

Description

Le ou la psychologue spécialiste en psychothérapie diagnostiquent et traitent, de façon indépendante, les troubles et les maladies psychiques et psychosomatiques de la personne, en faisant appel à des techniques de thérapie non médicamenteuses. Spécialistes de la relation, ils interviennent dans le traitement des difficultés perturbant l'enfant, l'adolescent ou l'adulte dans leur vie de tous les jours et dans leurs rapports avec les autres. Les psychothérapies sont individuelles, de groupe ou de famille et elles impliquent toujours une relation suivie entre le ou la thérapeute et les patients. Les patients les consultent sur avis de leur médecin habituel ou de manière spontanée.

Leurs principales activités consistent à :

Diagnostic

- recevoir en consultation des personnes qui présentent des troubles du comportement, des difficultés relationnelles ou des problèmes personnels (intervention de crise, traitement des différentes toxicomanies, prise en charge des patients suicidaires, réintégration adéquate de patients psychotiques ou souffrant d'autres troubles psychiques);
- établir un diagnostic après un examen clinique (tests, entretiens) approfondi;
- prévoir un plan thérapeutique, de courte ou longue durée, adapté à chaque situation;

Thérapie

- assurer la prise en charge thérapeutique selon la méthode choisie (systémique, cognitive, comportementaliste, etc.);
- écouter les patients, dialoguer avec eux et les soutenir dans leur cheminement vers une meilleure adaptation;
- établir les contacts nécessaires avec les personnes de l'entourage du patient;
- collaborer avec des médecins et avec d'autres professionnels exerçant dans le domaine médical et social;
- assurer un rôle de conseil auprès des instances compétentes sur des questions touchant à l'aspect juridique des répercussions de troubles psychiques.

Environnement de travail

Chaque psychologue spécialiste en psychothérapie choisit un type particulier d'approche. Il existe différentes orientations en psychothérapie (psychanalyse, thérapie systémique, thérapie comportementale et cognitive ou centrée sur la personne, analyse transactionnelle, etc.) qui ont chacune une technique bien précise pour aborder les difficultés des patients, certains troubles étant traités plus facilement avec certains types de thérapie.

Les psychologues spécialisés en psychothérapie exercent sous leur propre responsabilité dans un cabinet privé ou en entreprise, ou remplissent des mandats à temps partiel dans des homes, des hôpitaux ou des institutions sociales.

Formation

La formation de psychologue spécialiste en psychothérapie s'acquiert par des cours postgrades. Pour avoir le droit d'utiliser le sigle "FSP" (Fédération suisse des psychologues), il faut être membre de cette fédération et attester d'une formation reconnue par elle.

Lieux

- établissements ou institutions reconnus par la Fédération suisse des psychologues (FSP) ou l'Association suisse des psychothérapeutes (ASP): institutions de santé mentale, services psychosociaux, instituts de psychothérapie, etc.

Durée

- 4 à 5 ans (au minimum 1200 heures).

Conditions d'admission

- master en psychologie;
- être membre de la FSP ou de l'ASP;
- expérience pratique (1 an à plein temps) dans une institution accueillant des malades relevant d'une pathologie psychique;
- entretien avec les formateurs pour obtenir un préavis positif.

Titres obtenus

- psychologue spécialiste en psychothérapie FSP (pour les membres de la fédération);
- diplôme postgrade et/ou titre décerné par l'institut de formation.

Contenu

Il existe de nombreuses tendances en psychothérapie: thérapie comportementale et interpersonnelle, thérapie cognitive centrée sur les enfants et adolescents, psychothérapie intégrative, thérapie systémique, psychothérapie en thérapie familiale, Gestalt-thérapie, etc. La Fédération suisse des psychologues donne des renseignements sur toutes ces filières. De manière générale, chacune de ces formations est organisée de la manière suivante:

- formation théorique: théories psychothérapeutiques de base, théories de la méthode choisie, diagnostic, indications et évaluations thérapeutiques;
- formation thérapeutique pratique comprenant un apprentissage de méthodes et de techniques et une activité thérapeutique sous contrôle de superviseurs;
- activité thérapeutique personnelle.

N.B.: la formation de médecin spécialiste en psychiatrie et psychothérapie s'acquiert après l'obtention du diplôme fédéral de médecin.
Remarque: la nouvelle Loi sur les professions de la psychologie (LPsy) est entrée en vigueur le 1er avril 2013. Elle règle la formation de base et postgrade ainsi que l'exercice de la psychothérapie par des psychologues. Désormais, seules les personnes détenant un master en psychologie pourront porter le titre de "psychologue". En outre, l'accès aux formations postgrades en psychothérapie est limité aux titulaires d'un master en psychologie.

Qualités requises

L'exercice de cette profession fait appel à des qualités comme:

- Capacité à mettre en confiance autrui
- Esprit de synthèse
- Désir d'aider les autres
- Équilibre affectif et psychique
- Facilité de contact
- Écoute et compréhension d'autrui
- Tolérance et respect d'autrui

Perspectives professionnelles

L'ouverture d'un cabinet privé est sujette à une autorisation dans la plupart des cantons. Le ou la psychologue spécialiste en psychothérapie peuvent aussi envisager une carrière hospitalière où ils remplissent souvent plusieurs fonctions: soins, enseignement, organisation et administration.

La psychothérapie pratiquée par les psychologues spécialistes en psychothérapie à titre indépendant n'est que partiellement prise en charge par les caisses-maladie complémentaires.

Perfectionnement

- De nombreuses formations postgrades sont organisées par les universités et d'autres institutions ou associations professionnelles: formations postgrades avec accent sur la thérapie cognitivo-comportementale, sur la thérapie psychanalytique, sur la thérapie systémique, sur la thérapie centrée sur la personne, etc.
- Plusieurs cours, congrès et séminaires de formation complémentaire ou continue en psychothérapie sont organisés par les hôpitaux psychiatriques, les associations médicales et de psychothérapeutes, les institutions et les services psychosociaux, etc.

Pour plus de détails, consulter www.orientation.ch/perfectionnement ainsi que les sites de la FSP et de l'ASP.

Professions voisines

- Conseiller conjugal/Conseillère conjugale
- Logopédiste UNI/Logopédiste UNI
- Médecin spécialiste en pédiatrie/Médecin spécialiste en pédiatrie
- Médecin spécialiste en psychiatrie et psychothérapie/Médecin spécialiste en psychiatrie et psychothérapie
- Psychologue UNI/Psychologue UNI

Adresses

Association suisse des psychothérapeutes (ASP)
Secrétariat
Riedtlistrasse 8
8006 Zurich
Tél.: 043 268 93 00
<http://www.psychotherapie.ch>

Fédération suisse des psychologues (FSP)
Effingerstrasse 15
3008 Berne
Tél.: 031 388 80 00
<http://www.psychologie.ch>