

L'approche intégrative en psychothérapie

Recension par ANNE FORNOVILLE-DUBOIS¹



Psychologies & Psychothérapies
Collection dirigée par Marianne Janas



Bachelart, M.
L'approche intégrative en psychothérapie. Anti-manuel à l'usage des thérapeutes
Editions ESF
ISBN : 978-2-7101-3271-4
2017
303 p.

¹ ANNE FORNOVILLE-DUBOIS est psychologue clinicienne et rédactrice en chef de Psychologos.

Notre loi du 4 avril 2014 réglementant les professions des soins de santé mentale reconnaissait « comme cadres de référence psychothérapeutique dans lesquels doit s'inscrire toute intervention psychothérapeutique accomplie par un psychothérapeute habilité : 1° la psychothérapie à orientation psychanalytique et psychodynamique; 2° la psychothérapie à orientation comportementale et cognitive; 3° la psychothérapie à orientation systémique et familiale; 4° la psychothérapie d'orientation humaniste centrée sur la personne et expérientielle ». Comme chacun le sait, cette loi a été abrogée et remplacée par celle 10 juillet 2016. Il n'y a plus aucune référence aux quatre orientations dans la loi de 2016. Ce ne sont plus les orientations qui comptent.

L'intégration en psychothérapie est donc une question très actuelle. Beaucoup de collègues ont été très étonnés de la disparition des différentes orientations de la loi de 2016 et il arrive encore que la Fédération reçoive des questions à ce sujet et qu'il resurgisse sur les réseaux sociaux.

2

Personnellement, j'ai suivi une formation en systémique et à l'époque je me disais « il manque quelque chose »... C'est donc chemin faisant, avec les clients, que je me suis mise « à intégrer », comme Monsieur Jourdain et la prose, les notions de psychanalyse reçues durant mes études de psycho (il n'y avait quasiment que cela), les notions de (neuro)physiologie également de l'unif et les formations éparées en approche cognitivo-comportementale suivies par la suite. Ce n'est que lorsque j'ai constaté la disparition des références aux différentes orientations dans la loi et qu'une collègue annonçait sur son CV qu'elle avait suivi une formation en psychothérapie « d'approche intégrative » que j'ai pris conscience que, moi aussi, j'appliquais une approche intégrative.

Le modèle intégratif s'invite dans les conférences et les universités. Quelle est l'histoire de ce courant ? Quels sont ses objectifs et ses méthodes ? Quels sont les enjeux de ce

« décloisonnement » des théories et de cette pratique dite « multiréférentielle » ?

MAXIMILIEN BACHELART souligne avec une rigueur éclairante les contours de la psychothérapie, l'histoire des quatre grands courants qui la fondent et l'émergence du modèle intégratif. Il interroge les concepts et les techniques de cette approche qui commence à être citée mais reste méconnue. L'auteur présente la psychanalyse, l'approche humaniste, les TCC et la systémique, leurs points de rencontre et leurs divergences. Il fait dialoguer les recherches internationales autour de l'efficacité des pratiques et présente en détail le modèle intégratif : les niveaux d'intégration, les facteurs communs de succès, les schémas intégrateurs...

Cet ouvrage, véritable anti-manuel, interroge le sens de nos pratiques, la psychothérapie en général et l'approche intégrative en particulier. A ce titre, il est incontournable tant pour les psychothérapeutes de tout poil qui ont de nombreuses années d'exercice au compteur que pour ceux qui commencent, pour les cliniciens qui n'ont pas de formation en psychothérapie mais aussi pour les autres (je pense en particulier aux psychologues du travail qui sont confrontés aux problèmes de burn-out par exemple). Les vignettes cliniques en fin d'ouvrage montrent bien qu'il ne s'agit pas d'une étude purement théorique, mais au contraire bien qu'elle est bien ancrée dans le terrain.

MAXIMILIEN BACHELART est docteur en psychologie. Enseignant dans plusieurs universités et formateur professionnel, il a travaillé la question de la douleur chronique et de l'alliance thérapeutique durant sa pratique hospitalière. Actuellement psychologue dans la protection de l'enfance, il pratique une activité de psychothérapeute en libéral. L'intégration des psychothérapies est au coeur de sa réflexion et il est aujourd'hui coordinateur du réseau français de la SEPI (*Society for the Exploration of Psychotherapy Integration*).

3