWW, wo Daten generiert und weiter geliefert werden. Die Datenmenge ist derart immens, dass einzelne Personen diese unmöglich auswerten können. Zur Auswertung wird künstliche Intelligenz eingesetzt. In einer Minute erfolgen weltweit 700.000 Google-Abfragen und 500.000 Facebook-Posts. Unsere Bewegungen erzeugen Datenspuren, die sogar in Echtzeit eingesehen werden können.

Das Big Data Paradigma lautete: Wenn wir nur genügend Daten hätten, dann bräuchten wir keine Theorien mehr, die Daten würden die Wahrheit enthüllen. Seither werden so viele Daten wie möglich gesammelt, um Gehirn und Psyche zu verstehen. Das ist ein Traum und zugleich ein Albtraum!

Das Internet wird ausgelesen: Es wird aufgezeichnet, wie lange Sie wo beim Surfen verweilen, was sie lesen. Und wenn es Lücken in der Sicherheit ihrer Hardware gibt: Es kann gar ausgelesen werden, was Sie alles tippen. Daten entblößen alles. 64.000 Social Providers werden ausgewertet. Die NSA kann mit künstlicher Intelligenz über unsere Stimme alles Mögliche erfassen. Die Kamera des Smartphones oder Computers ist ein Browser zur Datenlieferung an Google. «Die» wissen nicht nur, wo Sie sind, «die» wissen auch wo Sie waren und mehr oder weniger, was Sie denken. Über jeden von uns wird ein digitales Double erzeugt. Zum Beispiel wertet IBM Watson (Gesundheits-)Daten auf Mac-Geräten aus und kann Rückschlüsse auf unseren Gesundheitszustand ziehen.

Natürlich will man damit Gutes tun und die Gesundheit verbessern, den Menschen helfen. Diagnosen sind oft zuverlässiger (z.B. bei Hautkrebs) als bei vielen Ärzten. Wir wissen gar nicht, dass wir so beobachtet und untersucht werden – ohne je um unser Einverständnis gefragt worden zu sein.

Bedeutet mehr Daten mehr Wissen? Mehr Wissen mehr Macht? Mehr Macht mehr Erfolg? Nein, das gilt nicht generell. Je mehr Daten vorliegen, umso grösser ist die Gefahr, dass man vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr sieht. Es entstehen bei den Auswertungen Zufallskorrelationen: Etwa wo mehr Schokolade gegessen wird, gibt es mehr Waldbrände. Oder: Mehr Eis essende Kinder – mehr Waldbrände. Das sind zwar möglicherweise mathematisch korrekte Korrelationen, daraus einen ursächlichen Zusammenhang zu konstruieren, ist jedoch absurd. Oft aber werden Korrelationen als solche bewertet (auch in der Psychotherapieforschung), insbesondere wenn sie statistisch signifikant sind. Das grosse Geheimnis der künstlichen Intelligenz ist: Auch sie ist nicht perfekt.

Algorithmen diskriminieren, unbeabsichtigt. Gen-Proben wurden an unterschiedliche Firmen zur Auswertung versandt: Es gab verschiedene Diagnosen und Prognosen. Denken Sie an Angelina Jolie: Sie hat sich beide Brüste abnehmen lassen aufgrund einer mathematischen Wahrscheinlichkeit, errechnet durch einen Algorithmus.

Sollen alle Frauen flächendeckend vorsorglich gescreent und auf Vorzeichen eines Krebses untersucht werden? Es gibt eine Fehlerrate in den

Diagnosen und Prognosen. Ist das nun mehr Nutzen oder Schaden? Daten sind das neue Öl. Es gilt sie zu raffinieren und zu destillieren, um sie nützlich zu machen.

Ein Beispiel, wo Daten nützlich verwertet werden können: Die Auswertung von Passagieren auf Verbindungsflügen mit verschiedenen Flughäfen können schon Aussagen darüber erlauben, wie sich eine Grippewelle verbreitet. Das sind Hilfen für Entscheidungsträger.

Die Rechnerleistungen verdoppeln sich heute alle 18 Monate. Aber: Die Datenmenge wächst noch viel schneller: Sie verdoppelt sich alle zwölf Monate. In einem Jahr werden so viele Daten generiert wie vorher in der ganzen Menschheitsgeschichte!

Cambridge Analytica ist ein Datenanalyse-Unternehmen. Es hat im Mai Insolvenz anmelden müssen. Das Unternehmen sammelte und analysierte in grossem Stil Daten über potenzielle Wähler mit dem Ziel, durch personalisierte Informationen das Wählerverhalten zu beeinflussen (Mikrotargeting). Ein Nachfolgeunternehmen ist bereits in Betrieb: Emerdata.

Im Bereich der Psychiatrie/Psychotherapie können solche Datenauswertungen mit dem Ziel der Verhaltenssteuerung und -änderung ein weites Betätigungsfeld kriegen. Maschinen kennen uns besser als viele Menschen in unserem Umfeld. Freunde suchen wir uns in der Regel gut aus, um uns in guten Händen zu wissen, wenn wir Persönliches offenbaren, doch die Firmen, die unsere Daten verwalten und in der Lage sind, uns zu manipulieren, kennen wir nicht mal mit Namen. Beispiel Crystal: Das ist eine App, um Persönlichkeitsassessments zu machen und ein personalisiertes Kommunikationsverhalten den betreffenden Personen gegenüber zu entwickeln. Es wird zunehmend in der Personalführung angewendet.

Ähnliche Tools sind für die Psychotherapie und Psychiatrie denkbar: Der Computer als Assistent für eine individualisierte Behandlung und Verhaltenssteuerung im Hinblick auf eine erwünschte Veränderung des Verhaltens, Denkens und Fühlens. Da müssen bei uns alle Alarmglocken läuten: Wohin driften wir?

Der Referent Dirk Helbling meinte, er sei nicht als Psychotherapeut hier, um zu bewerten, ob diese neuen Datenverarbeitungsmöglichkeiten zum Nutzen oder zum Schaden seien. Er sei Datenanalytiker und stelle uns sein Wissen über

Cognitive Computing zur Verfügung. Er meine, es sei an der Zeit, dieses Thema auch im Fachbereich der Psychiatrie und Psychotherapie öffentlich und ernsthaft zu diskutieren.

Mit Cognitive Computing ist es unter Verwendung aller über uns gesammelten Daten möglich, unsere Aufmerksamkeit, unser Denken und Fühlen, unsere Entscheidungen und unser Verhalten zu beeinflussen. Anwendungen im Alltag und in der Psychotherapie sind denkbar. Es existieren hochdetaillierte Daten über Persönlichkeitseigenschaften über hunderte von Millionen Menschen. Wir alle werden ins Visier genommen. Die Schätzungen laufen auf 500 Megabytes bis mehrere Gigabytes an Daten pro Person und Tag, die gesammelt werden.

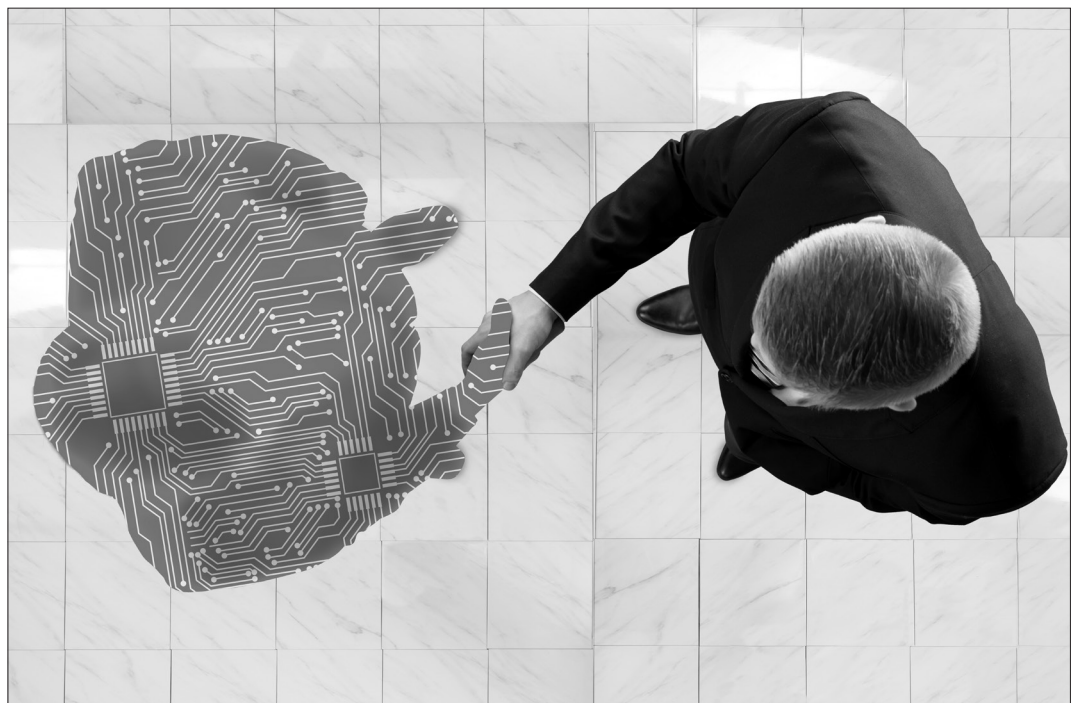
«Neuromarketing» bedeutet Beeinflussung durch personalisierte Informationen auf unbewusstem Wege dank dieser Persönlichkeitsprofile. Personalisierte Werbung ist gang und gäbe, selbst Ergebnisse von Suchanfragen in Suchmaschinen folgen einer Reihenfolge, die auf jeden von uns personalisiert ist, um uns zu manipulieren.

Unser Gehirn arbeitet energiesparfam, nimmt Abkürzungen, was oft zu etwas vorschnellen Schlussfolgerungen führt. Diese Arbeitsweise kann durch künstliche Intelligenz zur Manipulation durch personalisierte Informationen ausgenutzt werden. Man kann heute unser Denken,

Fühlen und Handeln mit solchen Methoden teilweise beeinflussen. Manchmal schlägt das aber auch fehl.

Solche Methoden können auch zum Guten verwendet werden. Es gibt heute Computer, die können besser debattieren als Menschen, besser überzeugen. Man kann also Menschen nicht nur austricksen, sondern auch umstimmen. Es gibt viele Bereiche, in denen Cognitive Computing uns über Smartphones und andere Devices helfen kann, bestimmte Probleme zu lösen oder Marotten aufzugeben, so etwa mit dem Rauchen aufzuhören, das Essverhalten zu kontrollieren oder gar Stress abzubauen und Traumata zu überwinden. Virtual Reality kann etwa bei starken Schmerzen helfen: Man zeigte Verbrennungsoffern über eine Virtual Reality-Brille Schneelandschaften und tatsächlich sank das Schmerzempfinden erheblich, besser als durch alle eingesetzten Schmerzmittel. Es lassen sich auch «out-of-body experiences» simulieren, die manchen helfen, die Angst vor dem Sterben zu reduzieren.

Man möchte heute die Medizin und auch die Psychiatrie personalisieren, was mehr Informationen braucht und auch die sogenannte kollektive Intelligenz berücksichtigt. Patientenforen sind gute Datenlieferanten für die kollektive Intelligenz, da sie erlauben, Informationen aus





verschiedenen Perspektiven zu Krankheitsbildern zu erhalten.

Dank Virtual Reality und Mixed Reality-Technologien können Charaktere aufgebaut werden, die als Virtual Friends oder als Guides, wie man sich in unterschiedlichen Kulturen bewegen kann, dienen können. Auch die Idee, dass ein Computer mit künstlicher Intelligenz die Person des Psychotherapeuten ersetzen könnte, ist da und an solchen Computerprogrammen wird gearbeitet.

Dirk Helbling endete mit dem Thema Ethik. Wie kann diese neue Technologie ethisch und zum Vorteil der Menschen genutzt werden? Nur ethische Leitlinien können verhindern, dass sie zum Schaden der Menschen eingesetzt werden.

Patienten sind Menschen, die Freiheitsrechte haben, die beachtet werden müssen. Mit Virtual Reality ist natürlich auch viel Missbrauch möglich, man kann in seinem Weltbild eingeschränkt werden oder an fiktive Realitäten zu glauben beginnen und so zu Handlungen gebracht werden, die man ohne diesen Glauben nicht tun würde.

Der Referent zog auch einen Vergleich zu den Skinner'schen Experimenten mit Tieren in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts und meinte, dass Vergleichbares via Google, Facebook und etwa Dating-Plattformen heute mit Menschen gemacht wird: täglich ungezählte Experimente, die in unser Leben eingreifen. Je mehr unser Denken gelenkt wird, umso weniger kommen wir auf neue eigene Ideen. Virtual Engineering nennt man die Bearbeitung von Menschen in ihrem Denken, Fühlen und Handeln. Heute gibt es glücklicherweise auch in Silicon Valley von Mitarbeitern in solchen Foren kritische Debatten zu deren Missbrauch.

Grundrecht und Menschenwürde verlangen, dass Menschen eben nicht wie Tiere behandelt und auf Datenlieferanten reduziert werden dürfen. Es ist auch verboten, Menschen durch Firmen oder Staaten durch Datensammlung so zu beugen, dass sie wie eine Sache behandelt würden. Die Menschenwürde ist gemäss Grundgesetz und Menschenrechtskonvention auch gegenüber Dritten, Firmen und Staaten zu verteidigen.

Offensichtlich ist das von einigen Firmen nicht beachtet worden und es stellt sich die Frage, wem eigentlich unser digitaler Zwilling gehört, der ohne unser Wissen und unsere Einwilligung aufgrund unserer Daten erstellt wurde. Es wird heute überlegt, ob über alle diese Profile

eine Plattform gelegt werden müsste, zu der jeder von uns ein Passwort erhält, um über die Verwendung der Daten mitbestimmen zu können.

Eine mögliche künftige Entwicklung stellt sich folgendermaßen dar: In Amerika gibt es ein Brain Projekt, in dem es um die gleichzeitige Messung und Manipulation von Tausenden oder gar Millionen Neuronen geht. Das sind Eingriffe ins Gehirn, die nicht mehr nur virtuell sind, sondern die wirklich unser Gehirn in seiner Funktionsweise verändern. Man könnte mit solchen Technologien also verschiedene Gesellschaften bauen – möge man doch eine menschliche und demokratische konstruieren!

In der Diskussion wird nach einem sozialen Experiment in China (Citizen Score) gefragt, das der Referent noch etwas erläutert. Basierend auf Massenüberwachung werden Daten über die Einwohner und deren Verhalten gesammelt, wobei diese mit Plus- und Minuspunkten bewertet werden. Jeder hat einen bestimmten Punktestand, der massgeblich beeinflusst, welche Jobs oder welche Wohnung man erhält, in welche Länder man reisen darf oder gar, ob man bestimmte Verkehrsmittel noch benutzen darf. Unter anderen werden für dieses, sozusagen, Sozialkredit-System eine Million Uiguren in Lager gebracht, dort überwacht und zu «guten» Bürgern umerzogen.

Die Technologie stammt übrigens aus dem Westen, Edward Snowden hat darüber berichtet. Solche Überwachungssysteme wurden zum Beispiel in England entwickelt, aber dort dann doch nicht in diesem Ausmass eingesetzt. Mit digitalen Mitteln kann man den digitalen Kommunismus bauen, den digitalen Faschismus, den digitalen Feudalismus. Das chinesische Modell hat Elemente aller dieser Systeme. Man kann aber auch die digitale Demokratie bauen, oder den Kapitalismus upgraden.

Es kommt darauf an, was wir wollen, weswegen es so dringlich ist, dass wir darüber diskutieren und nach Wegen suchen, wie wir das beeinflussen können. Das chinesische Modell ist wohl nicht als Modell für die Welt geeignet, doch am Beginn der Entwicklung solcher Modelle stand tatsächlich die Idee, damit unsere Zukunftsprobleme lösen zu können, insbesondere auch die Klima- und Ressourcenprobleme.

Peter Schulthess ist Vorstandsmitglied der ASP.

# Interview mit ASP-Mitglied Esther Bulang



Esther Bulang

Was waren Ihre Beweggründe, den Beruf einer Psychotherapeutin zu wählen?

Ich wollte den Menschen in seiner Ganzheitlichkeit – die Arbeit am und mit dem Menschen und eine ganzheitliche Perspektive – in den Mittelpunkt meiner beruflichen Tätigkeit stellen. Und ich wollte wirklich Zeit haben für Menschen, wissen, was sie beschäftigt, wie sie denken, was sie fühlen, was sie wollen. Ich habe sehr viel darüber nachgedacht, was mir wirklich wichtig ist im Leben und was meiner Persönlichkeit am meisten entspricht, welche Arbeit und wie ich sie machen möchte, was mich glücklich machen würde und womit ich mich am besten einbringen kann. Psychotherapeutin sein zu können ist für mich, eine Lebensphilosophie zu leben.

Was ist Ihr beruflicher Hintergrund/Werdegang und welche Bedeutung hat dieser für Ihre berufliche Tätigkeit?

Unmittelbar nach dem Abitur war es in der ehemaligen DDR Pflicht, vor dem Medizinstudium ein Jahr als pflegerische Hilfskraft in einem Krankenhaus zu arbeiten. Danach folgte mein Medizinstudium in Leipzig, das genau im Jahr des Mauerfalls 1989 endete. Noch heute verbindet der Umbruch, der damals in Leipzig eingeleitet wurde, mich tief mit diesem Ort. Die während des Studiums obligatorische Diplomarbeit, in meinem Fall von Art und Umfang eine wissenschaftliche Arbeit, wurde aus politischen Gründen nicht als Promotionsarbeit anerkannt. Nach dem Studium, inzwischen Mutter zweier wunderbarer Kinder, absolvierte ich eine fünfjährige Ausbildung zur Fachärztin für Augenheilkunde und arbeitete fortan als solche im klinischen Bereich. 2003 schloss ich dann eine Promotion im Fachbereich der Neurologie/Neuroophthalmologie an der TU Dresden ab. Der Abschluss der Promotion war begleitet von Vortragsreisen, auch in den USA, eine enorm wichtige Erfahrung.

Als 2006 mein Entschluss fiel, nun ganz und gar Psychotherapeutin werden zu wollen, war ich auf dem Höhepunkt meines Erfolgs als Leiterin einer kleineren Augenklinik und als Operateurin in der intraokularen Mikrochirurgie angekommen. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich ca. elf Jahre fast täglich Augen operiert. Mein Erfolg beruhte neben dem operativen Erfolg hauptsächlich darauf, dass ich mein Gefühl für den Menschen, den ich operierte, und für mein ganzes Team in die

strukturierte und rationale Tätigkeit integrieren lernte, mich sehr zugewandt und individuell um die Menschen kümmerte. Etwas, wofür insbesondere ältere Menschen, die Hilfe benötigen, sehr dankbar sind. Die älteste Patientin, die ich operierte, war 97 Jahre alt. Ich merkte aber auch, dass lange OP-Tage mit einförmiger körperlicher Haltung am OP-Mikroskop mir zunehmend körperliche Beschwerden bereiteten und war auf der Suche nach einer Vision, wie ich mit guter Lebensqualität meine Berufsjahre bis zur Pensionierung gestalten wollte. Da weder der stationäre Bereich mit seiner zunehmenden Ökonomisierung noch der ambulante Bereich mit hoher Arbeitsdichte und wenig Zeit für den Patienten mir eine zufriedenstellende Arbeitssituation boten, war irgendwie ein Endpunkt meiner beruflichen Tätigkeit erreicht. Bis hierhin hatte ich Menschen auf der körperlichen Ebene zu einem besseren Sehen geholfen, nun sollte es darum gehen, die Seele des Menschen sehender zu machen. Circa zwei Jahre parallel berufsbegleitend zu meiner Tätigkeit begann ich meine Ausbildung am Dresdner Institut für Psychodynamische Psychotherapie e. V. mit regelmässiger Teilnahme an Abendseminaren und dem Beginn einer Lehranalyse. Zuvor als Oberärztin vor der Übernahme der Leitung der Klinik erhielt ich von der Geschäftsleitung des Klinikums für einen Monat eine unbezahlte Freistellung und arbeitete als operierende Augenärztin und Trainerin für eine neue OP-Methode in einer Augenklinik in Kenia ausserhalb von Nairobi, darüber hinaus auch in einem Kurzeinsatz als *flying doctor* in einem Buschhospital. Zu den prägendsten Erfahrungen aus dieser Arbeit gehören u. a. der Respekt vor dem Anderssein und die Akzeptanz, niemanden retten zu können, die Grenzen meiner Möglichkeiten bezogen auf das Leben und die Gesundheit anderer zu respektieren. Den Übergang von meinem Leben als Augenärztin zur Psychotherapeutin feierte ich mit einer vierwöchigen Reise, Hochgebirgstrekking zu Fuss von Nepal nach Tibet und in Tibet die Umrundung, Kora, des heiligen Berges Kailash und der Besuch von Lhasa. Eine zutiefst spirituelle Erfahrung.

Ich habe dann in Deutschland den zweiten Facharztabschluss in «Psychosomatischer Medizin und Psychotherapie» gemacht. Da für mich von Beginn des Wechsels in die Psychotherapie-tätigkeit an klar war, dass ich Körperpsychotherapeutin werden wollte, führte mich der Mangel

an Ausbildungsmöglichkeiten in Deutschland in die Schweiz. Mein damaliger Klinikchef hat diese Ausbildung aktiv unterstützt. In der Schweiz habe ich über sieben Jahre berufsbegleitend parallel zur tiefenpsychologisch-psychodynamischen psychoanalytischen Ausbildung in Deutschland eine sehr intensive Körperpsychotherapieausbildung am Institut für Biosynthese in Heiden bei David und Silvia Boadella absolviert.

Danach habe ich über eineinhalb Jahre eine Ausbildung zur Therapeutin für Therapeutisches Bogenschiessen gemacht, die unter anderem beinhaltet zu reflektieren, mit einer Waffe umzugehen, und auch sehr bewusst weibliche und männliche Energien in mir wahrzunehmen. Seit 2014 bin ich in der Aus- und Fortbildung für Traumatherapie mit der Spezialisierung für chronische Traumatisierung und dissoziative Störungen bei Ellert Nijenhuis. In der Biosynthese und Traumatherapie nach Nijenhuis war auch eine Ausbildung zur Supervisorin eingeschlossen. Beides darf ich auch unterrichten. Ein ganz persönliches Interesse und einen langen Wunschtraum erfülle ich mir, indem ich mich in komplementären Therapieformen weiterbilde und mich dem Thema Spiritualität im Leben und in der Psychotherapie widme. Seit neun Jahren absolviere ich eine Selbsterfahrung und Training in Schamanismus bei der koreanischen Schamanin Hiah Park und bei dem grönländischen Schamanen Angaangaq Angakkorsuaq sowie seit mehr als 13 Jahren eine umfangreiche Ausbildung in tibetischem Buddhismus und tibetisch buddhistischen Behandlungstechni-

ken. Ich habe eine Ausbildung in energetischer Massage Kum Nye und buddhistischer Psychologie abgeschlossen, bin Lehrerin für Tibetisches Heilyoga Lu Jong und beende dieses Jahr meine Ausbildung zur tibetisch buddhistischen Meditationslehrerin bei Lharampa Tenzin Kalden.

Neben der Lehranalyse, der Körperpsychotherapie- und der Traumatherapieausbildung ist für mich die schamanische Ausbildung die tiefste Selbsterfahrung. Auch deshalb, weil ich einer kleinen nationalen westslawischen Minderheit, den Sorben-Wenden, angehöre, die in Ostdeutschland in Nachbarschaft zu Polen und Tschechien leben. Diese Identitätsfindung beinhaltet auch die Suche nach meinen Wurzeln vor der Christianisierung und Assimilierung in die deutsche Kultur. Meine Arbeitstätigkeit beträgt nur 50–70 Prozent. Damit verzichte ich ganz bewusst auf Dinge des Alltagslebens, die ich mir früher finanziell leisten konnte, lebe bescheidener und bewusster. Ich könnte nicht glücklich sein, wenn neben hundertprozentiger Berufstätigkeit keine Zeit mehr für das Engagement in gesellschaftlichen Bereichen wie Klimaschutz und Umwelt übrigbliebe.

**Arbeiten Sie als selbstständige Psychotherapeutin in freier Praxis und/oder sind Sie zusätzlich noch als delegierte Psychotherapeutin tätig?**

Bedingt durch meine Ausbildungen und Abschlüsse in Deutschland und der Schweiz arbeite ich angestellt in einer ärztlichen Praxis hauptsächlich als selbstständige Psychotherapeutin mit der Anerkennung der SAPP und darf durch die Anerkennung der FMPP (zwei Fähig-



keitsausweise für Ärzte in der Schweiz) auch Psychotherapie delegieren. Weiterhin habe ich eine eigene Praxis, in der ich als selbstständige Psychotherapeutin tätig bin.

**Gibt es noch einen weiteren Beruf, eine weitere Beschäftigung, den/die Sie zusätzlich zur Psychotherapie ausüben?**

In der ärztlichen Praxis arbeite ich noch in einem geringen Umfang assistenzärztlich in der Komplementärmedizin (orthomolekulare Medizin). In meiner eigenen Praxis möchte ich demnächst Tibetisches Heilyoga Lu Jong, tibetische Massage Kum Nye, tibetisch buddhistische Meditation und, wenn möglich, therapeutisches Bogenschiessen sowie energetische Heilarbeit anbieten. Das realisieren zu können, hat vor allem einen finanziellen Aspekt, also geht es langsam und entsprechend den gerade gegebenen Möglichkeiten. Eine Website befindet sich aktuell im Aufbau.

**Was sind hierfür die Beweggründe?**

Bezüglich des Heilyoga und der Meditation – einerseits tue ich es für mich, es ist ein schöner Ausgleich. Und gleichermassen ist es Ausdruck meiner ganzheitlichen Philosophie für den Menschen und Patienten. Alles kann man nicht in eine Psychotherapiestunde integrieren, und, es gibt so viele schöne Dinge, die uns helfen können seelisch und körperlich gesund zu bleiben oder zu werden und zufrieden leben zu können.

**Was ist Ihre Spezialisierung?**

Meine Spezialisierungen sind die Traumatherapie, insbesondere für chronische Traumatisierung und dissoziative Störungen (Enaktive Traumatherapie nach Nijenhuis), Körperpsychotherapie Biosynthese nach David und Silvia Boadella sowie veränderte Bewusstseinszustände und Spiritualität. Weiterhin in Verbindung mit meiner komplementärtherapeutischen medizinischen Tätigkeit die Behandlung von Burnout.

**Fühlen Sie sich mit Ihrer beruflichen Situation zufrieden?**

Im Grossen und Ganzen fühle ich mich sehr zufrieden mit meiner Situation, weil ich eine sogenannte «Nische» für meine psychotherapeutische Tätigkeit gefunden habe, in der ich mich in einem angestellten Verhältnis fair behandelt fühle und ganz selbstständig meine psychotherapeutische Tätigkeit im Rahmen der Grundver-

sicherung ausüben kann. Das heisst, ich kann selbstständig die Indikation zur Psychotherapie stellen und ohne aufwändige Formalitäten die psychotherapeutische Unterstützung geben, die Menschen in diesem Augenblick benötigen. Dies ist mir durch meine Doppelerkennung als Ärztin und Psychotherapeutin möglich. Ich bin sehr dankbar, dass das Schweizer System dies ermöglicht. Gleichermassen bin ich mir auch bewusst, dass dies nur in dieser «Nische» für mich so möglich ist. Über die Suche nach diesem Platz bin ich sehr mit den Problemen der psychologischen Psychotherapeuten und -therapeutinnen in einem Anstellungsverhältnis bei einem Psychiater oder einer Psychiaterin konfrontiert worden. Wenn es sicher auch gute Arbeitsbeziehungen zwischen PsychiaterInnen und psychologischen PsychotherapeutInnen gibt, ist doch der Eindruck hängen geblieben, dass es psychologischen Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen oftmals nicht so gut geht in diesem Abhängigkeitsverhältnis, das ich in dem gehörten Ausmass nicht akzeptieren könnte.

Ich weiss nicht, ob ich als selbstständige Psychotherapeutin in meiner freien Praxis im Grossraum Zürich aktuell genug für meinen Lebensunterhalt verdienen könnte. Und ich fühle mich nicht gut dabei, dass ich mit meiner Qualifikation als selbstständige Psychotherapeutin Menschen nicht im gleichen Umfang helfen kann, etwa wenn die finanzielle Unterstützung der Zusatzversicherungen bald aufgebraucht ist und es Menschen gibt, die dringend Psychotherapie bräuchten, sie aber nicht aus eigener Tasche weiter bezahlen können, weil die Grundversicherung die selbstständige Tätigkeit von PsychotherapeutInnen nicht finanziert.

Ich freue mich sehr, dass das Schweizer System mit der Durchsetzung des Psychologieberufegesetzes nicht die Vielfalt der Psychotherapie grundsätzlich eingeschränkt hat, wie das in Deutschland der Fall ist. Und meine grosse Anerkennung und mein Dank gelten neben dem BAG dem PsychotherapeutInnen-Verband ASP, sich dafür stark gemacht und gewirkt zu haben.

**Gibt es etwas, dass Sie sich anders wünschen?**

Ich wünsche mir, dass, nachdem mit dem Psychologieberufegesetz einheitliche Massstäbe für die Ausbildung von psychologischen Psychotherapeuten und -therapeutinnen geschaffen wurden, diese als eigenständige Berufsgruppe selbst-



ständig für die Grundversicherung tätig werden können. Wenn das System sich selbst und seiner Arbeit vertraut und jede anerkannte Psychotherapieschule sich der Verantwortung ihrer Ausbildung voll bewusst ist und dieser auch nachkommt, sollte dies absolut möglich sein.

Ich wünsche mir auch, dass viel mehr Akzeptanz für Teilzeitanstellungen besteht und damit viel mehr Möglichkeiten für die Menschen geschaffen werden, die so arbeiten möchten.

Ich wünsche mir ausserdem, dass es mehr unvoreingenommene Offenheit gepaart mit Neugierde, Akzeptanz und Respekt gegenüber komplementären Methoden gibt, was insbesondere auch bedeuten würde, Spiritualität als aktiven Wirkfaktor in der Psychotherapie anzuerkennen. Ich wünsche mir, dass sich der Bereich Psychotherapie als eigenständiger Bereich mehr für Nachbardisziplinen öffnet und Vernetzungen, z.B. mit der Philosophie, Kultur- oder Naturwissenschaft wie der Quantenphysik, entstehen, aus denen die Psychotherapie allgemeingültige Prinzipien des Daseins, Denkens und Handelns ableiten und daraus ein gesellschaftliches Engagement entstehen kann.

**Gibt es etwas, das Sie sich von Ihrem Verband ASP wünschen?**

Ich würde mir wünschen, dass die ASP sich stärker im gesellschaftlichen und politischen Bereich engagiert, z.B. bei Gesetzesvernehmlassungen oder mit Aufklärungsarbeit oder Stellungnahmen. Zwei ganz wichtige Bereiche wären die Schulbildung und pädagogische Psychologie. Auch wenn Psychotherapie per se bewertungsfrei ist, bin ich der Meinung, dass sie mit ihrem Wissen eine Verantwortung in der Gesellschaft wahrzunehmen hat.

Ich habe mich z.B. sehr gefreut, dass der Verband mit der Publikation der Aktion auf seiner Website die Initiative und Unterschriftensammlung «Referendum gegen die Überwachung von Versicherten» unterstützt hat. So etwas würde ich mir öfter und mehr wünschen, auch eine aktive Stellungnahme in den öffentlichen Medien und vielleicht auch eine Initiative selbst ins Leben zu rufen.

Ich wünsche mir, dass der Verband weiterhin den Weg der Anerkennung der Methodenvielfalt unterstützt und ihn weiterhin geht. Dieser Weg zeichnet für mich die Arbeit des Verbandes über all die Jahre seines Wirkens am meisten aus.



**Fühlen Sie sich in Ihrem Berufsverband ASP vertreten und gewürdigt?**

Ich fühle mich von meinem Berufsverband ASP vertreten und gewürdigt. Ich bin sehr dankbar für die Unterstützung, die ich seitens des Verbandes erfahren habe, als ich in die Schweiz kam und es um die Anerkennung meiner Ausbildung in Deutschland und der Schweiz ging. Im Gegensatz zu vielen anderen Stellen, mit denen ich Kontakt hatte, empfand ich den mit den einzelnen Personen der ASP als unkompliziert, unterstützend und offen. Das hat mich damals sehr beeindruckt und unterstützt. Auch, dass es einen Berufsverband gibt, der Körperpsychotherapie als Behandlungsmethode der Psychotherapie anerkennt.

Über die Befürwortung des Anordnungsmodells bin ich nicht glücklich, auch wenn ich die Beweggründe des Verbandes nachvollziehen kann. Ich bin der Meinung, Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen verfügen über so gute Kompetenzen, dass sie selbstständig als Berufsstand anerkannt werden und somit auch wirken sollen. Und dass das jetzt, wo Veränderungen auf diesem Gebiet passieren, gemacht werden muss. Nach meinem Dafürhalten wird das Anstossen einer erneuten Veränderung wieder viel Kraft und Zeit kosten, wenn erst einmal das Anordnungsmodell etabliert ist.

Ich finde, der Verband leistet mit der Realisierung des methodenübergreifenden Konzepts der Psychotherapieweiterbildung ASP Integral eine grossartige Arbeit und möchte mich dafür

vielmals bedanken, auch wenn ich von meiner Ausbildung in der Biosynthese her davon nicht profitieren kann. Ich bin jedoch glücklich, dass anderen kleineren Ausbildungsschulen auf diese Weise geholfen werden kann, ihre Anerkennung zu erhalten und sie somit bestehen bleiben können.

Was wäre Ihr Fokus, wenn Sie im Vorstand der ASP wären?

Ganz klar die Öffentlichkeitsarbeit im politischen und rechtlichen Bereich und Aufklärungsarbeit in der Bevölkerung. Wahrscheinlich hätte ich den speziellen Fokus auf dem Traumbereich, um auch bereits bestehende Initiativen und Aktivitäten vernetzen zu helfen und zu unterstützen, z. B. durch Medienarbeit.

Gibt es ein Amt in der ASP, das Sie gerne bekleiden würden?

Ich bin sehr dankbar für jeden, der seine Zeit und Kräfte für die Arbeit des Verbandes gibt. Meinerseits sehe ich aktuell keine Kapazitäten für die Bekleidung eines Amtes in der ASP, obwohl mich Berufspolitik sehr interessiert und ich sie für eine sehr wichtige Arbeit halte.

Wie sähe Ihre Wunschsituation im gegebenen politischen Umfeld für PsychotherapeutInnen aus?

Psychotherapeuten und -therapeutinnen sollten als eigenständige Berufsgruppe anerkannt sein und ganz selbstständig wirken können. Damit verbunden sehe ich sowohl Rechte als auch Pflichten. Zu den Pflichten zähle ich auch, sich politisch und gesamtgesellschaftlich zu engagieren und das Wissen aktiv für die Gestaltung unseres Lebens und die Zukunft der nachfolgenden Generationen einzusetzen. Diese lassen wir mit gravierenden Problemen zurück, obwohl wir es besser wussten. Ich kann nachvollziehen, dass man seitens der Politik und Krankenkassen Angst vor einer Mengenausweitung bezüglich der psychotherapeutischen Leistung hat. Das stellt jedoch für mich einen gesamtgesellschaftlichen Konflikt dar, in dem die Ökonomisierung und ständiges Wachstum als oberstes Ziel stehen.

Was ist Ihre Vision in Ihrem beruflichen Alltag?

Ganz klar, dass der Psychotherapeutenberuf als selbstständige Berufsgruppe anerkannt wird,

genauso wie der Psychiater eine anerkannte Berufsgruppe ist. Ich bin selbst Ärztin und schätze die Arbeit der psychiatrisch tätigen Kollegen und Kolleginnen sehr, wenn sie jedoch so umfassend Psychotherapie begreifen und verstehen wollten, wie PsychologInnen, bzw. Fachärzte für psychosomatische Medizin und Psychotherapie es tun, müssten sie zusätzlich eine Ausbildung von dem Umfang absolvieren und das Wissen kontinuierlich praktizieren, wie wir.

Dass dies auch vom gesellschaftlichen und politischen System so anerkannt wird. Auf Schweizer Formularen für Tagelohnversicherungen steht z. B. fettgedruckt, dass sie für die Einschätzung zwingend die Unterschrift eines Psychiaters fordern.

Dass man versteht, dass mehr Formalitäten und Dokumentationen, Qualitätssicherungsmassnahmen etc. eine enorme Ausbeutung menschlicher und hoch qualifizierter Ressourcen bedeuten und wir damit von unserer eigentlichen Arbeit abgehalten werden.

Meine Vision ist, dass Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen sich mit ihrem Wissen und ihren Fähigkeiten so stark wertschätzen, dass ihnen ihre Bedeutung im gesellschaftlichen Kontext klar bewusst wird. Ich glaube wirklich, dass Psychotherapeut bzw. Psychotherapeutin zu sein, eine Berufung ist.

Ich hoffe sehr, dass ich mit meinem sehr persönlichen Bericht andere Menschen zum Nachdenken anregen und vielleicht die eine oder andere Inspiration geben konnte.

Ich bedanke mich von ganzem Herzen für die Möglichkeit dieses Interviews!

Zur Person

Esther Bulang, Dr. med., ist eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin der ASP und Fachärztin für Augenheilkunde (FMH) sowie Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Sie ist seit 2013 Mitglied der ASP.

Ihre Praxistätigkeit: Assistenzärztin und Psychotherapeutin bei Dr. med. Heidrun Kurz, Wotanstrasse 10, 8032 Zürich; sowie in eigener Praxis gemeinsam mit Frau Suna Baldinger, Psychologin SBAP, Limmatstrasse 107, 8005 Zürich [estherbulang@gmail.com](mailto:estherbulang@gmail.com)

Das Interview wurde schriftlich geführt von Veronica Defièbre.

# Menschliche Komplexität und Psychosomatik

Antonio Malgaroli

Herbert George Wells, einer der ersten Science-Fiction-Autoren neben Jules Verne, behandelt in seinem Roman *The History of Mr. Polly* (1910) ein sehr reales Problem. Der Protagonist führt ein schwieriges Familien- und Berufsleben, in einem komplexen sozialen Umfeld in der Art von Charles Dickens, geplagt von den ständigen Auseinandersetzungen mit seiner Frau, die ihm seine mangelnde Arbeitsneigung und die zahlreichen Misserfolge nicht verzeihen konnte. Er entwickelte eine Reihe sehr seltsamer Pathologien, darunter lästige Verdauungsprobleme. Die Symptomatik würde heute als «psychosomatisch» bezeichnet, ein Begriff, der in der Medizin seit vielen Jahren zu Unrecht negativ besetzt ist. Wenn der Arzt mit mehreren Funktionsstörungen konfrontiert wird, ohne objektive anatomische Veränderungen, ohne Variationen der Labordiagnostik, kurz gesagt, wenn die Diagnose zu schwierig ist, wird der Patient als an einer psychosomatischen Störung leidend bezeichnet, sozusagen, der Patient hat nichts Wichtiges und verdient keine weitere Aufmerksamkeit. Obwohl man annimmt, dass diese Etikette auf das Werk von Sigmund Freud zurückgeht, wurde sie jedoch viele Jahre zuvor, Anfang des 19. Jahrhunderts, vom Leipziger Arzt Johann Christian Heinroth (1818) geprägt, vielleicht dem ersten Psychiater-Psychotherapeuten der Neuzeit (Steinberg, 2004). Heinroth prägte neben dem Begriff «psychosomatisch» auch den spiegelnden Begriff «somatopsychisch», mit Bezug auf jene organischen Pathologien, die Metastasen psychischer Natur zu induzieren schienen.

An dieser Stelle müssen wir kurz in ein Zeitalter zurückschalten, in dem die Medizin die Krankheit als Zustand des Unbehagens des Menschen in seiner «Ganzheit» begriff. Die alten Griechen sahen den Menschen als eine untrennbare Einheit von Psyche, vom griechischen *Psyché* (*ψυχή*) und *Sōma* (*σῶμα*), wo *Psyché* für Ein- und Ausatmen, *Blasen* (*ψύχω*) also Atmen steht, implizit ein Hauch von Leben. *Psyché* symbolisierte für die Griechen die Seele: Nach Platon öffnet die mythologische Figur von *Psyché*, die Künstler aller Zeiten fasziniert hat, im Augenblick des Todes die Schmetterlingsflügel und trennt sich vom Körper und überwindet die irdische Körperlichkeit, um einen höheren, göttlichen Zustand zu erreichen.

Da sie nicht sichtbar und quantifizierbar war und nicht objektiviert werden konnte, war ihre

Subjektivität offensichtlich von aussen schwer zu bewerten; so sehr, dass Carl Jung enttäuscht erklärte, dass «die Psychologie als Wissenschaft abgeschafft werden muss und erst dann ihr Ziel erreichen kann» (Jung, 1994). Diese pessimistische Vision war von der Beharrlichkeit der Einflüsse der Theorien von Rene Descartes aus dem 18. Jahrhundert beeinflusst, die gezeigt hatten, wie das Funktionieren des Organismus und damit des *Sōma* (*Res Extensa*) den Gesetzen der Physik folgte und deshalb mathematisch messbar war. Während diese materialistische Vision die Grundlage für die Anwendung der exakten Wissenschaften auf Biologie und Medizin gelegt hatte, hatte die Unterscheidung von *Psyché* (*Res Cogitans*), die nicht in gleicher Weise objektiviert werden kann, den Beginn der Trennung zwischen *Psyché* und *Sōma* dekretiert.

Die Entwicklung der Bedeutung von *Psyché* und *Sōma* war und ist sehr komplex. Im dritten Jahrtausend können wir jedoch nicht weiter über *Sōma* oder den Körper sprechen, ohne Neuronen, Synapsen, Nervenfasern, das Gehirn, kurz das Nervensystem als Ganzes einzubeziehen. Das Nervensystem ist zweifellos ein Teil unseres Körpers, es reguliert ihn und wird durch ihn reguliert. Andererseits, wenn wir über *Psyché* als Synonym von Geist sprechen, können wir nicht ignorieren, dass das Gehirn eine ganze Reihe von Funktionen impliziert, die wir als Ganzes Geist nennen. Heute wird allgemein anerkannt, dass unser Gehirn der Sitz des organischen Teils der *Psyché* ist. Die derzeit angesagteste Hypothese – aber immer noch eine Hypothese – argumentiert, dass sich die Arbeit des Geistes für jede spezifische Aufgabe auf kleine Bereiche oder Hirnströme beschränkt. Geistige Funktionen wären demnach als modular einzustufen. Diese Hypothese der zerebralen Fragmentierung, von der der Phrenologe Gall ausgeht, nahm im 20. Jahrhundert dank der Charakterisierung bestimmter Arten von Hirnschäden Gestalt an; eine Hypothese, die dann durch die Studien zur zerebralen Elektrostimulation, der ersten, die der kanadische Neurochirurg Wilder Penfield durchführte, gefestigt wurde. Wenn die Hippocampus-Region beschädigt wird, verlieren wir die Fähigkeit, neue Erinnerungen zu speichern. Wenn wir eine Läsion im Broca-Areal haben, hören wir auf zu reden. Wenn die Läsion den Frontallappen betrifft, beginnen wir, riskante und oft moralisch fragwürdige Entscheidungen



gen zu treffen. Der Neurowissenschaftler Roger Sperry zeigte 1958, dass der Abschnitt der Region, der die beiden Hemisphären verbindet, wo die Fasern, die die neokortikalen Bereiche der rechten mit denen der linken (Corpus callosum) verbinden, sogar das Erscheinen zweier organisierter und unabhängiger «Köpfe» bewirkten: Informationen, Gedanken, Gefühle, die in der einen Hemisphäre vorhanden waren, unterschieden sich und wurden für die andere Hemisphäre unzugänglich.

Sperry schrieb in diesem Zusammenhang:

*«Jede linke und rechte Hemisphäre besitzt ihre eigene private Kette von Erinnerungen und Lernerfahrungen, die für die andere Hemisphäre unzugänglich sind. In vielerlei Hinsicht scheint jede getrennte Hemisphäre einen eigenen Geist zu haben.»*

Sperry (1982)

Heute gilt als erwiesen, dass nach Pathologien, traumatischen oder chirurgischen Verletzungen, durch elektrische Reize, wie sie mit der *Tiefen Hirnstimulation (Deep Brain Stimulation DBS; Graat et al., 2017)* oder durch den Einsatz der *Transkränen Magnetstimulation (TMS; Vidal-Dourado et al., 2014)*, aber auch mit pharmakologischen Mitteln, die auf spezifische Neurotransmitterwege einwirken, die «Psychè» eines Menschen manipuliert oder verändert werden kann. Aber künstliche Veränderungen des «Verstandes» zu induzieren, bedeutet noch nicht, seine Bedeutung, seine Mechanismen oder die Veränderung spezifischer interpretativer Codes verstanden zu haben. Wir wissen immer noch zu wenig über das Gehirn, um zu verstehen, wie der Geist derart abstrakte Funktionen wie das Erreichen des Bewusstseins seiner selbst als Individuum (Ich-Bewusstsein, Selbstbewusstsein) ausführen kann.

Wie viele unserer Schwierigkeiten und Illusionen ergeben sich aus der unglaublichen Komplexität des Geistes? Das Gehirn besteht aus vielen unabhängigen, aber sehr gut integrierten Einheiten, die auf der Grundlage spezifischer Verbindungshierarchien organisiert sind und kommunizieren. Aber wie ist es möglich, dass der Geist aus der Kombination einer einfachen neuronalen Zelle stammt, einer im Grunde unbelebten Materie, die durch den Einsatz rein physikalischer Prozesse verändert wurde? Es ist offensichtlich, dass wir es mit einem komplexen System zu tun haben, wenn wir von einer



Amor und Psyché, Antonio Canova<sup>1</sup>, Louvre Paris

Struktur sprechen, die etwa 1.000 Milliarden miteinander verbundene Neuronen enthält, von denen jedes mit mindestens 100.000 anderen Neuronen verbunden ist: zweifellos das komplexeste System, das je beschrieben wurde. Die organisierte Integration dieser *einfachen* Elemente erzeugt ein System, das sich in seinen einzelnen Teilen sehr unterschiedlich verhält. Anders ausgedrückt, dank der synaptischen Verbindungen entstehen neue Eigenschaften, neue Fähigkeiten, die es bisher nicht gab. Wir wissen, dass ein einzelnes Neuron doch nicht so *einfach* ist, da es selbst sehr komplexe Aufgaben ausführen kann (Koch & Laurent, 1999), aber um einen denkenden *Geist* zu bekommen, ist es wahrscheinlich, dass man eine kritische Anzahl von Zellen überwinden muss. In einem derartigen System sind die Schaltkreise und die synaptischen Beziehungen zwischen den Modulen viel wichtiger als die Module selbst. Ähnlich wie in den Tiergesellschaften, in denen der Einzelne unterworfen und oft den Bedürfnissen der Gemeinschaft geopfert wird. Nur auf diese Weise kann die Gruppe Dinge tun, die der Einzelne nie erreichen könnte. Tatsächlich hängt die Komplexität des Geistes nicht so sehr von der Anzahl der vorhandenen neuronalen Zellen, sondern von der Anzahl der Verbindungen zwischen ih-

<sup>1</sup> Zu beachten ist, dass Antonio Canova (1757–1822) im Gegensatz zu den klassischen hellenistischen und römischen Darstellungen Psyché ohne die Flügel eines Schmetterlings darstellt.



nen ab, was ein Hinweis auf die Kommunikationsfähigkeit des Systems ist. Ein System dieser Komplexität sollte auf den ersten Blick nicht von der Eliminierung einer Reihe seiner Elemente betroffen sein. Das System funktioniert weiter, wenn ein Modul entfernt oder beschädigt wird, aber seine Eigenschaften und Merkmale ändern sich, wie wir oben erläutert haben. Wenn wir die rechte Gehirnhälfte (Parietallappen) entfernen, wird das Gehirn nicht mehr in der Lage sein, die kontralaterale Hälfte seines Körpers und des umgebenden Raumes zu erkennen (Neglet-Syndrom; Bisiach & Luzzatti, 1978). Gedanken, Ideen, Ängste, Überzeugungen, Motivationen, Erinnerungen werden jedoch bleiben.

In diesem Zusammenhang ist es sehr interessant zu beobachten, dass in einem einfachen System eine synaptische Übertragung, die aus einigen wenigen Elementen und Verbindungen besteht, stabil ist und geordnete und sehr vorhersehbare Ergebnisse liefert. Steigt dagegen die Anzahl der Zellen und Verbindungen zu stark an, löst sich das System auf, wird laut, chaotisch und beginnt lawinenartig Ereignisse zu zeigen, die eine Vielzahl von Modulen gleichzeitig einbeziehen. Diese lawinenartigen Ereignisse führen dazu, dass die konstituierenden Elemente ihre Unabhängigkeit verlieren, und dieser Mangel an Unabhängigkeit reduziert die gesamte Rechenleistung. Der interessanteste und produktivste Zustand liegt offensichtlich zwischen Ordnung und Unordnung. Genau auf dieser Stufe offenbart das neuronale System eine maximale Anzahl von unterschiedlichen Verhaltensweisen und Fähigkeiten. Man muss nicht davon ausgehen, dass diese Verhaltensweise nur bei makroskopischen Systemen beobachtet wird. In Wahrheit hängt sie nur von der intrinsischen Komplexität des Systems ab und kann auch in mikroskopischen Strukturen, wie beispielsweise Synapsen, erzeugt werden. Synapsen, Strukturen von einigen hundert Milliardenstel Metern, die zwischen geordneten und chaotischen Zuständen oszillieren (Lamanna & Malgaroli, 2015), können aus Erfahrungen lernen (Malgaroli et al., 1995). Der interessanteste und produktivste Zustand liegt offensichtlich zwischen Ordnung und Unordnung. Eine grosse Anzahl von möglichen unterschiedlichen Verhaltensweisen, d.h. die Fähigkeit zur Diversifizierung, ist eine grundlegende Eigenschaft, um sich an die Umgebung anzupassen, sich zu verändern und so zu überleben.

Kann ein Psychologe demnach vorhersagen, wie sich ein Patient fühlt, ohne auf ihn zu hören, ohne darüber nachzudenken, was er sagt, ohne mit ihm zu sprechen, ohne sich um ihn als Ganzes zu kümmern? Können wir vorhersagen, wie sich ein Subjekt beim Hören eines Musikstücks fühlen wird? Es gibt Menschen, die sich glücklich fühlen, andere reagieren bewegt und weinen. Einige hören interessiert zu, andere achten nicht darauf oder sind einfach nur irritiert. Woher kommt diese enorme Vielfalt, die das Verständnis und die Interpretation des menschlichen Fühlens und Empfindens so schwer macht? Die grosse Variabilität möglicher Verhaltensreaktionen hängt von genetischen und epigenetischen Faktoren ab. Aber in erster Linie beruht sie auf unseren bisherigen Erfahrungen, unserem aktuellen emotionalen Zustand, auf kontingenten Motivationen. Die jüngsten neurowissenschaftlichen Untersuchungen bestätigen, was wir oben ausgeführt haben. Die Erfahrungen verändern Anzahl und räumliche Verteilung der synaptischen Verbindungen im Gehirn (Holtmaat & Svoboda, 2009); ein Prozess, der die Unvorhersehbarkeit der Zustände unseres Geistes erhöht und ihn vom Geist eines anderen Individuums differenziert. Die Ereignisse unseres Innenlebens, seit jeher Gegenstand der Analyse durch Psychologie, Psychoanalyse, Psychiatrie, sind offensichtlich auftauchende Eigenschaften elementarer Gehirnprozesse, deren Schichtung im Laufe des Lebens von unseren persönlichen Erfahrungen geleitet wird. Was heute in einer so materialistisch gewordenen Welt der Forschung fehlt, ist das Verständnis, dass diese vielfältigen Prozesse auf eine andere Weise untersucht und verstanden werden müssen. Eigentlich war Jung zu Recht entmutigt (Jung, 1994). Man kann nicht den gleichen Massstab der Beurteilung und die gleichen Vorgehensweisen verwenden, um elementare Prozesse zu untersuchen, zum Beispiel die klassischen Prozesse der Anatomie, Physiologie und Pharmakologie, auch wenn diese im Laufe der Jahre zu unglaublichen Ergebnissen geführt haben. Die komplexen Prozesse des Geistes folgen ihren eigenen Gesetzen und haben sehr unterschiedliche Dynamiken und Eigenschaften in Bezug auf die konstituierenden Elemente. Es wäre daher einfach nur illusorisch zu glauben, dass wir den gleichen Massstab der Analyse oder Beurteilung der deterministischen Wissenschaften anwenden könnten. Innere Vor-

gänge, die sich von Mensch zu Mensch unterscheiden, können sicherlich nicht auf banale Variationen der elementaren elektrischen Aktivität reduziert werden, die in einigen Subpopulationen von neuronalen Zellen zu bestimmten Zeiten stattfinden. Nicht einmal in tausend Jahren wird es möglich sein zu verstehen, was ein Individuum denkt oder fühlt, ohne mit ihm zu sprechen, ohne unbewusste Erfahrungen, Gedanken oder Ängste an die Oberfläche zu bringen, die zwar physisch im Gehirn kodiert sind, deren Auswirkungen jedoch, aufgrund der inneren Komplexität, schwierig zu bewerten sind. Verantwortlich dafür sind die komplexen Phänomene der Resonanz mit der *Psyché* (Seele) derjenigen, die sie beherbergen.

Ebenfalls im Kontext einer integrierten Vision von *Psyché* und *Sòma* ist Homöostase ein sehr wichtiger Aspekt. Unabhängige Einheiten müssen auf verschiedenen Ebenen, nach genauen Hierarchien innerhalb des Gehirns, aber auch zwischen Gehirn und Körper und umgekehrt kommunizieren, um in direktem Kontakt mit der Umwelt innerhalb und ausserhalb des *Sòma* zu bleiben. Diese ständige Aktivität erfordert mehrere Mechanismen der Signaltransduktion und eine rasche Behebung von Änderungen und Fehlfunktionen. Ziel ist es, das System wieder auf den Stand der maximalen kommunikativen Funktionalität zu bringen. Der französische Physiologe Claude Bernard (Conti, 2013) postulierte um die Mitte des 19. Jahrhunderts die Existenz eines «milieu intérieur» (Bernard, 1859), einer von allen Zellen geteilten, zur Selbstregulierung fähigen inneren Umgebung. Dieses *Milieu Intérieur* gibt es tatsächlich; heute nennen wir es «extrazelluläre Flüssigkeit». Es handelt sich um eine komplexe Flüssigkeit, im Gleichgewicht mit anderen Körperflüssigkeiten, die alle Zellen unseres Körpers verbindet. Dies geschieht durch Signalmoleküle wie Hormone, Neurotransmitter, Metaboliten, Ionen, Proteine, Antikörper, Immunzellen oder kleine Nukleotidsequenzen. Es ist wichtig zu unterstreichen, wie das Leben der Zellen, ihre Aktivität, ihr Stoffwechsel und ihre synaptischen Kommunikationsprozesse dieses *Milieu Intérieur* grundlegend verändern und seine ionische Zusammensetzung, Temperatur, den Säuregehalt und den Gehalt an

Neurotransmittern und Metaboliten verändern (Bernard, 1859).

Homöostatische Prozesse müssen daher die Ausgangsbedingungen dieser gemeinsamen Flüssigmatrix sehr schnell wiederherstellen. Wenn wir zu diesen Überlegungen die Tatsache hinzufügen, dass das sehr dichte Netz neuronaler Fasern, das praktisch alle Organe und Gewebe unseres Organismus erreicht, aber auch die Neuronen, die an peripheren Vorposten wie dem Darm stationiert sind, in dieses *Milieu Intérieur* getaucht sind, verstehen wir die grundlegende Rolle dieser homöostatischen Regulierprozesse. Umgekehrt können wir die enormen Auswirkungen auf Medizin und Psychologie all jener Bedingungen nachvollziehen, unter denen sich diese Mechanismen als gestört erweisen.

Diese kurzen Ausführungen und die tiefen Verbindungen, von denen wir heute wissen, dass sie zwischen *Psyché* und *Sòma* bestehen, helfen uns, zu verstehen, wie sehr die sogenannten psychosomatischen Störungen konkret und schädlich für den betroffenen Menschen sind. Die Probleme des täglichen Lebens, emotionaler Stress, Konflikte wie diejenigen, mit denen Herr Polly konfrontiert war, erzeugen dysregulatorische Phänomene, die zunächst Funktionsstörungen und später richtige organische Krankheiten verursachen können. In einigen Fällen können sie zu vollkommen unerklärlichen Todesfällen führen. Oft sind Personen zu beobachten, die durch starken emotionalen Stress innerhalb weniger Tage graue Haare bekommen oder sich mit zahlreichen Xanthelasma konfrontiert sehen. Es sind Anzeichen auf eine schwere Stoffwechselstörung, die Phänomene der Immunsuppression mit Auslösung schwerer Krankheiten entwickeln können. Im dritten Jahrtausend macht es keinen Sinn mehr, psychosomatische Erkrankungen als Nicht-Erkrankungen zu behandeln. Die Abgrenzung zwischen Medizin, Psychoanalyse, Psychosomatik ist heute sehr künstlich, so wie es die Geist-Körper-Dichotomie des kartesischen Dualismus war. Die Zukunft gehört einer anthropologischen, ganzheitlichen Vision des Menschen und seiner Krankheiten. Sie muss in der Lage sein, dem Menschen in seinen täglichen Schwierigkeiten durch ein wahres Verständnis der Schnittstellen zwischen *Psyché* und *Sòma* zu helfen.



## Literatur

- Bernard, C. (1859). *Lecons sur le proprietes physiologiques et les alterations pathologiques des liquides de l'organisme*. Paris: Bailliere.
- Bisiach, E. & Luzzatti, C. (1978). Unilateral neglect of representational space. *Cortex*, 14(1), 129–33.
- Conti, F. (2013). *Claude Bernard e la nascita della biomedicina*. Milano: Cortina editore.
- Graat, I., Figuee, M. & Denys, D. (2017). The application of deep brain stimulation in the treatment of psychiatric disorders. *International Review Psychiatry*, 29(2), 178–190.
- Heinroth, J. C. A. (1818). *Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens oder der Seelenstörungen und ihrer Behandlung*. Leipzig: Vogel.
- Holtmaat, A. & Svoboda, K. (2009). Experience-dependent structural synaptic plasticity in the mammalian brain. *Nature Review Neuroscience*, 10(9), 647–58.
- Jung, C. G. (1994). Riflessioni Teoriche sull'essenza della psiche. In C. G. Jung, *La dinamica dell'inconscio*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Koch, C. & Laurent, G. (1999). Complexity and the nervous system. *Science*, 284(5411), 96–8.
- Lamanna, J. & Malgaroli, A. (2015). A pre-docking source for the power-law behavior of spontaneous quantal release: application to the analysis of LTP. *Frontiers Cellular Neuroscience*, 18(9): 44–54.
- Malgaroli, A., Ting, A. E., Wendland, B., Bergamaschi, A., Villa, A., Tsien, R. W. & Scheller R. H. (1995). Presynaptic component of long-term potentiation visualized at individual hippocampal synapses. *Science*, 268(5217), 1624–8.
- Sperry, R. (1982). Some effects of disconnecting the cerebral heispheres. Nobel Lecture, 8. December 1981. *Bioscience Reports*, 2(5), 265–276.
- Steinberg, H. (2004). *Die Errichtung des ersten psychiatrischen Lehrstuhls: Johann Christian August Heinroth in Leipzig*, *Nervenarzt*. 75(3), 303–7.
- Vidal-Dourado, M., Conforto, A. B., Caboclo, L. O., Scaff, M., Guilhoto, L. M. & Yacubian, E. M. (2014). Magnetic fields in noninvasive brain stimulation. *Neuroscientist*, 20(2), 112–21.
- Wells, H. G. (1910). *The History of Mr. Polly*. New York: Thomas Nelson and Son.

Antonio Malgaroli ist Psychiater und Professor für Physiologie und Neurowissenschaften.

# Buchbesprechungen

Dumpert, Hans-Dieter & Schaller, Roger (2017):

*Rollenspiel. Techniken der Verhaltenstherapie*

Weinheim: Beltz, 210 Seiten, 26,95 Euro, 37,90 Franken (auch als E-Book erhältlich)



Hans-Dieter Dumpert und Roger Schaller legen mit dem Band *Rollenspiel* in der Reihe «Techniken der Verhaltenstherapie» ein sehr gut lesbares Handwerksbuch zur Anwendung des Rollenspiels als Technik in der Verhaltenstherapie vor. Rollenspiele können natürlich auch in anderen Therapieverfahren angewendet werden und so ist dieses Buch auch für einen weiteren PsychotherapeutInnenkreis von Nutzen. Es ist sehr anschaulich geschrieben und wirkt wie ein Werkzeugkoffer für PraktikerInnen, die Rollenspiele in verschiedenen Ausgestaltungen in den therapeutischen Prozess einbauen wollen.

Erst bin ich (als Gestalttherapeut) etwas über den Titel gestolpert, der suggeriert, dass Rollenspiel eine typische verhaltenstherapeutische Technik sei. Ich hatte Rollenspiel bisher dem Psychodrama, der Gestalttherapie, der emotionsfokussierten Therapie (EFT) oder der Schematherapie zugeordnet. Im Text des Buches wird dann aber deutlich, dass dies ein Beispiel dafür ist, wie in der «dritten Welle» der Verhaltenstherapie auf pragmatische Weise auch Techniken aus anderen Therapiemodellen einbezogen und dann als verhaltenstherapeutische Techniken bezeichnet werden. Begründet wird die Verbindung mit Rollenspiel sehr nüchtern: «Es passt zur Verhaltenstherapie.»

Was im Buch nicht erörtert wird, sind Fragen einer Integrationstheorie, etwa wie therapeutische Ansätze mit unterschiedlichem Menschenbild (hier die Verhaltenstherapie mit ihrer lerntheoretischen Basierung und das Psychodrama mit einem humanistischen Menschenbild) verbunden werden können. Auch Forschungsfragen werden nicht erörtert, um zum Beispiel zu untersuchen, ob Verhaltenstherapie in Verbindung mit Rollenspielen besser wirkt als ohne. Auch ein Bezug zur Forschung von Lesley Greenberg fehlt, die empirisch gut belegt, dass etwa die Zweistuhltechnik sehr wirksam ist, da so die Arbeit zur Veränderung von Gefühlen möglich wird, anders als in rein kognitiven Therapien.

Aber all das ist auch nicht das Anliegen dieses Buches. Es will eine Anleitung für PraktikerInnen bieten, wie man verschiedene Formen von Rollenspielen in die Therapie einbeziehen kann und geht davon aus, dass Rollenspiel ein beobachtbar effizientes Mittel zur Vertiefung von Therapieprozessen ist. Hans-Dieter Dumpert kommt aus der Verhaltenstherapie und Roger Schaller aus dem Psychodrama. Es ist den beiden gut ge-

lungen, das weite Spektrum von Varianten des Rollenspiels darzustellen und so zu beschreiben, dass der/die LeserIn eine Anleitung für das therapeutische Handeln unter Einsatz dieser Möglichkeiten bekommt.

Das Buch ist in acht Kapitel aufgeteilt: Einleitend werden die drei «Wellen» der Verhaltenstherapie beschrieben, das Rollenspiel als ihre Technik und die Vorteile, die dieses bringt.

Das zweite Kapitel beschreibt Grundbegriffe zur Bühne und zum Raum, die aus dem Psychodrama stammen. So gibt es verschiedene Bühnen und verschiedene Techniken, die gut beschrieben sind und zeigen, wozu sie sich jeweils eignen. Im dritten Kapitel wird der Begriff der «Szene», die in einem Rollenspiel aufgearbeitet werden kann, erläutert und an Beispielen aus der Praxis veranschaulicht. Das vierte Kapitel erläutert die Begriffe «Rolle» und «Rollenwechsel», wieder mit sehr illustrativen Beispielen aus der Praxis. Im fünften Kapitel geht es um das Rollenspiel mit Stühlen und die verschiedenen Möglichkeiten damit zu arbeiten: als Stuhl-Monolog, als Zweistuhl-Dialog, zur Darstellung von Situationen, zur Symbolisierung von Familienkonstellationen oder Konflikten am Arbeitsplatz, in Beziehungen und vielem mehr. Im sechsten Kapitel werden die Möglichkeiten des Rollenspiels im Verhaltenstraining gezeigt. Im siebten Kapitel geht es um «rollenspielartiges Ritual». Es wird die Bedeutung von Ritualen erläutert und es werden Beispiele gegeben, wie Rituale zur Therapieunterstützung entwickelt werden können, etwa zur Verarbeitung von Trennungen. Das letzte Kapitel trägt die Überschrift «Risiken und Sicherheit» und erläutert, worauf zu achten ist beim Einsatz von Rollenspielen und wie schlecht laufende Rollenspiele korrigiert werden können. Das Buch ermuntert zum Einsatz von Rollenspieltechniken und ermutigt zum Experimentieren. In diesem Sinne kann ich das Buch PraktikerInnen zur Erweiterung ihres Interventionsrepertoires gerne empfehlen.

Wer die Print-Version kauft, kriegt auch einen Code zum Download des E-Books. Es wird auch die Möglichkeit gegeben, Arbeitsmaterialien herunterzuladen und Videoclips zum Einsatz von Rollenspielen anzusehen. Das sind sehr nützliche Dienstleistungen und sie erhöhen den Wert des Buches.

Peter Schulthess



Mahler, Jean (2018):

*Anne – une mort choisie*

Lausanne: Edition Ouverture (Collection «son mot à dire ...»), 104 Seiten, 15,00 Franken

Anne ist die Tochter von Jean Mahler. Sie verliert mit 43 Jahren ihren Lebenspartner als Folge einer Krebserkrankung und erfährt ein Jahr später, dass sie selbst an Krebs erkrankt ist und es keinerlei Hoffnung auf Heilung gibt. Beide waren Arzt und Ärztin.

Jean Mahler beschreibt eindrücklich aus der Perspektive des Vaters beziehungsweise der Eltern, wie sich die Auseinandersetzung mit der Krankheit entwickelt. Diese mündet schliesslich im Entschluss der Tochter, Exit beizuziehen und den Zeitpunkt des Todes selbst zu wählen, um ihm nicht in immer grösser werdenden Schmerzen entgegensetzen zu müssen. Sie akzeptiert ihren unabwendbaren Tod, nimmt in die Hand, was sie selbst noch wählen kann und bewahrt so ihre Würde. Eindrücklich ist es, wie die konsultierten Ärzte und Ärztinnen verschiedene Therapien vorschlagen, wissend, dass keine erfolgversprechend ist, und am Schluss bekennen, dass sie Annes Entschluss verstehen können. Aber keine/r ist bereit, sie auf ihrem Weg zu begleiten. Einzig ihr Psychotherapeut ist dazu gewillt – und ihre Eltern, mit denen sie seit dem Tod ihres Partners zusammenlebt. Jean Mahler beschreibt in klarer und behutsamer Sprache detailliert den Prozess, den alle drei durchmachen, wie sie gemeinsam durch alle Phasen der Trauer gehen, wie es ihnen und auch der Schwester gelingt, voneinander Abschied zu nehmen, das

Leben abzuschliessen bis hin zum Dabeisein im Moment des Eintritts des Todes.

Der Autor schreibt über den Tod, der ein Teil des Lebens ist. Oft ist dieses Thema noch heute tabuisiert (besonders der selbst gewählte Tod). Es ist dem Autor und dem Verlag zu danken, dass mit dieser Publikation ein berührendes Thema öffentlich gemacht und diskutiert werden kann. Das Schreiben diente sicher auch dazu, als Vater den Tod der Tochter zu verarbeiten, die Publikation dieses Einzelschicksals öffnet aber auch eine universelle Dimension und weckt Resonanzen, Berührtsein und Nachdenklichkeit bei den Leserinnen und Lesern.

Jean Mahler ist Psychotherapeut und ASP-Mitglied. In einem der letzten Kapitel beschreibt er, wie das Bekanntwerden des Todes seiner Tochter und die Begleitung durch den Vater sich auf einzelne seiner Therapien ausgewirkt hat und zu sehr berührenden und vertieften Sitzungen führte.

Danke Jean, dass du diese Erfahrung mit uns teilst. Ich empfehle dieses kleine Büchlein (Format: 11 x 16,2 cm) gerne zum Lesen. Es ist auf Französisch geschrieben, lässt sich aber bestens mit etwas Schul-Französisch-Kenntnissen auch von deutsch- und italienischsprachigen Kolleginnen und Kollegen lesen.

Peter Schulthess



Fischer, Jeannette (2018):

*Psychoanalytikerin trifft Marina Abramović – Künstlerin trifft Jeannette Fischer*

Zürich: Scheidegger & Spiess, 176 Seiten, 19,00 Euro, 22,90 Franken



Marina Abramović ist eine weltbekannte Performance-Künstlerin und lebt in New York. Jeannette Fischer ist eine Psychoanalytikerin aus Zürich, die das Schaffen der Künstlerin verfolgte. 1998 lernten sie sich in Bern anlässlich der Performance «Artist Body – Public Body» kennen, woraus sich eine Freundschaft entwickelte. Die beiden verbrachten 2015 vier Tage im Haus der Künstlerin, um miteinander frei assoziierend über das künstlerische Schaffen von Marina Abramović und was dieses mit ihrem Seelenleben zu tun hat, zu reden. Aus den Notizen dieser Gespräche ist dieses Buch entstanden, so gestaltet, dass es selbst als kleines Kunstwerk daherkommt. Auf der Vorderseite des Umschlages steht der Titel «Psychoanalytikerin trifft Marina Abramović» auf der Rückseite «Künstlerin trifft Jeannette Fischer».

Die Gespräche drehen sich hauptsächlich um vier Performances:

- Untitled, 1970, Belgrad, unrealisiertes Konzept
- Rhythm 0, 1974, Neapel
- Incision, 1978, Graz
- The Artist is Present, 2010, MoMA, New York

Die Texte sind so gegliedert, dass ein Eindruck der Performances entsteht (mit Bildern), die Biografie der Künstlerin deutlich wird und Zusammenhänge zwischen biografischen Ereignissen und Performances herausgearbeitet werden. Textstellen sind markiert mit «JF» oder «MA», je nachdem, wer zu Wort kommt. In fünf Kapiteln werden fünf Grundthemen beschrieben, die sich durch das Werk von Marina Abramović ziehen: «Der Schmerz gibt der Angst ein Gefühl», «Seit die Erde rund ist, fehlt der Abgrund», «Ohnmacht kennt keine Grenzen», «Auch an der Ablehnung lehnt sich's an», «Honig ums Maul macht nicht satt».

Das Interesse der beiden am Buch war gegenseitig.

MA: «Aus meiner Sicht machst Du ein Buch für mich, um mein Seelenleben zu ergründen. Da ist etwas, das ich besser verstehen möchte. Erkläre mir die Verbindung zwischen meiner Arbeit und meinem Leben.»

JF: «Sie performt das, was ich mit der Psychoanalyse erforsche – schoss es mir durch den Kopf – ich war begeistert und rief sie sofort an.» Marina Abramović wurde von beiden Elternteilen psychischer Gewalt ausgesetzt und in diesem Sinne schwer missbraucht. Gewalt, die

keine Alternative zulässt. Das hinterlässt Spuren: Sie weiss nicht, ob sie ein Recht auf Leben hat oder nicht, sie ist voller Angst und deckt diese mit Schmerz zu. Ihr Leben steht im Zeichen des Bemühens, nicht unterzugehen, gegen den Tod zu schwimmen (sie wurde von ihrem Vater als Kind mitten im See aus dem Boot ausgesetzt, um schwimmen zu lernen: entweder sie schafft es, ans Ufer zurückzuschwimmen, oder sie ertrinkt). In ihren Performances reinszeniert sie die Dramen ihrer Kindheit, was ein Weg ist, ihren Dilemmata einen Ausdruck zu geben und einen Weg zum (Über-)Leben zu finden. Kunst als Mittel zum Überleben.

Untitled zeigt das Dilemma in ihrer Beziehung zur Mutter: Entweder sie trägt die Kleider, die die Mutter ihr gab (und gibt damit ihre Autonomie auf), oder sie hat kein Recht auf Leben. Vorgesehen war, dass sie eine Pistole aus der Rocktasche holen, mit der anderen Hand eine Kugel nehmen, die Waffe laden und wie beim Russischen Roulette abdrücken würde. Das Stück hätte zwei mögliche Ausgänge gehabt, wurde aber nie aufgeführt.

In Rhythm 0 macht sie sich über sechs Stunden zum Objekt des Publikums, lässt sich anmalen, entkleiden, es liegen gar eine geladene Pistole und ein Messer bereit, mit denen man sie töten könnte – wofür sie selbst die Verantwortung übernehmen würde. Eine Inszenierung der Ohnmacht mit Todesangst. «Ich gehe so weit, dass es weh tut, dass ich nichts mehr spüre.»

In der Performance The Artist is present spielen einerseits andere KünstlerInnen im Sinne einer Retrospektive frühere Performances von MA nach, parallel dazu sitzt die Künstlerin selbst 90 Tage lang sechs Stunden bewegungslos auf einem Stuhl. Vis à vis können ZuschauerInnen Platz nehmen. Sie blickt dem Gegenüber in die Augen und richtet ihre ganze Aufmerksamkeit auf die andere Person, weg von sich selbst. Im Nachhinein nennt sie diese Performance Mission Impossible.

In Incision inszeniert sie die Macht der Gewalt. Ihr Partner ist nackt auf der Bühne und steht dem Publikum zugewandt, zurückgehalten durch ein Gummiband. MA steht angekleidet parallel zu ihm und tut nichts. Ihr Nichtstun weckt im Publikum Aggression, jemand kommt auf die Bühne und wirft sie um. Sie wird Opfer der Gewalt, die sie durch ihr Nichtstun provoziert hat: unschuldiges Opfer.

Die Themen «kein Recht auf Leben», «Verantwortung tragen für alle anderen und sich selbst dabei total aufgeben müssen», «Angst und Schmerz als Copingstrategie gegen die Angst», «Ambivalenz, ob man so überhaupt leben will/kann oder nicht», kennen wir PsychotherapeutInnen aus unserer Praxis in vielfältiger Weise. Dieses Büchlein bringt uns einerseits das Seelische, das hinter dem Schaffen dieser äusserst erfolgreichen Künstlerin steht, nahe, andererseits liest sich das Buch wie eine Anschauung für

vieles, was wir auch aus der Arbeit mit unseren eigenen PatientInnen kennen.

Es gelingt Jeannette Fischer, ein sehr differenziertes Portrait der Person und Künstlerin Marina Abramović zu zeichnen und psychische Wirkmechanismen als Folge traumatischer Gewalterfahrung und Ablehnungserfahrungen sichtbar zu machen. Ich empfehle es sehr zur Lektüre.

[Peter Schulthess](#)

# Veranstaltungskalender

- 19. Januar 2019, Zürich**  
**Fortbildung: Ethik, Berufskodex und Berufspflichten in der Psychotherapie**  
Referentin: Marianne Meister-Notter  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 20. Januar 2019, Zürich**  
**Weiter-/Fortbildung: Rechte und Pflichten im Verhältnis zur Patientin, zum Patienten – ein Überblick**  
Referentin: Cornelia Kranich Schneiter (mit Peter Schulthess)  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 23. März 2019, Zürich**  
**Mitgliederversammlung ASP (40-jähriges Jubiläum)**  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 6. April 2019, Zürich**  
**Weiter-/Fortbildung: Ansätze und Methoden in der Psychotherapie: Systemische Ansätze**  
Referent: Martin Rufer  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 7. April 2019, Zürich**  
**Weiter-/Fortbildung: Ansätze und Methoden in der Psychotherapie: Humanistische und integrative Verfahren**  
Referent: Peter Schulthess  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 3.–7. Juli 2019, Buenos Aires, Argentinien**  
**50<sup>th</sup> International Annual Meeting of SPR**  
Veranstalter: SPR  
Info: [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)
- 4.–6. September 2019, Bern**  
**Jahreskongress der SGPP und SGKJP**  
Info: [www.psy-congress.ch](http://www.psy-congress.ch)
- 7.–8. September 2019, Zürich**  
**Weiter-/Fortbildung: Psychotherapieforschung und ihre Implikationen für die Praxis**  
Referent: Volker Tschuschke  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 19.–21. September 2019, Krakau, Polen**  
**5<sup>th</sup> Joint UK and European Meeting of SPR**  
Veranstalter: SPR  
Info: [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)
- 16.–17. November 2019, Zürich**  
**Weiter-/Fortbildung: Ethische Fragestellungen und gesellschaftspolitische Zusammenhänge**  
Referent: Alberto Bondolfi  
Veranstalter: ASP  
Info: [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)
- 17.–20. Juni 2020, Amherst, USA**  
**51<sup>st</sup> International Annual Meeting of SPR**  
Veranstalter: SPR  
Info: [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)
- 26.–29. Juni 2020, Moskau, Russland**  
**9<sup>th</sup> World Congress for Psychotherapy**  
Veranstalter: WCP (World Council for Psychotherapy)  
Info: [www.planetofpsychotherapy.com](http://www.planetofpsychotherapy.com)



# Éditorial

Nous avons donné pour titre à ce feuillet « Mégadonnées et Psychothérapie ». Trois contributions en débattent : Dans le rapport du Congrès PSY, il est renvoyé à un exposé qui est approfondi dans une contribution dans la rubrique « Focus ».

Dans le dernier cahier, nous avons fait état de la psychothérapie via des moyens électroniques, c'est ainsi que s'ouvre désormais le champ de la psychothérapie assistée par ordinateur. À partir de toutes les informations possibles qui sont collectées à notre sujet sur Internet, les mégadonnées permettent de diagnostiquer également entre autres des maladies et d'établir des prévisions. Imaginez que l'ordinateur sait que vous avez un cancer bien avant que vous ne le sachiez vous-même ou que vous n'en ressentiez les symptômes. Et imaginez encore que votre assurance le sait bien avant vous. Il est également possible d'utiliser les données pour poser un diagnostic en cas de dysfonctionnements psychiques. Les diagnostics assistés par ordinateur sont recommandés aujourd'hui aux spécialistes de tout le secteur de la médecine. Par exemple, Dr Watson est connu aussi, c'est un ordinateur dans lequel vous pouvez saisir vos symptômes et qui vous établit alors le diagnostic correspond. Souvent, son diagnostic est meilleur que celui de votre médecin traitant. Mais, il se trompe aussi parfois. Il propose des mesures thérapeutiques, se base sur une *médecine basée sur les faits* et peut estimer votre observance thérapeutique. Cela étant, les données peuvent toutefois aussi être manipulées de différentes manières. Qui analyse les données sans que nous le sachions ? Que se passe-t-il avec et quelles sont les conséquences que nous devons supporter ? Qui peut et veut contrôler ce développement ? Un protecteur des données ? Il court en permanence après le développement.

Vous avez un compte Facebook ? Utiliser Instagram ? ResearchGate ? D'autres forums ? Communiquez sans sécurisation par e-mail ? Êtes-vous actif sur d'autres réseaux sociaux ? Vous utilisez Google, Yahoo et d'autres moteurs de recherche ? Vous achetez sur Amazon ? Votre smartphone peut être localisé par GPS ? – Ce sont tous des outils utiles, mais ils sont aussi source d'une énorme trace de données pouvant être évaluée sans que vous le sachiez.

Dirk Helbling, l'intervenant, a déclaré qu'il ne s'agit pas de diaboliser les mégadonnées ou de les apprécier, il s'agirait davantage d'en être

conscients et d'en discuter, au lieu de présager et d'accepter tacitement.

Dans la rubrique « Débats », Marianne Roth évoque également le thème des mégadonnées, et a montré à quel point les infos (*Fake News*) sont aujourd'hui incertaines, comment le mensonge devient une habitude et à quel point cela peut nous influencer. Beaucoup de choses que nous pensons choisir nous-mêmes sont au fond pilotées de l'extérieur. Manœuvre personnalisée de l'extérieur.

Un autre sujet dans ce cahier s'applique au caractère scientifique. Il en est également question dans le rapport sur le Congrès PSY, puis dans la rubrique « Psychothérapie à l'international », dans laquelle une autre expertise du Conseil consultatif allemand scientifique Psychothérapie est abordée. Un résumé complet d'une allocution de Jens Gaab sur la recherche en psychothérapie et sur les placebo (là aussi des données sont fébrilement collectées et souvent aussi manipulées) jette une lumière particulière sur l'état actuel de la recherche.

Dans la rubrique « Actualités », vous trouverez quelques informations précieuses sur et autour de l'ASP et dans « Psychothérapie à l'international », vous pourrez lire aussi le rapport sur les activités dans la PEA.

Et comme d'habitude, vous trouverez aussi dans le cahier à la rubrique « On se demande » un entretien avec un membre de l'ASP.

À la rubrique « Savoir », vous trouverez une contribution spécialisée sur la médecine psychosomatique issue de la zone linguistique italienne. Antonio Malgaroli, professeur en psychiatrie et neurosciences à l'université San Raffaele à Milan et à l'université Università della Svizzera à Lugano, décrit les processus informationnels complexes présents dans le cerveau qui relie psyché et soma. Il considère la séparation entre les souffrances psychiques et somatiques comme étant complètement dépassée d'un point de vue holistique et neuroscientifique.

Trois critiques de livre et le calendrier des manifestations concluent le cahier.

Si l'une ou l'autre des contributions devaient vous encourager à vouloir également écrire quelque chose à ce sujet, la rubrique « Débats » est parfaitement adaptée à un discours.

Je vous souhaite une bonne lecture.

Peter Schulthess, Rédacteur en chef



# Rapport de la Présidente

Gabriela Rüttimann



## Conclave de fin d'été du conseil d'administration

La retraite annuelle de notre conseil d'administration a eu lieu sur les rives du Lac des Quatre Cantons pour terminer l'été. L'ordre du jour très chargé allait de Modèle de la Prescription Médicale jusqu'à la Vision du futur de l'ASP. La discussion stratégique lancée au début de l'année a été conclue ici et un ensemble de mesures a été pris. La stratégie 2019–2022 sera présentée au printemps 2019 à l'Assemblée des membres.

Les préparatifs pour le 40e anniversaire de l'ASP battent leur plein. La fête d'anniversaire avec la précédente assemblée des membres a lieu à Zurich au KOSMOS. Dans la brochure d'anniversaire, l'historien Walter Aeschmann a élaboré l'histoire de l'association et le développement de la psychothérapie en Suisse qui y est associé. Comme déjà annoncé, l'évènement est prévu pour le 23 mars 2019. La manifestation d'anniversaire suivie d'un dîner aura lieu après l'assemblée des membres. Le programme et les invitations seront bientôt envoyés.

## Étapes juridiques conclues

Jusqu'à la clôture de la rédaction, notre progression sur le sujet du modèle de la prescription médicale n'était pas claire. Ce qui était toujours inquiétant c'est qu'au plus haut niveau politique, aucune différence claire n'a été faite entre le mo-



Les Président(e)s des associations : (de la gauche) Yvik Adler (FSP), Gabriela Rüttimann (ASP), Christoph Adrian Schneider (SBAP).

dèle de la prescription médicale et le modèle de la délégation et que l'intérêt pour notre préoccupation semble limité. Peu importe ce qui arrive, l'ASP a la ferme intention de mettre sur pied une procédure juridique ayant pour objectif de permettre le décompte des traitements psychothérapeutiques sans délégation avec l'assurance obligatoire. Nous sommes conscients qu'une telle procédure est un travail de longue haleine. Mais, nous ne sommes toutefois plus disposés à accepter ces manœuvres dilatoires année après année. La lettre de réponse du conseiller fédéral Alain Berset n'y change rien non plus, il envisageait une fois de plus que la procédure irait plus loin en intégrant les associations impliquées.

## Quelle quantité de pratique clinique est « suffisante » ?

La loi fédérale sur les professions relevant du domaine de la psychologie LPsy exige que les étudiants présentent « suffisamment » de pratique clinique dans leur formation post-graduée. Elle laisse l'aménagement de la pratique clinique aux organisations responsables. Dans la mesure où l'ASP a assumé la responsabilité pour les instituts qui se sont joints au concept d'ASP Integral pour son accréditation, c'est à nous de déterminer à quoi correspond « suffisamment ». Il est également de mise de discuter de ce point avec les membres collectifs qui se sont unis dans la Conférence de Charte. C'est une occasion de les sensibiliser à ce sujet.

En ce qui concerne les étudiants qui ont obtenu à l'étranger une partie de leur formation post-graduée, il est nécessaire de trouver aussi une règle. À l'occasion d'un cas concret dans le canton du Tessin, l'ASP a constaté que sur les deux années prescrites de pratique clinique, au moins un semestre doit être achevé dans un établissement de soins psychothérapeutiques psychiatriques en Suisse. Cette activité doit permettre en même temps au candidat ou à la candidate de découvrir de l'intérieur le secteur suisse de la Santé. La supervision doit être obtenue à 100 pour cent dans un institut suisse accrédité de formation post-graduée.

## Congrès PSY 2018 réussi

En tant partenaire de coopération de la Société Suisse de Psychiatrie et Psychothérapie (SSPP), l'ASP a participé, comme il y a quatre ans déjà, au Congrès PSY de cette année qui a eu lieu en sep-

tembre sur trois jours dans le Kursaal de Berne. Le congrès a été organisé sous le titre « Composantes du traitement et de la prise en charge d'individus psychologiquement malades ». Les quelque 1.200 participantes et participants ont eu l'occasion de participer à de nombreux symposiums, cours et événements open-space qui ont couvert un large éventail de sujets sur la psychiatrie et la psychothérapie.

Les trois associations ont piloté un panel concernant « Les soins aux malades psychiques en Suisse : aujourd'hui et dans le futur ». Le discours de la part des hommes politiques de la santé ne laisse rien présager de bon et reste bloqué dans la neutralité des dépenses. Les déclarations des représentants du gouvernement étaient vagues ou tournaient en rond. Les représentantes et représentants de l'Office fédéral de la Santé (OFS) et de SantéSuisse se sont cachés derrière les lois, de sorte que l'impression donnée était que rien ne changera dans les dix prochaines années. Le vieillissement et l'absence de relève dans la psychiatrie appellent justement à une égalité entre les professions relevant du domaine de la psychothérapie. Il semble toutefois que l'OFS voit la solution au vieillissement dans l'engagement de psychiatres de l'étranger, ce qui a déclenché la réponse laconique d'un participant du panel qu'il serait bientôt nécessaire de prendre un cours de langue lorsqu'on pénètre dans un hôpital.

L'ASP a collaboré au comité d'organisation du Congrès et a représenté un membre du comité scientifique, qui d'une part a fixé les thèmes des différents événements et d'autre part a passé au crible les résumés. La directrice générale de l'ASP a œuvré en tant que membre du jury des posters. Par ailleurs, nous avons fourni avec Rosmarie Barwinski un membre de l'ASP pour tenir un atelier. L'évènement passionnant et qui a connu une forte affluence sur le thème de « Favoriser la résilience dans la thérapie des traumatismes » a illustré pas à pas comment la régénération d'un trauma pendant le traitement psychothérapeutique peut augmenter la capacité de résistance d'une patiente ou d'un patient.

### Nouveau membre du conseil d'administration de la Suisse romande en perspective

Avec Sandra Feroletto, l'ASP est ravie de pouvoir présenter un nouveau membre du conseil d'ad-



Ont participé au panel (de la gauche): Sabine Schläppi, Sämi Rom, Dr. Magdalena Berkhoff, Daniel Habegger, Dr. Fulvia Rota, Stefan Spycher, Erika Ziltener, Simon Hofer.

ministration pour la Suisse Romande, qu'elle proposera à l'assemblée des membres pour le vote de confirmation. Ainsi, le conseil d'administration est à nouveau au complet et la représentation est garantie dans toutes les régions linguistiques. Selon le conseil d'administration, il s'agit d'une candidate très appropriée et elle s'intégrera remarquablement dans l'équipe existante. Sandra Feroletto est directrice de l'Association La Branche à Savigny qui compte 340 collaborateurs qui accompagnent 140 enfants et adultes présentant un handicap psychique dans l'enseignement scolaire, la formation, le travail et dans leur vie. Elle est en parallèle psychothérapeute libérale dans son cabinet Artepsy à St-Prex. Elle a obtenu sa formation post-graduée en psychothérapie à l'École Française d'Analyse Psycho-Organique (EFAPO) à Paris. Elle a complété sa formation et sa formation post-graduée avec différents cours dans des écoles supérieures et universités, par ex avec un CAS en médiation et une pratique de l'EMDR pour enfants et adultes. En tant que membre de l'ASP et déléguée occasionnelle de l'EFAPO dans la Charte, elle a déjà entretenu des contacts avec l'association de sorte que sa position et son orientation professionnelle ne sont pas inconnues.

Gabriela Rüttmann est présidente de l'ASP.

# Informations du secrétariat

Marianne Roth | Ursula Enggist | Claudia Menolfi

## EXCLUSIF POUR LES MEMBRES ASP

### Procès-verbal de l'assemblée ordinaire des membres du 24 mars 2018

Le procès-verbal en allemand, français et italien a été envoyé par mail à nos membres. Une version papier peut être commandée auprès du secrétariat et consultée sur le site Internet dans la rubrique des membres.

La prochaine assemblée des membres aura lieu le 23 mars 2019 à Zurich.

### Convention IV

Les psychothérapies pour enfants et mineurs, les difficultés à la naissance et l'intégration professionnelle peuvent sous certaines conditions être couvertes par l'intermédiaire des Soins Intégrés (IV). Les membres de l'ASP reconnus au niveau fédéral disposant d'une autorisation d'exercer ont la possibilité sur demande d'adhérer à la convention entre l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) et l'ASP. Notre site Internet ou le bureau de l'ASP qui réceptionne aussi les demandes fournit des informations.

### Formulaires de décompte

Pour la facturation de l'honoraire à leurs patientes ou patients, les membres peuvent commander auprès du secrétariat le modèle pratique et modifiable au format PDF ou le télécharger dans la rubrique protégée des membres sur le site Internet.

### Prestations et tarifs

La notice contenant les directives de l'ASP concernant les prestations et tarifs est consultable dans la rubrique des membres de notre site Internet à la rubrique « Notices ».

### Liste des caisses maladie

Savez-vous quelle caisse maladie rembourse quel montant pour la psychothérapie ? Demandez la liste des caisses maladie auprès du secrétariat ou informez-vous sur notre site Internet dans la rubrique « Téléchargements ».

### **Les membres de l'ASP sont des messagers et messagères des professions dans le domaine de la psychothérapie**

Profitez de l'occasion d'informer vos patientes et patients de votre reconnaissance fédérale et de la protection des titres. Expliquez-leur leurs droits et obligations, le secret professionnel et la protection dont ils bénéficient en étant votre patiente ou patient.

### NOUVEAU : Adresse mail HIN cryptée

Sécurisez votre adresse mail HIN personnelle cryptée à des conditions spéciales accordées aux membres de l'ASP. Vous garantissez ainsi un transfert protégé de vos données électroniques sensibles.

### Offres d'emploi et cabinets

Consultez la rubrique « Actualités » sur notre site Internet. En plus d'informations actuelles et de messages des associations, vous trouverez les appels d'offres pour des postes vacants et des cabinets. Vous avez une offre ou souhaitez de plus amples renseignements ? Contactez le secrétariat pour obtenir de plus amples informations sur le placement sur notre site Internet.

### Inscription de nos membres dans PsyReg

Tous nos membres ordinaires sont inscrits au PsyReg en tant que psychothérapeutes reconnus au niveau fédéral. Les nouveaux membres admis sont automatiquement communiqués à l'Office fédéral de la santé (OFS) pour inscription au registre. Vous devez envoyer vos souhaits de modification de votre inscription directement à l'OFS.

Les directions cantonales en charge de la santé sont compétentes pour l'inscription valable dans le PsyReg des autorisations cantonales d'exercer la profession.

### Devoir de formation continue des membres

Les psychothérapeutes sont tenu(e)s légalement de participer constamment à des formations continues. Elles visent au perfectionnement scientifique, à l'étude de la théorie ainsi qu'à l'élargissement et à l'approfondissement de compétences pratiques. Notre site Internet fournit de plus amples informations ainsi que notre programme complet de formation post-graduée à la rubrique « Formation post-graduée & Formation continue ».

### Publications et informations pertinentes en matière de psychothérapie

Dans la rubrique des membres de notre site Internet, vous trouverez des publications qui sont contraignantes pour vous en tant que membre de l'ASP. En plus des règlements, les notices font référence à diverses questions sur des domaines spécifiques des professions relevant du domaine de la psychothérapie. Utilisez notre secrétariat comme point d'informations et de renseignements.

### NOUVEAU : Archivage de votre documentation

Envisagez-vous de vous retirer de la vie active et souhaitez-vous archiver vos dossiers en toute sécurité ? Voulez-vous être sûr(e) que votre documentation recueillie soit conservée en toute sécurité au sens du règlement de succession ? L'ASP peut proposer en exclusivité à ses membres une solution abordable et sûre. Vous obtiendrez de plus amples renseignements auprès de notre secrétariat.



## ASSURANCES

### Pack Tout Compris

Grâce au contrat collectif avec notre agence d'assurances, Swiss Quality Broker AG, nous sommes en mesure de proposer à nos membres un pack exclusif de prestations abordables en assurances, qui contient les offres suivantes :

- Caisse maladie
- Assurance responsabilité civile professionnelle
- Assurance protection juridique
- Assurances de choses
- Assurance d'indemnités journalières en cas de maladie ou d'accident
- Assurance pour perte de gain

Les membres de l'ASP peuvent également profiter auprès de ZURICH Versicherung de cotisations avantageuses pour leur assurance automobile, deux roues, assurance habitation, responsabilité individuelle et assurances des biens.

Renseignez-vous sur les détails sur notre site Internet dans la rubrique protégée des membres.

*Autre recommandation :*

- **Caisse de retraite (deuxième pilier)**

La Pro Medico Stiftung Zurich propose aux membres de l'ASP, en tant que caisse de prévoyance d'association du deuxième pilier, la possibilité d'une prévoyance professionnelle souple. Il s'agit d'offres financièrement attrayantes en matière de prévoyance retraite individuelle pour les travailleurs indépendants et leur personnel.

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

[www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

Notre site Internet contient des informations intéressantes pour nos membres dans une rubrique protégée par mot de passe. Les dates de la prochaine assemblée des membres, des colloques de la Conférence de la Charte, des solutions en matière d'assurances, etc. sont également disponibles dans cette rubrique. Nous recommandons de la consulter régulièrement. En plus d'informations sur notre organisation et sur la psychothérapie en général, le site Internet contient des informations pour le grand public sur les thèmes :

- Politique professionnelle & développement professionnel
- Formation post-graduée & formation continue
- Science & recherche.

Des avis sur des manifestations en cours, des formations continues, des colloques, etc. sont disponibles sur notre site Internet à la rubrique « Agenda ».

### Actualités

Informez-vous par exemple sur la version du modèle de la prescription médicale ainsi que sur d'autres thèmes brûlants sur notre

site Internet à la rubrique « Actualités ». Avez-vous un souhait ou une suggestion ? Pour ce faire, adressez-vous à notre bureau.

## PUBLICATIONS

### Revue à jour ! – Développement professionnel en psychothérapie

La revue *à jour !* est l'organe bilingue (allemand et français) d'informations de l'ASP avec un contenu sur la politique professionnelle et la technique. Elle se veut être un lien entre nous en tant qu'association professionnelle et nos membres ainsi que toutes les lectrices et tous les lecteurs intéressés par la psychothérapie.

### Revue *Psychotherapie-Wissenschaft*

La revue *Psychotherapie-Wissenschaft* est au service du développement de la psychothérapie. Des articles sur la pratique et la recherche favorisent l'échange interdisciplinaire sur des questions fondamentales comme l'indication, la méthodologie et l'efficacité.

Deux numéros sont publiés deux fois par an. Par ailleurs, les articles des deux revues sont consultables sur Internet en version numérique à l'adresse : [www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)

### Annonces

Profitez de la possibilité de publier vos notifications ou annonces dans nos revues. Des psychothérapeutes praticien(ne)s ainsi que des professionnels issus de la science, la recherche et la pratique sont le public ciblé par les contributions publiées. Renseignez-vous auprès du bureau sur les possibilités de publication, les tarifs et les modes de parution.

### Newsletter

Notre newsletter vous informe des activités en cours de l'association ainsi que des développements en matière de politique professionnelle. Elle est publiée quatre fois par an.

## ORGANISATIONNEL

### Média

Le bureau reçoit avec plaisir les demandes des journalistes. Notre association réunit des praticiennes et praticiens expérimentés sur différents thèmes et méthodes thérapeutiques, également actuels.

### Membre du conseil d'administration de l'ASP

- Gabriela Rüttimann, Présidente
- Veronica Defièvre, vice-présidente, Direction Conférence de la Charte
- Nicola Gianinazzi, déléguée Suisse italienne
- Peter Schulthess, rédacteur en chef à jour ! et *Psychotherapie-Wissenschaft*



(de la gauche): Claudia Menolfi et Ursula Enggist

#### Bureau

- Marianne Roth, directrice générale
- Ursula Enggist, secrétariat
- Claudia Menolfi, secrétariat

#### Contact :

Téléphone : 044 268 93 00  
marianne.roth@psychotherapie.ch  
ursula.eggist@psychotherapie.ch  
claudia.menolfi@psychotherapie.ch

## Attualità dalla Svizzera italiana

Psicologia, Biomedicina e Supercalcolo neuroscientifico in avvicinamento

Nicola Gianinazzi



In accordo con il Comitato il mio ruolo si rafforza sempre più quale antenna di comunicazione tra la Svizzera italiana e le altre parti elvetiche.

Inoltre come delegato collaboro intensamente con l'IRG nel preparare e accompagnare le fasi conclusive dell'accreditamento definitivo: in particolare si è trattati di accompagnare anche la visita all'IRG degli esperti designati dall'AAQ.

Da quest'anno inoltre – entrando a far parte della redazione di *Psychotherapie-Wissenschaft* – la Svizzera italiana e il panorama italiano saranno più presenti e visibili nella nostra rivista tematica. Si è infine ulteriormente approfondito il lavoro di contatto con docenti universitari di varie università e facoltà ticinesi. Questa interessante attività di *public relations* è utile e necessaria per arricchire sia le proposte formative, sia i contributi delle nostre riviste associative, sia le prospettive di sviluppo della didattica e della ricerca. È in questo ambito che si approfondisce pure la collaborazione redazionale con la rivista *Psicoterapia e scienze umane* ([www.psicoterapiaescienzeumane.it](http://www.psicoterapiaescienzeumane.it)), di cui è co-direttore Paolo Migone.

#### Panorama ticinese

A partire dall'autunno 2020 all'USI inizieranno i corsi della Facoltà di Scienze biomediche, che

nasce a Lugano in collaborazione con le Università di Basilea e Zurigo, nonché con il Politecnico di Zurigo (ETH). Essa lavorerà in modo sinergico con altre Facoltà dell'USI in campi quali la comunicazione sanitaria, la gestione e l'economia della sanità, l'applicazione medica della scienza computazionale e dovrebbe pure includere la psichiatria.

Particolarmente affini al nostro ambito psicoterapeutico saranno materie – magari potenziali corsi di aggiornamento per noi psicoterapeuti – inerenti alle seguenti tematiche nel campo della relazione e della comunicazione in ambito sanitario (secondo quello che personalmente definirei il «Nuovo modello modulare di Scienze Psicoterapeutiche»):

Retorica, argomentazione e persuasione/La comunicazione del rischio/La promozione della salute e le campagne mediatiche/Processi e tecnologie della comunicazione/Management della comunicazione sanitaria.

Non bisogna infine dimenticare gli interessantissimi corsi su filosofia della mente ed epistemologia tenuti nel nuovo *Master of Arts* di Filosofia dell'USI, all'Istituto di Studi Filosofici (ISFI) o direttamente alla Facoltà di Teologia di Lugano (FTL).

Inoltre proprio a Lugano si trova il Centro Svizzero di Calcolo Scientifico (CSCS) del Politecnico di Zurigo (ETH).

«After an extensive hardware upgrade at the end of last year, the CSCS supercomputer Piz Daint is now the most powerful mainframe computer outside Asia. With a peak performance in excess of 20 petaflops, it will enable pioneering research in Switzerland and Europe.»

Al CSCS le zone di contatto neuroscientifico con la psicoterapia sono quelle già menzionate dello *Blue Brain Project* (BBP), ma se ne aggiungono altri:

1. Blue Brain Project del Politecnico Federale di Losanna (EPFL),
2. Scienze della vita: *Slidecast*: Capire il cervello attraverso la simulazione,
3. Scienze della vita: *Neuroscience to Benefit from Hybrid Supercomputer Memory*.

All'USI si tiene anche annualmente una Summer School in Public Health, organizzata in collaborazione con 8 Università svizzere e con la Foederatio Medicorum Helveticorum (FMH).

Tra l'altro un membro ASP, il medico anestesista-psicosomatista e psicoterapeuta Angelo Bona, è recentemente diventato membro di Comitato dell'Accademia svizzera di medicina psicosomatica e psicosociale (ASMPP).

Infine continua a progredire lo sviluppo della pagina Facebook e del gruppo Google «Psicoterapia svizzeroitaliana», gestiti a titolo personale dal sottoscritto – con quasi 2.000 iscritti – in collaborazione con diversi docenti universitari e ricercatori.

## Oltre la frontiera

L'Ordine degli Psicologi della Puglia (OPP) e il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi

(CNOP) ha promosso l'idea – fondata sulla ricerca – dello «Psicoterapeuta nell'ambulatorio del medico di famiglia.»

Per amore o per forza il medico di base dovrà dedicare formazione, professione e spazio/tempo alla relazione umana, all'ascolto, alla parola. Non è solo una visione: credo proprio che sia un processo in corso.

Questa competenza appartiene anche agli psicoterapeuti e dovrebbe poter risultare integrabile in una visione interdisciplinare, interprofessionale e di Sviluppo Umano Integrale, ben compatibile anche con il modello delle Scienze Psicoterapeutiche (SPT).

In questo senso va visto anche l'ultimo numero del 2017 di *Psicoterapia e scienze umane* – il cui editoriale abbiamo potuto pubblicare in anteprima – dove si dimostra come la psicoterapia possa contribuire in modo deciso a migliorare la presa a carico dei pazienti e a contenere i costi della salute di un sistema sanitario nazionale. Ad esempio la Gran Bretagna ha avviato un programma sperimentale specifico al riguardo. Il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi (CNOP) ha promosso anche un'iniziativa denominata «Lo psicologo in farmacia» che ha pure riscontrato un grande successo mediatico e politico-sanitario.

Infine segnalo la pubblicazione a inizio anno del *Nuovo Dizionario di Psicologia – Psichiatria, Psicoanalisi e Neuoscienze* di Umberto Galimberti di diversi autori della Svizzera italiana, tra cui anche qualche membro dell'ASP.

Nicola Gianinazzi è membro di comitato e delegato per la Svizzera italiana.

# Nouvelles de la Suisse italienne

Psychologie, Biomédecine et Calcul neuroscientifique en coopération

Nicola Gianinazzi



En accord avec le Comité, mon rôle est de plus en plus renforcé en tant qu'antenne de communication entre les régions italienne et autres régions suisses de la Suisse.

De plus, en tant que délégué, je travaille intensément avec l'IRG à la préparation et à l'accompagnement des étapes finales de l'accréditation ultime : en particulier, nous avons également été impliqués dans la visite des experts nommés par l'AAQ à l'IRG.

À partir de cette année, en devenant membre de l'équipe éditoriale de *Psychotherapie-Wissenschaft*, le panorama de la Suisse italienne et italien sera plus présent et visible dans notre revue thématique.

Enfin, le travail de contact avec les professeurs universitaires de différentes universités et facultés de la région du Canton du Tessin a continué à être exploré. L'intéressante activité de relations publiques est utile et nécessaire pour enrichir à la fois les propositions de formation, les contributions de notre association au développement du contenu des revues, et les perspectives de développement de l'enseignement et des activités de recherche. C'est dans ce contexte que la collaboration éditoriale est approfondie avec le journal *Psychotherapie et sciences humaines* ([www.psicoterapiaescienzeumane.it](http://www.psicoterapiaescienzeumane.it)) dont Paolo Migone est le co-directeur.

## Panorama du Tessin

Les cours de la Faculté de Sciences Biomédicales commenceront en automne 2020, à l'USI, un nouveau projet à Lugano en collaboration avec les Universités de Bâle et Zurich, ainsi qu'avec l'École Polytechnique de Zurich (ETH). Ce projet sera développé en synergie avec d'autres facultés de l'USI dans des domaines tels que la communication en matière de santé, la gestion et les sciences économiques en matière de santé, ou l'application médicale de la science informatique, et devrait aussi inclure la psychiatrie. En particulier dans notre secteur psychothérapeutique, il y aura des sujets – peut-être des cours de remise à niveau pour nous, les psychothérapeutes – concernant les sujets suivants dans le domaine de la coopération et de la communication en matière de santé (selon lesquels je définirais éventuellement personnellement le « Nouveau modèle modulaire des sciences psychothérapeutiques ») :

Rhétorique, argumentation et persuasion / Communication du risque / Promotion et campagnes médiatiques en matière de santé / Processus et technologies de communication / Gestion de la communication en matière de santé. Enfin, nous ne devrions pas oublier les cours intéressants sur la Philosophie de l'esprit et l'Épistémologie intégrés dans le nouveau Master des Arts de la Philosophie à l'USI, à l'institut des Études philosophiques (ISFI), ou directement à la Faculté de Théologie de Lugano (FTL).

Le Centre suisse d'Informatique Scientifique (CSCS) de l'École Polytechnique (ETH) à Zurich est également actif à Lugano.

*« Après une large mise à niveau matérielle à la fin de l'année dernière, le superordinateur CSCS, Piz Daint, est maintenant l'ordinateur central le plus puissant à l'extérieur de l'Asie. Avec un pic de performance en excédent de 20 pétaflops, il va permettre une recherche innovante en Suisse et en Europe. »*

À la CSCS, les domaines du contact neuroscientifique avec la psychothérapie sont ceux déjà mentionnés dans le *Blue Brain Project* (PPB), mais d'autres ont été ajoutés :

1. Blue Brain Project de l'École polytechnique fédérale de Lausanne (EPFL),
2. Sciences du vivant : *Diaporama* : Comprendre le cerveau par la simulation,
3. Sciences du vivant : *Les neurosciences au bénéfice de la mémoire hybride du superordinateur.*

L'USI organise aussi annuellement un cours d'été en santé publique, organisé en collaboration avec 8 universités suisses et avec la Fédération des médecins suisses (FMH).

Entre autres choses, un membre de l'ASP, le spécialiste en psychosomatique-anesthésiologie et psychothérapeute Angelo Bona est récemment devenu un membre du Comité de l'Académie suisse de médecine psychosomatique et psychosociale (ASMPP). Enfin, le développement de la page Facebook et du groupe Google « Swiss-Swiss Psychotherapy » que je gère personnellement continue à progresser avec près de 2.000 membres, en collaboration avec différents professeurs universitaires et chercheurs.

## Au-delà de la frontière

L'Ordre des psychologues des Pouilles (OPP) et le Conseil national de l'Ordre des psychologues (CNOP) ont promu l'idée, sur la base de la re-



cherche, du « Psychothérapeute dans le cabinet du médecin ».

Par amour ou par besoin de renforcement, le médecin traitant devra dédier les ressources en formation, profession et en espace/temps aux relations humaines, à l'écoute, à la communication. Ce n'est pas simplement une vision : Je crois que c'est un travail en progression.

Cette compétence appartient aussi aux psychothérapeutes et devrait pouvoir être intégrée dans une vision interdisciplinaire, interprofessionnelle et de Développement intégral de l'être humain, et bien compatible avec le modèle des Sciences Psychothérapeutiques (SPT).

En ce sens, nous devons regarder le dernier numéro de *Psychothérapie et sciences humaines*, dont nous avons pu publier l'éditorial sous la forme d'un aperçu, dans lequel il est démontré comment la psychothérapie peut contri-

buer d'une manière décisive à l'amélioration du soin du patient et à maîtriser les coûts de santé du système national de santé. Par exemple, la Grande-Bretagne a lancé un programme spécifique expérimental à cet égard.

Le Conseil National de l'ordre des psychologues (CNOP) a également promu l'initiative appelée « Le psychologue en pharmacie » qui a également bénéficié d'une large réussite médiatique et en matière de politique de santé.

Enfin, je mentionne la publication de plusieurs auteurs de la Suisse italienne, incluant certains membres de l'ASP, au début de l'année, du *Nouveau dictionnaire de Psychologie – Psychiatrie, Psychanalyse et Neurosciences* par Umberto Galimberti.

Nicola Gianinnazzi est membre du comité et délégué pour la Suisse italienne.

# Nouveauté en provenance de la Suisse Romande

Marianne Roth



L'ASP se réjouit de pouvoir faire confirmer par l'assemblée des membres au printemps 2019 l'élection de Sandra Feroletto en tant que nouveau membre du conseil d'administration. Le conseil d'administration fait usage à cette occasion de son droit de cooptation. Dans la phase actuelle, il est important que la position vacante en Suisse Romande soit rapidement occupée pour soutenir les institutions partenaires et souligner la prétention de l'association d'être active dans toute la Suisse.



Sandra Feroletto

Le portefeuille de la formation et de la formation post-graduée de Sandra Feroletto est impressionnant et très diversifié. Elle a obtenu son diplôme de psychothérapeute à l'École Française d'Analyse Psycho-Organique (EFAPO) à Paris. Elle a auparavant obtenu un master en histoire de l'art et psychologie à l'université de Lausanne et suivi une formation à l'école supérieure de Lausanne en tant qu'enseignante spécialisée. Par ailleurs, elle possède un Certificate of Advanced Studies (CAS) en médiation.

Sandra Feroletto dispose d'un bon réseau, connaît le « paysage de la psychothérapie » en Suisse Romande et se réjouit que l'ASP soit représentée d'une manière visible en Suisse Romande. Elle est prête à nouer des contacts avec les autorités, avec enthousiasme comme elle dit, et est convaincue que sa position sera épaulée par notre association.

En tant que membre de l'ASP, elle s'est confrontée à nos préoccupations et s'est intéressée entre autres aussi au dossier « Modèle de la prescription médicale » et au conseiller fédéral Alain Berset. Le fait que l'ASP est aussi active en matière de politique professionnelle lui plaît. Comme nous, elle pense que quelque chose doit avoir lieu dans ce cas.

Nous nous réjouissons de la collaboration avec Sandra Feroletto. Elle représente d'une part un renforcement de notre conseil d'administration et offre une garantie de rapprochement avec nos membres de la Suisse Romande.

Marianne Roth est directrice générale de l'ASP.

# Congrès PSY – Compte-rendu du colloque

Berne, 5 – 7 septembre 2018

Peter Schulthess

Le Congrès PSY a été organisé par la Société Suisse de psychiatrie et psychothérapie (SSPP) en partenariat avec l'ASP, la FSP et la SBAP. 1.200 personnes ont participé, une douzaine à peine sont des membres de l'ASP malheureusement. La grande partie des participants venaient de la SSPP dont les congrès annuels attirent toujours près de 1.000 psychiatres. Pourquoi si peu de personnes de notre association ? La dominance de la psychiatrie a-t-elle effrayé ? L'exposition industrielle avec de nombreux stands du secteur de la pharma était en réalité plutôt dissuasive pour les psychothérapeutes psychologues. Nous voulons d'autant plus rendre compte du congrès dans *à jour!* afin que la base des membres soit aussi informée de son contenu. En effet, en plus des présentations concentrées en psychiatrie et pharma, il y a eu aussi de précieuses contributions sur la psychothérapie.

En complément de ce qui a déjà été mentionné dans le compte-rendu de la présidente, j'ai fait part d'autres manifestations.

Dès le début du congrès, Peter Ventevogel de United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR) est intervenu à Genève sur le thème de la « Mental Health of Refugees in Global Perspective ». 1 pour cent de la population mondiale serait concernée par une dislocation forcée, il y aurait 22,5 millions de réfugié(e)s. La plupart viendraient d'états aux bas revenus, dans lesquels il y aurait aussi peu de ressources pour les soins de la santé mentale. L'absence d'offres dans les pays pauvres et dans les zones en guerre exigerait beaucoup plus que des connaissances spécialisées et des techniques de professionnels. Trois développements se dessineraient :

1. des approches en lien avec la communauté, qui utilisent des ressources d'auto-assistance et renforcent le lien social.
2. des interventions en psychothérapie brève qui sont aussi utilisées par des assistantes et assistants non professionnels que l'on forme et supervise.
3. intégration des soins de santé mentale dans les soins généraux des réfugiés.

En soirée, à la suite de l'inauguration officielle du congrès, Dirk Helbling, professeur au département des sciences informatiques, a donné une conférence sur « l'utilisation de l'informatique

cognitive dans la psychothérapie : Opportunités et risques » lors de la séance de l'ETH. Ces déclarations étaient tellement explosives qu'elles ont été spécialement résumées dans la rubrique « Focus » de ce cahier. Il est passé d'abord par le monde de la collecte des mégadonnées (cf. aussi la contribution de Marianne Roth sur les *Fake news*) jusqu'à la collecte de données dans le secteur de la santé en général, et pour finir jusqu'aux applications dans la psychothérapie et a abordé les opportunités et risques de cet univers de données qui nous attend.

L'exposé en plénière de Katharina Domschke, Fribourg-en-Brisgau, sur le thème de « l'épigénétique – le deuxième code dans les maladies psychiques » fut également passionnant. L'épigénétique est la spécialité de la biologie qui s'intéresse aux facteurs qui définissent l'activité d'un gène et donc temporairement le développement de la cellule. Les mécanismes épigénétiques comme la méthylation de l'ADN focalisent de plus en plus l'attention en tant que « charnier » biochimique entre « nature » et « nurture » dans la psychiatrie et la psychologie. En effet, l'épigénétique permet dans des changements environnementaux même subtils d'avoir accès à notre patrimoine génétique, une nouvelle étude montre que l'apparition de maladies ou la modification de traits de la personnalité pourraient être influencées d'une manière épigénétique : une contre-découverte importante à la thèse selon laquelle tout serait déposé dans nos gènes et donc irréversible ! Les



Audience intéressée

expériences relationnelles aussi dans une psychothérapie sont de tels facteurs environnementaux pouvant contribuer à ce que les prédispositions génétiques aient ou non un effet.

Un autre exposé en plénière fut instructif. Jens Gaab, Bâle, a donné un titre spécial à son allocution sur l'état de la recherche en psychothérapie : « La pointe de l'iceberg et le reste – oiseaux disparus, Benjamin Franklin et Stradivarius et ce que cela a à voir avec la psychothérapie ». Il a parlé des facteurs d'efficacité supposés depuis l'apparition de la psychothérapie avec la théorie du magnétisme de Mesmer jusqu'à aujourd'hui, il a parlé des résultats de la recherche sur les placebo et les a présentés à cet égard avec la psychothérapie. Qu'est-ce que le verum en psychothérapie ? Qu'est-ce que le placebo ? Il critique la recherche psychologique dans le sens que souvent seule la pointe observable, visible de l'iceberg est analysée, la grande partie passant inaperçue. Dans ce cadre, le Titanic aurait bien coulé en raison de la collision avec la partie invisible, et non en raison de la pointe de l'iceberg, a-t-il déclaré d'une manière métaphorique. Un article spécial dans la rubrique « Focus » de ce cahier est également consacré à ses déclarations. En plus des six allocutions principales, il y a aussi eu dix conférences « State of the Art » et des manifestations parallèles avec des conférences, ateliers ou symposiums et panels sur d'innombrables sujets. Les manifestations étaient dans l'ensemble d'un bon niveau.

Pendant tout le Congrès, un thème particulier s'est retrouvé dans les manifestations quotidiennes Open-Space qui ont tenu compte du fait que ce colloque PSY n'était pas seulement le congrès annuel des psychiatres suisses, mais avait été aussi organisé par les associations AFP, FSP et la SBAP.

La question centrale était : « Psychiatrie ET psychologie : Coopération ET concurrence en faveur des soins de personnes malades psychiquement – comment l'organisons-nous concrètement ? » Malheureusement, ces manifestations Open-Space ont obtenu peu d'attention et de visites. Lors d'une manifestation plénière, des résultats ont été communiqués et un panel final a été tenu avec des représentant(e)s des associations.



(de la gauche): Christoph Flückiger (FSP/Uni Zurich), Pierre Vallon (SSPP), Christoph Adrian Schneider (SBAP), Peter Schulthess (ASP)

Les patient(e)s ont pour leur part exigé de pouvoir entrer en contact avec des spécialistes et obtenir un accès facile à la psychothérapie, en tant que travail dans une expérience relationnelle et pas seulement être gavé de pilules. La SSPP a, quant à elle, souligné à quel point les psychiatres tiennent à la collaboration avec les psychologues et que cela fonctionnerait très bien aussi dans la pratique via la thérapie déléguée. Les associations de psychothérapie ont déploré qu'il faille un pied d'égalité pour pouvoir coopérer d'égal à égal : Même rémunération pour la même prestation lorsqu'il s'agit de la réalisation de la psychothérapie. Le modèle de délégation avec le contrat de travail qui y associé devrait être remplacé au moins par un modèle de la prescription médicale. Les associations en psychothérapie étaient d'accord sur le fait que l'on se fait davantage entendre qu'avant et que l'impasse actuelle avec la Tarmed et la répartition des fonds au sein de la FMH, la pression des économies de Santéuisse, devait être surmontée. Les manœuvres dilatoires de l'OFS exprimées aussi par le panel décrit par Gabriela Rüttimann doivent cesser avec différentes mesures : voie juridique, pétition, nouveau modèle d'assurance, manifestations.

Peter Schulthess est membre du conseil d'administration de l'ASP.



# Rapport des rencontres EAP et du 23e congrès EAP à Belgrade

Peter Schulthess

Les rencontres d'automne de l'EAP ont eu lieu du 18 au 20 octobre 2018 à Belgrade. Le 23e Congrès spécialisé de l'EAP a eu lieu en parallèle du 18 au 21 octobre, il fut simultanément le 8e Congrès de l'Association Serbe de Psychothérapie.

## L'EAP a un nouveau Président

Charles Cassar en provenance de Malte a repris, en tant que vice-président de façon statutaire, un peu plus tôt que prévu la fonction de Président, après que l'actuel Président, Philippe Vranken originaire de Belgique, ait renoncé à son poste début mai en raison d'un conflit avec le Conseil d'administration. Son mandat aurait dû durer encore jusqu'à février 2019. Il en a fait part dans une lettre adressée aux membres du Conseil d'administration élargi, sans que la raison réelle du conflit en ressorte. Des craintes selon lesquelles une partie du Conseil exécutif ne voulait pas le suivre sur le plan politique dans la mise en œuvre des décisions du Conseil d'administration élargi, également sur le plan du lobbying, se sont révélées infondées. En dépit des discussions qui se sont tenues au début de la rencontre de Belgrade, les raisons du retrait en conflit restent floues.

Philippe Vranken fut un président très proactif, qui a initié de nombreux changements dans l'EAP et nombreux étaient ceux qui le considéraient comme un porteur d'espoir. Les représentants des anciennes structures du pouvoir ne le voyaient pas d'un très bon œil et ont essayé d'entraver le président.

Même s'il se retire prématurément, la dynamisation de l'EAP lui revient.

Charles Cassar a l'intention de continuer à faire avancer les réformes et activités lancées par Philippe Vranken et notamment sur la scène européenne, à continuer à être politiquement actif pour notre profession. Il a pour mérite la promulgation à Malte d'une loi sur la psychothérapie qui ne considère pas la profession de psychothérapeute comme une profession psychologique ou médicale, mais comme un métier scientifique indépendant en toute autonomie.

## Nouvelle loi sur la psychothérapie à Malte et en Croatie

Au fil des années, des lois régissant la psychothérapie comme une profession indépendante sont

entrées en vigueur dans les deux pays. C'est un progrès et un succès importants pour l'EAP aussi. Une réforme dans le secteur de la formation des hautes écoles y est associée. Il est désormais non seulement possible d'obtenir un diplôme universitaire sous la forme d'un Master ou d'un PhD en psychothérapie, mais les établissements de formation postgraduée ont la possibilité de se faire reconnaître en tant que hautes écoles de pratique (ce qui correspond chez nous aux écoles techniques) et de proposer à la fois des programmes de master et de doctorat. À l'avenir, il sera ainsi possible à Malte d'obtenir un master en Gestalt-thérapie ou un PhD en Gestalt-thérapie, dans la mesure l'Institut local en Gestalt-thérapie a reçu la reconnaissance d'école technique. De tels programmes (pour différentes orientations thérapeutiques) existent depuis longtemps dans l'espace anglo-saxon sous la forme de projets de coopération d'instituts privés de formation postgraduée avec des universités.

## Comptes-rendus de colloque

Le Président du Comité pour la Science et la Recherche (SARC), Peter Schulthess, a fait un compte-rendu des trois congrès scientifiques auxquels s'est rendu le SARC cette année. Lors du congrès de l'Association européenne de Psychiatrie (EPA), il s'est avéré que la psychothérapie et la recherche en psychothérapie n'ont guère suscité le débat. Les présentations ont concerné des sujets psychiatriques, neuroscientifiques et pharmacologiques. Le Conseil d'administration de l'EPA s'intéresse toutefois à faire connaître davantage la psychothérapie à ses membres et recherche la coopération et la participation de l'EAP pendant les congrès.

La revue *Psychotherapie-Wissenschaft*, cahier 2-2018, a rendu compte des congrès de la Fédération Internationale de Psychothérapie (IFP) et de la Société pour la Recherche en Psychothérapie (SPR) de façon approfondie. Des conclusions choisies sur l'état de la discussion ont également été transmises au Conseil d'administration. Les membres du Conseil d'administration élargi de l'EAP ont exprimé leur reconnaissance pour ces rapports. Il a été souhaité que les données de congrès de l'EAP soient mises à disposition sur le site Internet (pas seulement les propres données), tout comme des liens vers des revues majeures.



### Nouveau secrétariat et nouveau comité des finances

Le bureau de l'EAP a déménagé pour des raisons de coût. Il se trouve désormais dans la Mariahilfer Strasse 1d/3e étage/porte 13, 1060 Vienne. Les finances sont un sujet brûlant à l'EAP : les recettes diminuent, les dépenses augmentent. Il est nécessaire de le maîtriser en créant des possibilités de recettes supplémentaires et en abaissant les coûts. Un groupe de travail vient d'être lancé, devant agir comme un comité des finances et qui approfondit des idées correspondantes, s'exprime en tant qu'organe consultatif du trésorier et du Comité exécutif.

### Chambre des établissements de formation postgraduée

Pour la seconde fois a eu également lieu une réunion des représentants des établissements de formation postgraduée avec accréditation EAP. Cela a permis au SARC de présenter une nouvelle fois l'étude SPRISTAD de la SPR et d'inciter les établissements de formation postgraduée à participer. La SPRISTAD analyse le développement professionnel et personnel des participantes et participants à la formation postgraduée pendant le déroulement de leur formation. Cela a permis par ailleurs de s'intéresser au perfectionnement des programmes de sorte qu'ils atteignent le niveau de formation 7 (correspond à un Master). Pour ce faire, il est nécessaire qu'un module de recherche fasse également partie des programmes de formation postgraduée. Il faut continuer à approfondir ce sujet lors des prochaines réunions avec une manifestation d'une journée. Dans la révision en cours des statuts, les établissements de formation postgraduée devraient obtenir une chambre personnelle.

### Document sur le Brexit du point de vue des psychothérapeutes

Sur demande de la Présidente de l'Association britannique de psychothérapie (UKCP), les intéressés se sont réunis lors d'une réunion séparée afin d'échanger sur le Brexit à venir et ses effets sur les psychothérapeutes, la formation et les patientes et patients. Des aspects ont été réunis qui doivent être ultérieurement compilés lors des réunions en un seul document qui devrait être aussi mis à disposition politiquement au niveau de l'Union européenne et des parlementaires britanniques.

### Colloque réussi

Près de 500 participants sont venus au congrès mentionné au début et qui avait lieu en parallèle. Le sujet du colloque était : « Sense and Sensitivity in Psychotherapie ». De nombreux exposés techniques et ateliers en serbe et en anglais ont été proposés. Les congrès de l'EAP donnent toujours l'occasion à l'association nationale organisatrice de faire connaître l'implication européenne de l'association nationale pour ses membres, en invitant des intervenantes et intervenants des instances de l'EAP. À l'inverse, l'EAP peut se présenter aux membres d'une association nationale avec ses réalisations pour la profession de psychothérapie. Le SARC a aussi utilisé l'opportunité de rendre compte, par l'intermédiaire de « Sense and Sensitivity in Psychotherapiy Research », afin d'inciter les praticiennes et praticiens à la participation.

Peter Schulthess est membre du Conseil d'administration de l'ASP et la représente en collaboration avec Gabriela Rüttimann dans l'EAP.

# Allemagne : Expertise de la WBP sur la Gestalt-thérapie

Peter Schulthess

Dans le dernier numéro de *à jour!* « Développement professionnel en Psychothérapie », il a été fait état de l'expertise du Conseil scientifique allemand Psychothérapie (WBP) de décembre 2017 sur la psychothérapie humaniste. La Gestalt-thérapie y fut interprétée comme une approche psychothérapeutique parmi les méthodes de la psychothérapie humaniste. La question sur la prise en compte de la Gestalt-thérapie au sens de la loi allemande sur la psychothérapie (PsychThG) comme un procédé propre n'y a pas encore obtenu de réponse, car la demande correspondante n'a même pas été faite. Les orientations psychothérapeutiques humanistes participantes ont essayé de faire reconnaître la « psychothérapie humaniste » en tant que procédé, ce que la WBP n'a pas fait. L'argument est que la « psychothérapie humaniste » ne serait pas un processus homogène, mais davantage un terme générique pour différentes orientations thérapeutiques dans la tradition de la psychologie humaniste.

En juin 2018, la WBP devait désormais décider dans une autre expertise si la Gestalt-thérapie pouvait être scientifiquement reconnue comme un procédé. Une requête correspondante a été déposée par l'Association faitière allemande de Gestalt-thérapie de psychothérapeutes habilités (DDGAP) sous l'égide de Lotte Hartmann-Kottek. Dans la mesure où la demande « Psychothérapie humaniste » intégrait déjà la Gestalt-thérapie, l'analyse de la demande avait été pour le moment suspendue jusqu'à la conclusion de la première procédure. La WBP est arrivée dans une première étape à la conclusion que la Gestalt-thérapie était un procédé conformément aux critères de la note méthodologique de la WBP.

Dans une deuxième étape, l'efficacité de la Gestalt-thérapie a été vérifiée sur la base des études remises. Ce contrôle a été effectué séparément en fonction du domaine de trouble, dans la mesure où la WBP suppose que l'efficacité dans un domaine de trouble ne permet pas de conclure qu'un procédé est également efficace dans d'autres domaines d'application. Dans le domaine des « troubles affectifs », la Gestalt-thérapie est considérée comme un procédé scientifiquement reconnu, dans la mesure où (seulement) trois études sur la psychothérapie axée sur les émotions (EFT) issues du groupe de chercheurs autour de Lesley Greenberg ont été reconnues. La recherche sur l'EFT a été prise en compte par la WBP, à la fois pour l'EFT ou la thérapie centrée sur la personne et la Gestalt-thérapie, dans la mesure où il y a entre elles d'énormes

points communs. Dans le domaine d'application « Troubles anxieux et obsessionnels compulsifs », la seule étude prise en compte a été rejetée, car elle ne pouvait démontrer aucune supériorité de l'EFT par rapport au groupe de contrôle sur les placebo. Une étude méthodologiquement suffisante a été aussi rejetée dans le domaine d'application « troubles somatoformes et dissociatifs », car elle ne pouvait démontrer aucune supériorité par rapport aux conditions de contrôle. Dans le domaine « troubles d'adaptation et syndromes de stress », une étude de Butollo a été reconnue comme preuve d'efficacité de la Gestalt-thérapie. Dans le domaine des « facteurs psychiques et sociaux dans les maladies somatiques », deux études prises en compte sur l'EFT ont été reconnues en tant que preuves d'efficacité, deux autres études suffisantes sur le plan méthodologique ont cependant été refusées. Dans le domaine « troubles mixtes », une étude de Paivio et Nieuwenhuis a été reconnue comme preuve d'efficacité de l'EFT. Pour conclure, la WBP résume son appréciation de la façon suivante : « Chez les adultes, il est possible de constater la reconnaissance scientifique dans le domaine d'application « troubles affectifs » selon les critères développés par la WBP pour la Gestalt-thérapie. »

Chez les enfants et les adolescents, cela n'est en revanche pas possible, car aucune étude appropriée n'a été présentée et n'a pu également être identifiée dans une recherche bibliographique complète.

Dans une troisième étape, la WBP a vérifié si la Gestalt-thérapie pouvait être admise en tant que formation approfondie et répond négativement à cette question, car la reconnaissance scientifique a pu être constatée uniquement dans le domaine « troubles affectifs » chez les adultes. Pour être reconnu comme procédé de formation approfondie, il est nécessaire qu'au moins trois domaines d'application (ou voire quatre, en fonction des domaines), respectivement au moins trois études, soient reconnus.

Il faut rappeler à nouveau que les critères de la WBP définissant la prise en compte d'études sont extrêmement problématiques. Parmi les 313 études remises, seulement 21 études ont été entièrement évaluées pour la Gestalt-thérapie. Le reste a été exclu après examen des critères minimaux méthodiques définis par la WBP elle-même.

Peter Schulthess est membre du conseil d'administration de l'ASP.



# Mégadonnées, fake news et influence extérieure

Marianne Roth



« L'immaturation est l'incapacité d'employer son entendement sans être guidé par autrui. »

Immanuel Kant, Qu'est-ce que l'Aufklärung?  
(1784)

Il y a quelque temps, j'avais l'intention d'acheter un fauteuil et j'ai pour cela consulté sur Internet différents fournisseurs via Google. J'ai cliqué et observé de plus près les quelques modèles qui m'avaient tapé dans l'œil. À ma grande surprise, j'ai été submergée les semaines qui ont suivi d'offres de fauteuils, dès que j'ouvrais n'importe quel site sur n'importe quel appareil, les modèles que j'avais examinés de plus près étant toujours présentés au premier plan. Finalement, j'ai laissé tomber l'achat sur Internet et acquis la nouvelle pièce dans un bon vieux magasin de meubles.

## Produit Homme

Facebook nous informe dans ses directives relatives aux données :

« Nous utilisons les informations mises à notre disposition (y compris tes activités à l'extérieur de nos produits, par ex. les sites Internet que tu as visités et les annonces publicitaires que tu as vues), afin d'aider les publicitaires et autres partenaires à mesurer l'efficacité et la diffusion de leurs annonces publicitaires et services et pour obtenir des informations sur les types de personnes qui utilisent leurs services, ainsi que sur les personnes qui interagissent avec leurs sites Internet, applications et services. »

Ce qui est collecté par Facebook n'est cependant pas seulement le comportement d'achat des visiteuses/visiteurs, mais cela concerne aussi les préférences politiques, religieuses, idéologiques, sexuelles et autres qui sont collectées sur la base des sites Internet consultés et qui doivent le plus précisément possible représenter le profil d'une personne. Avec mes visites sur Internet, j'ai donc fourni à Facebook gratuitement et généreusement mon profil personnel, un paradoxe de première qualité, alors que je m'efforce toujours de divulguer le moins possible sur ma personne. L'objectif de cette frénésie de collecte de Facebook and Co. n'est pas de me rendre service, mais de fournir les profils d'utilisateur ayant un gain le plus élevé possible à des acheteurs(euses) potentiel(le)s, c'est-à-dire à des annonceurs de tout type. En tant qu'utilisatrice de Facebook and Co., je suis devenue un produit commercia-

lisé. Le commerce avec ces produits « humains » est depuis longtemps devenu une affaire de milliards. En parallèle, cela génère chez les géants de la technologie une accumulation de pouvoir qui a pris des dimensions que nous ne pouvons pas imaginer. Ce n'est pas pour rien que les données sont appelées dans la Silicon Valley le « nouveau pétrole ». La frénésie de collecte est logiquement suivie d'un flux d'informations.

Depuis longtemps, les annonceurs ne sont pas les seuls à tirer profit de ces données. Les partis politiques se servent aussi de ces profils d'utilisateurs de la même manière que les médias, les entreprises, les théoricien(ne)s du complot et enfin aussi les gouvernements. Comme l'ont signalé différents médias, le gouvernement chinois par exemple a mis en place un système social de points qui évalue le comportement des citoyen(ne)s. Ce comportement a un effet négatif sur les individus, si l'évaluation s'avère négative. Si l'évaluation est positive, les personnes concernées peuvent profiter de toutes sortes d'avantages dans le système. En d'autres termes, le gouvernement exerce le contrôle total sur ses citoyen(ne)s. Par ailleurs, les géants en ligne comme Facebook, Google, Amazon, etc. ne sont pas loin d'un tel système dans le monde occidental et dans la manipulation de nos données.

## Quête d'attention

Le philosophe Vincent F. Hendricks, qui a rédigé avec Mads Vestergaard le livre *Postfaktisch*<sup>1</sup> oppose le temps limité du consommateur/trice de médias au flux quotidien d'informations et en déduit que la monnaie du présent serait l'attention. La quête d'attention d'innombrables fournisseurs d'informations a dérapé sur tous les canaux pour devenir une concurrence impitoyable résumée sous le terme de « Économie de l'attention ». Selon cette logique, Twitter a le mieux interprété les signes du temps avec ses 140 caractères, le jouet favori du président américain, qui lance de cette façon sa dose quotidienne de tweets sur l'humanité. Il est peu probable qu'il secrèterait autant de notifications s'il

1 Hendricks, V.F. & Vestergaard, M. (2018). *Postfaktisch : Die neue Wirklichkeit in Zeiten von Bullshit, Fake News und Verschwörungstheorien*. [La nouvelle réalité en ces temps de baratin, de fake news et théories du complot]. Munich : Blessing.



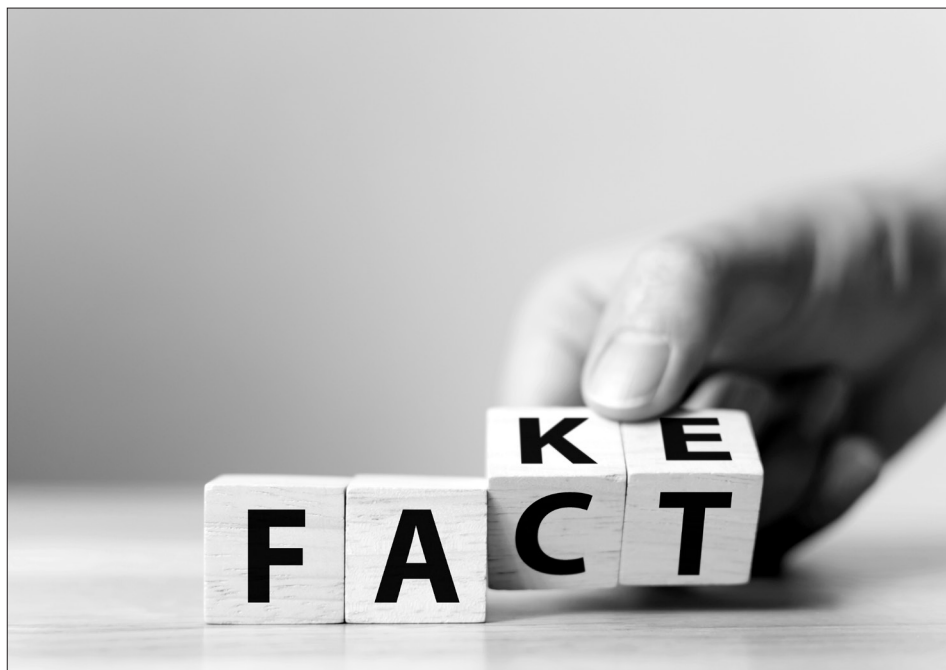
devenait s'asseoir devant un ordinateur et écrire ses « messages » d'une manière ordinaire.

Il serait présomptueux d'accuser tous les acteurs/trices de la manipulation qui essaient de servir leur base ou leurs fidèles. Car, la tentative de prise d'influence n'est pas non plus nouvelle, il existe également de nombreux exemples de portée historique. Ce qui est nouveau c'est le fait que les réseaux sociaux permettent de diffuser des informations non filtrées et d'une manière virale à un public sélectionné de manière ciblée. À cette occasion, les messages sont agencés de sorte qu'ils s'adaptent à la vision du monde du groupe-cible fixé. Google, Facebook, Twitter et tous les autres services en ligne permettent d'être servis en informations ciblées que nous partageons avec des personnes aux intérêts communs et qui nous donnent le sentiment agréable d'être du bon côté. Le but est principalement de créer un sentiment d'appartenance et ainsi de faire naître une circularité de confirmation. Lorsque ce sentiment d'appartenance s'est installé, nous nous mouvons dans la célèbre bulle de filtres dans laquelle les informations ne sont le plus souvent plus mises en cause. Dans une telle bulle de filtres, un message peut également se renforcer de manière négative, des sentiments d'impuissance, de peur et de menace se solidifier, ce qui ouvre la porte aux manipulations.

### Lorsque mentir devient une habitude

Tandis que le langage populaire jusqu'à récemment disait que « les mensonges résistent mal à l'épreuve du temps », la situation a changé d'une manière écrasante. Ce n'est pas qu'il n'existait pas aussi de tentatives de dissimulation et de manipulation il y a quelques années auparavant, dans toute l'histoire de l'humanité. Mais, les mensonges étaient à tout prix dissimulés ou balayés sous le tapis. Si le menteur ou la menteuse se faisait prendre, cela était associé à la honte et à la faute. Les mensonges devaient encore être révélés et avaient dans de nombreux cas de graves conséquences. Entre-temps, une sorte de compétition du mensonge a été lancée, nous sommes entrés dans l'ère de la post-vérité. Les bots<sup>2</sup> et

2 Les bots informatiques sont des scripts informatiques automatisés utilisés sur Twitter ou des portails d'évaluation par ex. Leur programmation est simple, on peut les fabriquer des millions de fois. Ils peuvent



les trolls<sup>3</sup> informatiques sont non seulement en route à la solde des gouvernements et partis, les représentant(e)s gouvernementaux eux-mêmes mentent publiquement à tour de bras. Ce qui est le plus surprenant ici c'est qu'ils s'en sortent jusqu'à présent plus ou moins indemnes lorsqu'ils savent le gérer « correctement » ou s'excusent de leur comportement au bon moment. Mais il est faux de croire que cela ne laisse aucune trace.

Récemment, des rapports ont parcouru les médias, selon lesquels un nouveau « trouble » serait apparu aux USA auquel seraient confrontés de plus en plus de thérapeutes : le « Trump Anxiety Disorder » (« Trouble anxieux Trump »). Le terme fut façonné par la psychologue clinique Jennifer Panning dans un essai publié par des psychiatres de l'Harvard Medical School et confirmé par de nombreux psychologues et psychothérapeutes aux USA. Selon Panning, le trouble anxieux Trump se distingue des autres formes de peur, parce que le symptôme ferait ré-

se faire passer pour un être humain et orienter le discours politique.

3 Les trolls professionnels rédigent des allocutions (propagande) pour le compte d'un donneur d'ordre, généralement de forme politique, sur Internet avec l'objectif de dénigrer l'opposition, de déformer les faits ou de diffuser des fake news.

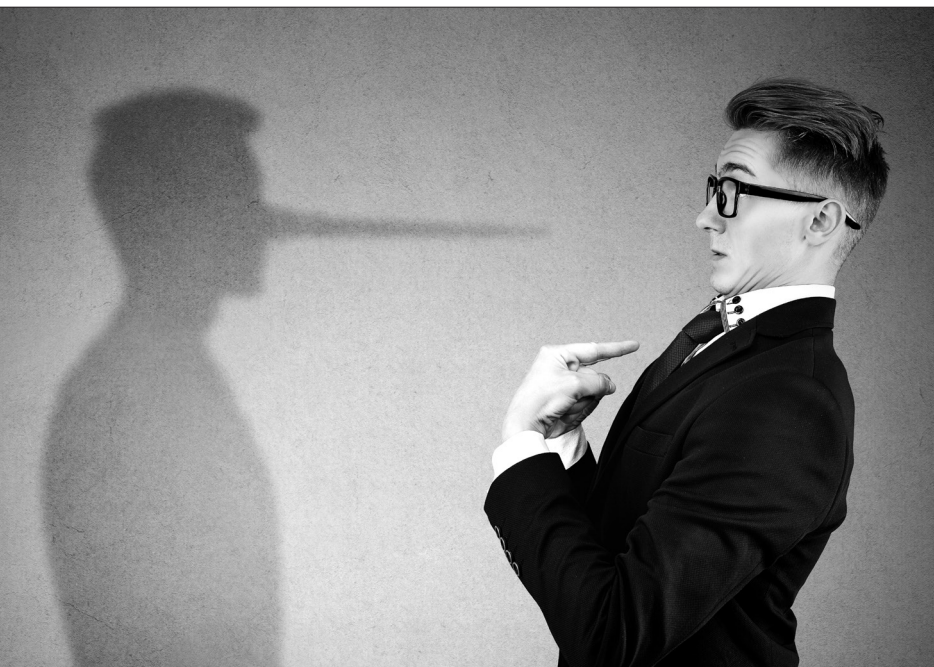
férence spécifiquement à l'élection de Trump et au climat sociopolitique qu'il n'avait pas prévu et qui déclencherait une grande incertitude apparaissant pour cette raison chez de plus en plus de personnes. Même si cela n'est pas un diagnostic officiel, les symptômes se composent du sentiment de perte de contrôle, d'impuissance et de colère par rapport à ce qui se passe dans le pays et ce que pourrait déclencher dans le monde la politique dominante imprévisible. Selon Panning, la consommation médiatique excessive intensifie les peurs existantes, car on s'interroge continuellement sur ce qui pourrait bien arriver. L'American Psychological Association (APA) a effectué en 2016 et 2017 des sondages sous le titre « Stress in America »<sup>4</sup>. En août 2016, 3.511 adultes de plus de 18 ans ont été interrogés, parmi eux 52 pour cent déclaraient que l'élection présidentielle les stresseraient explicitement. En janvier 2017, 1.019 adultes de plus de 18 ans ont été à nouveau interrogés sur leur ressenti de stress par rapport au climat politique, à l'avenir du pays et aux élections. Entre août 2016 et janvier 2017, le niveau de stress a augmenté de 4,8 à 5,1 points, 1 signifiant peu et 10 beaucoup de stress. La conclusion de la directrice de l'APA, Katherine C. Nordal, était que le stress perceptible en lien avec des sujets politiques serait une forte source d'inquiétude, dans la mesure où il serait difficile aux Américains/es de s'y sous-

traire. Ils seraient entourés de discussions, de messages et de réseaux sociaux qui leur rappelleraient continuellement les choses qui les stressent le plus.

### Am feinsten lügt das Plausible [le plausible ment le plus finement]<sup>5</sup>

Ce qui se joue autour des élections, non seulement aux USA, mais également dans les pays européens, sape la démocratie et les acquis des Lumières. Les attaques des hackers ciblent les électeurs/trices pour leur fournir de fausses notifications avec pour objectif de dénigrer les candidats/es identifiés comme opposants, d'influencer le comportement des électeurs et finalement de porter atteinte au tissu social. Les élections du 9 septembre en Suède, un pays traditionnellement libéral et ouvert d'esprit, ont démontré à titre d'exemple comment le système de « fake news » peut influencer l'opinion publique. Il a réussi à renforcer auprès des nationalistes de droite une méfiance existante ou des peurs présentes latentes et à influencer au global le climat politique. C'est ainsi que des affirmations à sensation et fausses circulent sur la criminalité croissante en Suède et sur les conséquences désastreuses de la politique suédoise en matière de migration. Il a même été répandu que la police n'oserait plus aller dans certains quartiers de Malmö, ce que la police elle-même réfute. Une overdose de fausses notifications et de représentations déformées des faits a permis en permanence de distiller dans la tête des gens, comme un poison, des peurs, méfiances et de la haine, ce qui au final a eu un effet sur le comportement électoral de nombreux Suédois(es). Mais, une société frappée par la peur, des sentiments de menace et la haine ne promet rien de bon pour l'avenir d'un pays.

Marianne Roth est directrice générale de l'ASP.



4 Le rapport est consultable à l'adresse : [www.stressinamerica.org](http://www.stressinamerica.org)

5 Dans le monologue – aphorismes : Emil Gött (1864–1908), écrivain et philosophe allemand.

# Recherche en psychothérapie : La pointe de l'iceberg et le reste

Peter Schulthess

À l'occasion du Congrès PSY à Berne (cf. compte-rendu du colloque dans ce cahier), Jens Gaab a fait un discours remarquable sur la recherche en psychothérapie. Jens Gaab est professeur de psychologie clinique et de psychothérapie à l'université de Bâle. Ses explications sont restituées ci-après sous forme de résumé.

Dans la recherche en psychothérapie, une quantité énorme de données ont été rassemblées depuis ses débuts. En 1909, il existait tout juste deux études, il y en a aujourd'hui selon pubmed.gov (une sorte de Google de la recherche médico-clinique) entre 8.000 et 9.000 par an, donc un comportement des chercheurs plus qu'actif. L'hypothèse selon laquelle il existe pour les troubles psychiques des causes spécifiques et des traitements spécifiques est un moteur de cet activisme de recherche. Cette hypothèse revient à Freud, qui voulait intégrer ainsi la psychanalyse (psychothérapie) dans le système de la médecine.

Dans la mesure où jusqu'à aujourd'hui toutes les approches thérapeutiques doivent démontrer, pour être reconnues scientifiquement, qu'elles ont la même efficacité que d'autres processus (ou qu'elles sont même plus efficaces, qu'elles agissent plus spécifiquement), la recherche y contribue sous la forme d'une concurrence entre ceux qui seraient meilleurs et plus efficaces.

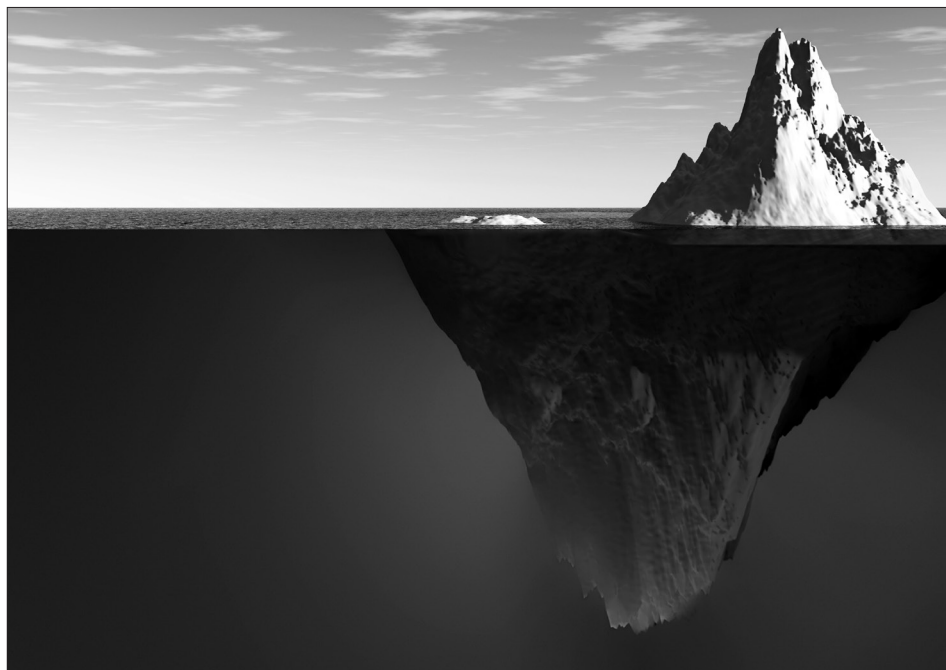
Étrangement, les premières hypothèses sur la psychothérapie reviendraient à l'hypothèse d'un magnétisme animal de Franz Anton Mesmer. Nous connaissons aujourd'hui environ 200 différents procédés psychothérapeutiques et 500 méthodes. La Society of Clinical Psychology (une division de l'APA) classe les procédés et méthodes selon les points de vue de la médecine basée sur des preuves et a élaboré des critères qui s'appliquent à la scientificité.

Sur la base de la recherche, les premiers doutes sont apparus sur l'hypothèse que les troubles psychiques ont des causes spécifiques et pourraient être soignés par des traitements spécifiques. Il fut supposé que les différents procédés thérapeutiques montraient des succès quelque peu similaires (verdict du dodo). Cette hypothèse publiée par Rosenzweig en 1936 fut la base à la formulation de facteurs généraux, respectivement communs, d'efficacité des différents concepts thérapeutiques. Comment pourrait s'expliquer le fait que des concepts thérapeutiques avec des théories différentes, voire opposées, donnaient lieu à

des succès thérapeutiques similaires ? C'était un premier indice qu'il devait bien exister dans la psychothérapie d'autres facteurs d'efficacité que des interventions spécifiques pour des troubles spécifiques. On a conclu que les méthodes seraient identiques ou interchangeable et que c'est la croyance du thérapeute dans l'efficacité de ses interventions spécifiques qui permet la réussite. L'intervenant a utilisé l'image d'un iceberg pour démontrer qu'il ne suffit pas que la recherche analyse simplement la pointe qui émerge de l'eau et néglige les 91,68 pour cent du volume qui repose sous l'eau. Mais qu'il y a-t-il en dessous de la surface de l'eau pour ce qui est des interventions ? Le placebo !

Il est possible que le placebo ait été d'abord introduit par l'Église catholique pour diagnostiquer la possession par le diable. On projetait de l'eau bénite sur une personne à expertiser. Si elle criait et se déchainait, c'était la preuve de la possession et de la présence du diable, ce qui signifiait l'indication d'un processus d'exorcisme. De l'eau normale était alors aussi projetée à titre de comparaison. Si la personne criait aussi et se démenait, c'était alors la preuve que le diable n'était pas en elle, mais qu'elle était folle. Elle était internée. C'est ainsi que le placebo a sauvé quelques vies (Kaptchuk et al., 2009).

Dans des essais avec le magnétisme de Mesmer sous Louis XVI, il a été démontré que l'effet de



guérison souhaité apparaissait alors aussi même lorsque personne ne se tenait derrière le rideau, mais que le sujet de test le croyait simplement parce qu'on le lui avait dit (Franklin et al., 2008 [1784]).

Des études sur le placebo pendant des opérations (l'opération n'était pas du tout effectuée, mais on coupait simplement superficiellement et on recousait) ont démontré que le placebo était efficace dans 65 pour cent des cas. Dans le traitement de patients souffrants, même 80 pour cent. La recherche a démontré une tendance en hausse de l'augmentation de l'efficacité du placebo, selon la méthode avec laquelle il est administré (Jonas et al., 2015). Des essais avec des antidépresseurs montrent que le placebo est efficace dans 75 pour cent des cas (Khan & Brown, 2015).

Des essais ont également été faits dans le domaine non médical : On a remis des violons Stradivarius et des violons classiques du marché à des violonistes professionnels. Lorsque le violoniste ne savait pas qu'il jouait sur un Stradivarius, il évaluait l'instrument comme étant plus mauvais que ceux du marché (Fritz et al., 2012). Des essais avec le vin ont démontré que des sujets de test appréciaient mieux le même vin lorsqu'on leur disait qu'il était très cher que lorsqu'on leur disait qu'il s'agissait d'un vin bon marché (Plassmann et al., 2008).

Une expérience avec le placebo a également été faite avec les femmes de ménage. Elles ont été réparties en deux groupes. L'un devait simplement accomplir sa tâche de nettoyage. On a dit à l'autre que le ménage était du sport et très sain. Les deux groupes ont fait le même travail. Des différences bluffantes sont apparues : Les « sportives » ont perdu du poids, leur IMC a diminué, la pression sanguine et la teneur en graisse dans les tissus ont baissé.

Dans une autre étude, il a été démontré que la prise régulière d'un placebo abaissait la mortalité sur le long terme. Le risque était de moitié moindre que chez ceux qui ne prenaient pas régulièrement le placebo (Crum & Langer, 2007). L'attente semble donc influencer l'effet. Mais, pas seulement : Ce sont aussi les relations au thérapeute (expérimentateur) et à la « substance active » qui influencent l'effet. Par la suite, le questionnement fut modifié : C'est manifestement le « donner du sens » qui est le facteur d'efficacité, car le placebo en lui-même n'a aucun effet (Moermann & Jonas, 2002).

Quel est le lien avec la psychothérapie ? Avec des médicaments, on peut comparativement effectuer simplement des études contrôlées du placebo. Dans la psychothérapie, cela est plus difficile. Dans des études contrôlées, dans lesquelles un groupe a été traité par une psychothérapie spécifique et un groupe de contrôle a reçu seulement une « thérapie » non directive, de support et empathique, il a été démontré que, pour une équivalence structurelle des groupes comparatifs sur le plan de la quantité, du format et de la durée des séances thérapeutiques, ainsi que de la formation du thérapeute et des restrictions du contenu, des résultats similaires ont été obtenus. Des différences sont apparues uniquement lorsque les deux groupes n'étaient pas structurellement identiques (Baskin et al., 2003).

Une autre étude arrive à la conclusion que, dans l'efficacité de la psychothérapie, seulement 1 pour cent est attribué à des facteurs spécifiques, 34 pour cent à des facteurs hors de la thérapie et 65 pour cent à des facteurs non spécifiques (Cuijpers et al., 2012).

Ici, on doit déjà être fortement convaincu pour continuer à adhérer à la thèse selon laquelle des troubles psychiques auraient une cause spécifique et pourraient être traités par une méthode thérapeutique spécifique. Des études plus récentes démontrent aussi que le verdict du dodo continue à s'appliquer (Leichsenring et al., 2014). La psychothérapie est-elle un placebo ? L'intervenant a tiré une conclusion intermédiaire :

- des effets spécifiques de la psychothérapie sont alors possibles lorsqu'on organise en conséquence les conditions de contrôle
- dans une comparaison juste, la différence n'est pas significative
- les psychothérapies diffèrent seulement sur le plan de la théorie, mais pas dans leur effet
- des placebos avec un effet psychothérapeutique sont possibles et efficaces (avec des effets modérés à importants)
- Surpris ?

Ci-dessous, Gaab est revenu sur Rosenzweig qui fut le premier à publier sur des facteurs communs implicites des différents concepts thérapeutiques et a alors poursuivi avec Jerome Frank (1986) qui décrivait la psychothérapie comme une transformation de la signification. Il faisait référence au « grand débat psychothérapeutique » et renvoyait à l'édition allemande qui vient de paraître du



livre *Die Psychotherapie Debatte. Was Psychotherapie wirksam macht* (Wampold et al., 2018). On y trouve une vue d'ensemble de la recherche en psychothérapie et une représentation du modèle contextuel de Wampold, qui arrive à la conclusion que des facteurs complémentaires, comme les caractéristiques du thérapeute, jouent un rôle important dans l'efficacité de la psychothérapie. Les auteurs démontrent que la psychothérapie marche. Des facteurs d'efficacité cliniquement significatifs sont : des objectifs communs du patient et du thérapeute, l'empathie, une bonne relation, l'estime. Au milieu du classement : personnalité du thérapeute, authenticité, adaptation, attente. Négligeables : Différences des approches thérapeutiques, compétence, méthodes, adhérence (Wampold & Imel, 2015). Ce sont des facteurs d'efficacité déjà décrits par Carl Rogers (Roger, 2007 [1957]).

Dans une recherche personnelle, pas encore publiée concernant la recherche sur les placébos dans la psychothérapie, il a pu démontrer que le fait que le placebo soit administré d'une manière dissimulée ou ouvertement ne joue aucun rôle. Avec une administration ouverte et des explications correspondantes du thérapeute, l'effet était même plus important qu'avec une administration dissimulée. C'est le signe que la relation est un « verum » (Gaab et al., 2018).

Dans une perspective théorique, la psychothérapie se situe à une proximité inconfortable des effets du placebo. Comment s'en libérer pour pouvoir s'établir comme une science sérieuse ? Selon l'intervenant, il ne suffit pas de se fonder sur l'évidence empirique, l'expertise clinique et les attentes des patients, cela nécessite en plus davantage de principes éthiques qui reposent sur : Autonomie, bienfaisance, non-maléfience et équité. Il a renvoyé ici à une nouvelle publication sur l'éthique de la psychothérapie (Trachsel et al., 2018).

Parmi les principes éthiques, on trouve l'explication ouverte aux patients sur ce que nous, en tant que thérapeutes, savons et sur ce que nous faisons, mais également sur ce que nous ne savons pas. Ce qui est déterminant pour la réussite thérapeutique c'est une relation ouverte, digne de confiance et de partenariat.

Dans la discussion, on s'est interrogé si la recherche ne devait pas simplement s'appliquer encore plus à mieux comprendre les facteurs spécifiques d'efficacité. Gaab a répondu avec la

question « pourquoi voudrait-on continuer alors à regarder autant la pointe de l'iceberg ? » La future recherche en psychothérapie ferait mieux de se concentrer sur les 92,68 pour cent de l'iceberg qui repose sous le visible.

## Bibliographie

- Baskin, T.W., Tierney, S.C., Minami, T. & Wampold, B.E. (2003). Establishing specificity in psychotherapy: a meta-analysis of structural equivalence of placebo controls. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(6), 973–979.
- Crum, A.J. & Langer, E.J. (2007). Mind-set matters. Exercise and the placebo effect. *Psychological Science*, 18(2), 165–171.
- Cuijpers, P., Driessen, E., Hollon, S.D., van Oppen, P., Barth, J. & Andersson, G. (2012). The efficacy of non-directive supportive therapy for adult depression: a meta-analysis. *Clinical psychology review*, 32(4), 280–291.
- Frank, J.D. (1986). Psychotherapy – the transformation of meanings: discussion paper. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 79(6), 341–346.
- Franklin, B., Majault, M.J., Le Roy, J.B., Sallin, C.L., Bailly J.-S., d'Arcet, J., de Bory, G., Guillotin J.-I. & Lavoisier, A. (2008 [1784]). Report of the commissioners charged by the king with the examination of animal magnetism. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 50(4), 332–363.
- Fritz, C., Curtin, J., Poitevineau, J., Morrel-Samuels, P. & Tao, F.C. (2012). Players preferences among new and old violins. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(3), 760–763.
- Gaab, J., Locher, C. & Bleas, C. (2018). Placebo and Psychotherapy: Differences, Similarities and Implications. *International review of neurobiology*, 138, 241–255.
- Jonas, W.B., Crawford, C., Colloca, L., Kapchuk, T.J., Moseley, B., Miller F.G., Kriston, L., Linde, K. & Meissner, K. (2015). To what extent are surgery and invasive procedures effective beyond a placebo response? A systematic review with meta-analysis of randomized, sham controlled trials. *BMJ open*, 5(12), e009655. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-009655>
- Khan, A. & Brown, W.A. (2015). Antidepressants versus placebo in major depression: an overview. *World Psychiatry*, 14(3), 294–300.
- Kapchuk, T.J., Kerr C.E. & Zanger, A. (2009). Placebo controls, exorcism and the devil. *The Lancet*, 374(9697), 1234–1245.

- Leichsenring, F., Salzer, S., Beutel, M. E., Herpertz, S., Hiller, W., Hoyer, J. & Huesing, J. (2014). Long-term outcome of psychodynamic therapy and cognitive-behavioral therapy in social anxiety disorder. *American Journal of Psychiatry*, 171(10), 1074–1082.
- Moerman, D.E. & Jonas, W.B. (2002). Deconstructing the placebo effect and finding the meaning response. *Annals of Internal medicine*, 136(6), 471–476.
- Plassmann, H., O'Doherty, J., Shiv, B. & Rangel, A. (2008). Marketing actions can modulate neural representations of experienced pleasantness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 105(3), 1050-1054.
- Rogers, C.R. (2007 [1957]). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44(3), 240–248.
- Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412–415.
- Trachsel, M., Gaab, J. & Biller-Andorno, N. (2018). *Ethische Standards in der Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Wampold, B. E. & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York: Routledge.
- Wampold, B. E., Imel, Z. E. & Flückiger, C. (2018). *Die Psychotherapiedebatte. Was Psychotherapie wirksam macht*. Göttingen: Hogrefe.
- Peter Schulthess est membre du conseil d'administration de l'ASP.

# Psychothérapie assistée par ordinateur

## Opportunités et risques

Peter Schulthess



Comme cela est abordé dans le rapport du Congrès PSY 2018, l'allocution de Dirk Helbing sur le thème « Utilisation de l'informatique cognitive dans la psychothérapie : Opportunités et risques » mérite un résumé complet. Dirk Helbing est professeur de Computational Social Science à l'ETH de Zurich.

Le sujet doit nous, les thérapeutes, nous occuper réellement et nous faire réfléchir, nous ne pouvons pas simplement ignorer que l'informatique cognitive va être utilisée ou est déjà utilisée aussi dans la psychothérapie, comme dans d'autres domaines du secteur de la santé.

Les quantités de données basées sur l'informatique permettent de nouvelles opportunités d'optimisation de l'efficacité de la médecine, mais elles cachent aussi des risques. Les mots-clés sont : Médecine personnalisée, établissement optimisé de diagnostic et assistance thérapeutique sur la base de lignes directrices. Et bien sûr, l'intérêt des organismes de financement dans l'utilisation de ces données est la baisse des frais de santé ou la sélection des risques des assureurs.

Le World Wide Web (WWW) est un réseau mondial d'informations (inventé à l'origine à des fins de renseignements militaires) et constitue un marché mondial de données. Les réseaux sociaux sont des nœuds dans le WWW dans lesquels des données sont générées et transmises. La quantité de données est tellement immense qu'il est impossible que des personnes seules puissent les analyser. L'intelligence artificielle est utilisée pour l'analyse. Dans le monde entier, 700.000 interrogations Google et 500.000 posts Facebook ont lieu en une minute. Nos mouvements génèrent des traces de données qui peuvent même être vues en temps réel.

Le paradigme des mégadonnées est : Si nous avions seulement assez de données, nous n'aurions alors plus besoin de théories, les données révéleraient la vérité. Depuis lors, autant de données que possible sont collectées afin de comprendre le cerveau et la psyché. C'est un rêve et en même temps un cauchemar !

Internet est déchiffré : On enregistre combien de temps vous restez où lorsque vous surfez, ce que

vous lisez. Et lorsqu'il y a des failles dans la sécurité de votre matériel informatique : il est même possible de lire tout ce que vous tapez. Les données révèlent tout. 64.000 fournisseurs de réseaux sociaux sont analysés. Avec l'intelligence artificielle, la NSA peut enregistrer par l'intermédiaire de notre voix tout ce qui est possible. La caméra du smartphone ou de l'ordinateur est un navigateur pour fournir des données à Google. « Ils » savent non seulement où vous êtes, « ils » savent aussi où vous étiez et plus ou moins ce que vous pensez. Un double numérique est produit sur chacun d'entre nous. Par exemple, IBM Watson analyse des données (sur la santé) sur des terminaux Mac et peut tirer des conclusions sur notre état de santé.

L'objectif est bien sûr de faire du bien et d'améliorer la santé, d'aider les gens. Les diagnostics sont souvent plus fiables (par ex. pour le cancer de la peau) que chez de nombreux médecins. Nous ne savons même pas que nous sommes ainsi observés et analysés – sans jamais nous demander notre consentement.

Est-ce que plus de données signifie plus de savoir ? Plus de savoir plus de pouvoir ? Plus de pouvoir plus de réussite ? Non, cela ne s'applique pas en général. Plus il y a de données, plus grand est le danger que l'arbre cache la forêt. Dans les évaluations, des corrélations aléatoires apparaissent : Par exemple, là où on mange plus de chocolat, il y a plus d'incendies de forêt. Ou : Des enfants qui mangent plus de glaces – plus d'incendies de forêt. Certes, ce sont éventuellement des corrélations mathématiquement correctes, mais il est toutefois absurde d'en déduire un lien de causalité. Mais souvent, les corrélations sont évaluées ainsi (aussi dans la recherche en psychothérapie), en particulier lorsqu'elles sont significatives sur le plan statistique. Le grand secret de l'intelligence artificielle est : elle non plus n'est pas parfaite.

Discriminer les algorithmes, involontairement. Des échantillons génétiques ont été envoyés à différentes entreprises pour analyse : Il y a eu différents diagnostics et pronostics. Pensez à Angelina Jolie : Elle s'est fait retirer les deux seins sur la base d'une probabilité mathématique calculée par un algorithme.

Toutes les femmes doivent-elles être de façon étendue dépistées préventivement et examinées à la recherche de signes préliminaires d'un cancer ? Il y a un taux d'erreur dans les diagnostics et les pronostics. S'agit-il maintenant plus un bénéfice ou un effet indésirable ? Les données sont le

nouveau pétrole. Il faut les raffiner et les distiller pour les rendre utiles.

Un exemple dans lequel les données pourraient être analysées utilement : L'analyse des passagers sur les vols de correspondance entre différents aéroports pourrait déjà permettre d'émettre des déclarations sur la façon dont une épidémie de grippe se propage. Ce sont des aides pour les décideurs.

Les puissances de calcul doublent de nos jours tous les 18 mois. Mais : La quantité de données croît encore plus vite : Elle double tous les douze mois. En un an sont générées autant de données que précédemment dans toute l'histoire de l'humanité !

Cambridge Analytica est une entreprise d'analyse de données. Elle a dû déposer le bilan en mai. L'entreprise collectait et analysait à grande échelle des données sur les électeurs potentiels avec pour objectif d'influencer le comportement électoral avec des informations personnalisées (micro ciblage). Une entreprise lui a succédé et est déjà opérationnelle : Emerdata.

Dans le domaine de la psychiatrie/psychothérapie, de telles analyses de données ayant pour objectif le pilotage et la modification comportementaux pourraient obtenir un large champ d'activité. Les machines nous connaissent mieux que de nombreuses personnes dans notre environnement. Généralement, nous choisissons bien nos amis pour nous savoir entre de bonnes mains, lorsque nous publions quelque chose de personnel, mais nous ne connaissons même pas le nom des entreprises qui gèrent nos données et qui sont en mesure de nous manipuler.

Exemple Crystal : Il s'agit d'une application pour effectuer des tests de personnalité et développer un comportement de communication personnalisé par rapport à la personne concernée. Cela est de plus en plus utilisé dans la gestion de personnel.

De tels outils sont envisageables pour la psychothérapie et la psychiatrie : L'ordinateur comme assistant d'un traitement individualisé et pilotage comportemental en ce qui concerne une modification souhaitée du comportement, de la pensée et du ressenti. Ici, cela doit déclencher chez nous des sonnettes d'alarme : Où dérivons-nous ?

L'intervenant Dirk Helbling a déclaré qu'il n'était pas là comme psychothérapeute pour analyser si ces nouvelles options de traitement de données seraient utiles ou néfastes. Il est un analyste de données et met à notre disposition son savoir

sur l'informatique cognitif. Il a déclaré qu'il était temps de discuter publiquement et sérieusement de ce sujet également dans le domaine spécialisé de la psychiatrie et de la psychothérapie.

En utilisant toutes les données qui sont collectées sur nous, l'informatique cognitive permet d'influencer notre attention, notre pensée et notre ressenti, nos décisions et notre comportement. Des applications au quotidien et dans la psychothérapie sont envisageables. Il existe des données très détaillées sur des traits de caractère de centaines de millions de personnes. Nous sommes tous ciblés. Les estimations s'élèvent à 500 mégabits jusqu'à plusieurs gigabits de données collectées par personne et par jour.

Le « neuromarketing » désigne l'influence par des informations personnalisées par des voies inconscientes grâce à ces profils de personnalité. La publicité personnalisée est monnaie courante, même les résultats de recherche dans des moteurs de recherche suivent un ordre qui est personnalisé sur chacun de nous pour nous manipuler.

Notre cerveau fonctionne à l'économie, prend des raccourcis ce qui occasionne souvent des conclusions quelque peu précipitées. Ce fonctionnement peut être exploité par l'intelligence artificielle pour manipuler par le biais d'informations personnalisées. Il est possible aujourd'hui avec de telles méthodes d'influencer en partie notre pensée, notre ressenti et nos actions. Mais, cela échoue parfois.

De telles méthodes peuvent aussi être utilisées pour faire le bien. Il existe aujourd'hui des ordinateurs qui peuvent mieux débattre que les êtres humains, mieux convaincre. Il est donc possible non seulement de bernier des personnes, mais également de les faire changer d'avis. Il existe de nombreux domaines dans lesquels l'informatique cognitive peut nous aider via des smartphones et d'autres appareils à résoudre certains problèmes ou à renoncer à des habitudes, par exemple arrêter de fumer, contrôler le comportement alimentaire ou même éliminer le stress et surmonter des traumatismes. La réalité virtuelle peut aider par exemple en cas de fortes douleurs : On a montré à des victimes de brûlures via des lunettes de réalité virtuelle des paysages enneigés et le ressenti douloureux a réellement considérablement baissé, mieux qu'avec tous les antidouleurs utilisés. Il est également possible de simuler des « out-of-body experiences » (expériences de hors-corps) qui aident certains à réduire la peur de la mort.

On souhaiterait aujourd'hui personnaliser la médecine et la psychiatrie aussi, ce qui nécessite davantage d'informations et ce qui prend également en compte ce qu'on appelle l'intelligence collective. Les forums pour patients sont de bons fournisseurs de données pour l'intelligence collective, car ils permettent d'obtenir des informations sur des tableaux cliniques à partir de perspectives différentes.





Grâce à la réalité virtuelle et aux technologies de réalité mixte, il est possible de concevoir des personnages qui peuvent servir d'amis virtuels ou de guides sur la manière dont on peut se mouvoir dans différentes cultures. L'idée aussi qu'un ordinateur doté d'intelligence artificielle peut remplacer la personne du psychothérapeute existe et on travaille à de tels programmes informatiques. Dirk Helbling a conclu avec le sujet de l'éthique. Comment cette nouvelle technologie peut-elle être utilisée sur le plan éthique et à l'avantage des individus ? Seules des lignes directrices éthiques peuvent empêcher qu'elle soit utilisée au détriment des hommes.

Les patients sont des individus qui ont des droits à la liberté devant être pris en compte. Avec la réalité virtuelle, de nombreux abus sont aussi possibles, on peut être limité dans sa vision du monde ou commencer à croire à des réalités fictives et être amené à des actions que l'on n'aurait pas faites sans cette croyance.

L'intervenant a également fait une comparaison avec les expériences de Skinner sur des animaux dans les années 30 du siècle dernier et a déclaré que la même chose est faite aujourd'hui avec des êtres humains via Google, Facebook et certaines plateformes de rendez-vous : des expériences innombrables quotidiennement qui interviennent dans notre vie. Plus notre pensée est déviée, moins nous trouvons de nouvelles idées. L'ingénierie virtuelle désigne la manipulation des êtres humains dans leur pensée, leur ressenti et leurs actions. Il existe heureusement aujourd'hui aussi dans la Silicon Valley des collaborateurs qui débattent avec critique sur son abus dans de tels forums.

Le droit fondamental et la dignité humaine exigent que les hommes ne soient justement pas traités de la même manière que les animaux et ne soient pas réduits à des fournisseurs de données. Il est également interdit de confiner les hommes par le biais d'entreprises ou d'états via la collecte de données d'une manière telle qu'ils seraient traités comme une chose. La dignité humaine doit être défendue aussi face aux tiers, entreprises et états conformément à la loi fondamentale et à la convention sur les droits de l'homme. Il semblerait que cela ne soit pas respecté par certaines entreprises et la question se pose de savoir à qui appartient en fait notre jumeau numérique créé sans que nous le sachions et sans notre consentement sur la base de nos données. On réfléchit aujourd'hui à la nécessité de créer

une plateforme sur tous ces profils pour laquelle chacun d'entre nous reçoit un mot de passe afin de pouvoir participer à l'utilisation des données. Un possible développement futur se présente comme suit : Aux États-Unis, il existe un projet Brain qui concerne le mesurage simultané et la manipulation de milliers, voire de millions de neurones. Ce sont des ingérences dans le cerveau qui ne sont plus seulement virtuelles, mais qui modifient réellement notre cerveau dans son mode de fonctionnement. On pourrait également avec de telles technologies construire aussi des sociétés différentes, faudrait-il vouloir en construire une qui soit humaine et démocratique !

Dans la discussion, on s'est interrogé sur une expérience sociale en Chine (Citizen Score) que l'intervenant va expliquer davantage. Sur la base de la surveillance des masses, des données sur les habitants et leurs comportements sont collectées, ceux-ci étant évalués avec des points positifs et négatifs. Chacun dispose d'un certain niveau de points qui influence significativement le type d'emplois ou d'appartement que l'on obtient, le pays dans lequel on a le droit de voyager ou même si l'on peut utiliser un certain moyen de transport. Pour ce système qu'on pourrait dire de crédits sociaux, un million d'Ouïghours entre autres seraient entreposés, surveillés et rééduqués pour devenir de « bons » citoyens.

La technologie trouve toutefois son origine dans l'Occident, Edward Snowden en a fait état. De tels systèmes de surveillance ont été développés par exemple en Angleterre, mais ne sont pas utilisés là-bas dans une telle proportion. Avec des moyens numériques, il est possible de construire le communisme numérique, le fascisme numérique, le féodalisme numérique. Le modèle chinois présente des éléments de tous ces systèmes. Mais, il est aussi possible de construire la démocratie numérique, ou de mettre à niveau le capitalisme. Cela dépend de ce que nous voulons, c'est pourquoi il est urgent que nous en discutions et que nous recherchions des moyens de pouvoir l'influencer. Le modèle chinois n'est pas bien adapté en tant que modèle mondial, mais au début de la conception de tels modèles, l'idée était réellement de pouvoir résoudre avec nos problèmes futurs, en particulier les problèmes climatiques et de ressources.

Peter Schulthess est membre du conseil d'administration de l'ASP.

# Interview avec un membre de l'ASP Esther Bulang



Esther Bulang

## Quelles ont été vos motivations pour choisir le métier de psychothérapeute ?

Je voulais placer l'être humain dans sa globalité – le travail sur et avec l'être humain et une perspective holistique – au centre de mon activité professionnelle. Je voulais réellement avoir du temps pour les individus, savoir ce qui les intéresse, savoir comment ils pensent, ce qu'ils ressentent, ce qu'ils veulent. J'ai beaucoup réfléchi à ce qui est important pour moi dans la vie et à ce qui correspond le mieux à ma personnalité, à quel emploi et à la façon dont je souhaite le faire, à ce qui me rend heureuse et avec quoi je pourrais le mieux faire entendre ma voix. Pouvoir être psychothérapeute est pour moi vivre une philosophie de la vie.

## Quel est votre contexte/parcours professionnel et quelle est sa signification pour votre activité professionnelle ?

Directement après le baccalauréat, il était obligatoire dans l'ex-RDA de travailler, avant les années de médecine, comme auxiliaire de soins pendant un an dans un hôpital. S'en sont suivies mes années de médecine à Leipzig, elles se sont terminées la même année que la chute du mur en 1989. Aujourd'hui encore, le bouleversement lancé à l'époque à Leipzig me relie encore profondément à ce lieu. Le mémoire obligatoire pendant le cursus, pour mon cas un mémoire scientifique de type et de portée, n'a pas été reconnu comme thèse de doctorat pour des raisons politiques. Après mes études, devenue mère entre-temps de deux magnifiques enfants, j'ai obtenu une formation en cinq ans de médecin spécialiste en ophtalmologie et j'ai travaillé depuis lors comme tel dans le secteur clinique. En 2003, j'ai obtenu alors un doctorat dans la spécialité Neurologie/neuro-ophtalmologie à l'Université Technique de Dresde. L'obtention du doctorat a été ponctuée de voyages de conférence, également aux USA, une expérience extrêmement importante.

Lorsqu'en 2006, ma décision est tombée de devenir psychothérapeute à part entière, j'étais arrivée au summum de ma réussite en tant que chef d'une petite clinique ophtalmologique et en tant qu'opératrice en microchirurgie intraoculaire. À ce moment, j'avais opéré des yeux presque quotidiennement pendant près de onze ans. Mon succès reposait, en plus de la réussite opératoire, principalement sur le fait que j'avais

appris à intégrer dans l'activité structurée et rationnelle mon sentiment pour les gens que j'opérais et pour toute mon équipe et que je m'occupais des gens d'une manière très appliquée et individuelle. Quelque chose dont les personnes âgées en particulier qui ont besoin d'aide sont très reconnaissantes. La plus vieille patiente que j'ai opérée avait 97 ans. Mais j'ai aussi remarqué que les longues journées d'opérations avec une posture corporelle uniforme au microscope opératoire me réservaient de plus en plus de douleurs corporelles et j'étais à la recherche d'une vision sur la façon dont je voulais aménager mes années professionnelles avec une bonne qualité de vie jusqu'au départ en retraite. Dans la mesure où ni le secteur stationnaire avec sa rentabilisation croissante ni le secteur ambulatoire avec une forte charge de travail et peu de temps pour les patients me proposaient une situation professionnelle satisfaisante, j'avais en quelque sorte atteint le point final de mon activité professionnelle. Jusqu'à présent, j'avais aidé les gens à un niveau physique à avoir une meilleure vue, il devait maintenant s'agir de rendre l'âme des gens plus voyante. Pendant environ deux ans, en complément professionnel de mon activité, j'ai commencé ma formation à l'Institut de Dresde de Psychothérapie Psychodynamique avec une participation régulière aux séminaires du soir et le début d'une analyse didactique. Auparavant comme médecin en chef avant la prise de la direction générale de la clinique, j'ai obtenu de la direction de la clinique un mois de disponibilité non rémunérée et j'ai travaillé comme chirurgien en ophtalmologie et comme formatrice d'une nouvelle méthode opératoire dans une clinique ophtalmologique au Kenya, à l'extérieur de Nairobi, puis également dans un engagement de courte durée comme *flying doctor* dans un hôpital de brousse. Le respect de l'altérité et de l'acceptabilité de ne pas pouvoir sauver tout le monde, de respecter les limites de mes possibilités en ce qui concerne la vie et la santé des autres font entre autres partie des expériences les plus marquantes de ce travail. J'ai célébré le passage de ma vie d'ophtalmologue à celle de psychothérapeute par un voyage de quatre semaines, trek en haute montagne à pied depuis le Népal vers le Tibet, et au Tibet la circumambulation, la Kora, de la montagne sacrée Kailash et la visite de Lhassa. Une expérience profondément spirituelle.

J'ai alors passé en Allemagne le deuxième diplôme de spécialiste en « Médecine psychosomatique et psychothérapie ». Car, pour moi il était évident dès le début du passage à l'activité psychothérapeutique que je voulais devenir psychothérapeute corporelle, l'absence de possibilités de formation en Allemagne m'a amené en Suisse. Mon ancien chef de clinique avait activement soutenu cette formation. En Suisse, j'ai terminé en sept ans, en complément professionnel à la formation psychanalytique de psychologie des profondeurs et psychodynamique en Allemagne, une formation très intense en psychothérapie corporelle à l'Institut de Biosynthèse à Heiden auprès de David et Silvia Boadella.

Ensuite, j'ai effectué pendant un an et demi une formation de thérapeute en tir à l'arc thérapeutique, qui comprend entre autres de réfléchir, de manipuler une arme et de discerner aussi d'une manière très consciente les énergies féminines et masculines en moi. Depuis 2014, je suis en formation et formation continue en thérapie des traumatismes avec la spécialisation en traumatisme et troubles dissociatifs auprès d'Ellert Nijenhuis. Une formation de superviseur était également incluse dans la biosynthèse et la thérapie des traumatismes selon Nijenhuis. J'ai le droit aussi d'enseigner les deux. J'ai réalisé un intérêt très personnel et un rêve présent depuis longtemps, en continuant à me former dans des formes thérapeutiques complémentaires et en me consacrant au thème de la spiritualité dans la vie et dans la psychothérapie. Depuis neuf ans,

je suis une expérience de soi et une formation en chamanisme après de la chamane coréenne Hiah Park et auprès du chaman groenlandais Angaangaq Angakkorsuaq ainsi que depuis plus de 13 ans, une formation complète en bouddhisme tibétain et en techniques thérapeutiques tibétaines bouddhistes. J'ai également effectué une formation en massage énergétique Kum Nye et en psychologie bouddhiste, je suis enseignante de yoga tibétain de guérison Lu Jong et je termine cette année ma formation d'enseignante de méditation tibétaine bouddhiste auprès de Lharampa Tenzin Kalden.

En plus de l'analyse didactique, de la formation en psychothérapie corporelle et en thérapie des traumatismes, la formation chamanique est pour moi la découverte de soi la plus profonde. Également parce que j'appartiens à une petite minorité slave occidentale, les wendes-sorbes, qui vivent en Allemagne de l'Est dans le voisinage de la Pologne et de la Tchéquie. Cette quête d'identité comporte aussi la recherche de mes racines avant la christianisation et l'assimilation de la culture allemande.

Mon activité professionnelle s'élève à seulement 50 – 70 pour cent. Je renonce ainsi sciemment à des choses de la vie quotidienne que je pouvais avant m'offrir financièrement, je vis plus modestement et d'une manière plus consciente. Je ne pourrais pas être heureuse si en plus d'une activité professionnelle à 100 pour cent, il ne me restait pas de temps pour l'engagement dans des domaines sociétaux, comme la protection du climat et l'environnement.



Travaillez-vous en tant que psychothérapeute indépendante dans un cabinet libre et/ou travaillez-vous encore en plus en tant que psychothérapeute déléguée ?

En raison de mes formations et diplômes en Allemagne et en Suisse, je suis employée dans un cabinet médical, principalement en tant que psychothérapeute indépendante avec la reconnaissance de la SAPPM et je peux aussi, grâce à la reconnaissance de la FMPP (deux attestations d'exercer pour les médecins en Suisse), déléguer en psychothérapie. En outre, j'ai un propre cabinet dans lequel je travaille en tant que psychothérapeute indépendante.

Y a-t-il encore une autre profession, une autre occupation que vous exercez en plus de la psychothérapie ?

Dans le cabinet médical, je travaille aussi dans une moindre mesure sur le plan de l'assistantat médical dans la médecine complémentaire (médecine orthomoléculaire).

Dans mon propre cabinet, je souhaiterais bientôt proposer le yoga tibétain de guérison, Lu Jong, le massage tibétain Kum Nye, la méditation tibétaine bouddhiste et si possible, le tir à l'arc thérapeutique ainsi que le travail énergétique de guérison. Pour pouvoir le réaliser, il y a avant tout un aspect financier, donc cela progresse lentement et selon les possibilités existantes. Un site Internet est en cours de construction.

Quelles sont ici les motivations ?

Pour ce qui est du yoga de guérison et de la méditation, je le fais, d'une part, pour moi, c'est un bel équilibre. Et en même temps, c'est l'expression de ma philosophie holistique pour l'être humain et les patients. On ne peut pas tout intégrer dans une heure de psychothérapie et il existe tellement de belles choses qui peuvent nous aider mentalement et physiquement à rester ou à être en bonne santé et à pouvoir vivre en étant satisfait.

Quelle est votre spécialisation ?

Mes spécialisations sont la thérapie des traumatismes, en particulier des traumatismes chroniques et les troubles dissociatifs (thérapie énoncée des traumatismes selon Nijenhuis), la biosynthèse psychothérapie corporelle selon David et Silvia Boadella, ainsi que les états de conscience modifiés et la spiritualité. Également en association

avec mon activité médicale de thérapie complémentaire, le traitement du burnout.

Vous sentez-vous satisfaite de votre situation professionnelle ?

Globalement, je me sens très satisfaite de ma situation, car j'ai trouvé ce qu'on appelle une « niche » pour mon activité de psychothérapeute dans laquelle j'ai le sentiment qu'on me traite équitablement dans une relation d'employée et que je peux exercer en complète indépendance mon activité de psychothérapeute dans le cadre de l'assurance obligatoire. Cela signifie que je peux en toute autonomie définir l'indication concernant la psychothérapie et donner aux gens qui en ont besoin en ce moment le soutien de psychothérapeute sans formalités complexes. Cela m'est possible grâce à ma double reconnaissance en tant que médecin et psychothérapeute. Je suis très reconnaissante que le système suisse le permette. En même temps, j'ai aussi conscience que cela est possible ainsi pour moi uniquement dans cette « niche ». En recherchant cette place, j'ai été beaucoup confrontée aux problèmes des psychothérapeutes psychologiques dans une relation de travail chez un ou une psychiatre. S'il existe certainement aussi de bonnes relations de travail entre les psychiatres et les psychothérapeutes psychologiques, l'impression perdue que les psychothérapeutes ne vont souvent pas bien dans cette relation de dépendance que je ne pourrais pas accepter dans la mesure entendue.

Je ne sais pas si je pourrais gagner actuellement assez en tant que psychothérapeute libérale dans mon cabinet indépendant dans la métropole de Zurich pour subvenir à mes besoins. Et cela me met mal à l'aise que je ne puisse pas aider, avec ma qualification en tant que psychothérapeute libérale, les gens dans la même proportion, par exemple lorsque le complément des mutuelles est bientôt arrivé à expiration et qu'il y a des gens qui auraient besoin en urgence d'une psychothérapie, mais qu'ils ne peuvent pas continuer à la payer de leurs poches parce que l'assurance obligatoire ne finance pas l'activité libérale des psychothérapeutes. Je suis ravie que le système suisse n'ait fondamentalement pas restreint, avec l'application de la loi sur les professions relevant du domaine de la psychothérapie, la diversité de la psychothérapie. Et je suis extrêmement reconnaissante et je remercie, en plus de l'OFS, l'association des psychothérapeutes l'ASP de s'être mobilisée et d'avoir agi.



Y a-t-il quelque chose que vous souhaiteriez être différent ?

Je souhaite qu'après la création de mesures homogènes pour la formation des psychothérapeutes psychologiques avec la loi sur les professions relevant du domaine de la psychothérapie, ces derniers puissent travailler en libéral pour l'assurance obligatoire en tant que groupe professionnel indépendant. Si le système se fait confiance et fait confiance à son travail et que chaque école reconnue de psychothérapie est pleinement consciente de la responsabilité de sa formation et y fait face, cela devrait être absolument possible. Je souhaite aussi qu'il existe beaucoup plus d'acceptation des postes à temps partiel et ainsi créer beaucoup plus d'opportunités pour les gens qui souhaitent travailler ainsi.

Je souhaite par ailleurs qu'il y ait plus d'ouverture impartiale associée à de la curiosité, de l'acceptation et du respect par rapport aux méthodes complémentaires, ce qui signifierait aussi en particulier de reconnaître la spiritualité comme un facteur actif d'efficacité dans la psychothérapie. Je souhaite que le secteur de la psychothérapie, en tant que secteur indépendant, s'ouvre davantage aux disciplines voisines et que des réseaux naissent, par ex. avec la philosophie, les sciences culturelles ou naturelles comme la physique quantique à partir desquelles la psychothérapie peut déduire des principes universels de l'existence, de la pensée et de l'action et qui fait naître un engagement sociétal.

Y a-t-il quelque chose que vous souhaiteriez de votre association l'ASP ?

Je souhaiterais que l'ASP s'engage davantage dans le domaine sociétal et politique, par ex. dans des consultations législatives ou par un travail d'explication ou de prises de position. Deux grands domaines importants seraient la formation scolaire et la psychologie pédagogique. Même si la psychothérapie est en soi exempte d'évaluation, je suis d'avis qu'elle doit assumer avec sa connaissance une responsabilité dans la société.

J'ai été par ex. ravie que l'association ait soutenu l'initiative et la pétition « Référendum contre la surveillance des assurés » avec la publication de la campagne sur son site Internet. Je souhaiterais voir plus souvent et davantage ce genre d'action, une prise de position active aussi dans les médias publics et peut-être aussi d'être elle-même à l'origine d'une initiative.



Je souhaite que l'association soutienne encore la voie de la reconnaissance de la diversité des méthodes et continue à la parcourir. Cette voie caractérise le mieux pour moi le travail de l'association pendant toutes ces années de son action.

Vous sentez-vous représentée et appréciée dans votre association professionnelle, l'ASP ?

Je me sens représentée et appréciée par mon association professionnelle, l'ASP. Je suis très reconnaissante pour le soutien que j'ai reçu de la part de l'association lorsque je suis arrivée en Suisse et lorsqu'il s'est agi de reconnaître ma formation en Allemagne et en Suisse. Contrairement à beaucoup d'autres organismes avec lesquels j'ai été en contact, je l'ai ressenti avec chacune des personnes de l'ASP comme quelque chose de simple, accompagnant et ouvert. Cela m'avait à l'époque fortement impressionnée et aidée. Le fait aussi qu'il existe une association professionnelle qui reconnaît la psychothérapie corporelle comme une méthode thérapeutique de la psychothérapie.

Je ne suis pas fervente de la préconisation du modèle de la prescription médicale, même si je comprends les motivations de l'association. Je pense que les psychothérapeutes disposent de compétences tellement bonnes qu'ils doivent être reconnus de manière indépendante comme une profession et qu'ils doivent aussi agir. Et que cela doit être fait maintenant en ces temps de changements dans ce domaine. À mon sens, l'impulsion d'un nouveau changement deman-

dera beaucoup de force et de temps une fois que le concept de la prescription médicale sera établi.

Je trouve que l'association fait un travail super avec la réalisation du concept transméthodique de la formation post-graduée en psychothérapie ASP Integral et je souhaiterais la remercier pour cela, même si je ne peux pas en profiter en raison de ma formation en biosynthèse. Je suis toutefois heureuse que l'on aide d'autres petites écoles de formation de cette façon à conserver leur reconnaissance et ainsi à pouvoir continuer à exister.

**Quelle serait votre priorité si vous étiez dans le conseil d'administration de l'ASP ?**

Clairement les relations publiques dans le domaine politique et juridique et un travail explicatif dans la population. Vraisemblablement, je me concentrerais spécialement sur le secteur du trauma afin d'aider à la mise en réseau et à soutenir aussi des initiatives et activités déjà existantes, par ex. par un travail médiatique.

**Y a-t-il une fonction dans l'ASP que vous occuperiez volontiers ?**

Je remercie tous ceux qui donnent leur temps et leurs forces dans le travail de l'association. En ce qui me concerne, je ne vois actuellement aucune capacité pour occuper un poste dans l'ASP, bien que la politique professionnelle m'intéresse beaucoup et que je la considère comme étant un travail très important.

**Comment verriez-vous votre situation idéale dans un environnement politique donné pour les psychothérapeutes ?**

Les psychothérapeutes devraient être reconnus comme un groupe professionnel indépendant et pouvoir agir en toute indépendance. Je vois aussi des droits et obligations qui y sont associés. Au niveau des obligations, j'intègre aussi le fait de s'engager politiquement et sur le plan sociétal et d'utiliser activement le savoir pour organiser notre vie et l'avenir des générations suivantes. Nous leur laissons des problèmes graves en dépit de notre bon sens. Je peux comprendre qu'au niveau politique et des caisses maladie, on a peur de l'expansion quantitative en ce qui concerne la prestation en psychothérapie. Pour moi, cela représente toutefois un conflit sociétal global dans lequel la rentabilisation et la croissance constante sont l'objectif ultime.

**Quelle est votre vision dans votre quotidien professionnel ?**

Clairement que le métier de psychothérapeute soit reconnu comme groupe professionnel indépendant, tout comme le psychiatre est un groupe professionnel reconnu. Je suis moi-même médecin et estime énormément le travail des collègues actifs en psychiatrie, s'ils voulaient toutefois percevoir et comprendre la psychothérapie aussi largement que le font les psychologues, ou les spécialistes en médecine psychosomatique et en psychothérapie, ils devraient suivre en plus une formation de la même ampleur et pratiquer le savoir en permanence, comme nous.

Que cela soit aussi reconnu comme tel par le système sociétal et politique. Sur des formulaires suisses d'assurances d'indemnités journalières est écrit par ex. en gras qu'ils exigent impérativement la signature d'un psychiatre pour l'estimation.

Ce que l'on comprend c'est que plus de formalités et documentations, de mesures d'assurance-qualité, etc. signifient une énorme exploitation de ressources humaines hautement qualifiées et que cela nous détourne de notre travail réel.

Ma vision est que les psychothérapeutes se valorisent avec leur savoir et leurs compétences si fortement qu'ils soient pleinement conscients de leur signification dans le contexte sociétal. Je crois réellement qu'être psychothérapeute est une vocation.

Je souhaite fortement qu'avec mon rapport très personnel, je suscite la réflexion auprès d'autres personnes et peut-être que je pourrais inspirer l'une ou l'autre.

Je remercie du fond du cœur pour cette opportunité d'interview !

**Concernant la personne**

Esther Bulang, Dr med., est une psychothérapeute de l'ASP reconnue au niveau fédéral et une spécialiste en ophtalmologie (FMH) ainsi que spécialiste en médecine psychosomatique et psychothérapie. Elle est membre de l'ASP depuis 2013. Son activité en cabinet : Assistante médicale et psychothérapeute auprès du Dr med. Heidrun Kurz, Wotanstrasse 10, 8032 Zurich, ainsi que dans son propre cabinet avec Madame Suna Baldinger, psychologue SBAP, Limmatstrasse 107, 8005 Zurich [estherbulang@gmail.com](mailto:estherbulang@gmail.com)

Cet interview a été mené par écrit par Veronica Defièbre.

# La complessità dell'uomo e la psicosomatica

Antonio Malgaroli

Herbert George Wells, uno dei primi scrittori di fantascienza insieme a Jules Verne, affrontò nel suo romanzo *The History of Mr. Polly* (1910) un problema molto concreto. Il protagonista, una vita familiare e lavorativa difficile, in un contesto sociale complesso alla Charles Dickens, tormentato dai continui litigi con la moglie, che non gli perdonava la scarsa propensione al lavoro e i tanti insuccessi, sviluppò una serie di patologie molto strane, tra cui dei fastidiosi problemi digestivi. La sintomatologia verrebbe oggi etichettata come «psicosomatica», un termine che in medicina, per tanti anni, ha avuto ingiustamente una connotazione negativa. Quando il medico si trova di fronte a molteplici disturbi funzionali, senza alterazioni anatomiche oggettivabili, in mancanza di variazioni degli indici di laboratorio, insomma quando la diagnosi è troppo difficile, il paziente viene etichettato come affetto da un disturbo psico-somatico, come a dire, non hai nulla di importante e non meriti ulteriori attenzioni. Anche se si pensa che questa etichetta nasca dal lavoro di Sigmund Freud, in effetti essa fu coniata molti anni prima, all'inizio dell'800, da un medico di Lipsia, tale Johann Christian Heinroth (1818), forse il primo psichiatra-psicoterapeuta della storia moderna (Steinberg, 2004). Heinroth oltre al termine «psicosomatico», coniò anche quello speculare di «somatopsichico», in riferimento a quelle patologie organiche che sembravano indurre dei secondarismi di natura psichica.

E' necessario fare un passo indietro, tornare ad un'epoca dove la medicina concepiva la malattia come una condizione di disagio dell'uomo nella sua «interezza». Gli antichi greci vedevano l'uomo come unità inscindibile di psiche, dal greco *Psyché* (ψυχή), e *Sòma* (σῶμα), dove *psyché* deriva da fiatare, alitare, soffiare (ψύχω) quindi respirare, implicitamente un soffio vitale, *psyché* per i greci rappresentava l'anima: la figura mitologica di *Psyché*, che ha affascinato gli artisti di tutti i tempi, al momento della morte secondo Platone dispiegava le ali di farfalla e si separava dal corpo, superando la corporeità terrena per raggiungere uno stato superiore, divino.

*Psyché*, non essendo visibile e quantificabile, non poteva essere oggettivata, la sua soggettività era ovviamente di difficile valutazione dall'esterno, tanto che Carl Jung affermava sconsolato che «la psicologia deve abolirsi come scienza e solo così potrà raggiungere il suo scopo» (Jung, 1994).

Questa visione pessimistica nasceva dal permanere degli influssi settecenteschi delle teorie di Rene Descartes che avevano evidenziato come il funzionamento dell'organismo e quindi del *Sòma* (*Res Extensa*), seguisse le leggi della fisica, e per questo fosse misurabile, in termini matematici. Se da un lato questa visione materialista aveva posto le premesse per l'applicazione delle scienze esatte alla biologia e alla medicina, dall'altro la distinzione con la *Psyché* (*Res Cogitans*), non oggettivabile negli stessi termini, aveva decretato l'inizio della separazione tra *Psyché* e *Sòma*.

L'evoluzione del significato di *Psyché* e *Sòma* è stata e rimane molto complessa. Nel terzo millennio non si può però continuare a parlare di *Sòma* o corpo senza includere i neuroni, le sinapsi, le fibre nervose, il cervello, insomma il sistema nervoso nel suo insieme. Il sistema nervoso è indubitalmente una parte del nostro corpo, lo regola e viene regolato da esso. D'altro canto, se parliamo di *Psyché* come sinonimo di mente, non possiamo disconoscere che l'encefalo sottenda tutta una serie di funzioni, che nel loro complesso chiamiamo mente. Oggi è universalmente riconosciuto che il nostro cervello sia la sede della parte organica della *Psyché*. L'ipotesi attualmente più in voga, ma pur sempre un'ipotesi, sostiene che per ogni specifico compito il lavoro della mente sia confinato in piccole aree o circuiti cerebrali. Le funzioni della mente sarebbero quindi modulari. Questa ipotesi della parcellizzazione cerebrale, ipotizzata dal frenologo Gall, si concretizzò nel 900 grazie alla caratterizzazione di alcune tipologie di danno cerebrale, ipotesi che poi si consolidò grazie agli studi di stimolazione elettrica cerebrale, i primi compiuti dal neurochirurgo canadese Wilder Penfield. Se la regione ippocampale è danneggiata, perdiamo la capacità di immagazzinare nuovi ricordi. Se abbiamo una lesione all'area di Broca, smettiamo di parlare. Se la lesione interessa il lobo frontale, cominciamo a prendere decisioni azzardate e spesso moralmente discutibili. Il neuroscienziato Roger Sperry, dimostrò nel 1958 che la sezione della regione di collegamento tra i due emisferi, dove passano le fibre che collegano le aree neocorticali di destra con quelle di sinistra (corpo calloso), induceva addirittura la comparsa di due «menti» organizzate ed indipendenti: le informazioni, il pensiero, le emozioni presenti in un emisfero si diversificavano e diventavano inaccessibili all'altro emisfero. Sperry scrisse a questo proposito :

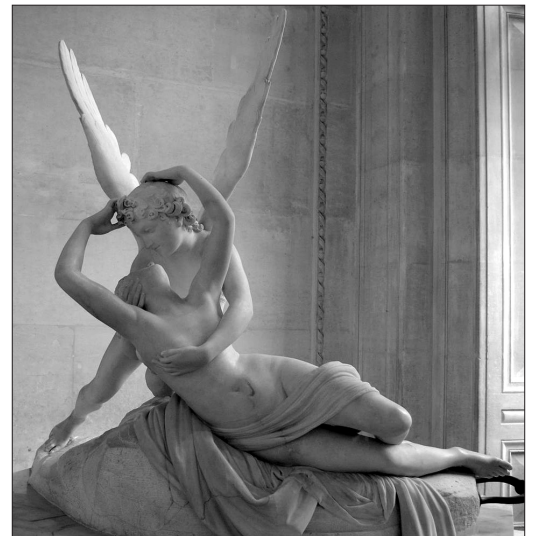


«Each left and right hemisphere has its own private chain of memories and learning experiences that are inaccessible to recall by the other hemisphere. In many respects each disconnected hemisphere appears to have a separate mind of its own.»

Sperry, 1982

Oggi è associato che a seguito di patologie, lesioni traumatiche o chirurgiche, con stimoli elettrici come quelli che si possono ottenere con la *Deep Brain Stimulation* (DBS; Graat et al., 2017) o attraverso l'uso della *Transcranial Magnetic Stimulation* (TMS; Vidal-Dourado et al., 2014) ma anche con strumenti farmacologici che agiscono su specifiche vie neurotrasmettitoriali, si possa alterare o modificare la *Psychè* di un essere umano. Ma indurre delle modifiche della «mente» in maniera artificiosa non vuol dire averne capito il significato, o i suoi meccanismi, o l'alterazione di specifici codici interpretativi. Del cervello conosciamo ancora troppo poco per riuscire a comprendere come la mente possa svolgere funzioni così astratte come il raggiungimento della consapevolezza di se stessi come individui.

Quante delle nostre difficoltà e illusioni nascono dalla incredibile complessità della mente? Il cervello è composto da moltissime entità indipendenti ma molto ben integrate, che vengono organizzate e comunicano sulla base di specifiche gerarchie di connessione. Ma come è possibile che la mente abbia origine dalla combinazione di qualche *semplice* cellula neuronale, in fondo materia inanimata modificata grazie all'utilizzo di processi puramente fisici? È chiaro che se parliamo di una struttura che contiene circa 1.000 miliardi di neuroni interconnessi, ognuno dei quali si connette con almeno altri 10.000 neuroni, stiamo descrivendo un sistema complesso, indubbiamente il sistema più complesso mai descritto. L'integrazione organizzata di questi elementi *semplici* genera un sistema che si comporta in maniera molto diversa dalle sue singole parti, in altre parole grazie alle connessioni sinaptiche emergono delle nuove proprietà, delle nuove capacità non presenti prima. Sappiamo che un singolo neurone non è poi così *semplice*, visto che può svolgere funzioni anche molto complesse (Koch & Laurent, 1999), ma per ottenere una *mente* pensante è probabile che si debba superare un qualche numero critico di cellule. In un sistema di questo tipo, le relazioni circuitali e sinaptiche tra moduli sono molto



Amore e Psiche, Antonio Canova, Louvre Parigi

più importanti dei moduli stessi, un po' come succede nelle società animali dove il singolo individuo viene asservito e spesso sacrificato ai bisogni della collettività, solo così il gruppo riesce a fare cose che il singolo non potrebbe mai ottenere. In pratica la complessità della mente, più che dal numero di cellule neuronali presenti dipende dal numero di connessioni tra esse, indice delle capacità comunicative del sistema. Anche se in apparenza un sistema di questa complessità dovrebbe non risentire della eliminazione di un certo numero dei suoi elementi, in effetti come dicevamo più sopra, se un modulo viene tolto o danneggiato il sistema continua a funzionare, ma le sue proprietà, le sue caratteristiche cambiano. Se togliamo l'area parietale di destra, il cervello non sarà più in grado di riconoscere la metà controlaterale del proprio corpo e dello spazio circostante (la sindrome Neglet; Bisiach & Luzzatti, 1978), ma i pensieri, le idee, le paure, le credenze, le motivazioni, le memorie permarranno.

In questo contesto, è molto interessante osservare che se il sistema è semplice, un circuito sinaptico composto da pochi elementi e connessioni, esso sarà stabile e produrrà degli output ordinati e molto prevedibili. Se invece il numero di cellule e connessioni aumenta troppo, il sistema si disorganizza, diventa rumoroso, caotico, comin-

---

1 Si noti come Antonio Canova (1757–1822), a differenza delle classiche raffigurazioni ellenistiche e romane, rappresenti *Psychè* senza le ali di farfalla.



cia a mostrare eventi a valanga che coinvolgono una moltitudine di moduli contemporaneamente. Questi eventi a valanga fanno perdere di indipendenza agli elementi costitutivi, e questa mancanza di indipendenza riduce le capacità computazionali complessive. Lo stato più interessante e produttivo è ovviamente quello che si situa a cavallo tra ordine e disordine. È proprio a questo livello che il sistema neuronale mostra un numero massimo di comportamenti e capacità distinte. Non bisogna pensare che questo tipo di comportamento si osservi solo per sistemi macroscopici, in effetti dipende solo dalla complessità intrinseca del sistema e può generarsi anche in strutture microscopiche, come per esempio le sinapsi. Le sinapsi, strutture di poche centinaia di miliardesimi di metro, oscillando tra stati ordinati e stati caotici (Lamanna & Malgaroli, 2015) sono in grado di apprendere dall'esperienza (Malgaroli et al., 1995). Lo stato più interessante e produttivo è ovviamente quello che si situa a cavallo tra ordine e disordine. Avere un vasto numero di possibili comportamenti distinti, in altre parole la capacità di diversificare, è una proprietà fondamentale per adattarsi all'ambiente circostante, modificandosi e riuscendo così a sopravvivere.

Può quindi uno psicologo prevedere cosa prova un suo paziente senza ascoltarlo, senza riflettere su quello che gli sta dicendo, senza parlargli, senza prendersi cura di lui nel suo complesso? Possiamo prevedere cosa proverà un soggetto all'ascolto di un brano musicale? C'è chi si sente felice, c'è chi si commuove e piange, c'è chi ascolterà interessato, c'è chi non ci farà caso o chi sarà solo infastidito. Da dove nasce questa vasta diversificazione che rende la comprensione e l'interpretazione di cosa provano gli esseri umani così difficile? Questa grande variabilità di possibili risposte comportamentali, dipende da fattori genetici, epigenetici, ma, cosa ben più importante, dalle nostre esperienze passate, dallo nostro stato emotivo attuale, dalle motivazioni contingenti. Le ricerche neuroscientifiche più recenti confermano quanto abbiamo detto qui sopra. Le esperienze modificano il numero e la distribuzione spaziale delle connessioni sinaptiche all'interno del cervello (Holtmaat & Svoboda, 2009), un fenomeno che quindi incrementerà l'imprevedibilità degli stati della nostra mente, differenziandola dalla mente di qualunque altro individuo. Gli eventi della nostra vita interiore, quelli

che la psicologia, la psicoanalisi, la psichiatria analizzano da sempre, sono evidentemente proprietà emergenti di processi cerebrali elementari, la cui stratificazione durante la vita è guidata dalle nostre esperienze personali. Quello che manca oggi, in un mondo della ricerca diventato così materialista, è la comprensione che questi processi così diversificati debbano essere studiati e compresi in modo diverso. In fondo Carl Jung aveva ragione a scoraggiarsi (Jung, 1994), non si può usare lo stesso metro di giudizio e gli stessi approcci usati per studiare i processi elementari, per esempio quelli classici dell'anatomia, della fisiologia della farmacologia, anche quando questi abbiano generato negli anni risultati incredibili. I processi complessi della mente seguiranno leggi proprie e avranno dinamiche e caratteristiche molto diverse rispetto agli elementi costitutivi. Sarebbe quindi solo illusorio pensare di poter usare lo stesso metro di analisi o di giudizio utilizzato dalle scienze deterministiche. Gli eventi interiori, che per loro natura sono diversi da individuo ad individuo, non potranno certo essere ridotti a banali variazioni dell'attività elettrica elementare, in alcune sottopopolazioni di cellule neuronali, in determinati istanti temporali. Neanche tra mille anni si potrà capire cosa pensa o cosa prova un individuo senza parlargli, senza riuscire a far affiorare esperienze, pensieri o paure inconsapevoli, che sono stati codificati in modo fisico nel cervello, ma i cui effetti, a causa della complessità intrinseca, sono diventati di difficile valutazione a causa di complessi fenomeni di risonanza con la *Psyché* di chi li alberga. Sempre nel contesto di una visione integrata di *Psyché* e *Sòma*, un aspetto molto rilevante è quello dell'omeostasi. Le entità indipendenti devono comunicare a più livelli, nel rispetto di precise gerarchie, all'interno del cervello ma anche tra cervello e corpo e viceversa, al fine di restare in diretto contatto con l'ambiente interno ed esterno al *Sòma*. Tutto questo lavoro richiede molteplici meccanismi di segnalazione, e richiede che le alterazioni e le anomalie di funzionamento vengano corrette rapidamente. Il fine è quello di riportare il sistema allo stato di massima funzionalità comunicativa. Il fisiologo francese Claude Bernard (Conti, 2013), intorno alla metà dell'800, aveva postulato l'esistenza di un «milieu interieur» (Bernard, 1859), un ambiente interno, condiviso da tutte le cellule, in grado di autoregolarsi. Il milieu interieur esiste,

oggi lo chiamiamo «liquido extracellulare», si tratta di un liquido complesso, in equilibrio con gli altri liquidi corporei, che mette in comunicazione tutte le cellule del nostro organismo. Questo avviene grazie a molecole di segnale, quali gli ormoni, i neurotrasmettitori, metaboliti, ioni, proteine, anticorpi, cellule immunitarie, piccole sequenze nucleotidiche. E' importante sottolineare come la vita delle cellule, la loro attività, il metabolismo, i loro processi di comunicazione sinaptica alterano profondamente questo milieu interieur modificandone la composizione ionica, la temperatura, l'acidità, il contenuto di neurotrasmettitori e metaboliti (Bernard, 1859). I processi omeostatici devono quindi ristabilire molto rapidamente le condizioni iniziali di questa matrice liquida condivisa. Se a queste considerazioni aggiungiamo il fatto che la fittissima rete di fibre neuronali, che raggiunge praticamente tutti gli organi e tessuti del nostro organismo, ma anche i neuroni distaccati in avamposti periferici quali per esempio l'intestino, sono a bagno in questo *milieu interieur* capiamo il ruolo fondamentale di questi processi omeostatici di controllo e di converso le vastissime implicazioni in medicina e psicologia di tutte quelle condizioni in cui questi meccanismi risultino alterati.

Quanto detto brevemente, e le profonde connessioni che oggi sappiamo esistere tra Psyché e Sòma, ci fanno capire quanto i cosiddetti disturbi psicosomatici siano reali e dannosi per l'individuo che ne è stato colpito. I problemi della vita quotidiana, gli stress emotivi, i conflitti come quelli che Mr. Polly doveva affrontare producono fenomeni disregolativi che causano prima disturbi funzionali e poi vere e proprie malattie organiche, che in qualche caso producono morti assolutamente inspiegabili. E' comune l'osservazione di soggetti, che a seguito di forti stress emotivi possano incanutirsi nel giro di pochi giorni, o si riempiano di xantelasma, indice di una grave disregolazione metabolica, o possano sviluppare fenomeni di immunosoppressione con lo scatenamento di gravi malattie. Nel 3 millennio non è piu' ragionevole trattare le malattie psicosomatiche come delle non malattie. La demarcazione fra medicina, psicoanalisi, psicosomatica oggi è molto artificiosa, come lo è stata la dicotomia mente - corpo del dualismo cartesiano. Il futuro è solo quello di una visione antropologica, olistica dell'uomo e delle sue malattie che sia in grado di arrivare ad aiutare l'uo-

mo nelle sue difficoltà quotidiane attraverso una vera comprensione delle intersezioni esistenti tra Psyché e Sòma.

## Letteratura

- Bernard, C. (1859). *Leçons sur les propriétés physiologiques et les alterations pathologiques des liquides de l'organisme*. Paris: Baillière.
- Bisiach, E. & Luzzatti, C. (1978). Unilateral neglect of representational space. *Cortex*, 14(1), 129-33.
- Conti, F. (2013). *Claude Bernard e la nascita della biomedicina*. Milano: Cortina editore.
- Graat, I., Figeo, M. & Denys, D. (2017). The application of deep brain stimulation in the treatment of psychiatric disorders. *International Review Psychiatry*, 29(2), 178-190.
- Heinroth, J.C.A. (1818). *Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens oder der Seelenstörungen und ihrer Behandlung*. Leipzig: Vogel.
- Holtmaat, A. & Svoboda, K. (2009). Experience-dependent structural synaptic plasticity in the mammalian brain. *Nature Review Neuroscience*, 10(9), 647-58.
- Jung, C.G. (1994). Riflessioni Teoriche sull'essenza della psiche. In C.G. Jung, *La dinamica dell'inconscio*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Koch, C. & Laurent, G. (1999). Complexity and the nervous system. *Science*, 284(5411), 96-8.
- Lamanna, J. & Malgaroli, A. (2015). A pre-docking source for the power-law behavior of spontaneous quantal release: application to the analysis of LTP. *Frontiers Cellular Neuroscience*, 18(9): 44-54.
- Malgaroli, A., Ting, A. E., Wendland, B., Bergamaschi, A., Villa, A., Tsien, R. W. & Scheller R. H. (1995). Presynaptic component of long-term potentiation visualized at individual hippocampal synapses. *Science*, 268(5217), 1624-8.
- Sperry, R. (1982). Some effects of disconnecting the cerebral hemispheres. Nobel Lecture, 8. December 1981. *Bioscience Reports*, 2(5), 265-276.
- Steinberg, H. (2004). *Die Errichtung des ersten psychiatrischen Lehrstuhls: Johann Christian August Heinroth in Leipzig*. *Nervenarzt*. 75(3), 303-7.
- Vidal-Dourado, M., Conforto, A. B., Caboclo, L. O., Scaff, M., Guilhoto, L. M. & Yacubian, E. M. (2014). Magnetic fields in noninvasive brain stimulation. *Neuroscientist*, 20(2), 112-21.
- Wells, H.G. (1910). *The History of Mr. Polly*. New York: Thomas Nelson and Son.

Antonio Malgaroli è Psichiatra e Professore di Fisiologia e Neuroscienze.



# La complexité de l'homme et la psychosomatique

Antonio Malgaroli

Herbert George Wells, l'un des premiers écrivains de fiction avec Jules Verne, faisait face à un problème très concret dans son roman *L'Histoire de M. Polly* (1910). Le protagoniste, dans une famille difficile et avec une vie professionnelle difficile, vivant dans un contexte social complexe à la Charles Dickens, tourmenté par les disputes permanentes avec son épouse qui ne lui pardonne pas son manque de prédisposition au travail et les nombreux échecs, a développé une série de pathologies très étranges, incluant des problèmes digestifs gênants. La symptomatologie pourrait être aujourd'hui étiquetée comme « psychosomatique », un terme qui a obtenu à tort pendant de nombreuses années une connotation négative en médecine. Lorsque le médecin fait face à de multiples troubles fonctionnels, sans modifica-

tions anatomiques contestables, en l'absence de variations dans les indices de laboratoire, en bref lorsque le diagnostic est trop difficile, le patient est étiqueté comme souffrant d'un trouble psychosomatique, en d'autres termes, vous n'avez rien de grave et ne méritez pas d'attention. Bien que l'on pense que cette étiquette provient des travaux de Sigmund Freud. En réalité, elle a été inventée bien des années plus tôt, au début des années 1800, par un médecin de Leipzig, Johann Christian Heinroth (1818), peut-être le premier psychothérapeute-psychiatre de l'histoire moderne (Steinberg, 2004). En plus du terme « psychosomatique », Heinroth a également inventé le terme inversé « somatopsychique », faisant référence à ces pathologies organiques qui semblent induire le « secondarisme » psychique.



Il est nécessaire de prendre du recul, de revenir à une ère où la médecine imaginait la maladie comme un état d'inconfort de l'homme dans son « entièresité ». Les Grecs anciens considéraient l'homme comme une unité inséparable de la psyché, du grec Psyché (ψυχή), et Sōma (σῶμα) où psyché vient de disons, soufflant (ψύχω), puis de respirer, implicitement une respiration vitale, la psyché pour les Grecs représentait l'âme : le personnage mythologique de Psyché, qui a fasciné les artistes en tout temps, a selon Platon déplié ses ailes de papillon au moment de sa mort et a quitté son corps, surmontant la corporéité terrestre pour atteindre un état supérieur, divin. La psyché, n'étant pas visible et quantifiable, ne pourrait pas être objectivée, sa subjectivité était évidemment difficile à évaluer de l'extérieur, à tel point que Carl Jung, affligé, déclarait que la « psychologie doit s'abolir en tant que science et ce n'est qu'ainsi qu'elle peut atteindre son objectif » (Jung, 1994). La vision pessimiste était née de la persistance des influences des théories de René Descartes au dix-huitième siècle qui avait démontré comment le fonctionnement de l'organisme et donc du soma (*Res Extensa*) suivait les lois de la physique, et pour cette raison était mesurable en termes mathématiques. Si, d'une part, cette vision matérialiste avait posé les bases de l'application de la science à la biologie et à la médecine, d'autre part, la distinction avec la psyché (*Res Cogitans*), ne pouvant être objectivée dans les mêmes termes, avait promulgué le début de la séparation entre psyché et soma.

L'évolution de la signification de la psyché et du soma a été et reste très complexe. Dans le troisième millénaire, toutefois, on ne peut pas continuer à parler de soma ou du corps sans intégrer les neurones, les synapses, les fibres nerveuses, le cerveau, en bref, le système nerveux dans son ensemble. Le système nerveux est sans aucun doute une partie de notre corps, il le régule et est régulé par lui. D'autre part, si nous parlons de psyché en tant que synonyme de l'esprit, nous ne pouvons pas ignorer le fait que le cerveau sous-tend toute une série de fonctions que nous appelons collectivement l'esprit. Aujourd'hui, il est reconnu universellement que notre cerveau est le siège de la partie organique de la psyché. L'hypothèse, actuellement en vogue, mais toujours une hypothèse, soutient que pour chaque tâche spécifique, le travail de l'esprit est confiné à de petites zones ou des circuits cérébraux. Les fonctions de l'esprit seraient donc modulables.



Cupidon et Psyché, Antonio Canova<sup>1</sup>, Louvre Paris

Cette hypothèse de morcellement cérébral, supposée par le phrénologue Gall, a pris forme dans les années 1900 grâce à la caractérisation de certains types de lésions cérébrales, une hypothèse qui s'est consolidée grâce aux études sur la stimulation cérébrale électrique, la première ayant été réalisée par le neurochirurgien canadien Wilder Penfield. Si la région hippocampique est endommagée, nous perdons la capacité de stocker de nouveaux souvenirs. Si nous sommes blessés dans l'air de Broca, nous arrêtons de parler. Si la lésion affecte le lobe frontal, nous nous mettons à prendre des décisions risquées et souvent discutables sur le plan moral. Le neuroscientifique Roger Sperry a démontré en 1958 que la section de la région réunissant deux hémisphères où passent les fibres reliant les zones droites néocorticales avec celles de gauche (corpus callosum), induit même l'apparence de deux « esprits » organisés et indépendants : les informations, la pensée, les émotions présentes dans un hémisphère étaient diversifiées et devenaient inaccessibles à l'autre hémisphère. Sperry a écrit à ce sujet :

*« Chaque hémisphère droit et gauche a sa propre chaîne de souvenirs et des expériences d'apprentissage inaccessibles au rappel par l'autre hémisphère. À de nombreux égards, chaque hémisphère déconnecté apparaît avoir un esprit distinct du sien. »*

Sperry, 1982

<sup>1</sup> Remarquez comment Antonio Canova (1757–1822), contrairement aux représentations classiques grecques et romaines, représente Psyché sans les ailes de papillon.



Aujourd'hui, il est bien établi que suite à des maladies, lésions traumatiques ou chirurgicales avec des stimuli électriques tels que ceux qu'on peut obtenir avec la *Stimulation Cérébrale Profonde* (DBS : Graat et al., 2017) ou avec la *Stimulation Magnétique Transcranienne* (TMS : Vidal-Dourado et al., 2014), mais également avec des outils pharmacologiques agissant sur des voies spécifiques des neurotransmetteurs, nous pouvons altérer ou modifier la psyché d'un être humain. Mais induire des modifications de « l'esprit » d'une manière artificielle ne signifie pas comprendre sa signification ou ses mécanismes, ou l'altération de codes spécifiques interprétatifs. Nous savons encore trop peu de choses sur le cerveau pour être mesure de comprendre comment l'esprit peut effectuer de telles fonctions abstraites, comme atteindre la conscience de soi. Combien de nos difficultés et illusions naissent de l'incroyable complexité de l'esprit ? Le cerveau est composé de nombreuses entités indépendantes, mais très bien intégrées, qui sont organisées et communiquent sur la base de hiérarchies spécifiques de connexion. Mais, comment est-il possible que l'esprit provienne de l'association de quelques cellules neuronales *simples*, une matière inanimée fondamentalement modifiée, grâce à l'utilisation de processus purement physiques ? Il est clair que si nous parlons d'une structure contenant près de 1 trillion de neurones interconnectés, et que chacun est connecté avec au moins 10.000 autres neurones, nous décrivons un système complexe, indubitablement le système le plus complexe jamais décrit. L'intégration organisée de ces éléments *simples* génère un système se comportant très différemment des éléments individuels, en d'autres termes, grâce aux liaisons synaptiques, de nouvelles propriétés émergent, à savoir de nouvelles capacités absentes avant. Nous savons qu'un simple neurone n'est pas si *simple*, car il peut réaliser des fonctions très complexes (Koch & Laurent, 1999), mais afin d'obtenir un *esprit* pensant, il est probable qu'un certain nombre critique de cellules doit être vaincu. Dans un système de ce type, le circuit et les relations synaptiques entre des modules sont beaucoup plus importants que les modules eux-mêmes, un peu comme dans des sociétés animales dans lesquelles l'individu est asservi et souvent sacrifié pour les besoins de la communauté, et ainsi ce n'est que de cette façon que le groupe est capable de faire des choses que l'indi-

vidu n'aurait jamais pu faire. En pratique, la complexité de l'esprit, plus que le nombre de cellules neuronales présentes, dépend du nombre de liaisons entre elles, un indice des capacités de communication du système. Bien qu'en apparence, un système de cette complexité ne devrait pas être affecté par l'élimination d'un certain nombre d'éléments, en fait, comme dit précédemment, si un module est retiré ou endommagé, le système continue à fonctionner, mais ses propriétés, ses caractéristiques changent. Si nous retirons la région pariétale droite, le cerveau n'est plus capable de reconnaître la moitié controlatérale du corps et l'espace environnant (négligence spatiale unilatérale, Bisiach & Luzzatti, 1978), mais les pensées, les idées, les craintes, les croyances, les motivations, les souvenirs resteront.

Dans ce contexte, il est très intéressant d'observer que, si le système est simple, un circuit synaptique composé de quelques éléments et connexions, il sera stable et produira des données de sortie commandées et très prévisibles. Si, en revanche, le nombre de cellules et de connexions augmente trop, le système devient désorganisé, bruyant, chaotique, commence à montrer des manifestations d'avalanche impliquant simultanément une multitude de modules. Ces manifestations d'avalanche provoquent l'indépendance des éléments constitutifs, et ce manque d'indépendance réduit les capacités générales de calcul. L'état le plus intéressant et productif est évidemment celui situé entre l'ordre et le désordre. C'est à ce niveau que le système neuronal montre un nombre maximal de comportements et de capacités distincts. Ne pensez pas que ce type de comportement est observé uniquement pour les systèmes macroscopiques, il dépend en fait uniquement de la complexité intrinsèque du système et peut être généré même dans des structures microscopiques, telles que les synapses. Les synapses, structures de quelques centaines de milliardièmes d'un mètre, oscillant entre des états ordonnés et des états chaotiques (Lamanna & Malgaroli, 2015) sont capables d'apprendre de l'expérience (Malgaroli et al., 1995). L'état le plus intéressant et productif est évidemment celui situé entre l'ordre et le désordre. Avoir un nombre important de comportements possibles distincts, en d'autres termes la capacité de diversification, est une propriété fondamentale pour s'adapter à l'environnement avoisinant, au changement et donc survivre.

Un psychologue peut par conséquent prédire ce qu'un patient ressent sans l'écouter, sans penser à ce qu'il lui dit, sans lui parler, sans prendre soin de lui dans sa totalité ? Pouvons-nous prédire de cette façon qu'un sujet essaiera d'écouter un morceau de musique ? Il y a ceux qui se sentent heureux, il y a ceux qui sont touchés et pleurent, il y a ceux qui écoutent avec intérêt, il y a ceux qui ne remarqueront pas ou ceux qui seront seulement contrariés. Où naît cette vaste diversification qui rend la compréhension et l'interprétation de ce que vivent les êtres humains si difficiles ? Cette grande variabilité de possibles réponses comportementales dépend de facteurs génétiques, épigénétiques, mais plus encore de nos expériences passées, de notre état émotionnel actuel, des motivations contingentes. Les dernières recherches neuroscientifiques confirment ce que nous avons dit précédemment. Les expériences modifient le nombre et la distribution spatiale des connexions synaptiques dans le cerveau (Holtmaat & Svoboda, 2009), un phénomène qui augmentera donc l'imprévisibilité des états de notre esprit, ce qui le différencie de l'esprit de tout autre individu. Les événements de notre vie intérieure, ceux que la psychologie, la psychanalyse, la psychiatrie ont toujours analysés, sont manifestement des propriétés émergentes de processus élémentaires cérébraux, dont la stratification pendant la vie est guidée par nos expériences personnelles. Ce qui manque aujourd'hui, dans un monde de recherche devenu tellement matérialiste, est de comprendre que ces processus diversifiés doivent être étudiés et compris différemment. Après tout, Carl Jung avait raison d'être découragé (Jung, 1994), vous ne pouvez pas vous servir de la même méthode de jugement et des mêmes approches utilisées pour étudier les processus élémentaires, par exemple les classiques de l'anatomie, de la physiologie de la pharmacologie, même s'ils ont généré des résultats incroyables au fil des années. Les processus complexes de l'esprit suivront leurs propres lois et auront des dynamiques et caractéristiques très différentes sur le plan des éléments constitutifs. Par conséquent, il serait illusoire de penser que nous pouvons nous servir de la même méthode d'analyse ou de jugement utilisée par les sciences déterministes. Les événements intérieurs, qui par leur nature sont différents entre les individus, ne seront certainement pas réduits à des variations triviales de l'activité électrique élémentaire, dans

certaines sous-populations de cellules neuronales, à certains moments. Même dans un millier d'années, nous ne pourrions pas comprendre ce qu'un individu pense ou ressent sans parler à cette personne, sans être capable de faire sortir des expériences, des pensées ou des peurs inconscientes qui ont été physiquement encodées dans le cerveau, mais dont les effets, en raison de la complexité intrinsèque, sont devenus difficiles à évaluer en raison du phénomène complexe de résonance avec la *psyché* de leur hôte.

Toujours dans le contexte d'une vision intégrée de la psyché et du soma, un aspect très important de l'homéostasie. Des entités indépendantes doivent communiquer à des niveaux différents, en respectant des hiérarchies précises, à l'intérieur du cerveau, mais également entre le cerveau et le corps, et vice versa, afin de rester en contact direct avec l'environnement interne et externe du soma. Tout ce travail nécessite de multiples mécanismes de signalisation, et nécessite que les altérations et dysfonctionnements soient rapidement corrigés. L'objectif est de ramener le système à l'état de fonctionnalité communicative maximale. Le physiologiste français Claude Bernard (Conti, 2013), vers le milieu des années 1800, avait supposé l'existence d'un « milieu intérieur » (Bernard, 1859), un environnement interne partagé par toutes les cellules, capable de s'autoréguler. Le milieu intérieur existe, aujourd'hui nous l'appelons « fluide extracellulaire », c'est un fluide complexe en équilibre avec les autres fluides corporels, qui relie toutes les cellules de notre corps. Cela a lieu grâce aux molécules de signalisation, telles que les hormones, les neurotransmetteurs, les métabolites, les ions, les protéines, les anticorps, les cellules immunes, les petites séquences nucléotidiques. Il est important de souligner la façon dont la vie des cellules, leur activité, le métabolisme, leurs processus de communication synaptiques altèrent profondément ce milieu intérieur en modifiant sa composition ionique, la température, l'acidité, le contenu des neurotransmetteurs et des métabolites (Bernard, 1859). Les processus homéostatiques doivent par conséquent rapidement restaurer les conditions initiales de cette matrice liquide partagée. Si nous ajoutons à ces considérations le fait que le réseau dense de fibres neuronales, qui atteint pratiquement tous les organes et tissus de notre corps, mais également les neurones détachés dans des avant-postes stratégiques, par exemple l'intestin, sont baignés dans

ce milieu intérieur, nous comprenons le rôle fondamental de ces processus homéostatiques de contrôle et inversement, les vastes implications en médecine et psychologie de toutes ces conditions dans lesquelles ces mécanismes sont altérés. Ce qui a été dit brièvement, et les profondes connexions que nous savons maintenant exister entre psyché et soma nous font comprendre la façon dont des troubles dits psychosomatiques sont réels et néfastes pour l'individu touché. Les problèmes de la vie quotidienne, les stress émotionnels, les conflits comme ceux auxquels M. Polly devait faire face produisent des phénomènes irréguliers qui provoquent d'abord des troubles fonctionnels, puis de réelles maladies organiques, qui dans certains cas produisent des décès absolument inexplicables. Il est commun d'observer des sujets qui, en raison de forts stress émotionnels, peuvent devenir incarnés en quelques jours, ou remplis de xanthélasma, un signe d'un grave dérèglement métabolique, ou peuvent développer des phénomènes d'immunosuppression avec le déclenchement de maladies graves. Au troisième millénaire, il n'est plus raisonnable de traiter les maladies psychosomatiques comme des non-maladies. La démarcation entre la médecine, la psychanalyse et la psychosomatique aujourd'hui est très artificielle, comme le fut la dichotomie esprit – corps du dualisme cartésien. L'avenir est seulement celui d'une vision anthropologique, holistique de l'homme et de ses maladies pouvant aider l'homme dans ses difficultés quotidiennes par une réelle compréhension des intersections entre psyché et soma.

## Bibliographie

- Bernard, C. (1859). *Leçons sur les propriétés physiologiques et les altérations pathologiques des liquides de l'organisme*. Paris: Baillière.
- Bisiach, E. & Luzzatti, C. (1978). Unilateral neglect of representational space. *Cortex*, 14(1), 129–33.
- Conti, F. (2013). *Claude Bernard e la nascita della biomedicina*. Milan : Cortina editore.
- Graat, I., Figeo, M. & Denys, D. (2017). The application of deep brain stimulation in the treatment of psychiatric disorders. *International Review Psychiatry*, 29(2), 178–190.
- Heinroth, J. C. A. (1818). *Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens oder der Seelenstörungen und ihrer Behandlung*. Leipzig : Vogel.
- Holtmaat, A. & Svoboda, K. (2009). Experience-dependent structural synaptic plasticity in the mammalian brain. *Nature Review Neuroscience*, 10(9), 647–58.
- Jung, C. G. (1994). Riflessioni Teoriche sull'essenza della psiche. In C. G. Jung, *La dinamica dell'inconscio*. Turin : Bollati Boringhieri.
- Koch, C. & Laurent, G. (1999). Complexity and the nervous system. *Science*, 284(5411), 96–8.
- Lamanna, J. & Malgaroli, A. (2015). A pre-docking source for the power-law behavior of spontaneous quantal release: application to the analysis of LTP. *Frontiers Cellular Neuroscience*, 18(9): 44–54.
- Malgaroli, A., Ting, A. E., Wendland, B., Bergamaschi, A., Villa, A., Tsien, R. W. & Scheller R. H. (1995). Presynaptic component of long-term potentiation visualized at individual hippocampal synapses. *Science*, 268(5217), 1624–8.
- Sperry, R. (1982). Some effects of disconnecting the cerebral hemispheres. Nobel Lecture, 8. December 1981. *Bioscience Reports*, 2(5), 265–276.
- Steinberg, H. (2004). *Die Errichtung des ersten psychiatrischen Lehrstuhls: Johann Christian August Heinroth à Leipzig, neurologue*. 75(3), 303-7.
- Vidal-Dourado, M., Conforto, A. B., Caboclo, L. O., Scaff, M., Guilhoto, L. M. & Yacubian, E. M. (2014). Magnetic fields in noninvasive brain stimulation. *Neuroscientist*, 20(2), 112–21.
- Wells, H. G. (1910). *The History of Mr. Polly*. New York : Thomas Nelson and Son.

Antonio Malgaroli est psychiatre et professeur de physiologie et de neuroscience.

# Critique de livre

Mahler, Jean (2018):

*Anne – une mort choisie*

Lausanne: Edition Ouverture (Collection «son mot à dire ...»), 104 pages, 15,00 francs suisses



Anne est la fille de Jean Mahler. À l'âge de 43 ans, elle a perdu son compagnon à la suite d'une longue maladie et apprend un an plus tard qu'elle est elle-même atteinte de cancer et qu'il n'y a aucun espoir de guérison. Tous deux étaient médecins.

D'une manière impressionnante, Jean Mahler décrit du point de vue du père, respectivement des parents, comment s'est développée la confrontation avec la maladie. Celle-ci aboutit au final à la décision de la fille de faire appel à Exit et de choisir elle-même le moment de la mort afin de ne pas devoir s'y opposer dans des douleurs de plus en plus importantes. Elle accepte sa mort inéluctable, prend en main ce qu'elle peut encore choisir elle-même et conserve ainsi sa dignité. Ce qui est impressionnant c'est la façon dont les médecins consultés ont proposé différentes thérapies en sachant qu'aucune ne serait fructueuse et qu'au final ils confessaient pouvoir comprendre la décision d'Anne. Mais, aucun d'entre eux n'est prêt à l'accompagner sur sa voie. Seul son psychologue y consent – et ses parents – avec qui elle vit depuis la mort de son conjoint. Jean Mahler décrit en détail, dans un langage clair et délicat, le processus qu'ils ont tous les trois traversé, comment ils ont traversé ensemble les phases du deuil, comme ils sont parvenus, et sa

sœur aussi, à se dire adieu, à mettre fin à la vie jusqu'à l'accompagnement au moment de l'arrivée de la mort.

L'auteur écrit sur la mort qui est une partie de la vie. Souvent, ce sujet est aujourd'hui encore tabou (en particulier la mort choisie). Il faut remercier l'auteur et la maison d'édition qui ont permis qu'un sujet émouvant puisse être rendu public et discuté avec cette publication. L'écriture a certainement aussi servi à ce que le père gère la mort de la fille, mais la publication de ce destin individuel ouvre aussi une dimension universelle et réveille des résonances, la sensation d'être touché et la réflexion auprès des lectrices et lecteurs. Jean Mahler est psychologue et membre de l'ASP. Dans l'un des derniers chapitres, il décrit comment l'annonce de la mort de sa fille et l'accompagnement par le père ont eu un effet sur chacune de ses thérapies et ont donné lieu à des séances très touchantes et approfondies.

Merci Jean de partager avec nous cette expérience. Je recommande la lecture de ce livret (format : 11 x 16,2 cm). Il est écrit en français, mais les collègues de langue allemande et italienne peuvent également le lire, idéalement avec quelques connaissances scolaires en français.

Peter Schulthess



# Calendrier des manifestations

19 janvier 2019, Zurich

**Formation continue : Éthique, code déontologique et obligations en psychothérapie**

Intervnante : Marianne Meister-Notter

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

20 janvier 2019, Zurich

**Formation post-graduée/formation continue : Droits et obligations dans la relation à la patiente, au patient – un aperçu**

Intervnante : Cornelia Kranich Schneiter (avec Peter Schulthess)

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

23 mars 2019, Zurich

**Assemblée des membres ASP (40e anniversaire)**

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

6 avril 2019, Zurich

**Formation post-graduée/formation continue : Approches et méthodes dans la psychothérapie : Approches systématiques**

Intervnant : Martin Rufer

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

7 avril 2019, Zurich

**Formation post-graduée/formation continue : Approches et méthodes dans la psychothérapie : Procédé humaniste et intégratif**

Intervnant : Peter Schulthess

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

3 – 7 juillet 2019, Buenos Aires, Argentine

**50e rencontre annuelle internationale de la SPR**

Organisateur : SPR

Info : [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)

4 – 6 septembre 2019, Berne

**Congrès annuel de la SSPP et SGKJP**

Info : [www.psy-congress.ch](http://www.psy-congress.ch)

7 – 8 septembre 2019, Zurich

**Formation post-graduée/formation continue : Recherche en psychothérapie et ses implications pour la pratique**

Intervnant : Volker Tschuschke

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

19 – 21 septembre 2019, Cracovie, Pologne

**5e rencontre commune R. U. et Européenne de la SPR**

Organisateur : SPR

Info : [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)

16 – 17 novembre 2019, Zurich

**Formation post-graduée/formation continue : Interrogations éthiques et contextes sociopolitiques**

Intervnant : Alberto Bondolfi

Organisateur : ASP

Info : [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

17 – 20 juin 2020, Amherst, USA

**51e rencontre annuelle internationale de la SPR**

Organisateur : SPR

Info : [https://www.psychotherapyresearch.org/events/event\\_list.asp](https://www.psychotherapyresearch.org/events/event_list.asp)

26 – 29 juin 2020, Moscou, Russie

**9<sup>th</sup> World Congress for Psychotherapy**

Organisateur : WCP

(World Council for Psychotherapy)

Info : [www.planetofpsychotherapy.com](http://www.planetofpsychotherapy.com)