

Déjouer le clivage entre Gestalt et médecine

Sous les encouragements de l'EAGT (Association Européenne de Gestalt-thérapie) et de la CMR (Commission Mixte de Recherche –SFG CeGT), Jean-Luc Valejo et moi-même avons entrepris une recherche neuroscientifique afin de déjouer le clivage entre Gestalt-thérapie et médecine. Notre objectif était d'évaluer les effets de la Gestalt-thérapie et d'en déterminer les effets biologiques dès la première année de thérapie. Cette recherche est intitulée : *Etude THEGETCI – évaluation des effets de la Gestalt-therapie sur les différentes dimensions de la personnalité par le questionnaire TCI 125 de Cloninger.*

Une approche peu orthodoxe

Cette voie n'a rien d'orthodoxe du point de vue gestaltiste, et notre effort n'a pas toujours reçu un écho favorable au sein de la communauté. Mais nous avions reçu le soutien de l'EAGT, qui « considère cette étude scientifique sur l'efficacité de la Gestalt-thérapie comme un projet très nécessaire pour l'entièvre communauté européenne de la Gestalt, qui pourrait être étendue au niveau international dans un proche avenir »¹, et Vincent Béja, coordinateur de la CMR, a souligné que l'on doit « accepter qu'il y a plein de manières différentes d'envisager la recherche, y compris de la part de gestaltistes. »²

Nos partenaires scientifiques, le Pr. Jean Pierre Clément, en charge de l'enseignement de la biologie de la personnalité et des émotions dans les modules de psychopathologie au sein de nos instituts respectifs, et son adjoint le Dr. Benjamin Calvet, nous ont proposé un outil qu'ils maîtrisaient : le *Temperament and Character Inventory* (TCI 125)³.

La spécificité de l'approche de Cloninger⁴, devenue la caractéristique principale de son modèle⁵, est de considérer deux composantes de la personnalité : le tempérament et le caractère. L'étude se concentre donc sur l'action de la Gestalt-thérapie :

- sur le tempérament, qui repose sur un substrat physio-biologique transmis génétiquement sous l'influence de neurotransmetteurs spécifiques ;
- sur le caractère, qui est le résultat des facteurs développementaux (apprentissages, expériences de vie et vécu social) et reflète la maturité.

Dans le cadre de la Faculté de Médecine de Limoges, le CMRR (Centre Mémoire de Ressources et de Recherche du Limousin) dirigé par le Pr. Jean-Pierre Clément a effectué l'analyse des données anonymisées sur son réseau médical sécurisé. Puis

¹ Jan Roubal, courrier du 12 novembre 2014.

² Vincent Béja, courrier du 2 juillet 2016.

³ Michel HANSENNE. *Le modèle biosocial de la personnalité de Cloninger.* in L'année psychologique. 2001 vol. 101, n°1. pp. 155-181.http://www.persee.fr/doc/psy_0003-5033_2001_num_101_1_29720

⁴ Professeur de psychiatrie, de psychologie et de génétique et dirige le centre de psychobiologie de la personnalité à l'université de Washington Saint Louis

⁵ Benjamin CALVET, Les Inventaires du Tempérament et du Caractère de Cloninger : Études de validation et applications en psychopathologie et en neuroépidémiologie, Thèse de doctorat en Santé publique / Epidémiologie, soutenue le 10-12-2015 à Limoges, sous la direction du Pr Jean-Pierre Clément. <http://www.theses.fr/2015LIMO0121>

la recherche a été validée par l'INSERM (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale). Enfin, conformément à la loi, l'étude a été présentée au CPP (Comité de Protection des Personnes) du Sud-Ouest et Outre-Mer 4, composé de représentants de la recherche scientifique et de représentants des usagers, duquel elle a reçu un avis favorable.

Le biais des investigateurs

Les investigateurs sont des Gestalt-thérapeutes français. Tous ont reçu une information sur l'étude et sur le TCI 125. En acceptant de participer à l'étude, ils s'engagent à présenter l'étude à tout nouveau client/patient (hors critère d'exclusion), qui doit alors signer un formulaire de consentement après avoir pris connaissance d'une information écrite avant d'entrer dans l'étude.

Le bénéfice pour ces Gestalt-thérapeutes investigateurs est de participer à la première étude clinique et scientifique de l'efficience de la Gestalt-thérapie sur les différentes dimensions du caractère et du tempérament. Après publication scientifique des résultats de l'étude (prévue en 2020), ils recevront une formation de conçue à partir des résultats et des différentes approches pour la recherche en Gestalt-thérapie.

Un écart d'information et de formation existe entre les investigateurs que nous avons recrutés lors de réunions et ceux que nous avons formés dans nos instituts. En effet, ces derniers reçoivent un enseignement sur la recherche clinique, et chacun reçoit les résultats de son propre TCI par le Pr Jean Pierre Clément. Ils connaissent donc bien l'outil TCI et intègrent ces données dans leur connaissance d'eux-mêmes et leur pratique. De plus, ils sont formés à l'auto-évaluation et évaluation des critères de la relation thérapeutique gestaltiste au cours de leur formation. Nous avons aussi constaté que les Gestalt-thérapeutes d'origine professionnelle sanitaire étaient plus à l'aise pour pratiquer cette étude. Il semble donc qu'il soit important d'être formé à l'approche scientifique pour la recherche, et que le message du CMR qui milite en faveur de temps de formation sur la recherche dans les instituts doit être soutenu. Qu'est-ce que la recherche ? Quels sont les différents protocoles ? Quelles sont les exigences professionnelles associées ? Autant de questions auxquelles les gestalt-thérapeutes devraient savoir répondre.

Etat des lieux

En mai 2017, le Dr. Benjamin Calvet, Jean Luc Vallejo et moi-même avons présenté l'étude THEGETCI lors du congrès européen de la recherche en Gestalt-thérapie. Les résultats préliminaires doivent encore être confirmés et comparés avec le groupe témoin dont se chargent nos partenaires neuroscientifiques. D'autres tests ont été adjoints au TCI 125, et nous avons constaté une amélioration des états anxiens et dépressifs, une diminution de la souffrance, ainsi qu'une meilleure perception de sens et de plaisir à vivre chez les clients/patients. Outre des effets positifs sur le caractère, auxquels nous nous attendions, nous avons pu relever des effets sur le tempérament, c'est-à-dire sur le substrat neurophysiologique de la personnalité et les neuromédiateurs qui l'influencent.

En conclusion

La CMR nous a demandé si nous aurons la possibilité d'utiliser les données recueillies pour y puiser des éléments pertinents pour la Gestalt. A ce stade, les résultats analysant l'influence de la psychothérapie gestaltiste sur le substrat

neurophysiologique sont encourageants. Et en termes de développement de la pratique gestaltiste, nous percevons que les thérapeutes travaillent sur certaines facettes qui sont en lien avec leur théorie pour permettre l'ajustement créateur, et en délaissent d'autres, moins... alignées avec leurs envies ?

Yves Plu