

Hassan Rahioui

La thérapie interpersonnelle



Résumé

Les mutations sociales actuelles déstabilisent nos modes de relation, si bien que face à des événements stressants, faute d'un soutien réel ou supposé, des individus « craquent ». Dans ce contexte, de plus en plus de patients sollicitent des soignants en raison de problèmes interpersonnels ou de troubles psychiques qui s'enracinent dans des relations perturbées. En général, ces difficultés prennent sens dans une pathologie du lien sous-tendue par une insécurité d'attachement. Selon Bowlby, en fonction de la nature des interactions précoces entre l'enfant et l'adulte, le premier développe un modèle interne opérant sécurisant ou insécurisant, qui va structurer son mode relationnel toute sa vie durant.

La thérapie interpersonnelle se distingue des autres approches psychothérapeutiques car elle se focalise directement et spécifiquement sur ces relations interhumaines. En s'appuyant sur l'établissement d'une relation thérapeutique, l'action soignante fonde l'amélioration de la régulation émotionnelle interpersonnelle sur le développement d'une fonction réflexive impliquant les représentations de soi et des autres.

Hassan Rahioui est psychiatre et docteur en psychologie. Chef du pôle psychiatrique du 7^e arrondissement rattaché au centre hospitalier Sainte-Anne (Paris 14^e), il est également enseignant chercheur en psychopathologie à l'université Paris Diderot et président de l'Association française de thérapie interpersonnelle.

J'ai été particulièrement sensible à la demande du docteur Hassan Rahioui d'écrire cette préface, en raison de l'estime en laquelle je le tiens et de la qualité de son livre, et je l'en remercie.

La qualité de cet ouvrage tient au fait qu'il s'agit bien d'un véritable manuel de thérapie interpersonnelle basée sur l'attachement, clair, concis et didactique, qui accompagne le clinicien tout au long des étapes de la thérapie : de la rencontre avec le patient, l'évaluation des difficultés, le diagnostic, jusqu'au projet thérapeutique, sa mise en place et son suivi. Le regard du clinicien et l'état d'esprit qui président à cette rencontre avec le patient viennent confirmer la valeur de cette approche.

Ce manuel reflète ce que la psychiatrie actuelle peut offrir de meilleur dans son approche thérapeutique et développe une démarche ouverte, sans dogmatisme, sachant allier différents outils au service du traitement des patients. Le parcours professionnel du Dr Rahioui en atteste. De ses propres mots, il est « un psychiatre ayant été formé aux thérapies cognitives et comportementales mais ayant également baigné dans une ambiance psychanalytique ». Formé à la thérapie interpersonnelle aux États-Unis auprès du Pr H. Weissman à Columbia, il n'hésite pas à intégrer à cette méthode la théorie de l'attachement de Bowlby et ses « modèles internes opérants ». Il sait choisir les outils qui lui paraissent le plus pertinents pour aider ses patients à sortir de l'impasse où les enfermaient leurs troubles, tout en demeurant ouvert et surtout, insiste-t-il, en évitant de « s'opposer systématiquement à tout ce qui vient de l'extérieur ».

Ainsi adossée à la théorie de l'attachement, la TIP devient la TIP-A en intégrant l'apport des différents styles d'attachement liés au lien affectif primaire.

Cette ouverture n'est pas flottement. Il s'agit bien de l'enrichissement, par la théorie de l'attachement, de la thérapie interpersonnelle, qui est et demeure une thérapie brève et structurée, centrée sur les dysfonctionnements interpersonnels.

Faire évoluer les modalités d'attachement suppose que le thérapeute puisse devenir lui-même une base d'attachement. On perçoit les qualités personnelles du Dr Rahioui dans la façon à la fois claire et nuancée dont il guide le thérapeute pour établir cette indispensable « alliance thérapeutique » et dénouer tous les pièges qui la menacent en fonction des différents modes d'attachement du patient.

Au-delà de la méthodologie, propre à cette technique, il est bien question ici de modalités de gestion émotionnelle des relations qui devraient concerner tous les professionnels.

« Le nombre de tâches incombant au thérapeute est important » mais il est rare de les voir énoncées avec tant de pertinence. La portée des séances liminaires, et notamment de la

première, est rappelée avec justesse, ainsi que le partage avec le patient de la nature et de l'objectif du traitement qui lui est proposé.

Le travail de clarification qui a permis de rendre cet ouvrage si intelligible et pénétrant est particulièrement remarquable.

Ce manuel de thérapie interpersonnelle basée sur l'attachement est donc indispensable à ceux qui veulent se former à cette approche, mais bien au-delà, il concerne tous les professionnels travaillant dans le champ de la psychiatrie, ainsi que les patients et leurs familles. Ils y trouveront un éclairage vivant et riche sur la compréhension des maladies mentales et de leur traitement.

Pr Philippe Jeammet

SOMMAIRE

PRÉFACE : Pr P. JEAMMET

INTRODUCTION

Partie I : PRÉSENTATION

- A. L'HISTORIQUE
- B. LES PRINCIPES ET BASES
- C. LA STRUCTURATION
- D. LES TECHNIQUES
- E. LES ESSAIS CLINIQUES

Partie II : LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT CHEZ L'ADULTE

- A. LES BASES DE LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT
- B. LES ÉCHELLES D'ÉVALUATION
- C. ATTACHEMENT ET PSYCHOPATHOLOGIE DE LA DÉPRESSION
- D. ATTACHEMENT ET PSYCHOTHÉRAPIE
- E. MODÉLISATION DU SYSTÈME D'ATTACHEMENT

Partie III : DÉFINITION ET MÉTHODE DE LA THÉRAPIE INTERPERSONNELLE BASÉE SUR L'ATTACHEMENT

Chapitre I : L'INTERVENTION THÉRAPEUTIQUE

Chapitre II : LA RELATION THÉRAPEUTIQUE

Chapitre III : LES TECHNIQUES

- A. L'Exploration/Clarification
- B. Les techniques visant l'attachement
- C. Les techniques visant les interactions

Chapitre IV : LA STRUCTURE DE LA THÉRAPIE

Partie IV : LA PHASE INITIALE

- A. LE DIAGNOSTIC DE LA DÉPRESSION
- B. L'INVENTAIRE INTERPERSONNEL
- C. L'IDENTIFICATION DU DOMAINE PROBLÉMATIQUE
- D. LA FORMULATION ET LA CONTRACTUALISATION

Partie V : LA PHASE INTERMÉDIAIRE

Chapitre I : LES CONFLITS INTERPERSONNELS ET LE CONFLIT DE COUPLE

- A. L'ATTACHEMENT AMOUREUX
- B. LA DYNAMIQUE CONJUGALE
- C. LA DÉPRESSION
- D. LA TIP-A

Chapitre II : LE DEUIL : LE DECES D'UN ETRE CHER

- A. LE DEUIL NORMAL
- B. LE DEUIL PATHOLOGIQUE
- C. LE DEUIL COMPLIQUÉ
- D. LE DEUIL SELON LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT
- E. LA TIP-A DANS LE DEUIL

Chapitre III : LES TRANSITIONS DE ROLE ET LA DEPRESSION DU *POST-PARTUM*

- A. LES TRANSITIONS DE RÔLE
- B. LA DÉPRESSION DU *POST-PARTUM*

Partie VI : LA PHASE FINALE ET DE MAINTIEN

Chapitre I : LA PHASE FINALE

Chapitre II : LA PHASE DE MAINTIEN

Partie VII : LES AUTRES INDICATIONS

- A. L'ADOLESCENT
- B. LE SUJET ÂGÉ
- C. TIPARS (Thérapie Interpersonnelle et Aménagement des Rythmes Sociaux) pour troubles bipolaires
- D. LA DYSTHYMIE
- E. LES TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES (TCA)
- F. LES ADDICTIONS
- G. LE TROUBLE PERSONNALITÉ LIMITE
- H. LES TROUBLES ANXIEUX
- I. LE COUNSELLING INTERPERSONNEL (CIP)

CONCLUSION