

# L'efficacité de la psychanalyse

Le livre de Guénaël Visentini a le grand mérite de mettre en évidence le débat sur la scientificité de la psychanalyse qui agite le milieu anglo-saxon depuis des décennies et d'en reconstituer époque par époque l'évolution au fil des ans. L'abondante bibliographie qui occupe le tiers de l'ouvrage et nourrit la plupart de ses développements nous fait entrer dans un mouvement qui ne nous est pas familier en France et il nous donne une idée claire et précise des controverses successives qui ont abouti ces dernières années à un certain consensus qui mérite réflexion.

L'auteur nous rappelle d'abord la position de Freud, plusieurs fois interpellé sur l'efficacité de sa pratique, et pour qui « les exigences formelles de la recherche expérimentale paraissent inadaptées pour évaluer l'efficacité complexe des cures analytiques ». C'est d'ailleurs un leitmotiv qui viendra régulièrement mettre à mal les tentatives qui vont suivre. Pourtant, dès 1917, Isador Coriat, un neurologue pratiquant la psychanalyse à l'hôpital de Boston, évalue 93 cas de patients traités par ses soins et qui ont déjà bénéficié en vain de traitements médicamenteux, de chocs électriques et autres traitements en vigueur à l'époque, démontrant que 46 ont été rétablis, 27 nettement améliorés, 11 améliorés, et 9 non améliorés. Il estime que l'avenir de la psychanalyse dépend de sa capacité à prouver ainsi son efficacité compte tenu en particulier des exigences légitimes du public et des institutions de soins. D'autres études du même ordre vont suivre, avec Eitington en 1920 et 1922, et surtout Otto Fénichel qui rendra compte en détails de dix ans d'activité de l'Institut Psychanalytique de Berlin (1920-1930). D'autres encore suivront avec Ernest Jones, Franz Alexander, etc., qui sont effectuées dans et pour la psychanalyse afin d'évaluer ses résultats et ses limites.

Avec l'après-guerre, alors que la scientificité de la psychanalyse est directement mise en cause, une deuxième génération d'analystes reprend la question d'une autre manière. Ils font alors appel à des tiers externes pour les accompagner dans l'évaluation de leur pratique avec une question récurrente : « qui doit évaluer l'efficacité d'une cure analytique, et au nom de qui et de quoi ? ». Vient ensuite, à New York, ce que l'auteur appelle « une troisième génération », avec le *Psychotherapy Research Project*, débuté en 1954, qui est une recherche longitudinale contrôlée, menée sur 42 patients et prolongée sur une durée de 30 ans, dont les résultats sont probants. Ce projet sera suivi d'autres initiatives comparables dans les différents instituts de psychanalyse de Boston, Chicago, San Francisco, en recourant à la technique d'enregistrement des séances utilisée dès la fin des années 1960. Vient ensuite une période où l'on entreprend plus largement des études comparatives entre les différents types de psychothérapie, mais celle-ci perd peu à peu de son intérêt étant donné l'impossibilité d'aboutir à des critères comparables, ce qui conduit finalement à ce que l'on appelle en 1970 « le verdict du dodo » introduit par Saul Rosenzweig, pour qui « toute tentative d'évaluation serait une "course au caucus" à la Lewis Carroll : à la fin toutes les thérapies en lice gagnent un prix, chacune étant pour part efficace au vue de leurs différents points de départ, de leur cheminements propres et de leurs incommensurables points d'arrivée ». Cette réflexion a sonné le glas de la recherche comparative entre les diverses psychothérapies et renvoyé chacune à sa propre recherche.

C'est la raison pour laquelle, depuis une vingtaine d'années, les recherches sur l'efficacité de la psychanalyse ont été reprises dans un tout autre esprit. Il s'agit pour l'analyse de développer ses propres outils diagnostics et échelles d'évaluation, et de procéder à partir des données fournies par la cure elle-même, en analysant son évolution et ses effets in vivo à partir d'enregistrements, en évaluant les changements qui ont lieu en cours de traitement, comment ils surviennent, quels sont les facteurs efficaces propres à l'analyste, au patient, aux conditions contingentes de la vie des protagonistes, etc. Le plus ancien exemple en est le cas d'Amalia X, présenté à partir de 517

séances, et des évaluations de suivi sur 25 ans. C'est ce que l'auteur appelle le retour des « cas » dans les études d'efficacité. « Les études de cas uniques sont de ce fait scientifiquement crédibilisées ». Cette méthode est aujourd'hui enseignée à l'Université psychanalytique internationale de Berlin pour démontrer l'efficacité rigoureusement évaluable de la psychanalyse et son efficacité significative comparée à d'autres approches.

Les controverses mises en évidence par Guénaël Visentini sont-elles closes pour autant ? Une chose est sûre, c'est que la recherche nord-américaine qui a animé ce long débat est sortie peu à peu de la perspective expérimentale et comparative qui la discréditait aux yeux de la plupart des courants analytiques actuels, en Europe en particulier, et c'est le principal intérêt de ce livre que de le démontrer clairement. La récente approche présente l'intérêt de se fonder sur la parole du patient et pas seulement sur celle de l'analyste comme c'est le cas dans la plupart des comptes-rendus de cure dont nous disposons depuis Freud. Elle met aussi en évidence les résultats obtenus en se fondant sur des diagnostics comparatifs précis, objectifs.

On reste toutefois perplexe quand on constate à quels moyens il faut recourir pour prouver qu'une cure est efficace, en particulier les enregistrements de séances au fil des ans. La parole figée de cette façon suffit-elle à rendre compte du vécu intime et transférentiel, alors qu'on sait par ailleurs combien les attitudes du patient, ses intonations, et surtout ses mimiques et son positionnement sont parfois essentiels, sans compter ceux de l'analyste. Il est notable aussi que le terme inconscient ainsi que d'autres notions classiques en psychanalyse, – pulsion, refoulement, imaginaire, etc. – ne soient pratiquement jamais prononcés. Comme s'il était possible d'évaluer une discipline fondée sur l'inconnu sans tenir compte de son imprévisibilité et de sa tendance à défier toutes les explications. Certains verront dans cette vision utilitariste et efficace la fin programmée de la psychanalyse, mais en attendant, cela ne l'empêche pas d'exister.

Quoiqu'il en soit, ce livre est important car il nous ouvre les yeux sur un courant de recherches très investi par la psychanalyse outre-atlantique qui nous est, en France en particulier, complètement étranger, et il y parvient avec une exhaustivité et une rigueur d'une efficacité à la hauteur de celle qu'il revendique pour la psychanalyse. Or il est toujours enrichissant de s'intéresser à ce qui nous est a priori étranger, surtout en tant que psychanalystes, même si ce n'est pas notre préoccupation première et même si nous n'en partageons pas les préoccupations.