

09.09.2008 – 08:00 Uhr

FNS: Etude empirique à long terme sur la psychothérapie psychanalytique

Bern (ots) -

La psychanalyse est efficace

Des thérapies d'une à deux heures par semaine sur deux ans en moyenne sont très demandées. C'est sur ce marché que les thérapeutes formés à la psychanalyse offrent leurs services. Un projet de recherche soutenu par le Fonds national suisse montre que les psychothérapies psychanalytiques déploient bel et bien un effet bienfaisant - en particulier pour les troubles psychiques sévères.

Quelle est l'efficacité d'une psychanalyse? «On lui reproche souvent de s'interdire l'empirie» explique Joachim Küchenhoff, médecin-chef de la clinique psychiatrique cantonale de Liestal (BL) et professeur de psychiatrie et de psychothérapie à l'Université de Bâle. Pour combler cette lacune et évaluer scientifiquement les effets de la psychanalyse, Joachim Küchenhoff et son équipe ont étudié, au moyen de méthodes quantitatives et qualitatives, les thérapies de 47 patients conduites par 37 thérapeutes en Suisse alémanique, et cela sur au moins douze mois.

Dans l'ensemble, les chercheurs ont constaté une réduction significative des troubles, des problèmes relationnels et autres symptômes. Pour plus de la moitié des patients, les troubles sévères dont ils souffraient avaient disparu après une année. La plupart des autres patients avaient amélioré leur état mais restaient perturbés. Une aggravation des symptômes n'a été observée que dans quatre cas. Des thérapies longues ont aussi été examinées. Dans la plupart des cas, il s'est avéré que l'essentiel de la modification des troubles survient au cours de la première année de traitement. Les chercheurs ont aussi suivi des patients dont la thérapie était terminée. La tendance montre que les psychothérapies psychanalytiques produisent également un effet durable.

Une variante de la psychanalyse classique

Pour ne prendre en compte que des traitements méritant d'être considérés comme «psychanalytiques», les chercheurs ont accompagné exclusivement des thérapeutes qui satisfont aux standards de la Fédération européenne pour la psychothérapie psychanalytique (EFPP), et qui recourent à des concepts et méthodes psychanalytiques modernes (inconscience, prise en compte de la relation thérapeute-patient et de sa transformation, approche cognitive émotionnelle).

La psychanalyse classique n'était pas l'objet de cette étude. Les traitements d'au moins trois heures hebdomadaires durant de nombreuses années ne constituent en effet pas un traitement courant des patients en Suisse. «Les thérapies les plus demandées sont celles qui durent environ deux ans et impliquent une à deux heures de face-à-face par semaine», explique Joachim Küchenhoff. C'est dès lors ce type de thérapies qui a été examiné.

En début de la thérapie, seule la moitié des patients s'estimaient gravement malades alors que, selon leur thérapeute, plus de 90 pour cent d'entre eux souffraient d'une affection évidente, voire exceptionnellement sévère. Les résultats de la thérapie étaient meilleurs pour les cas lourds que pour les cas légers. Ces cas légers, qu'on pourrait qualifier de névrosés ayant acquis une certaine maturité, étaient considérés jadis comme des cas classiques à traiter par une psychanalyse. «Peut-être qu'une démarche longue et intense correspond mieux à ces derniers, observe Joachim Küchenhoff. Une autre hypothèse pourrait être que les thérapeutes, après s'être occupé durant des années de patients «borderline», traumatisés ou

s'étant automutilé, ont quelque peu désappris le contact avec leur clientèle classique.»

Le double-tranchant d'une meilleure autoperception

Les chercheurs ont collecté leurs données au moyen de questionnaires standardisés qui portaient sur l'état physique et moral, ainsi que sur les symptômes, avec des évaluations de la structure de la personnalité. Patients et thérapeutes ont rempli les questionnaires indépendamment, pendant et après la thérapie. Les chercheurs se sont informés sur l'état de santé des patients au moyen d'entretiens qualitatifs. Les données englobent ainsi trois perspectives sur chaque thérapie (patient, thérapeute, tiers non impliqué) - «Une approche de recherche adéquate pour un concept scientifique en psychanalyse», estime Joachim Küchenhoff.

Ainsi, certains patients affirment présenter davantage de symptômes pendant la thérapie qu'auparavant alors que, selon les deux autres perspectives, leur état s'est amélioré. Pour Joachim Küchenhoff, cela indique que les thérapies psychanalytiques accroissent la capacité à l'autoperception. «Le patient a besoin d'une période de thérapie pour identifier clairement certains de ses fardeaux. Or, le fait de mieux en prendre conscience peut provoquer une grande souffrance, que le patient doit affronter avec son thérapeute.»

L'étude montre aussi que les thérapeutes sont efficaces surtout lorsqu'ils se mettent très exactement au diapason des besoins et des capacités de leurs patients. «Cela n'a pas de sens de livrer des interprétations compliquées à des personnes incapables de les comprendre», explique Joachim Küchenhoff. Ce qui peut paraître trivial s'avère souvent compliqué dans le quotidien thérapeutique. Les prochains dépouillements des données collectées devraient précisément montrer dans quelles conditions les thérapeutes réussissent de manière optimale à se mettre au diapason de leurs patients.

Publications (toutes deux disponibles au FNS en PDF; seulement en allemand; e-mail: pri@snf.ch)

Paper avec les principaux résultats de l'étude

T. Jakobsen, P. Agarwalla, C. Knauss, H. Hunziker, R. Schneider et J. Küchenhoff, «Eine komparative Kasuistik auf der Grundlage qualitativer Ergebnismessungen und qualitativer Prozessbeschreibungen als Beitrag zum Verständnis therapeutischer Prozesse», in *Psychotherapie und Sozialwissenschaft*, vol. 9 (2007), pp. 119-142.

Le texte de ce communiqué de presse est disponible sur le site Internet du Fonds national suisse <http://www.fns.ch> > Médias > Communiqués de presse.

Contact:

Prof Joachim Albert Küchenhoff
Clinique psychiatrique cantonale
Bientalstrasse 7
CH-4410 Liestal
Tél.: +41 (0)61 927 71 61
e-mail: joachim.kuechenhoff@unibas.ch