

La Charte d'Alter-Psy

Alter-Psy est un collectif qui regroupe des professionnels de la psychothérapie et de la relation d'aide en santé mentale [1] qui partagent une vision commune de l'accompagnement des individus dans leur vie psychique et leur épanouissement personnel.

La présente charte réunit les valeurs dans lesquelles tout membre d'Alter-Psy se reconnaît et qu'il s'engage à mettre en pratique. Elles concernent la philosophie et la pratique de la psychothérapie et plus largement des métiers de la relation d'aide en santé mentale.

La vision de la santé mentale

Au-delà de la définition qu'en donne l'OMS [2], l'association conçoit la santé mentale comme un mouvement constant, une recherche d'équilibre entre différents aspects de la vie : physique, mental, social et spirituel. Il est important de spécifier que la santé mentale est plus que l'absence de maladie, elle est influencée par les conditions de vie, les valeurs collectives dominantes ainsi que les valeurs propres à chaque personne. Elle est donc à la fois une responsabilité collective et individuelle. Dès lors elle comprend un ensemble d'activités mis en œuvre par des professionnels de différents champs (santé, sciences humaines et sociales).

Les difficultés psychiques et relationnelles sont, dans notre perspective, des tentatives d'ajustement à la vie, aux épreuves et aux questions inhérentes à l'existence. Elles nécessitent parfois un accompagnement individualisé et spécialisé qui respecte le temps nécessaire et particulier à leur exploration.

C'est par l'exploration et la connaissance de soi que nous pouvons accéder à une plus grande autonomie et un meilleur épanouissement personnel. Et au-delà de l'épanouissement personnel, la finalité d'une meilleure connaissance de nous-mêmes réside dans le potentiel d'action et d'engagement dans la vie, une vie qui sera vécue comme meilleure car donnant accès à plus de sens.

La vision de la personne

Nous considérons que :

- la personne est un être-en-devenir, libre et responsable ;
- les questionnements, les doutes, les peurs, les conflits, et les troubles et la souffrance qu'ils engendrent dans le champ intra-psychique et inter-psychique, sont le propre de l'être humain ;
- chaque personne dispose de la capacité de se comprendre, d'évoluer et de trouver les ressources nécessaires en elle pour, de manière singulière, s'ajuster aux événements auxquels elle est confrontée et choisir sa vie.

La vision de la psychothérapie

De par sa confiance dans la capacité d'émancipation de l'être humain, Alter-Psy s'inscrit dans une perspective humaniste de la psychothérapie et de la santé mentale, comme un accompagnement de la personne humaine dans son cheminement de développement, de croissance et d'épanouissement personnel.

En accord avec la déclaration de Strasbourg sur la psychothérapie, nous considérons que le travail psychothérapeutique s'inscrit dans le champ large des sciences humaines et ne peut se réduire à un traitement techno-médical standardisé qui tend à réduire la personne à une pathologie, et à l'aborder par le prisme exclusif de la normalité.

Nous affirmons également que le délitement du lien social et de la solidarité amplifie nombre de difficultés et de souffrances. C'est pourquoi nous considérons que la conscience et la qualité de la relation à soi, à l'autre mais aussi au collectif sont les éléments centraux du travail d'accompagnement que nous proposons. Alter-Psy considère que la psychothérapie et la relation d'aide en santé mentale permettent de renouer avec l'humanité de chacun.

C'est dans ce sens que les membres d'Alter-Psy, au-delà des écoles et des outils, sont avant tout des praticiens de la "**Thérapie par la rencontre**".

Alter-Psy défend et encourage la diversité et la pluralité des approches et modèles et refuse toute hégémonie d'un courant sur les autres. Alter-Psy estime que chaque modèle a sa pertinence et son efficacité dès lors qu'il reconnaît ses limites, l'importance du dialogue interdisciplinaire et l'enrichissement de savoirs mutuels.

La vision de la relation thérapeutique et de l'accompagnement professionnel

La relation psychothérapeutique ou la relation d'aide en santé mentale offrent à la personne un climat d'ouverture, de non-jugement et de compréhension qui favorise une expérience approfondie de soi. C'est la relation qui est transformatrice. La justesse du psychothérapeute ou du professionnel de la relation d'aide en santé mentale consiste à être dans la relation « en tant que personne » et non comme spécialiste ou expert du psychisme.

La psychothérapie et la relation d'aide en santé mentale reposent sur un « savoir être » et une posture dans la relation à la personne, pour lesquels un travail profond sur soi est indispensable de la part du psychothérapeute et du professionnel de la relation d'aide en santé mentale.

L'accompagnement professionnel se base par ailleurs sur les valeurs suivantes :

- **Principe de confidentialité**
Le psychothérapeute et le professionnel de la relation d'aide en santé mentale s'engagent au respect strict, dans les limites légales, du secret professionnel concernant tout ce qui leur est confié au cours de la thérapie ou dans le cadre de la relation professionnelle.
Cette confidentialité est une condition indispensable à la relation thérapeutique.
- **Respect de la personne**
La personne doit être respectée, dans sa singularité, tant dans son processus de croissance que dans ses convictions ou ses choix d'existence.
Le thérapeute respecte la liberté et le rythme de chacun dans son processus d'exploration de soi.
- **Droit à la dignité**
La personne a droit à la dignité et à l'intégrité de sa personne physique et mentale, sans discrimination d'aucune sorte.
- **Droit à l'information**
La personne en psychothérapie a le droit de connaître les conditions de l'accompagnement, la (ou les) méthode(s) employée(s) par le psychothérapeute ou professionnel de la relation d'aide en santé mentale, ainsi que sa qualification.

La vision de la formation

La psychothérapie, comme profession indépendante ouverte à la diversité et à la pluralité des moyens thérapeutiques, répond à des critères de formation élevés accessibles à partir de diplômes et de parcours multiples.

Les psychothérapeutes et les professionnels de la relation d'aide en santé mentale s'engagent à un processus de formation initiale et continue de qualité correspondant aux critères reconnus internationalement par les associations professionnelles de psychothérapie et de la santé mentale. Ce processus s'inscrit dans le prolongement d'un travail préalable (ou concomitant) de psychothérapie personnelle et comprend nécessairement un engagement dans la supervision pour tout psychothérapeute ou professionnel de la relation d'aide en santé mentale en exercice.

L'engagement déontologique

Le psychothérapeute ou le professionnel de la relation d'aide en santé mentale est tenu de respecter le code de déontologie de son association professionnelle de référence. Ce code doit pouvoir être communiqué à Alter-Psy sur simple demande.

Le psychothérapeute et le professionnel de la relation d'aide en santé mentale sont dans l'obligation d'assumer leurs responsabilités : ils doivent s'engager à ne pas utiliser la confiance établie à des fins de manipulation politique, sectaire ou personnelle (dépendance émotionnelle, intérêts économiques, relations sexuelles...).

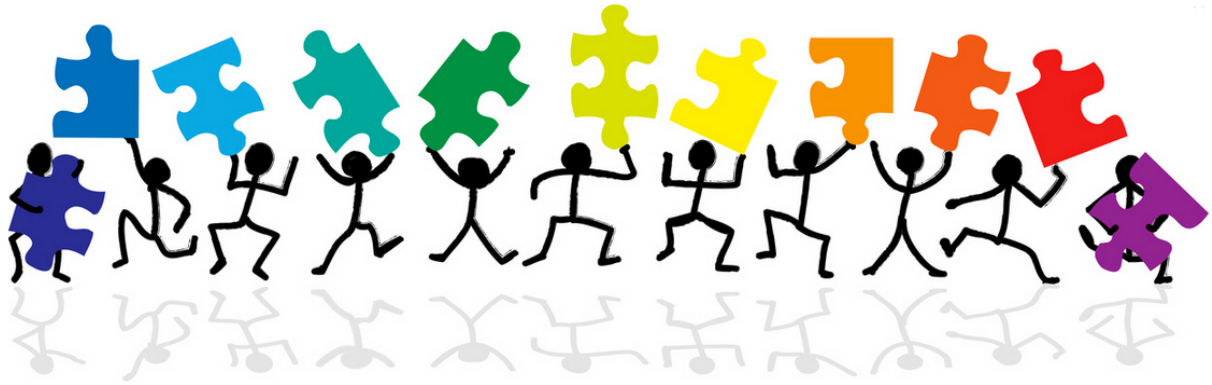
[1] L'association entend par pratiques de la relation d'aide en santé mentale, toute pratique professionnelle accompagnant la personne dans ce mouvement constant de recherche d'équilibre, d'épanouissement et de bien-être.

[2] Définition de la santé mentale selon l'OMS : On définit la santé mentale comme un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté.

Alter-Psy asbl 2017 - www.Alter-Psy.org - info@alter-psy.org

Je marque mon adhésion à la charte Alter-Psy

Prénom, Nom – Date - Signature



Les positions d'Alter-Psy - Janvier 2018

Introduction

La charte de l'ASBL Alter-Psy constitue la déclaration des principes généraux de l'association, le texte de référence auxquels chaque membre adhère et qu'il s'engage à respecter, développer et promouvoir.

La réflexion continue fait partie intégrante des objectifs de l'association. Cette réflexion collective et permanente vise à affiner peu à peu les concepts et définitions de ce qu'est, pour Alter-Psy, la psychothérapie sur le plan du métier et de sa place dans la société.

Le texte de référence se voit ainsi enrichi et complété au fur et à mesure de la vie de notre association. Cette actualisation permet aux membres de réaffirmer chaque année leur adhésion au collectif et à ses objectifs pour dès lors assurer une vision commune partagée par tous.

Chaque actualisation est un pas supplémentaire dans la définition du métier de psychothérapeute tel que nous souhaitons le construire. Ces actualisations permettent aux membres d'affirmer de plus en plus clairement les positions de l'association et de les communiquer vers le public.

Nous savons que réfléchir la psychothérapie est par nature une recherche constante, un mouvement permanent et qu'il ne s'agit pas d'arrêter une description définitive mais d'encourager une curiosité saine et essentielle.

L'idée est d'aider les membres de l'association et par conséquent le public à comprendre ce qui distingue notre travail de celui proposé par le dispositif paramédical mis en place par le gouvernement et de ce qu'il sous-tend au niveau sociétal.

Ces précisions visent à affiner l'identité professionnelle que nous voulons construire et défendre.

Le statut de membre Alter-Psy est ainsi conditionné chaque année à un nouvel engagement qui tient compte de ces actualisations.

La première année d'existence de l'ASBL Alter-Psy (année 2017) fût riche en actions diverses. Sur le plan de l'actualisation des positions, deux axes ont particulièrement été abordés :

- La question du champ dans lequel se situe la psychothérapie.
- L'opportunité de réglementer la psychothérapie.

1° Notre métier : domaine de la santé ou pas?

Rappelons tout d'abord que la loi de 2016 supprime purement et simplement le métier de psychothérapeute, consacré sous la loi Muylle de 2014, et considère que la psychothérapie est désormais un acte technique que seules des personnes autorisées peuvent poser. La profession de psychothérapeute est donc à nouveau à construire (même si elle devait s'appeler différemment à l'avenir).

Alter-Psy défend l'idée que le métier de psychothérapeute doit exister comme une profession autonome et indépendante. Cette profession est aujourd'hui mentionnée et définie par l'ESCO (organisme européen qui répertorie les professions).

« Psychotherapists do not have academic degrees in psychology or a medical qualification in psychiatry. It is an independent occupation from psychology, psychiatry, and counselling. (https://ec.europa.eu/esco/portal/occupation) »

La ligne de défense juridique développée par Alter-Psy a, notamment, été de présenter le métier de psychothérapeute comme faisant partie des métiers d'aide aux personnes et relevant davantage des sciences humaines et sociales que de la santé.

L'aspect stratégique de cette position était surtout d'éviter de cadrer exclusivement notre métier dans un champ bio-médical et paramédical. Ceci a eu pour effet d'amener certains à penser que nous voulions nous situer ailleurs (au dehors) du champ de la santé.

L'ambiguïté vient du fait que, dans la pensée dominante, ce qui concerne la « santé » appartient d'une manière ou d'une autre, toujours au champ médical. Nous n'acceptons pas cette réduction.

Ce n'est pas parce que la médecine s'occupe exclusivement de santé que la santé est exclusivement affaire de médecine. C'est encore plus évident quand on parle de « santé mentale ».

Nous pouvons - à l'instar de Freud en 1925 déjà lorsqu'il défendait l'idée d'une psychanalyse « laïque » - considérer que ce qu'il en dit pour la psychanalyse est tout aussi exact pour ce que nous appelons « la thérapie par la rencontre » ou « psychothérapie laïque ».

« En première ligne, il faut considérer que le médecin, dans les facultés, reçoit une instruction qui est à peu près le contraire de ce qu'il faudrait comme préparation à la psychanalyse. Son attention y est dirigée vers des faits objectifs démontrables, d'ordre anatomique, physique, chimique, de la vraie compréhension et du juste maniement desquels le succès de l'action médicale dépend. Le problème de la vie y est ramené à ce point de vue, du moins autant qu'il est possible d'expliquer jusqu'à ce jour ce problème d'après le jeu des forces démontrables aussi dans la nature inorganique ». (S.Freud - 1925)

Dans sa charte, Alter-Psy présente (en accord et au-delà de la définition faite par l'OMS) sa vision de la santé mentale comme un mouvement constant, une recherche d'équilibre entre différents aspects de la vie : physique, mental, social et spirituel. Il est important de spécifier que la santé mentale est plus que l'absence de maladie, elle est influencée par les conditions de vie, les valeurs collectives dominantes ainsi que les valeurs propres à chaque personne. Elle est donc à la fois une responsabilité collective et individuelle. Dès lors, elle comprend un ensemble d'activités mis en œuvre par des professionnels de différents champs (santé, sciences humaines et sociales).

Pour affiner la position d'Alter-Psy sur ce plan, nous souhaitons préciser que nous refusons l'hégémonie d'un corps professionnel sur les autres.

Nous n'acceptons pas que la pratique du métier de psychothérapeute soit soumise à une pensée unique et exclusive. Dans ce sens, nous considérons les apports des différents prismes de compréhension de l'humain comme pertinents et non hiérarchisés.

Nous considérons que la psychothérapie s'enrichit tout autant du champ médical et paramédical que de celui des sciences humaines et sociales. C'est pourquoi nous rejoignons la définition de l'ESCO et celle de la déclaration de Strasbourg.

La psychothérapie est une discipline spécifique, du domaine des sciences humaines, dont l'exercice représente une profession libre et autonome.

Alter-Psy refuse que le médical prenne le dessus sur les dimensions liées aux sciences humaines. La question n'est pas tant d'établir si nos pratiques relèvent du domaine de la santé ou non (y compris la santé mentale, la santé sociale, etc...), mais bien d'affirmer que le médical n'a pas l'apanage exclusif de la santé et que la santé ne peut être abordée par le seul prisme de la médecine.

A fortiori, nous ne sommes pas en accord avec une vision hiérarchique de la santé, où la médecine chapeauterait toutes les autres pratiques de l'humain. Dans ce cas de figure, notre place dépendrait de la plus ou moins grande «ouverture» du médical à d'autres approches, nous ne serions pas une profession autonome, mais bien «paramédicale » et donc soumise à la médecine.

Nous refusons la hiérarchisation des métiers de l'humain, nous revendiquons plutôt l'horizontalité et la complémentarité... voire une coexistence libre et autonome.

2° Concernant la réglementation du métier de psychothérapeute.

Alter-Psy ne s'oppose pas par principe à une réglementation lorsqu'elle vise à réparer ou compléter une situation insatisfaisante pour la société et l'ensemble des citoyens. C'est l'intérêt et le sens réel de toute loi en démocratie.

Cependant, lorsqu'elle vise à privilégier un groupe et des intérêts corporatistes ou privés, une loi ne peut être que néfaste aux principes et valeurs défendus par Alter-Psy.

Nous pensons que dans son état actuel, la loi relative à la santé mentale dénature la psychothérapie, la réduit et la menace en privilégiant des intérêts corporatistes et économiques spécifiques.

Nous ne comprenons pas en conséquence la nécessité positive de légiférer de la sorte.

Les arguments principaux soutenus par le législateur pour défendre la nécessité de réglementer le métier sont les suivants :

- Protéger le citoyen des abus et lui offrir une aide de qualité.
- Assurer une formation suffisante aux praticiens.

Quels abus, qui ne seraient pas déjà sanctionnés, cette nouvelle loi prévoit-elle de punir ? Les « abus » brandis comme risques pour la population sont déjà encadrés pénalement.

Le législateur prétend que pour qu'un contrôle soit possible il faut que les praticiens soient soumis à une autorité que seules les professions médicales et paramédicales offrent.

Ce n'est évidemment pas le cas (cf. les comptables, les avocats etc.). Il serait donc tout à fait possible, au besoin à préciser, de renforcer un cadre de sanctions pour les psychothérapeutes qui ne respecteraient pas les droits de leurs clients/patients.

Le second argument du législateur concerne la formation. Il est présumé que les académies universitaires offrent davantage de garanties de qualité et de sécurité que les écoles privées formant des psychothérapeutes jusqu'ici.

Pourtant, aucune étude rigoureuse n'a pu démontrer à ce jour la supériorité d'une approche sur les autres. Au contraire, la formation à la psychothérapie porte sur des savoirs et des savoirs-faire, mais également sur le développement de savoir-être, peu compatible avec une logique d'enseignement. C'est pourtant ce que la loi revendique.

C'est pourquoi nous estimons que les exigences en termes de formation, d'éthique et de déontologie promues par l'EAP offre un cadre sécurisant pour le public d'un niveau supérieur à ce que peuvent offrir les universités.

Permettez-moi de donner au mot « charlatan » le sens auquel il a droit au lieu de son sens légal. Pour la loi est un « charlatan » quiconque soigne des malades sans pouvoir produire un diplôme médical d'État. Je préférerais une autre définition : charlatan est celui qui entreprend un traitement sans posséder les connaissances et capacités nécessaires. Me basant sur cette définition, j'oserai prétendre que - et ceci pas seulement en Europe - les médecins fournissent à l'analyse un contingent considérable de charlatans. Ils exercent souvent l'analyse sans l'avoir apprise et sans y rien comprendre. (S. Freud - 1925).

Ce qui importe pour Alter-Psy c'est de défendre les valeurs humanistes qui sous-tendent notre pratique et d'opter pour les modalités qui le permettront de la meilleure façon.

Or, l'évolution actuelle des réglementations publiques démontre à quel point elles sont soumises aux impératifs du néolibéralisme ambiant et à ses corollaires : efficacité, management, évaluation, standardisation des bonnes pratiques, etc. Ceci nous semble incompatible avec la capacité d'exercer notre pratique telle que nous l'entendons, sans qu'elle ne soit soumise aux aléas des initiatives des gouvernements qui se succèdent.

Par conséquent, il nous semble opportun de nous interroger sur le bienfondé de légiférer sur la psychothérapie aujourd'hui, au point de privilégier actuellement le fait que notre métier ne figure pas dans une loi.

Nous reconnaissons les associations professionnelles dans leur efforts d'auto-organisation et d'auto-détermination comme elles le font depuis près d'un siècle.

Toutefois, si loi il doit y avoir, nous devons faire entendre les valeurs qui sous-tendent la psychothérapie et rechercher le moyen de porter un processus d'élaboration d'une loi basée sur des valeurs humanistes, qui prône la coexistence des différents courants et professions et un esprit de collaboration.

Je marque mon accord avec les positions Alter-Psy 2018

Prénom, Nom – Date - Signature