

Voir l'item complet sur  
[larevuedupraticien.fr](http://larevuedupraticien.fr)

Ce FOCUS attire votre attention  
sur des points importants.

## Notion de cadre thérapeutique

**Pr Khadija Chahraoui, Dr Matthieu Reynaud**

Professeur de psychopathologie et psychologie clinique, laboratoire PSY-DREPI, université de Bourgogne, France

Docteur en psychologie (PhD), psychologue clinicien, Espace psychothérapique, UF recherche, CH La Chartreuse, Dijon ; chercheur associé PSY-DREPI, université de Bourgogne, France

[matthieureynaud@hotmail.com](mailto:matthieureynaud@hotmail.com)

**P**our comprendre les enjeux liés aux techniques psychothérapeutiques, il est important de porter un regard particulier sur la notion fondamentale de cadre thérapeutique.

La réflexion sur le cadre thérapeutique est essentielle pour s'assurer qu'une intervention soignante soit psychothérapeutique. Avant tout suivi psychothérapeutique, il est important de définir un cadre de soin et de travail. Toute technique psychothérapeutique s'appuie sur un cadre spécifique, en relation avec une théorie scientifique sous-jacente et en lien avec l'hypothèse que ce cadre proposé est porteur d'un changement thérapeutique. Ce cadre est composé de deux aspects : un mode spécifique de règles relationnelles différentes des règles sociales et culturelles habituelles et un dispositif spatio-temporel dans lequel s'exercent ces règles relationnelles. Chaque technique psychothérapeutique a son propre cadre permettant le changement souhaité.

**Dans l'approche psychanalytique**, nous avons une règle relationnelle particulière dite la règle fondamentale qui correspond à la méthode d'association libre. Il s'agit de demander au patient de se laisser aller à dire tout ce qui lui passe par l'esprit, sans rien omettre même s'il trouve cela pénible ou honteux. C'est par cette règle non conventionnelle que le psychanalyste espère avoir accès à l'inconscient et aux contenus refoulés du sujet. Si la règle relationnelle avait été de demander au patient uniquement d'exprimer ses pensées, il aurait certainement eu un discours plus conscient, plus maîtrisé et aurait omis de dire certaines pensées qu'il aurait jugées honteuses, non pertinentes ou irrationnelles. Quant au dispositif du divan, il permet aux sujets de se soustraire au regard du thérapeute et permettre une détente musculaire en évitant toute impression sensorielle dans l'interaction. De cette manière, cela facilite égale-

ment les conditions pour avoir accès la vie intérieure inconsciente du sujet, lieu du conflit psychique et de la possible résolution du symptôme.

**Dans l'approche cognitivo-comportementale**, les règles relationnelles tentent de faire appel au jugement rationnel du patient (démarche socratique). Aussi elles vont davantage être le lieu d'interrogation et de relances directives et focalisées du thérapeute afin de pouvoir identifier les schémas de pensée dysfonctionnels à l'origine de son trouble. Le dispositif de face à face dans l'aspect interactif qu'il propose est aussi adapté à cette interrogation des schémas de pensée.

**Dans l'approche humaniste**, les règles relationnelles sont guidées par la non-directivité et l'acceptation par le thérapeute du patient dans sa globalité. L'écoute et la compréhension empathique du thérapeute vont permettre au patient de développer des potentialités psychiques et de favoriser le changement thérapeutique. Le dispositif de face à face par l'intimité qu'il peut créer et la possibilité de croiser le regard et l'attitude bienveillante et positive du thérapeute permettent également de créer une disposition favorable au changement.

**Dans l'approche systémique**, les règles relationnelles et le dispositif spatio-temporel tiennent compte de l'hypothèse que le trouble psychique du sujet s'inscrit au sein du système familial dans sa totalité. C'est pour cette raison que c'est la famille dans son ensemble qui participe à la thérapie pour s'interroger sur les systèmes d'interaction et de communication. La présence de thérapeutes aussi en position d'observateurs extérieurs (derrière la glace sans tain) permet de pouvoir comprendre le système familial dans sa totalité et sa structure de manière objective. •

K. Chahraoui et M. Reynaud déclarent n'avoir aucun lien d'intérêts.