



## 14 Psychothérapie psychanalytique de groupe

### Remarques introductives

Au cours des deux dernières décennies, la psychothérapie de groupe est devenue de plus en plus importante dans le contexte du traitement psychothérapeutique, tant en consultation externe qu'en milieu hospitalier. Dans les cliniques de réadaptation psychothérapeutique, la psychothérapie de groupe est un élément central du traitement hospitalier.

De nombreux patients sont d'abord sceptiques à l'égard de la psychothérapie de groupe. Après une introduction approfondie et des informations sur la psychothérapie de groupe, de nombreux participants apprennent à apprécier cette forme de traitement comme extrêmement utile. Il existe une psychothérapie de groupe fermée et semi-ouverte.

### 1.1 Psychothérapie de groupe

Bref survol historique, au début du siècle dernier, les tuberculeux ont été informés de leur maladie dans des groupes de médecins de sanatoriums centrés sur les leaders et ont reçu des encouragements et du soutien de la part des patients.

En 1931, aux Etats-Unis, les patients atteints de psychose étaient traités en groupes, ici l'accent était davantage mis sur l'expérience commune des participants du groupe entre eux (les soi-disant pairs) que sur le comportement du chef de groupe, l'expérience de groupe avait un effet apaisant pour les participants. Ce modèle a été pratiqué avec succès dans le monde entier dans les groupes d'entraide des Alcooliques anonymes à partir de 1935. Après la Seconde Guerre mondiale, d'autres groupes d'entraide ont vu le jour.

Indépendamment de cela, Moreno a développé une méthode de jeu de rôle, le psychodrame, une forme spécifique de psychothérapie de groupe.

Depuis les années 1930, le concept de psychothérapie de groupe comme méthode de traitement a également été introduit dans le domaine de la psychothérapie analytique orientée vers la psychologie profonde (Slavson 1934). Des traitements éducatifs tels que l'entraînement autogène existent également depuis cette époque.

### **1.1.2 Thérapie de groupe psychanalytique**

Le but de la thérapie de groupe analytique est de découvrir et de surmonter les causes sous-jacentes des conflits, des problèmes ou des comportements indésirables avec l'aide des autres membres du groupe et du thérapeute/médecin en tant que fondements inconscients. Dans la thérapie de groupe analytique, on suppose que le comportement relationnel d'une personne est particulièrement influencé par les expériences qu'elle a vécues dans son enfance, en particulier avec ses proches parents. Ces premières expériences se confirment dans le comportement d'attachement de l'être humain adulte et se reflètent dans la manière dont on peut façonner ses relations interpersonnelles dans l'inconscient. Cela peut conduire à ce que des sentiments ou des façons de penser soient inconsciemment transférés dans les relations actuelles dans des modèles de comportement qui ont été vécus dans une phase antérieure de la vie. Ce modèle est alors devenu une partie tellement évidente de la personnalité qu'il est généralement difficile de le reconnaître comme un comportement qui ne correspond plus à la personne et à la situation de vie d'aujourd'hui. La culture des relations s'avère alors difficile parce que des comportements malavisés se sont enfouis dans la personnalité et sont devenus un compagnon familier dans la vie.

Dans la situation thérapeutique de groupe, ces vieux schémas et leurs racines peuvent être rendus conscients par l'interaction et la réflexion entre les participants, de sorte que les relations dans la vie quotidienne peuvent aussi être façonnées différemment.

### **1.1.3 Différentes approches en psychothérapie de groupe**

Il existe des approches très différentes de la psychothérapie de groupe n:Les groupes de thérapie sur le thème de la psychoéducation - en particulier pour les clients souffrant d'une maladie physique.

Groupes d'entraide sociale communicative - groupes pour améliorer les perceptions sociales et l'interaction sociale.

Formation comportementale en groupe - principalement dans le cadre de la prévention et du traitement de la toxicomanie et de la réadaptation des toxicomanes

Groupes d'art-thérapie et de musicothérapie - pour améliorer l'expérience émotionnelle dans le cadre de la thérapie multidimensionnelle dans les cliniques psychosomatiques.

Les offres de thérapie de groupe liées au corps - pour l'amélioration de la capacité de relaxation (thérapie de relaxation fonctionnelle, PMR) et pour l'amélioration de l'expérience corporelle (thérapie par mouvements concentratifs, thérapie corporelle et Feldenkrais).  
Groupes de thérapie des grands milieux (appelés réunions de quartier) - pour promouvoir les compétences sociales, améliorer la perception des autres et de soi-même, apprendre à connaître les comportements de rôle, promouvoir les capacités de communication (apprendre à écouter, à donner et à recevoir du feedback).

#### **1.1.4 Psychothérapie de groupe fondée sur la psychologie des profondeurs**

Dans un sens plus étroit, la psychothérapie de groupe basée sur la psychologie des profondeurs est offerte dans différents contextes :

Psychothérapie de groupe analytique

Psychothérapie de groupe orientée vers l'analyse

Psychothérapie de groupe interactionnelle basée sur la psychologie des profondeurs

Psychothérapie de groupe psychodramatique

Cette psychothérapie de groupe spécifique est proposée aussi bien en ambulatoire qu'en hospitalisation dans les cliniques psychosomatiques. Une distinction est faite entre deux formes.

## **2. Psychothérapie de groupe fermée et semi-ouverte**

Dans une psychothérapie de groupe fermée, les participants individuels sont sélectionnés au cours d'entretiens préliminaires. La psychothérapie de groupe débute à une date fixe, les participants qui quittent le groupe ne seront pas remplacés par de nouveaux participants. Cette forme de psychothérapie de groupe se déroule principalement dans des groupes psychanalytiques ambulatoires.

Dans le cas d'un traitement stationnaire en clinique psychosomatique, la psychothérapie de groupe semi-ouverte est la forme la plus courante, c'est-à-dire que les nouveaux patients sont admis dans un groupe déjà existant après le départ des participants du groupe. Ils bénéficient de l'atmosphère de travail thérapeutique positive et confiante déjà établie au sein du groupe. D'autre part, le groupe doit toujours compenser et traiter les départs à la retraite et les nouvelles entrées de membres du groupe. Psychothérapie de groupe hétérogène, où les hommes et les femmes avec des images cliniques différentes sont traités ensemble. Cela offre l'avantage d'apprendre à connaître des perspectives à plusieurs niveaux et d'expérimenter un plus large éventail de schémas de réaction et de rétroaction mutuels. Ses propres schémas de comportement et de communication rencontrent également des réactions diverses et permettent ainsi de nouvelles expériences et de nouvelles perspectives.

## **2.1 Comment fonctionne la psychothérapie de groupe**

Les participants d'un groupe de psychothérapie de groupe, en tant qu'impulsion stimulante importante, font l'expérience d'un accès renouvelé à l'espoir justifié d'un changement dans leur situation individuelle, tant de la part des thérapeutes que de la part des membres du groupe eux-mêmes. L'expérience personnelle de l'espérance est un facteur décisif pour la suite du processus de changement et de rétablissement. En thérapie individuelle, le scepticisme à l'égard d'un changement thérapeutique peut durer plus longtemps. L'expérience en psychothérapie de groupe que d'autres membres du groupe souffrent de conflits et de plaintes similaires et que les personnes affectées ne sont pas seules avec leurs peurs et leurs conflits apporte un soulagement profond. Les patients ne se sentent plus isolés par leur souffrance, mais peuvent obtenir un nouvel accès intérieur à l'environnement social ; s'ils vivaient auparavant dans un isolement social plus fort pour cause de maladie.

En plus de l'échange d'information dans le contexte de la psychothérapie de groupe, de nombreux clients ressentent pour la première fois qu'ils peuvent être importants et utiles pour les autres. Cette expérience contribue de manière décisive à l'amélioration de l'estime de soi.

Dans le cadre de la psychothérapie de groupe, de nombreux participants répètent des expériences qu'ils ont connues de leur famille d'origine, mais peuvent maintenant acquérir de nouvelles expériences correctives dans le cadre de la psychothérapie ici et maintenant, ce qui leur permet de prendre contact et de communiquer avec d'autres en dehors de la thérapie. Le développement de nouveaux comportements positifs dans l'interaction humaine peut être testé dans le cadre protégé de la psychothérapie de groupe, afin de réduire les peurs sociales. Dans les activités de groupe, les participants expérimentent clairement une extension des modèles comportementaux par rapport aux expériences de la famille primaire, tant par le comportement des thérapeutes que par le comportement des membres du groupe. Un aspect très central de la psychothérapie de groupe est l'apprentissage interpersonnel dans l'ici et maintenant dans le groupe, qui représente un microcosme social. Grâce à des expériences émotionnelles correctives, tous les participants acquièrent une meilleure perception d'eux-mêmes et des autres et sont en mesure de contribuer à leur environnement social, leur famille et leur carrière.

Le sentiment d'appartenance à la psychothérapie de groupe, après les craintes initiales, représente une nouvelle expérience importante et fondamentale pour de nombreux participants bien au-delà du temps de participation à la psychothérapie de groupe.

Prof. Dr. Andrawis