

PSYCHOLOGIE CLINIQUE

La psychologie clinique est une discipline de la psychologie qui étudie de manière approfondie le patient et dans sa globalité, et qui est habilitée à évaluer et traiter sa souffrance psychique dans toutes ses dimensions (dépression, stress, anxiété, phobie, psychose, démence, handicap, traumatisme, etc).

Un psychologue clinicien, formé à la psychopathologie (l'étude des troubles mentaux), est susceptible de pratiquer différentes formes de psychothérapies suivant la nature du patient, sa demande, sa souffrance ou le contexte du soin.

En quoi consiste la psychologie clinique ?

Le psychologue clinicien est à même de diagnostiquer les troubles et souffrances psychiques, ainsi que de déterminer le mode de prise en charge adapté, à travers différentes formes de psychothérapies et à partir d'axes principaux :

- L'étude clinique : le psychologue clinicien porte son attention sur la souffrance de l'individu, sa nature, son contexte d'apparition, son évolution dans le temps, son intensité ou encore ses contextes d'apparition. Cette étude peut se fonder sur une observation clinique et/ou un entretien clinique, ou encore la passation de tests (Rorschach, TAT, etc).
- L'entretien clinique : l'entretien clinique a pour but de permettre au psychologue clinicien de cerner la problématique amenant l'individu à consulter, ainsi que de mieux comprendre le patient : l'histoire de sa souffrance (l'anamnèse), sa personnalité, son contexte, etc. L'entretien clinique pourra varier dans sa forme suivant le cadre thérapeutique pratiqué par le psychologue clinicien : entretien d'inspiration psychanalytique, cognitivo-comportemental, etc.
- Le traitement : à la suite du premier entretien clinique, le psychologue clinicien est à même de définir le type de prise en charge nécessaire pour traiter la souffrance de l'individu. Dans tous les cas, le psychologue mettra en place un espace thérapeutique (le cadre), permettant au patient de libérer sa parole pendant que le clinicien sera en position de neutralité bienveillante.

Traditionnellement, la psychologie clinique possède quatre orientations théorique et clinique principales :

- La psychodynamique : héritée de la psychanalyse, l'approche psychodynamique consiste à décliner cliniquement le cadre thérapeutique inspirée par la psychanalyse : association libre du patient (méthode de discours libre et sans censure), traitement des conflits inconscients, travail sur la structure de la personnalité de l'individu, etc.
- La cognitive et comportementale : héritée des thérapies cognitivo comportementale (TCC) : identification des schémas cognitifs et comportementaux qui provoquent la souffrance psychique, mise en place de stratégies comportementales et cognitives afin d'inverser et annuler les mécanismes pathologiques.
- L'humaniste : courant thérapeutique qui concentre le traitement sur une vision positive et constructive de l'être humain (absence ou peu de diagnostic, concentration sur l'épanouissement personnel, le développement et l'expérience présente).

- La thérapie familiale : thérapie qui se pratique en famille ou en couple, et qui a pour postulat que les souffrances psychiques vécues par leurs membres sont liées aux fonctionnement du groupe (interaction, communication, passif, etc).

Un psychologue clinicien est donc un professionnel habilité à identifier la nature de la souffrance psychologique à travers différentes techniques psychologiques, ainsi qu'à mettre en place la réponse thérapeutique nécessaire et adaptée afin d'y répondre.