Boulanger, S., & Gagnon-Corbeil, J. (2014). *L'évolution du psychothérapeute et de son modèle d'intervention : De la théorie à la personnalisation du parcours.* Montréal : Éditions Carte Blanche.

L'évolution du psychothérapeute et de son modèle d'intervention : De la théorie à la personnalisation du parcours a comme point de départ la recherche de Sylvie Boulanger pour son essai doctoral en psychologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR). Le livre se déploie ensuite par le récit du parcours du « sujet-expert », Janine Gagnon-Corbeil, psychologue, dont l'expérience comme praticienne responsable de la formation de psychothérapeutes ici et en Europe s'étend sur plusieurs décennies et fait état d'une approche relationnelle et multiréférentielle à la psychothérapie. L'ouvrage offre aussi un aperçu du développement de la psychologie et de sa pratique au Québec depuis les années 1950.

L'ouvrage comprend huit chapitres. Le premier présente la base théorique, consacré à la recension des études sur le développement professionnel du psychothérapeute. Les sept chapitres suivants sont constitués des réponses que le « sujet-expert », Janine Gagnon-Corbeil, donne aux questions ouvertes que la doctorante, Sylvie Boulanger, a élaborées à la suite de sa recension des recherches.

Le premier chapitre résume les données récentes de recherches qui indiquent que la formation des psychothérapeutes dépasse largement la phase de formation proprement universitaire, domaine qui avait constitué le principal objet des recherches faites jusque-là. L'étude de Orlinsky, Ronnestad et de Collaborative Research Network for Psychotherapy Research (2005) qui a porté sur 5000 psychothérapeutes provenant de plusieurs pays révèle que 56 % de ceux qui ont entre 7 et 15 années d'expérience et 42 % de ceux qui cumulent entre 15 et 25 années de pratique retournent en supervision. De 80 % à 90 % des psychothérapeutes de tous les niveaux d'expérience indiquent que leur développement professionnel est très important pour eux. Ronnestad et Skovolt (2003) ont développé un modèle de développement à long terme des psychothérapeutes qui s'échelonne sur six stades : l'aidant naturel, l'étudiant débutant, l'étudiant avancé, le professionnel novice, le professionnel expérimenté et le professionnel chevronné. Une analyse approfondie d'entrevues de psychothérapeutes des différents niveaux d'expérience a permis de dégager ce qui caractérise chaque stade sous la forme de constats que l'on pourrait résumer ainsi : le développement professionnel du psychothérapeute implique une intégration croissante du Soi professionnel et du Soi personnel, le mode de fonctionnement évoluant vers une intégration progressive des qualités naturelles et des données théoriques pour produire un modèle d'intervention unique et propre à chacun. Un engagement intense à apprendre et une réflexion constante

propulsent la croissance. Processus lent et continu qui dure toute la vie, le développement est facilité par un milieu professionnel stimulant, les lectures, les supervisions et thérapies personnelles. La vie personnelle, les expériences vécues dans l'enfance, l'adolescence et la vie adulte du psychothérapeute ont un impact majeur, positif ou négatif, sur le développement professionnel. Les sources d'influence interpersonnelles propulsent davantage le développement professionnel que les sources d'influence impersonnelles. Au cours de son développement, le psychothérapeute passe du Soi héros à la découverte du client héros. S'étant créé un système conceptuel complexe et un style d'intervention qui lui est propre, le psychothérapeute compétent n'est pas enfermé dans une seule approche théorique, alors que son ouverture d'esprit correspond à certaines caractéristiques de personnalité comme la tolérance au doute et la créativité. L'approche théorique ouverte ou l'adhésion à des changements théoriques multiples favorisent un développement professionnel optimal. L'engagement bienfaisant fait progressivement place à l'engagement stressant au fil des expériences professionnelles variées et des multiples moyens pris pour améliorer la compétence.

Le chapitre 2 parle de l'histoire familiale, du parcours universitaire et para-universitaire, des premières expériences de travail ainsi que du premier modèle théorique du « sujet-expert », Janine Gagnon-Corbeil.

Janine Gagnon-Corbeil est née dans un village du Bas-Saint-Laurent où l'esprit et les habitudes d'entraide constituaient des moyens de survie essentiels pour les familles nombreuses où la « revanche des berceaux » était de rigueur. Le premier parcours universitaire se situe à une époque où l'enseignement de la psychologie est encore jeune au Québec. L'Université de Montréal est alors la seule université de la province qui dispense une formation de base en psychologie clinique. Les premières expériences de travail nous replongent dans une période d'avant la Révolution tranquille où la pratique de la psychologie était encore largement sous le contrôle de la psychiatrie ou de l'Église catholique du Québec.

Le premier modèle théorique se révèle conflictuel dans la mesure où la psychologue adhère à deux modèles qui s'avèrent aux antipodes : la théorie psychanalytique, enseignée à l'université et pratiquée dans les meilleurs hôpitaux, et l'approche centrée sur la personne, découverte par une formation chez Carl Rogers lors d'un stage en psychologie sociale.

Les facteurs qui ont contribué à modifier la conception du changement et la pratique de la psychothérapie chez le « sujet-expert » sont décrits au chapitre 3.

Une synthèse des diverses approches théoriques en cause dans sa vision de la psychothérapie et du processus du changement est élaborée au chapitre suivant. Il s'agit d'une approche holistique où les dimensions historiques, neuro-développementales, corporelles, ainsi que le champ psychosocial sont pris en compte. Ce chapitre énonce également les postulats qu'elle conçoit comme étant à la base de l'intervention.

Le chapitre 5 passe en revue les circonstances et facteurs, personnels et professionnels, qui ont favorisé son évolution. Comme psychologue responsable de formation et de supervision, le « sujet-expert » expose au cours du chapitre 6 les conditions qui lui semblent nécessaires pour devenir un psychothérapeute efficace. Ses préoccupations concernant le développement de la profession et de la pratique de la psychothérapie sont exposées au chapitre 7.

Le chapitre 8 énonce ses réactions relativement aux données de recherches, données qu'elle trouve en accord avec son expérience professionnelle : l'importance d'un milieu de travail stimulant, l'étendue et la profondeur des expériences professionnelles, l'impact d'approches théoriques différentes et complémentaires sur le développement et l'efficacité thérapeutique de même que la plus grande ouverture des thérapeutes d'orientation humaniste. Elle souligne que certains facteurs mériteraient d'être davantage mis en relief comme les sentiments d'échec ou de stagnation et l'épuisement professionnel. Elle insiste sur l'importance thérapeutique et les bénéfices spécifiques du travail groupal en psychothérapie.

La conclusion présente un résumé des principales considérations que les auteures souhaitent porter à l'attention des thérapeutes qui désirent rester vivants et créateurs dans leur pratique, considérations dont le principal bénéfice sera d'éprouver un engagement bienfaisant plutôt que stressant dans la pratique de leur métier.

L'annexe redonne les 14 constats de Ronnestad et Skovolt (2003) sur l'évolution du psychothérapeute commentés par le « sujet-expert », Janine Gagnon-Corbeil.

APPRÉCIATION

L'évolution du psychothérapeute et de son modèle d'intervention : De la théorie à la personnalisation du parcours possède de nombreux mérites, dont celui de nous présenter un résumé des plus récentes recherches sur l'évolution du psychothérapeute ainsi que celui de nous rappeler plusieurs concepts théoriques et pratiques qui ont marqué l'évolution du savoir psychologique dans le domaine de la psychothérapie.

À la suite de la recension des recherches faites par Sylvie Boulanger, Janine Gagnon-Corbeil, à titre de clinicienne experte, nous expose comment elle a organisé et intégré les expériences personnelles, de formation et de psychothérapeute qui se sont profilées tout au long de son parcours. On y décèle une ouverture d'esprit et des efforts continus pour trouver des réponses à ses questionnements par la lecture des dernières recherches provenant d'auteurs d'allégeances théoriques diversifiées. On assiste à ses repositionnements et à ce qu'elle a privilégié pour en arriver à une intégration progressive de l'ensemble, ce qui donne une forme unique à son approche clinique.

Ce livre propose une vision holistique et transthéorique pour la compréhension de l'être humain. Au moyen d'un survol de nombreux concepts au cœur de la Gestalt-thérapie, il établit les liens entre cette approche et les courants théoriques qui l'ont marquée en amont, alors qu'il souligne par ailleurs comment l'ensemble des théories subséquentes a été indéniablement marqué par son apport.

Il nous rappelle qu'il est essentiel d'éviter les dogmes et de rester ouvert tout comme il est important pour chacun de chercher les soutiens favorables à son intégration et à son développement professionnel/personnel. Il offre une vision inspirante sur la capacité créatrice que chacun de nous possède pour rencontrer et façonner sa propre existence tout autant que le monde qui l'entoure.

Source d'inspiration en début de pratique pour un cheminement à venir, ce livre offre au lecteur-psychothérapeute en milieu ou de fin de carrière un écho ou un miroir de son cheminement professionnel/personnel par l'entremise des diverses expériences formatrices de son propre parcours.

Il devient en outre un outil de réflexion pour la formation des psychothérapeutes. Il les invite à explorer et à mettre en valeur leurs ressources personnelles comme personnes aidantes, par opposition à la maitrise exclusive de connaissances théoriques ou techniques. Il met de l'avant comment les habilités professionnelles acquises sont nourries par l'être vivant complet qui est engagé dans le processus d'aide. Le souci de l'efficacité est perçu ici comme intimement associé au maintien et à la consolidation de la qualité de l'expérience personnelle et professionnelle du psychothérapeute.

RÉFÉRENCES

Orlinsky, D. E., Ronnestad, M. H., & Collaborative Research Network of the Society for Psychotherapy Research (Éds). (2005). *How psychotherapists develop: A study of therapeutic work and professional growth.* Washington, DC: American Psychological Association.

Ronnestad, M.H., & Skovolt, T.M. (2003) . The Journey of the counsellor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. Journal of Career Development, 30, 5-44

Jorge Vasco[1]
Pratique privée (Montréal)

1. Vous pouvez joindre l'auteur de la recension par courriel : jorge.vasco@sympatico.ca