

Psychiatre, psychologue, psychothérapeute, psychanalyste, coach, sophrologue : qu'est-ce qui les différencie ?

1. Un **psychiatre** est un médecin qui s'est spécialisé dans le traitement des troubles mentaux. L'obtention du titre de « psychiatre » requiert de faire, après les études de médecine, cinq années d'assistantat dans des services de psychiatrie.

2. Un **psychologue** a fait des études de psychologie à l'université (quatre ans d'études théoriques et un an de stages) et a obtenu un diplôme homologué. La légalisation du titre de psychologue est relativement récente : 1990 en France, 1997 en Belgique.

Actuellement, en Belgique, seuls les psychiatres et les psychologues ont des titres protégés par la loi.

3. Le titre de « **psychothérapeute** » est protégé par la loi dans certains pays (tout récemment en France), mais non dans d'autres (en Belgique ou aux Etats-Unis par exemple).

En Belgique, des discussions ont lieu sur cette question depuis plusieurs dizaines d'années entre praticiens et avec des responsables politiques. La principale pierre d'achoppement est la reconnaissance ou non de psychothérapeutes n'ayant pas de diplôme de psychiatre ou de psychologue, mais ayant suivi une formation non universitaire, psychanalytique par exemple.

Aujourd'hui, en Belgique, un nombre important de psychothérapeutes sont psychiatres ou psychologues, mais c'est loin d'être la règle générale. *N'importe qui peut s'intituler « psychothérapeute », quelle que soit sa formation ou son absence de formation.*

À noter que dans des pays où ce titre est protégé des « thérapeutes » sans formation universitaire exercent sous le nom de thérapeute « gestaltiste » ou « jungien », « maître en programmation neuro-linguistique », « hypnothérapeute », « sophrologue », « analyste », etc.

4. Le titre de « **psychanalyste** » n'est légalement protégé dans aucun pays au monde¹.

Du point de vue légal, tout le monde peut dire qu'il pratique « l'analyse psychologique », qu'il est « analyste » ou « psychanalyste », comme n'importe qui peut se dire historien, astrologue ou graphologue. Rien n'empêche des psychanalystes « autodidactes » ou « autoproclamés » de se définir comme des professionnels, alors qu'ils n'ont suivi aucun cursus « psychanalytique », « psychologique » ou « psychiatrique ».

Dans le grand public, mais aussi chez un certain nombre de psys, le mot « psychanalyse » désigne à peu près n'importe quelle pratique de psychothérapie ou d'analyse psychologique. Dans un sens plus restreint, il désigne toute conception selon laquelle il y a un Autre à l'intérieur de nous, que seuls les psychanalystes sont habilités à découvrir. Pour les freudiens orthodoxes, « psychanalyse » ne peut désigner que la théorie et la pratique fondées sur les textes freudiens, tout le reste étant des conceptions abâtardies ou erronées.

Il existe plusieurs Écoles de psychanalyse qui offrent des formations et publient des listes des membres qui les ont suivies. Ces Ecoles ont des critères de sélection des membres et de reconnaissance du titre qui varient considérablement de l'une à l'autre. Depuis 1925, deux règles de formation ont été adoptées par l'Association psychanalytique internationale et ensuite par la plupart des Écoles de psychanalyse : étudier les écrits canoniques du fondateur (Freud, Jung, Adler, Klein, Lacan *et al.*) et faire soi-même une analyse « didactique » auprès d'un analyste reconnu de l'École.

Dans certaines sociétés (p. ex. la Société Belge de Psychanalyse), la majorité des membres ont un diplôme de psychiatrie ou de psychologie. Dans d'autres, beaucoup de membres n'ont pas fait d'études de psychiatrie ni de psychologie. Certains ont par exemple une formation de philosophe, de théologien ou d'éducateur.

Aujourd'hui des personnes pratiquent la « psychanalyse » sans avoir fait d'études supérieures et même sans avoir suivi le cursus d'une association. Les membres des associations les qualifient de psychanalystes « sauvages ».

5. Le **coach** donne des consultations ou des formations en vue de faciliter des changements dans la vie professionnelle et/ou personnelle. En principe, il ne s'occupe pas de troubles psychologiques et ne fait pas de thérapie.

Le titre n'est pas protégé et donc n'importe qui peut s'autoproclamer « coach ». Il existe plusieurs centres de formation, de niveau très inégaux. Quelques universités organisent des formations accessibles à des personnes ayant déjà un diplôme d'études supérieures. C'est le cas p.ex. de l'université de Louvain-la-Neuve (en collaboration avec l'ICHEC) qui propose une formation en « business coaching ».

6. Le **sophrologue** pratique une méthode mise au point dans les années 1960 par le psychiatre espagnol Alfonso Caycedo. Cette méthode vise l'harmonie (« sôs ») de l'esprit (« phrên »). Elle combine plusieurs techniques de relaxation, de méditation et d'imagerie mentale. Le titre de sophrologue n'est pas protégé. Parmi les praticiens, on trouve notamment des médecins, des psychologues et surtout des kinésithérapeutes. Les pratiques varient sensiblement d'un praticien à l'autre.

¹ Jacques-Alain Miller, président de la société de psychanalyse qui compte le plus de membres, déclarait, lors de l'inauguration de l'Association de la Cause Freudienne en Belgique le 15 août 1988 :

« Nulle part au monde il n'y a de diplôme de psychanalyste. Et non pas par hasard, ou par inadvertance, mais pour des raisons qui tiennent à l'essence de ce qu'est la psychanalyse. On ne voit pas ce que serait l'épreuve de capacité qui déciderait du psychanalyste, alors que l'exercice de la psychanalyse est d'ordre privé, réservé à la confiance que fait le patient à un analyste du plus intime de sa cogitation. »

Pour lire tout le discours :

<http://ch-freudien-be.org/etude/section-clinique/prologue-de-guitrancourt/>