

# Recette

Vous aimez le cognitif et le comportemental, et vous détestez la psychanalyse, même si vous ne savez pas ce que c'est ? Voici comment triompher.

Proclamez toujours haut et fort que vous êtes scientifique. Soyez nommé expert par l'INSERM, qui se propose (à juste titre) d'évaluer l'efficacité des psychothérapies. Avec quelques collègues, eux-mêmes sacrés experts, collectez tout ce qui s'est fait dans ce domaine depuis soixante ans ; et plutôt que de parler de « revue de question », « revue critique », ou autres termes périmés, parlez de méta-analyse de méta-analyses, ça impressionne. Choisissez avec soin vos instruments, par exemple un DSM 4 correctement décervelé, des méthodes d'évaluation bien mises au point par l'industrie du médicament, ne soyez pas trop regardant sur la déontologie. Baptisez « psychanalyse » des « traitements » à la démarche pittoresque et ultra-brefs. Saupoudrez de chiffres, ça c'est le look scientifique. Peu importe d'ailleurs comment ils ont été obtenus, parce que quand vous publierez votre Rapport, avec l'autorité de l'INSERM, 553 pages, qui le lira vraiment ? ce qu'on retiendra, c'est la conclusion : ce qui soigne presque tout, ce sont les thérapies cognitivo-comportementales, mieux que les thérapies familiales et de couple, et bien mieux que les approches « psychodynamiques (psychanalytiques) » (eh oui, dites toujours comme ça), qui ne soignent rien du tout. CQFD.

On criera au scandale méthodologique, à une démarche biaisée de bout en bout ? peu importe : ce que vous aurez montré aux gestionnaires et aux financiers, qui l'espéraient bien, c'est que le plus efficace, c'est ce qui est rapide et ne coûte pas cher. Quant aux billevesées sur la souffrance psychique, allons, ne soyons pas romantiques.