

## Le cadre éthique en psychothérapie

Le cadre fait partie intégrante de la psychothérapie. Il pose des limites et des repères pour que le processus psychothérapeutique puisse fonctionner en toute sécurité, autant pour le praticien en psychothérapie relationnelle que pour la personne qu'il accompagne.

Le praticien est amené régulièrement à utiliser la « fonction cadre » dans la relation thérapeutique.

Le cadre fait tiers ; il instaure des règles structurantes. Il offre un espace de stabilité qui permet de contenir la situation thérapeutique mouvante et évolutive. Il représente un ancrage au réel qui peut être confrontant (lieu, horaire, montant des honoraires...) grâce auquel la relation duelle intime entre la personne et son thérapeute se trouve contenue. Il instaure, par sa solidité, des limites protégeant le processus de subjectivation des affects régressifs, fusionnels ou fantasmatiques.

Il ne s'agit donc pas d'appliquer des règles pour le seul confort et l'intérêt du thérapeute ni pour le seul principe juridique ou moral de respect des règles. Il s'agit de poser et d'exercer la fonction cadre de façon éthique au seul service du processus de subjectivation de la personne. Dans ce contexte, les réactions à ce cadre ou ses transgressions sont d'abord un élément de la psyché à mettre au travail et qui peut faire sens. Toutefois, le cadre en psychothérapie relationnelle ne peut exercer pleinement sa fonction thérapeutique que s'il procède d'un cadre institutionnel et s'appuie sur un cadre interne. Il contribue alors à infuser, dans les pratiques, l'étonnante puissance thérapeutique de l'éthique relationnelle.

### 1 - Le cadre institutionnel

Le praticien en psychothérapie relationnelle du SNPPsy ne s'autorise pas seulement de lui-même, ni d'un diplôme fût-il universitaire ou d'une formation dans une méthode, mais il adhère au cadre institutionnel de sa profession. Cette démarche l'inscrit dans une relation socialisée qui marquera sa propre pratique et facilitera dans la relation des inconscients la socialisation des personnes qu'il accompagne.

Les cinq critères du SNPPsy forment ce cadre institutionnel. Ils construisent un socle éthique solide en posant des exigences :

- Commencer par une thérapie initiale approfondie,
- Continuer par une formation spécifique impliquante et pratique
- S'engager à respecter un code de déontologie (acceptant le cas échéant une convocation de la commission de déontologie en cas de requête impliquant le praticien).
- Commencer puis poursuivre sa pratique en suivant une supervision continue,
- S'engager dans l'importante fonction initiatique qui consiste à passer par un processus de titularisation devant des pairs pour être coopté en présence effective par ceux-ci.

Tout cela inscrit le praticien dans la puissance éthique qui se dégage de ces cinq critères, puissance transmise au praticien en psychothérapie relationnelle quand il y adhère vraiment.

### 2 - Le cadre interne

L'enseignement suivi par le praticien en psychothérapie relationnelle, les connaissances acquises dans les transmissions reçues de ses aînés : thérapeutes, superviseurs, formateurs..., les techniques et méthodes qu'il a expérimentées et par lesquelles il s'est personnellement transformé, l'intégration en lui-même du code de déontologie donné par le cadre institutionnel, les lectures, colloques, tranches de thérapie et échanges professionnels dans une formation continue, créent un cadre intérieur vivant. Le praticien en psychothérapie relationnelle est le gardien et le garant de son cadre interne, tout comme il sera gardien et garant du cadre

d'exercice de la psychothérapie proposé à la personne qui le consulte. Ce cadre interne évolue naturellement tout au long de la carrière du praticien en psychothérapie relationnelle car il ne s'agit pas de répéter ce qu'on a appris comme un bon élève mais de l'intégrer, se l'approprier et le réinventer dans sa propre forme d'être, comme autrefois l'apprenti qui se formait longuement auprès de maîtres différents puis créait son propre chef-d'œuvre pour devenir maître lui-même, tout en continuant à progresser tout au long de sa carrière.

### 3 - Le cadre d'exercice de la psychothérapie

Ce cadre est formé par un ensemble de règles qui font contrat entre le praticien et la personne qu'il accompagne. Ces règles peuvent être négociées et doivent être clairement acceptées par les deux parties pour que la thérapie puisse fonctionner. Si elles sont exceptionnellement appelées à évoluer (durée de la séance, changement d'honoraires, de lieu, d'horaire, de méthode...) ces changements du contrat ne peuvent être imposés et doivent être clairement acceptés par les deux parties.

La notion de contrat renvoie au social, à l'adulte libre et responsable capable d'engagement où chacun joue son rôle, et c'est parce que les séances sont contenues par un tel cadre que la personne peut y régresser ou confier le plus intime d'elle en toute sécurité, et que le thérapeute peut s'ancrer dans sa fonction sans dérapier.

Dans la psychothérapie le cadre représente la réalité spatio-temporelle et la réalité sociale qui viennent interagir avec l'imaginaire et la symbolique en jeu dans la relation intime de la séance. Il joue de ce fait un rôle essentiel dans la thérapie. Cet usage de la réalité ne peut se confondre avec une sorte de réglementation sacralisée qui serait plutôt de l'ordre du surmoi et pourrait parasiter le processus thérapeutique.

Les règles posées concernent d'habitude le lieu, le jour et l'heure de rendez-vous, la durée et le rythme des séances, le montant des honoraires et les modalités de paiement des séances, le paiement des séances manquées, les modalités d'arrêt de la thérapie, le non-passage à l'acte des conflits, pulsions et affects, la confidentialité et l'engagement de la personne. Elles peuvent être différentes, on peut en ajouter dans certains cas particuliers, mais il convient d'en limiter le nombre pour ne pas instaurer un esprit de juridisme réglementaire ou de contrat commercial qui nuirait à la primauté de la relation éthique vivante sur laquelle se fonde la psychothérapie relationnelle.

#### • *Le lieu*

Le lieu fait partie du cadre. Il doit être adapté à la confidentialité, suffisamment confortable et sécurisant. La règle est implicitement donnée par l'adresse du cabinet où la personne sera reçue. C'est une stabilité rassurante, sous réserve que l'ambiance et l'esprit de ce lieu soient adaptés au travail sur soi. C'est au praticien en psychothérapie relationnelle d'y veiller. Si des séances se passent en dehors de ce lieu, notamment par média, cela doit rester exceptionnel et être bien expliqué dans le contrat. Voir à ce sujet le texte « [Qu'en est-il des psychothérapies par média interposé ?](#) ».

#### • *Le jour et l'heure*

Le jour et l'heure des rendez-vous sont décidés d'un commun accord selon les disponibilités des deux parties. Ils restent de préférence toujours les mêmes pour une même personne, formant un élément de stabilité important qui rythme le temps de vie de la personne et, accessoirement, facilite aussi l'organisation du thérapeute. Les vacances sont prévues d'avance. Les empêchements exceptionnels réciproques peuvent conduire à reporter une séance, la déplacer ou l'annuler s'ils sont annoncés dans un délai convenu, en général 48 heures. On peut assouplir la règle en cas de réelle force majeure imprévisible ne servant pas d'alibi.

#### • *La durée*

La durée et le rythme des séances doivent être prévus et annoncés. Une durée de 50 minutes

hebdomadaire est le plus traditionnel en séances individuelles. C'était la recommandation de plusieurs sociétés de psychanalystes, mais ce temps dépend des méthodes utilisées et du thérapeute. On pourrait penser que certaines personnes se suffisent de trois quarts d'heure et d'autres ont besoin d'une heure, que la scansion lacanienne peut être acceptable, ou bien que le thérapeute se trouve plus opératoire dans telle durée plutôt que dans telle autre, ou encore que certaines personnes gagneraient à suivre deux séances par semaines d'une demi-heure plutôt qu'une séance d'une heure par semaine, et que d'autres encore se suffisent d'une séance par quinzaine ou ne peuvent davantage pour des raisons financières, ou encore qu'une séance de thérapie psychocorporelle ou d'art-thérapie demande plus de temps qu'une séance de psychothérapie verbale, etc. L'important est que le temps de la séance soit convenu lors du contrat initial et qu'il soit respecté ensuite, sans rigidité mais sans laxisme non plus parce que la justesse de la limite contribue à la structuration du moi.

- *Les honoraires*

Le montant des honoraires fait évidemment partie du contrat. Il doit dans tous les cas rester décent et proportionné à la fois à l'usage majoritaire (actuellement - octobre 2023 - de 50 à 90 € à Paris, un peu moins en province) mais aussi adapté à la fois aux possibilités réelles de la personne et aux besoins du thérapeute (voir le texte sur la question de l'argent).

Une règle de paiement des séances manquées est clairement posée. Il convient d'en expliquer les raisons et s'assurer de l'accord de la personne ainsi responsabilisée (voir le texte « [Le paiement des séances manquées](#) »).

- *Le non-passage à l'acte*

Il convient de poser une règle de non-passage à l'acte de l'agressivité ou des sentiments amoureux entre les protagonistes, toute difficulté devant passer par le dire. Il s'agit des conflits et pulsions qui peuvent advenir au cours d'une thérapie, ainsi que des phénomènes de transferts positifs ou négatifs. Ils ne doivent être ni refoulés ni déchargés dans un passage à l'acte, parce que dans les deux cas cela ferait obstacle au processus de subjectivation. C'est pourquoi ils doivent être parlés et peuvent alors faire l'objet d'un travail thérapeutique souvent très bénéfique. Ce processus sera expliqué pour que la règle soit bien comprise. Elle pourrait alors s'énoncer par : « toute envie de passage à l'acte passe par la parole ».

Le fait de poser cette règle au départ permet de la rappeler si, au cours du processus, le patient passe à l'acte au lieu de dire. La règle qui lui est rappelée à ce moment-là peut l'aider à consentir à mettre des mots sur ce qu'il a agi. Le praticien en psychothérapie relationnelle n'a pas la prétention d'empêcher que, dans certaines problématiques, le patient agisse au lieu de parler.

- *Les modalités d'arrêt de la thérapie*

La thérapie s'arrête d'un commun accord quand le travail paraît suffisamment accompli dans la phase de vie où se trouve la personne, ou quand il apparaît aux deux protagonistes qu'il y aurait un bénéfice à approfondir ce travail avec un thérapeute de l'autre sexe ou dans une autre méthode. Les modalités d'arrêt de la thérapie sont incluses dans le contrat, comme le fait de consacrer deux ou trois séances pour analyser les vrais motifs de l'arrêt si celui-ci n'apparaît pas évident à l'une des parties du contrat, après quoi chacun peut reprendre sa liberté sans passage à l'acte. La manière de se quitter en le nommant, dans une qualité relationnelle éthique, est un moment particulièrement thérapeutique qu'il ne faut pas esquiver.

- *La confidentialité*

Une règle intangible de confidentialité est nommée par le praticien en psychothérapie relationnelle comme une obligation déontologique à laquelle il déclare se conformer. Rien de ce qui se passe dans la séance ne filtrera à l'extérieur. Cela concerne non seulement ce que la personne a pu confier, mais aussi ce que le psychopraticien a pu voir et ce qu'il a pu comprendre. Cette règle sera également exigée de la part des participants et cothérapeutes ou

étudiants en formation dans les thérapies de groupe. Le secret concernera ce qu'ont pu dire ou faire les autres participants mais aussi leur identité. Dans les séances individuelles, on veillera à ce que les différentes personnes venant en thérapie ne se croisent pas. (Voir aussi le texte « [Secret professionnel et dénonciation de crime](#) »)

- *L'engagement de la personne*

Le praticien en psychothérapie relationnelle pourra aussi préciser que c'est la sincérité de la personne et son engagement dans sa thérapie et dans la relation avec son thérapeute, qui lui-même s'engage, qui feront le succès du travail sur elle-même. Le corollaire est que le thérapeute ne portera aucun jugement sur ses confidences et mettra toutes ses compétences au seul service de sa réalisation comme sujet libre et vivant.

#### 4 - Quelle attitude éthique quand la personne transgresse le cadre ?

Lorsque qu'une limite du cadre est franchie par la personne en thérapie, le praticien reste avant tout thérapeute. Il convient d'entendre la transgression comme un symptôme, un langage de l'inconscient à décrypter. L'oubli, le refus ou la manipulation des règles signifie toujours quelque chose du fonctionnement psychique de la personne, de ce qui se transfère des émois et revendications de l'enfance dans la relation au thérapeute, de la question des limites et des règles qui n'ont pas été intégrées, mais aussi de l'ambiance collective. C'est d'abord à mettre au travail. On pourra alors faire appliquer la règle non comme une contrainte ou une punition, ni par morale ou juridisme, mais comme un instrument de responsabilisation librement consenti. Cela contribue à faire passer du fonctionnement affectif de l'enfance au fonctionnement socialisé de l'adulte sans laisser personne en dette, ce qui permet au processus de subjectivation de fonctionner.

Il n'échappe pas à notre observation que nous vivons de plus en plus dans un monde où la question des limites et des états psychiques limites vécus par nos contemporains nous pose de nouveaux défis. S'y ajoute l'omniprésence des nouvelles technologies, avec le triomphe du virtuel sur la vraie vie et de l'artificiel sur l'authentique. Tout cela participe d'une sorte d'assujettissement qui tend à réduire la personne à un objet de consommation, laquelle pourra de ce fait voir aussi sa thérapie comme objet de consommation. Le bon usage du cadre s'avère ici plus nécessaire que jamais.

Il faut cependant accueillir la personne là où elle en est et poser parfois un cadre minimal qui prend en compte ce qui est acceptable pour elle, mais en prévenant de la possibilité d'une évolution de celui-ci. Le cadre est alors considéré comme un élément à construire dynamiquement au cours de la thérapie. Toutefois, un socle de stabilité du cadre reste nécessaire. Il incarne un point fixe, une fiabilité qui va permettre que le chaos vécu par certaines personnes puisse devenir une figure qui se dégage sur un fond et qu'ainsi ils puissent eux-mêmes, avec l'accompagnement de la thérapie, se dégager progressivement d'une confusion entre le fond et la forme de ces figures.

La nécessité du cadre et la façon dont nous allons le présenter puis l'utiliser au cours de la thérapie nous convoque au rendez-vous de notre éthique. Il faudra prendre en compte le fait que l'autre n'est pas moi, et qu'en tant que thérapeute j'accueille d'abord son altérité y compris dans sa forme transitoire, symptomatique, capable d'évolutions, tout en conduisant le processus avec la rigueur et la justesse nécessaires, dans la responsabilité et la liberté sans lesquelles il n'y a pas d'éthique.