

Au sujet de L'efficacité de la psychanalyse

*L'efficacité de la psychanalyse, un siècle de controverses*¹, est un livre publié aux PUF en 2021, écrit par Guénaël Visentini, dans lequel l'auteur - psychanalyste, enseignant à l'Université à Paris et chercheur associé au centre de recherche Psychanalyse, Médecine et Société - fait l'historique des évaluations et des méthodes utilisées pour évaluer l'efficacité de la psychanalyse depuis 1917, date des premières recherches sur ce sujet. Son étude permet de comprendre les méthodes utilisées depuis le siècle dernier jusqu'à nos jours, et de découvrir l'étonnante quantité de travaux attestant des bénéfices thérapeutiques que l'on peut attendre d'une psychanalyse.

En 2004, le rapport publié par l'INSERM, *Psychothérapie, Trois approches évaluées*, concluait à un manque de preuves de l'efficacité de la psychanalyse. De nombreuses études souscrivant « aux plus hauts niveaux de preuves en matière d'évaluation clinique » selon les standards internationaux ont pourtant prouvé son efficacité, mais celles-ci sont très peu évoquées en France.

Le livre propose de suivre l'évolution des méthodologies d'évaluation, selon la répartition recherches pré-ECR (Essai Contrôlé Randomisé) s'étalant de 1917 aux années 80, puis période ECR (qui s'étend des années 80 jusqu'à nos jours) et enfin la période post-ECR (à partir des années 2000). Comme l'explique l'auteur, les ECR, considérés comme « l'étalon or » des méthodologies cliniques, « n'ont pas su démontrer, relativement à l'évaluation de l'efficacité des psychothérapies, l'excellence méthodologique dont ils peuvent légitimement se prévaloir en médecine. Trop de biais non rectifiables ont limité et diminué la portée de leurs résultats², affaiblissant les conclusions des méta-analyses afférentes³». Une alternative méthodologique (recherches en psychanalyse dites de « quatrième génération ») prenant la forme de nouvelles études observationnelles s'inspirant des contrôles méthodologiques des ECR, mais reprenant la méthode classique du cas par cas, et limitant l'artificialisation des résultats, a alors été proposée.

Ainsi, s'appuyant sur les nombreuses études⁴ qu'il cite, Guénaël Visentini affirme l'efficacité de la psychanalyse quant à la possibilité d'un repositionnement subjectif, la diminution des troubles du comportement, l'amélioration des symptômes et bien d'autres points encore.

Pour conclure, et comme l'auteur le suggère à la fin du livre, la présence de la psychanalyse est nécessaire, particulièrement en ces temps de crise, dans les institutions de soin comme dans la cité.

Nicolas Miquel

¹ L'efficacité de la psychanalyse, un siècle de controverses, Guénaël Visentini, PUF, 2021.

² Carey & Stiles, 2015 ; Flückiger, Del Re & Wampold, 2015.

³ Easterbrook, Berlin, Gopalan & Matthews, 1991 ; Matt & Navarro, 1997 ; Ferguson & Brannick, 2012.

⁴ Freedman, Hoffenberg & Vorus, 1999 ; Sandell, Blomberg, Lazar et al. 2000 ; Barkham, Stiles, Connell & Mellor-Clark, 2012 ; Fonagy, 2015 ; pour n'en citer que quelques-unes.