

## La recherche psychanalytique et la recherche sur les thérapeutiques psychanalytiques. Réflexions d'un psychanalyste et chercheur

Louis Brunet

Volume 18, numéro 2, automne 2009

Le corps. Sur le divan. Dans le fauteuil II

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/039290ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/039290ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

1192-1412 (imprimé)

1911-4656 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Brunet, L. (2009). La recherche psychanalytique et la recherche sur les thérapeutiques psychanalytiques. Réflexions d'un psychanalyste et chercheur. *Filigrane*, 18(2), 70–85. <https://doi.org/10.7202/039290ar>

Résumé de l'article

Le texte propose une réflexion sur la recherche en psychanalyse, la recherche sur la psychanalyse et la recherche à partir de la psychanalyse en les différenciant et exposant leurs apports. Il vise aussi à déconstruire certains mythes au sujet des recherches sur l'efficacité thérapeutique et les pratiques validées empiriquement. Le texte propose aussi des repères concernant la place valide de la subjectivité en recherche ainsi que des critères de validité scientifique de la recherche psychanalytique.

# La recherche psychanalytique et la recherche sur les thérapies psychanalytiques. Réflexions d'un psychanalyste et chercheur

louis brunet

Le texte propose une réflexion sur la recherche en psychanalyse, la recherche sur la psychanalyse et la recherche à partir de la psychanalyse en les différenciant et exposant leurs apports. Il vise aussi à déconstruire certains mythes au sujet des recherches sur l'efficacité thérapeutique et les pratiques validées empiriquement. Le texte propose aussi des repères concernant la place valide de la subjectivité en recherche ainsi que des critères de validité scientifique de la recherche psychanalytique.

The paper presents a discussion on psychoanalytic research, dividing it into three forms: psychoanalytic research proper, research on psychoanalysis and psychoanalytically informed research in an attempt to distinguish and explain the contribution of each. Some myths concerning research on therapeutic efficacy and empirically validated practices are also deconstructed. Also the paper proposes the view that subjectivity can be used as a valid research tool as well as criteria for scientifically valid psychoanalytic research.

Depuis un certain nombre d'années, la valeur et l'efficacité des thérapies psychanalytiques et psychodynamiques sont remises en question par des chercheurs et des universitaires. Assez curieusement, les psychanalystes et les psychodynamiciens répondent très mal et avec une certaine ambivalence à ces recherches et surtout aux critiques formulées contre le traitement psychanalytique. Ces réponses inadéquates sont souvent le fruit de l'ignorance du domaine et de l'épistémologie de la recherche, mais sont aussi la conséquence de la relation conflictuelle qu'entretiennent les psychanalystes et les psychodynamiciens avec l'idée même de la « recherche » en psychanalyse.

Plusieurs facteurs contribuent actuellement à donner une image négative et fautive de la valeur des traitements psychanalytiques. D'abord l'omniprésence de la recherche portant sur l'efficacité des traitements cognitifs-comportementaux. Il faut reconnaître que la majorité des recherches actuelles sur l'efficacité thérapeutique porte sur des techniques cognitives comportementales et sont

souvent produites par des chercheurs dont l'orientation théorique est cognitive-comportementale. Il n'est pas question de leur en faire reproche, au contraire il est tout à leur honneur que ces praticiens et ces chercheurs tentent de vérifier la valeur de leur thérapeutique. Cependant, l'omniprésence de la recherche cognitive-comportementale liée à la rareté des recherches portant sur les thérapies psychanalytiques crée une illusion qu'il faut examiner de près. À ne lire que des comptes-rendus de recherches démontrant l'efficacité des techniques cognitives-comportementales, les thérapeutes, tout comme le public en général, en viennent à croire que les seules méthodes thérapeutiques valables et efficaces sont les techniques cognitives-comportementales. On associe donc implicitement la présence importante de recherches empiriques démontrant la valeur des thérapies cognitives comportementales et la rareté de la recherche portant sur le processus psychanalytique comme si cela démontrait la supériorité de la première sur la seconde. Il s'agit d'une erreur logique, un sophisme, qui mérite d'être nuancée, ce que nous ferons plus loin dans ce texte.

Mais le plus étrange dans la situation décrite n'est peut-être pas que les chercheurs et cliniciens cognitifs comportementaux utilisent ces recherches pour affirmer erronément la supériorité de leur approche mais plutôt la réaction des thérapeutes et des universitaires psychanalytiques qui encaissent le coup sans savoir comment réagir. D'un côté, certains semblent silencieusement accepter le sophisme cité plus haut, qui invaliderait le traitement psychanalytique. D'autre part la réaction formelle de plusieurs d'entre eux ressemble à celle du renard de la fable de La Fontaine :

« Le galand en eut fait volontiers un repas ;  
 Mais comme il n'y pouvait point atteindre :  
 « Ils sont trop verts, dit-il, et bons pour des gougats ».

Ainsi, puisque ces recherches mettraient à mal notre pratique psychanalytique, certains adoptent la stratégie du renard et déclarent que la recherche ne comprend rien au processus psychanalytique, qu'elle est elle-même invalide, et que par conséquent elle ne nous intéresse pas.

Ce texte veut présenter les réflexions d'un psychanalyste, donc clinicien, qui de surcroît est professeur d'université et chercheur. L'objectif est dans un premier temps de déconstruire certains mythes entourant la recherche, entourant aussi la recherche sur l'efficacité des psychothérapies, notamment sur l'efficacité de la psychanalyse et des thérapies psychanalytiques. Pour ce faire, une réflexion sur la recherche, sur les « pratiques validées empiriquement » et sur la recherche « écologique » sera présentée. Finalement, des exemples de recherches issues de notre travail universitaire seront présentés afin d'illustrer nos réflexions.

### **La recherche psychanalytique : ange ou démon ?**

Dans « Faut-il enseigner la psychanalyse à l'Université ? » Freud écrit :

«La psychanalyse suit sa propre méthode dans l'étude des processus psychiques et des opérations de l'esprit, méthode qui peut non seulement s'appliquer au fonctionnement psychique pathologique, mais aussi à la solution de problèmes artistiques, philosophiques et religieux...» (Freud, 1919)

Ainsi la psychanalyse possède sa méthode propre pour observer son objet de recherche dont le spécifique est lié à un fonctionnement psychique qui n'est pas visible «en positif» ou «mesurable» (Brunet, 2008). Par extension, et comme le disait René Roussillon (2007) dans le domaine de la recherche qui se veut psychanalytique : «il faut savoir se donner les moyens de ses ambitions». Concrètement, les moyens de l'ambition de la recherche psychanalytique commencent par

«[...] la mise en évidence de la signification inconsciente des paroles, des actions, des productions imaginaires (rêves, fantasmes, délires) d'un sujet. Cette méthode se fonde principalement sur les libres-associations du sujet qui sont le garant de la validité de l'interprétation.» (Laplanche et Pontalis, 1967) 351)

Il faudra donc que le chercheur qui se réclame de la psychanalyse mette en place les moyens pour effectivement observer d'une manière valide les significations inconscientes et non pas seulement en faire une inférence lointaine et hypothétique. Traditionnellement, pour les psychanalystes, la recherche psychanalytique équivalait à une réflexion métapsychologique faite à partir des cure-types. Cette recherche, qui a indubitablement apporté à la psychanalyse et à la psychologie des connaissances fondamentales, s'incarnait dans l'utilisation d'illustrations cliniques, de présentations d'études de cas et dans la recherche conceptuelle. Cependant, dans les dernières décennies se sont manifestés d'autres modèles de recherche se réclamant de la psychanalyse, allant des études de cas comparatives aux modèles empiriques comportant l'utilisation de groupes contrôles. Plusieurs psychanalystes se sont publiquement prononcé contre certaines de ces dernières formes de recherche, dénonçant entre autres le fait qu'elles s'éloigneraient trop du véritable objet d'étude de la psychanalyse que sont les processus dynamiques inconscients (Green, 2000 ; Perron, 2006).

Si les psychanalystes sont pour le moins ambivalents lorsque vient le temps de discuter de la recherche et de la place que devrait avoir la recherche en psychanalyse, il se pourrait que ce soit parce qu'ils amalgament différentes formes de recherche se réclamant de la psychanalyse. Afin de mieux départager les formes de recherche pouvant s'appliquer à la psychanalyse, j'ai proposé de les classer en trois catégories (Brunet, 2005) : la recherche en psychanalyse, la recherche sur la psychanalyse et la recherche à partir de la psychanalyse. Chacune de ces formes présente sur le plan scientifique, des difficultés internes et des difficultés externes.

C'est à dire, soit des difficultés liées à l'objet d'étude même de la psychanalyse, soit des difficultés par rapport à des normes externes de recherche, normes méthodologiques, épistémologiques et même politiques.

Selon cette catégorisation, la recherche « en psychanalyse » est celle qui se fait depuis toujours par les psychanalystes : celle qui propose une réflexion théorique, conceptuelle et clinique. Elle porte notamment sur l'élaboration ou la révision de concepts métapsychologiques (comme les travaux de Roussillon (2001) révisant la métapsychologie en fonction du tournant de 1920), ou sur le dispositif (Green, 2006). C'est une recherche qui se fait à partir de l'expérience de la cure et qui se construit à partir d'études de cas ; modèle qui a permis à Freud d'exposer brillamment sa méthode et sa théorie (Freud, 1909, 1911). Souvent elle s'élabore à l'intérieur d'un groupe de réflexion auquel appartient le clinicien.

La recherche « sur la psychanalyse » est celle qui provoque actuellement le plus de critiques de la part des psychanalystes. Il arrive trop souvent que ce type de recherche ne respecte pas le véritable objet d'étude de la psychanalyse, notamment les processus dynamiques inconscients. Cela est particulièrement flagrant dans les recherches visant à évaluer l'efficacité thérapeutique à partir d'un point de vue symptomatique. Traditionnellement les psychanalystes ont souvent eu tendance à rejeter les études portant sur l'efficacité thérapeutique sans les examiner vraiment, donc sans pouvoir les critiquer adéquatement, et à tout simplement les déclarer non pertinentes. Mais récemment, certains psychanalystes ont adopté une position contraire et ont proposé de combattre le feu par le feu. De Kernberg (2006) à Robertson *et al.* (2004) au groupe de Ulm (Kächele, Schacter, Thomä, 2009) ou de Hoglend (2004) certains ont ainsi développé des méthodologies permettant, selon eux, d'étudier l'efficacité du traitement psychanalytique en allant au-delà de l'évaluation des symptômes mais en respectant les critères de la recherche empirique. Ces deux positions présentent leur lot de pièges qu'il faut examiner soigneusement.

Quant aux recherches « à partir de la psychanalyse », elles sont constituées des nombreux travaux, comme les thèses universitaires, qui utilisent les concepts de la psychanalyse pour étudier des phénomènes cliniques, à l'extérieur de la thérapie psychanalytique proprement dite. Il peut s'agir de recherches diagnostiques, d'études de certaines populations ou de problématiques spécifiques à l'aide des concepts de la psychanalyse. Ainsi certains de mes étudiants font des thèses doctorales portant sur les effets de la violence et de l'intimidation chez des enfants ; sur les conséquences structurales et dynamiques d'avoir été un enfant soldat en république démocratique du Congo ; ou étudient l'évolution de l'organisation psychique chez des meurtriers s'étant réhabilités. Ces recherches se servent du regard spécifique que leur fournit la théorie psychanalytique, sans qu'il s'agisse de cures psychanalytiques, mais plutôt d'entretiens dont la méthode est directement inspirée de la théorie de la technique psychanalytique (des paramètres et des techniques permettant d'avoir accès à des processus et contenus inconscients) et dont la grille d'analyse est celle des concepts psychanalytiques.

Ce troisième type de recherche, « à partir de la psychanalyse », pose ordinairement moins de problèmes aux psychanalystes ou aux chercheurs empiristes car il arrive souvent à respecter à la fois les exigences associées à l'objet d'étude (processus et caractéristiques dynamiques inconscients) et les exigences de la méthodologie de recherche, exigences que nous examinerons plus loin. Par contre les deux premiers modèles posent des difficultés « scientifiques » spécifiques qu'il nous faut aussi examiner. Ainsi le modèle d'étude de cas, cher aux psychanalystes, est souvent critiqué sur le plan de sa validité scientifique alors que la recherche empirique pose plutôt le problème fondamental d'un modèle d'observation qui ne donnerait pas accès au véritable objet de la psychanalyse.

En ce qui concerne la validité de la recherche « à partir de la psychanalyse » il faut reconnaître que depuis plusieurs années, un enrichissement réciproque s'est effectué entre les connaissances psychanalytiques portant sur « la méthode psychanalytique » et le développement des méthodes de recherche qualitative. Ainsi, les réflexions issues de certains modèles de la recherche qualitative, pensons à la Grounded theory (Glaser, 2001) notamment, proposent une réflexion sur la validité scientifique qui se transpose d'une façon tout à fait correcte à l'objet d'étude psychanalytique. D'une part existent des critères de validité portant sur la façon d'observer ou d'obtenir le matériel qui sont tout à fait cohérents avec la vision psychanalytique de son sujet d'étude. D'autre part, les modèles d'analyse et de validation des inférences proposés par ces modèles de recherche qualitative sont aussi tout à fait compatibles avec la vision psychanalytique des inférences faites au sujet des processus inconscients.

### **La notion de subjectivité ou l'apport de la psychanalyse à la recherche qualitative**

Ainsi, tant en recherche qualitative qu'en psychanalyse, la subjectivité est actuellement considérée comme un instrument de connaissance et non comme un simple artefact indésirable qu'il faut chercher à éviter. La psychanalyse nous a montré qu'à travers le contre-transfert, la « subjectivité » pouvait être autant un instrument de méconnaissance qu'un instrument de connaissance (Heimann, 1950 ; Reid, 1992). Cependant pour que la subjectivité puisse être un instrument de connaissance, il faut que le chercheur, tout comme le psychanalyste, puisse mettre en place des conditions de validation de cette subjectivité. Sinon, le subjectif n'est pas autre chose que de l'intuition non vérifiée, non vérifiable, de l'arbitraire et de la projection de la part du chercheur. La recherche qualitative s'est appliquée au cours des dernières années à décrire diverses façons d'approcher la validation de la subjectivité et de l'induction en recherche. En réalité il existe un ensemble de mesures qui peuvent concourir à cette validation. Parmi celles-ci se trouvent les habituelles notions de saturation, de cohérence, de convergence (Brunet, 2008), d'analyse par consensus et d'analyse retour que j'ai développé en tant qu'« analyse-retour en spirale » (Brunet, 2008a). L'espace alloué à ce texte est insuffisant pour exposer en profondeur l'ensemble des critères de validation

s'appliquant à la recherche qualitative psychanalytique, mais il vaut la peine d'en présenter les grandes lignes s'appliquant à la saturation et à l'analyse-retour en spirale.

Les questions de la saturation et de l'utilisation de la subjectivité peuvent souvent être traitées conjointement en recherche psychanalytique. La psychanalyse nous a montré qu'il était possible d'avoir accès à des manifestations intersubjectives qui n'étaient pas accessibles par une simple analyse de contenu ou de texte, mais l'étaient à travers le contre-transfert. Cependant, si cette forme d'utilisation de la subjectivité a été mise en lumière c'est parce que la psychanalyse a réussi à mettre en place un processus relationnel d'une rare intensité ; une fréquence de trois ou quatre séances hebdomadaires s'échelonnant sur des mois et des années. Une recherche « à partir de la psychanalyse » visant à utiliser de façon similaire la subjectivité du chercheur se doit donc nécessairement de mettre en place un processus d'entrevues qui misera sur l'intensité, non seulement afin d'obtenir la « quantité » d'information ou la « saturation » requise par la recherche mais surtout parce que c'est cette intensité relationnelle qui favorisera les processus de projection, de déplacement de la part du sujet et parallèlement les processus d'identification, de « résonance » et de fonction contenante du côté du chercheur (Brunet, 2009), lui permettant d'utiliser sa subjectivité comme instrument de réflexion et de connaissance. On le voit, l'utilisation de la subjectivité du chercheur demandera un modèle nécessitant de nombreuses entrevues et une méthodologie de type associatif pour porter fruit. Depuis longtemps la recherche qualitative reconnaît l'importance d'utiliser un grand nombre d'entrevues pour permettre la mise en évidence de la communication non verbale, à travers la relation, ce qui amène un matériel fort différent de celui dégagé par l'analyse de discours ou de contenu. Par exemple, le modèle des récits de vie (Bertaux, 2005) utilise souvent de 20 à 30 entrevues avec un seul sujet. Se donner « les moyens de ses ambitions » passe donc ici par un nombre et une intensité suffisante des entrevues pour permettre une identification telle du chercheur avec l'individu qu'il rencontre, que celle-ci permettra d'identifier une communication non verbale en plus de la classique analyse du discours.

L'analyse-retour en spirale est un autre concept issu de la recherche qualitative permettant un approfondissement des entrevues en même temps qu'une validation des inférences du chercheur. Ce qui est remarquable c'est que le principe de l'analyse-retour est utilisé de façon implicite dans la pratique clinique du psychanalyste et du psychothérapeute. En deux mots, dans la pratique clinique elle correspond à la pratique du thérapeute qui, à partir de l'analyse du discours, à partir de son identification à son analysant et de l'analyse de son contre-transfert, utilise cette sorte de « chimère », pour utiliser le vocable de De M'Uzan (1994), sorte d'amalgame entre des aspect projetés du client et leur résonance avec des contenus inconscients chez l'analyste, pour faire un retour au sujet. En psychanalyse ou en psychothérapie psychanalytique ce retour prend le plus

souvent la forme d'une « interprétation exploratoire » (Brunet, Casoni, 1991) à partir de laquelle l'analyste peut juger de la pertinence de son induction, non pas parce que l'analysant acquiesce à l'interprétation mais plutôt à cause de l'effet d'ouverture associative que celle-ci peut provoquer.

L'analyse-retour en recherche qualitative se base sur la même logique. Appliqué au processus de recherche qualitative, ce concept conduit le chercheur à ne plus concevoir la cueillette de données et le processus d'analyse comme deux processus différents et successifs mais, tout comme en psychanalyse, à intégrer les deux processus dans un va-et-vient permanent, permettant un raffinement de chacun des processus, tout en renforçant la validité des inférences explicatives ainsi élaborées. Ce processus de va-et-vient entre l'identification, l'analyse, l'induction et la vérification par le retour au sujet ne prendra pas en recherche la forme d'une interprétation comme en psychanalyse mais de façon profonde et subtile, l'analyse qualitative ayant affiné l'écoute du chercheur, celui-ci « entend mieux » le matériel recueilli dans les entrevues subséquentes, peut vérifier facilement sa compréhension par certaines questions ou relances associatives et donc lui permet de s'assurer de la valeur de ses inductions et du modèle compréhensif qu'il construit. Concrètement, le chercheur entend le discours lors des entrevues, mais est également au coeur d'un processus relationnel qui peut aussi être source de connaissance. L'analyse-retour débute par les premières inférences durant les entrevues, se continue par l'analyse du discours et par une réflexion sur la relation transféro-contre-transférentielle entre chaque entrevue. Dans l'entrevue subséquente, l'écoute est raffinée par les inférences précédentes, permettant souvent un retour au sujet, soit sous la forme de relances associatives ou de questions permettant d'observer les réactions du sujet à ce retour des inférences au sein même du processus d'entrevue. Cette analyse-retour prend peu à peu la forme d'une spirale : débutant par un aller-retour très large, le processus se resserre graduellement vers le centre qui représenterait la réalité subjective étudiée. Ce modèle est bien celui du psychothérapeute dont les inférences, transformées en relances et interprétations, se rapprochent graduellement d'une connaissance profonde des processus inconscients en jeu. Le processus d'analyse-retour en spirale, surtout lorsque les analyses sont soumises à un processus d'accord ou de consensus, a l'avantage de permettre de valider les inductions, ce qu'un processus d'analyse linéaire en deux temps ne permet pas de faire. En effet, si les entretiens de recherche sont terminés, les inférences faites lors de l'analyse ne peuvent plus être validées auprès du sujet, toutes valables soient-elles.

La psychanalyse, sa théorie des processus psychiques inconscients et sa théorie de la technique peuvent donc avantageusement féconder la recherche qualitative, notamment dans la recherche « à partir de la psychanalyse » et dans la recherche « sur la psychanalyse » et ainsi permettre de développer des modèles de recherche qui ne trahiront ni l'objet d'étude de la psychanalyse, ni sa valeur sur le plan thérapeutique.



### **Le sophisme des « pratiques validées empiriquement »**

Il existe des pratiques en psychologie et notamment des thérapeutiques qui ont fait l'objet de validations empiriques selon un schéma de recherche hypothético-déductif. En anglais on parle des « Evidence-Based Practices » (EBP) que l'on peut traduire par « pratiques validées empiriquement » (PVE) ou par pratiques « basées sur des données probantes ». Nul ne peut être contre l'idée de valider les pratiques en psychologie à condition que cette validation soit faite dans le respect de l'objet et des objectifs spécifiques des thérapeutiques étudiées. Là où le bât blesse c'est lorsque certains promoteurs des PVE proposent un raisonnement sophistique à l'effet que seules les pratiques validées empiriquement (souvent selon un certain modèle étroit de l'empirisme) ne seraient valides, que les méthodes non validées en recherche seraient inférieures et même « non scientifiques » et que par conséquent elles ne devraient pas être utilisées. Ce type de raisonnement à la logique douteuse nous fait quitter le terrain de la science pour devenir un programme politique.

Bien entendu, un traitement ayant fait l'objet d'une validation peut être considéré comme « efficace » en fonction des objectifs mesurés. Cependant, un traitement n'ayant pas fait l'objet d'études de validation avec groupe contrôle ne peut cependant pas être qualifié d'invalidé ou d'inefficace pour autant. Il n'a tout simplement pas fait l'objet d'un tel type de validation. De plus, la validation d'un type de traitement n'implique d'aucune façon sa supériorité sur un type de traitement qui n'aurait pas fait l'objet d'une telle validation. Prétendre autrement ne relève d'un raisonnement ni logique, ni scientifique. Non validé ne veut pas dire non valable ou non efficace. Une pratique non validée ne signifie pas une pratique invalidée.

La langue anglaise définit l'« evidence » (que l'on peut traduire par preuve) comme un ensemble de faits ou d'informations permettant de statuer sur la validité d'une proposition. Mais comme le font remarquer Norcross, Beutler et Levant (2006) certains promoteurs des PVE considèrent que les seules preuves valables sont la réduction mesurable de symptômes, réduction mesurée à travers une expérimentation comprenant un groupe contrôle. Cette vision d'une méthodologie unique de validation a non seulement des failles logiques et éthiques mais est surtout critiquable scientifiquement. Ainsi, comme l'écrivent ces auteurs, ce ne sont pas toutes les psychothérapies dont l'objectif thérapeutique est la disparition de symptômes. Par conséquent diverses méthodes de validation doivent être utilisées, y compris des méthodes n'évaluant pas l'effet symptomatique, pour respecter les objectifs de chaque thérapeutique étudiée. D'autre part, il est abusif selon eux de restreindre la nature des preuves de validation aux méthodes empirico-déductives et de disqualifier les preuves provenant de la pratique clinique, sous prétexte que les cliniciens seraient biaisés ou même falsificateurs comme certains l'ont prétendu. L'étude du problème de la falsification de recherche montre bien que ce comportement douteux n'est pas l'apanage des cliniciens mais se retrouve aussi bien dans les recherches hypothético-déductives.

Reed (2006) propose plutôt de concevoir les PVE comme l'intégration d'un ensemble de preuves venant à la fois de l'expérimentation, de recherches cliniques centrées sur le patient et d'avis provenant de l'expertise clinique sans privilégier une méthode sur l'autre. Reed s'élève contre le dictat voulant que les recherches avec groupe contrôle soient prétendument les seules pouvant valider une méthode thérapeutique. Au contraire, plusieurs auteurs et chercheurs remettent en question le modèle des études empiriques avec groupe contrôle comme moyen de validation, argumentant que celles-ci constituent généralement des recherches non écologiques dans lesquelles les sujets étudiés correspondent bien peu aux patients réels du clinicien. Ainsi Westen (2006) est l'un de ceux qui critiquent sévèrement l'utilisation des recherches à variables contrôlées pour valider les psychothérapies. Pour lui, d'une part, ces recherches, en voulant ainsi contrôler le maximum de variables, en viennent à étudier des « patients virtuels » ne représentant pas adéquatement les patients « réels » des cabinets de consultation. Westen (2006) donne en exemple le fait que la quasi totalité des études empiriques portant sur le traitement de la dépression dans les dernières vingt années ont toutes exclu les patients comportant un risque suicidaire. Pourtant la pratique réelle du clinicien comporte une grande proportion de ces patients qui présentent un potentiel suicidaire. Ses études montrent que les critères d'exclusion des PVE sont tels que les groupes étudiés ne représentent pas les patients aux problématiques complexes et multiformes qui sont le lot du clinicien dans sa pratique quotidienne. Par ailleurs, ses travaux montrent de plus que les techniques thérapeutiques évaluées dans ces recherches ne sont pas représentatives des véritables techniques employées par les véritables cliniciens dans leur pratique clinique. Groupes non représentatifs des clients réels et techniques non représentatives de la pratique réelle sont deux conditions diminuant de façon importante la prétendue scientificité des « pratiques validées empiriquement ».

Un autre biais important de la majorité des PVE est l'absence de suivi à long terme des groupes étudiés. Ainsi, la majorité des études portant sur les PVE étudient le résultat obtenu après huit à 20 semaines de traitement, sans chercher à vérifier la persistance des gains. Westen (2006), ainsi que Westen et Morrisson (2001), montrent cependant que les suivis faits deux ans après la fin de ces traitements montrent une majorité de rechute de ces patients ayant bénéficié de ces traitements pourtant validés. Devant tant de failles scientifiques, Westen pose la question : pourquoi les chercheurs ne tiennent-ils pas compte de la connaissance des cliniciens dans leurs études de validation ? Ceux-ci ne seraient-ils pas dans la même position que Galilée devant l'Inquisition ? Incarcéré, il a été forcé de renier le système héliocentrique de Copernic et la rotation de la terre, qu'il pouvait observer grâce au télescope... il serait mort en disant « et pourtant elle tourne ».

### **Une recherche valide « sur la psychanalyse » est possible : quelques travaux internationaux**

Les cliniciens eux-mêmes sont convaincus de l'efficacité du traitement psychanalytique (Boston, 1989). Cette conviction naît et se développe au fil de leurs

expériences cliniques. Cependant le seul jugement clinique est-il suffisant pour prétendre publiquement à l'efficacité du traitement psychanalytique dans le contexte actuel où la place de la psychanalyse est sans cesse remise en question ? L'importance du monde de la recherche semble s'amplifier depuis qu'une forme de lobby des pratiques validées empiriquement semble vouloir s'implanter dans le monde de la pratique professionnelle en Amérique du Nord. Il devient important de justifier scientifiquement les apports de cette approche. Bien que les psychanalystes et les thérapeutes psychanalytiques semblent avoir laissé tout le terrain de la recherche systématisée aux autres approches thérapeutiques, se contentant pour leur part de publier des études de cas, certains chercheurs réussissent néanmoins à effectuer des recherches écologiques valables sur la psychanalyse. C'est le cas notamment des travaux de Høglend (Høglend *et al.*, 2006) et de ceux de Leichsenring (Leichsenring, F., Rabung, S., 2008)

Un article qui a fait beaucoup de bruit en 2008 est celui de Leichsenring et Rabung concluant à la supériorité des psychothérapies psychodynamiques à long terme sur d'autres formes de psychothérapie. Leur étude était une méta-analyse qui a révisé plus de 4014 publications de recherche portant sur les psychothérapies psychodynamiques. Les auteurs ont retenu et comparé pour analyse 23 études impeccables sur le plan méthodologique et incluant 1053 patients. Dans ces études, la psychothérapie psychanalytique à long terme (plus de 50 séances) était comparée à des psychothérapies cognitives-comportementales, cognitives, familiales, de soutien, psychodynamiques à court terme et à la médication. Selon leur méta-analyse, non seulement les psychothérapies psychodynamiques à long terme étaient fortement corrélées à de meilleurs résultats mais surtout à la persistance des résultats.

Les cliniciens prétendent souvent qu'une des caractéristiques positives des thérapies psychodynamiques à long terme est que leurs effets semblent plus durables que toute autre approche thérapeutique à court terme. L'étude de Leichsenring et Rabung confirme cette observation des cliniciens. Cependant, une conclusion particulièrement intéressante de l'étude citée est que, contrairement à la croyance populaire qui voudrait que la psychanalyse et la thérapie psychanalytique soient réservés aux individus ne présentant pas de pathologies graves, il semble au contraire que ce soit avec les patients les plus atteints (« personality disorders, multiple mental disorders, and chronic mental disorders » p. 1563) que l'effet thérapeutique soit le plus important et le plus stable.

En ce qui concerne la persistance de l'effet thérapeutique, certains pourraient ici apporter l'argument que la différence ne pourrait être due qu'à l'effet de « dosage » (nombre de séances) et non pas à l'approche psychodynamique utilisée. Il est en effet logique de penser qu'une psychothérapie intensive et durable ait des effets plus importants et durables indépendamment de l'approche utilisée. Cependant d'autres études montrent que ce n'est pas seulement l'effet de « quantité » qui rend la psychothérapie psychodynamique efficace à long terme. Ainsi, depuis plusieurs années, Høglend et ses collaborateurs (2004, 2006, 2009)

font des recherches bien conçues pour évaluer non seulement l'efficacité des thérapies psychanalytiques mais surtout pour tenter d'identifier plus précisément les éléments de cette thérapeutique qui la rendent efficace. Ce groupe a mis sur pied une recherche très complexe et bien conçue pour isoler l'effet des interprétations transférentielles sur le succès thérapeutique. Notamment la variable « thérapeute » a été entièrement contrôlée puisque les mêmes thérapeutes faisaient à la fois des psychothérapies avec interprétations transférentielles et des psychothérapies sans interprétations transférentielles, rendant ainsi les deux groupes parfaitement comparables. Les différences de résultats ne pouvaient notamment être dues à la compétence différente des thérapeutes impliqués dans un groupe ou l'autre. Voici quatre des conclusions apportées par leurs travaux.

- 1) les patients possédant au début de la thérapie de bonnes qualités relationnelles obtiennent des gains thérapeutiques importants, qu'ils soient dans le groupe bénéficiant d'interprétations transférentielles ou non.
- 2) les patients qui ont une faible capacité relationnelle, qui sont plus régressés, font de biens meilleurs gains thérapeutiques lorsque des interprétations transférentielles sont utilisées.
- 3) Non seulement les gains thérapeutiques se maintiennent après la fin du traitement, dans les thérapies avec interprétations transférentielles, mais il y a un accroissement de l'amélioration au cours des années qui suivent la fin du traitement.
- 4) les patients souffrant de psychopathologies chroniques et récurrentes avec comorbidité s'améliorent davantage suite à une psychothérapie psychodynamique long terme avec interprétations transférentielles qu'avec une thérapie cognitive-comportementale.

Tous ces points constituent des pierres importantes à l'édifice de validation des thérapies psychanalytiques et contredisent même les préjugés et les lieux communs entendus au sujet de ces thérapeutiques. Le premier point indique à la fois que les approches psychodynamiques sans interprétations transférentielles et les approches transférentielles donnent de bons résultats thérapeutiques. De plus, il semble que les résultats thérapeutiques soient équivalents d'une méthode à l'autre lorsque les patients ont déjà au départ de bonnes qualités relationnelles. Les points deux et trois nous semblent particulièrement intéressants et mériteraient à eux seuls une longue discussion. Le point deux constitue une conclusion surprenante puisqu'elle contredit la croyance populaire à l'effet que la psychanalyse (traitement psychanalytique faisant de l'interprétation du transfert son spécifique) ne serait pas indiquée pour les patients régressés ou ayant peu de capacités relationnelles. Au contraire, il semble que ce sont justement ces patients régressés, aux pathologies complexes, qui profitent le plus des interprétations transférentielles. Cette découverte, à elle seule, met en lumière la valeur des interprétations transférentielles. Le point trois est aussi remarquable en ce qu'il tend à démontrer l'effet d'intériorisation du processus, que l'on peut aussi conceptualiser comme une appropriation subjective du processus thérapeutique lui-même puisque, une

fois la thérapie terminée, les gains thérapeutiques ne sont pas plafonnés. Au contraire, le patient continue à faire des gains significatifs au cours des années qui suivent la fin de la thérapie sur les divers aspects évalués : relations interpersonnelles, relations amicales, relations amoureuses, capacité à tolérer les affects, insight, etc.

Quant au point quatre, il décrit une supériorité plus grande des thérapies psychodynamiques sur les thérapies cognitives-comportementales pour les patients souffrant de psychopathologies chroniques et récurrentes avec comorbidité. Cependant, il faut comprendre que l'amélioration évaluée n'était pas de nature comportementale ou symptomatique mais portait sur des objectifs thérapeutiques cohérents avec la psychanalyse. En somme, là où des chercheurs cognitifs-comportementaux évaluent le changement par la disparition de symptômes et de comportements, des chercheurs psychodynamiciens ont évalué l'amélioration de caractéristiques dynamiques des patients.

### **Quelques recherches locales**

Il est donc possible de faire de la recherche psychanalytique valable sur le plan scientifique. Plusieurs chercheurs et universitaires montréalais font des recherches « en psychanalyse », « sur la psychanalyse » et « à partir de la psychanalyse ». Outre les psychanalystes et les psychothérapeutes psychanalytiques publiant des textes théorico-cliniques dans les revues comme *Filigrane* ou la *Revue canadienne de psychanalyse*, plusieurs chercheurs universitaires publient les résultats de leurs recherches dans des revues spécialisées, malheureusement moins connues des cliniciens québécois. Seulement dans les départements de psychologie montréalais, il faudrait mentionner les travaux de plusieurs collègues de l'Université McGill, de l'Université de Montréal et de l'UQAM. N'en citer que quelques uns serait inéquitable pour les autres.

À l'UQAM plusieurs chercheurs se sont spécialisés dans les recherches psychanalytiques qualitatives. Dans mon groupe de recherche (GRéPP), la plupart des travaux sont des recherches faites « à partir de la psychanalyse ». Ces recherches utilisent les concepts psychanalytiques pour étudier certains phénomènes sociaux ou psychopathologiques en développant des méthodologies permettant d'avoir accès aux processus dynamiques inconscient des sujets. Nous utilisons la méthodologie classique d'étude de cas (Pagé, 2006) et avons développé la méthodologie « d'études de cas comparatives » dans le cas d'une recherche évaluant l'évolution des angoisses et de relations d'objet chez trois groupes d'enfants ayant bénéficié d'au moins un an de psychothérapie psychanalytique (voir notamment Guzzo, 2008). Cette dernière recherche a d'ailleurs permis de mettre en lumière le fait que des changements intrapsychiques importants surviennent lors de la première année de psychothérapie psychanalytique chez des enfants souffrant de troubles importants et qu'il ne faut donc pas prétendre que les résultats se feraient attendre des années. L'idée maîtresse des études de cas comparatives, telles qu'elles ont été effectuées ici est d'utiliser la richesse et la profondeur que permet

la méthodologie d'étude de cas, en la systématisant et en effectuant des comparaisons transversales à partir de plusieurs sujets et de plusieurs sources de renseignement. À titre d'exemple, dans la publication citée, des entrevues avec les enfants, des instruments projectifs, des entrevues avec le thérapeute et des entrevues avec les parents étaient effectués en deux temps. Les multiples sources permettaient de valider par cohérence et convergence les analyses inductives. Ces recherches n'étaient peut-être pas strictement des recherches « sur la psychanalyse » mais sur la « psychothérapie psychanalytique ». D'autres recherches de ce type ont aussi donné lieu à des propositions théoriques comme celle tentant de différencier trois formes de dépression à partir de leur niveau de symbolisation du conflit du manque et de l'absence, à partir d'une recherche avec des enfants (Delisle, Brunet, 2008).

Par contre d'autres études peuvent clairement être qualifiées de recherches « à partir de la psychanalyse » dans le sens que les outils théoriques utilisés dans les analyses ainsi que les éléments à l'étude proviennent de la théorie psychanalytique et que la méthodologie découle de la théorie de la technique psychanalytique adaptée à la recherche qualitative (méthodologie d'entrevue associative, analyse-retour, importance du nombre de rencontres, prise en compte de la relation, etc.). Cependant la recherche ne porte pas sur le processus thérapeutique psychanalytique. Ainsi, une étude en cours (Casoni, Brunet, Pelland, 2009) a adapté la méthodologie du récit de vie au modèle associatif d'entrevues dans le but de comprendre les modifications intrapsychiques inconscientes survenues chez des meurtriers dont le mode de vie s'est complètement transformé : identifications à une personne clé, impact sur l'équilibre Surmoi/Moi idéal, impact sur le mode relationnel, etc. Une telle méthodologie de récit de vie est tout à fait compatible avec le modèle psychanalytique des entrevues associatives et peut s'étendre sur une vingtaine ou une trentaine d'heures d'entrevues au cours desquelles le chercheur ne vise pas à imposer une direction aux entretiens mais au contraire cherche à suivre le fil associatif du sujet et à le favoriser, en ayant confiance que le contenu significatif apparaîtra à travers les déplacements du discours notamment. Une autre recherche maintenant complétée porte sur les ex-enfants soldats en République démocratique du Congo. Une étudiante (Marie-Laure Daxhelet) a vécu pendant plusieurs mois avec des ex-enfants soldats et a pu non seulement avoir des entretiens en profondeur avec eux, mais a pu se servir de ce qui était vécu dans la relation quotidienne avec eux pour analyser l'impact sur leur personnalité d'avoir vécu ces situations extrêmes de violence, de mort, de viols et de torture. Sur un modèle semblable, une autre étude a cherché à rendre compte des transformations identitaires de sujets ayant quitté une secte religieuse.

On le voit, ces travaux ne constituent pas de la recherche « sur la psychanalyse » ni « en psychanalyse » mais elles peuvent fournir une compréhension qu'aucun autre modèle de recherche ne permet d'approcher. Parce que ces recherches tentent d'observer et d'inférer des processus psychiques complexes et le plus souvent inconscients, les renseignements et conclusions qu'elles apportent sont

diamétralement différents de ce que pourrait apporter une recherche positiviste portant sur les mêmes sujets. Souvent les conclusions apportées par ces recherches à partir de la psychanalyse, même si elles portent sur un nombre restreint de sujets, font beaucoup plus de sens aux cliniciens que les accumulations de faits et de statistiques de certains autres modèles de recherche, nous rappelant le célèbre aphorisme du mathématicien français Henri Poincaré (1902) :

« On fait la science avec des faits, comme on fait une maison avec des pierres : mais une accumulation de faits n'est pas plus une science qu'un tas de pierres n'est une maison »

### Conclusion

La recherche « sur la thérapie psychanalytique » ne doit pas être désertée par les praticiens psychanalytiques. Cette recherche doit se faire même si elle accuse un retard sur les recherches portant sur les symptômes et les comportements et même s'il faut défendre des méthodologies différentes. Les études de cas et les études de cas comparatives ne doivent pas être abandonnées et leur valeur dénigrée car elles constituent un des modèles valables de validation des pratiques thérapeutiques.

Les recherches à partir de la psychanalyse ont quant à elles une importance inestimable tant pour la société que pour la psychanalyse elle-même. Si les travaux à partir de la psychanalyse n'existaient pas, la société n'entendrait pas parler de la souffrance des jeunes contrevenants, mais seulement des méthodes pour les contrôler. La société n'entendrait pas parler des souffrances dépressives ou des problèmes de symbolisation des enfants hyperactifs mais seulement de la meilleure façon de les contrôler : ritalin ou contrôle comportemental. Le rôle social de la psychanalyse, qui est celui de répéter inlassablement que « l'essentiel est invisible pour les yeux » ne doit pas être abandonné et la recherche à partir de la psychanalyse est une façon de l'exercer.

Tout comme Winnicott et Dolto s'adressaient aux parents par des émissions de radio, sans pour autant pervertir la psychanalyse, les psychanalystes, les psychothérapeutes psychanalytiques et les chercheurs en psychanalyse doivent aussi s'adresser à la population pour lui donner une autre compréhension de l'humain que celle du contrôle des comportements et des affects.

louis brunet  
 département de psychologie  
 université du québec à montréal  
 c.p. 8888, succ. centre-ville  
 montréal (québec)  
 h3c 3p8  
 brunet.louis@uqam.ca

## Références

- Bertaux, D. (2005). *Le récit de vie* (2<sup>e</sup> ed.). Paris : Armand Colin.
- Brunet, L. (2005, mai). *La recherche en psychanalyse et sur la psychanalyse. Validité interne et externe*. Conférence donnée au Congrès de psychanalystes de langue française, Paris.
- Brunet, L. (2008a, novembre). *Réflexions sur la recherche qualitative*. Université du Québec à Montréal, CARPH, Montréal.
- Brunet, L. (2008). Réflexions sur la validité et la légitimité des méthodes diagnostiques, *Revue québécoise de psychologie*, 29 (2), 29-42.
- Brunet, L. (sous presse). Limites, transferts archaïques et fonctions contenantantes in Chabert, C. Ed. *Limites et psychoses*.
- Brunet, L., Casoni, D. (1991). Rêve et objets internes : à la recherche des identifications, *Prisme*, 1 (3), 63-76.
- Casoni, D., Brunet, L., Pelland, M-A. (2009). *Les trajectoires de vie menant au désistement criminel: Étude de l'histoire de détenus condamnés à une peine d'emprisonnement à perpétuité*. Projet de recherche.
- Delisle, G., Brunet, L. (2008). Dépression, hyperactivité et projectifs. De quelle dépression parlons-nous ? *Psychologie clinique et projective*, 14, 109-126.
- De M'Uzan, M. (1994). *La bouche de l'Inconscient*. Paris : Gallimard.
- Freud, S. (1909). Analyse de la phobie d'un garçon de cinq ans (Le petit Hans). in *Œuvres complètes* (vol IX, p. 1-130). Paris : Presses universitaires de France, 1998.
- Freud, S. (1911). Remarques psychanalytiques sur un cas de paranoïa décrit sous forme autobiographique (Le Président Schreber). in *Œuvres complètes* (vol X, p. 225-304). Paris : Presses universitaires de France, 1993.
- Freud, S. (1919). Faut-il enseigner la psychanalyse à l'Université ? in *Œuvres complètes* (vol. XV, p. 109-114). Paris : Presses universitaires de France, 1996.
- Glaser, B.G. (2001). *The Grounded Theory Perspective : Conceptualization Contrasted with Description*. Mill Valley, CA : Sociology Press.
- Green, A. (2000). Science and science fiction in infant research. In Sandler, J, Sandler A-M, Davies, R Ed. *Clinical and Observational Psychoanalytic Research : Roots of a Controversy*, Madison : International University Press, 41-72.
- Green, A. (2006). *Unité et diversité des pratiques du psychanalyste*. Paris : Presses universitaires de France.
- Guzzo, P. (2008). *Évolution des angoisses et des mécanismes de défense chez un enfant après une année de psychothérapie psychanalytique*. Thèse de doctorat. Université du Québec à Montréal.
- Heimann, P. (1950). On counter-transference. *International Journal of Psycho-Analysis*, 31, 81 – 84.
- Høglend, P. (2004). Analysis of transference in dynamic psychotherapy : A review of empirical research. *Canadian Journal of Psychoanalysis*, 12, 280-300.
- Høglend P., Amlø, S., Marble, A., Bogwald, K-P, Sorbye, O., Sjaastad, M.C., Heyerdahl, O. (2006). Analysis of the patient-analyst Relationship in dynamic psychotherapy : an expérimental study of transference interprétations, *Psychiatry*, 163, 1739-1746.
- Høglend, P. (2009). The long-term effects of transference interpretation in dynamic psychotherapy, The winter meeting of the American Psychoanalytic Association, New-York : Waldorf-Astoria, 16 janvier 2009.
- Kächele, H., Schachter, J., Thomä, H. (2009). *From Psychoanalytic Narrative to Empirical Single Case Research. Implications for Psychoanalytic Practice*. London : Routledge.
- Leichsenring, F., Rabung, S. (2008). Effectiveness of long-term psychodynamic psychotherapy, *Journal of the American Medical Association*, 300 (13), 1551-1565.
- Norcross, J.C., Beutler, L.E., Levant, R.F. (2006). *Evidence-Based Practices in Mental Health. Debate and Dialogue on the Fundamental Questions*. Washington : American Psychological Association.



- Pagé, C. (2006). *Le développement de l'identification masculine chez le garçon d'une famille dont le père est absent (illustration clinique)*. Thèse de doctorat. Université du Québec à Montréal.
- Perron, R. (2006). How to do research? Reply to Otto Kernberg, *International Journal of Psychoanalysis*, 87, 927-932.
- Poincaré, H. (1902). *La science et l'hypothèse*, chapitre 9. Version électronique : <http://fr.wikisource.org>
- Reed, G.M. (2006). What qualifies as evidence of effective practice? In Norcross, Beutler, Levant, Ed. *Evidence-Based Practices in Mental Health. Debate and Dialogue on the Fundamental Questions*. Washington : American Psychological Association, 13-23.
- Reid, W. (1992). Un parcours de la théorie du contre-transfert. *Perspectives psychiatriques*, 33 (3), 156-167.
- Robertson, B., Banon, E., Czank, P. R., Frank, D. (2004). Analysts involved in research : preliminary observations and hopeful signs, *Canadian Journal of Psychoanalysis*, 12 (2), 195-216.
- Roussillon, R. (2001). *Le plaisir et la répétition. Théorie du processus psychique*. Paris : Dunod.
- Roussillon, R. (2007). *Exposé lors d'une soutenance de thèse*. Lyon, Université Lyon-Lumière, 26 octobre 2007.
- Westen, D.I. (2006). Are research patients and clinical trials representative of clinical practice? In Norcross, Beutler, Levant, Ed. *Evidence-Based Practices in Mental Health. Debate and Dialogue on the Fundamental Questions*. Washington : American Psychological Association, 161-171.
- Westen, D.I., Morrison, K. (2001). A multidimensional meta-analysis of treatments for depression, panic, and generalized anxiety disorder : An empirical examination of the status of empirically supported therapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 875-899.