

# Quelle est la différence entre Psychiatre, Psychologue, Psychopraticien, Psychanalyste et Psychothérapeute ?

Bien souvent, il y a une grande confusion entre tous les métiers de la relation d'accompagnement thérapeutique. Bien que, pour tous ces métiers leur objectif est d'accompagner une personne vers un Etat de mieux être, leurs méthodes restent différentes. Voici un petit éclaircissement sur les différentes pratiques « psys » :

## **PSYCHIATRE :**

Le psychiatre est un médecin, diplômé de la faculté de médecine. De tous les « psys », c'est le seul qui puisse prescrire des médicaments : antidépresseurs, anxiolytiques, thymo-régulateurs etc...

De part sa formation, il propose principalement un accompagnement aux personnes souffrant de pathologies mentales (notamment les psychoses comme la schizophrénie ou la paranoïa). Ce traitement leur permet de vivre le plus confortablement possible avec leur maladie.

Néanmoins, certaines personnes, présentant des troubles plus légers, consultent un psychiatre pour bénéficier d'une psychothérapie à moindre frais car les prestations des psychiatres sont couvertes par le régime de l'assurance maladie. Cependant, il est nécessaire de souligner que tous les psychiatres ne sont pas formés à la pratique de la psychothérapie, leur formation en médecine ne fait pas obligatoirement d'eux des spécialistes de la psychothérapie.

Soulignons également qu'il n'est pas nécessaire d'avoir suivi une psychothérapie soi-même pour devenir psychiatre.

## **PSYCHOLOGUE :**

Le psychologue est une personne diplômée de 3ème cycle (DESS ou DEA) de la faculté de psychologie, spécialiste des processus mentaux.

Cette formation universitaire porte essentiellement sur l'étude du fonctionnement biologique du cerveau, sur les symptômes liés aux psychopathologies et troubles mentaux, et sur les « tests et outils de diagnostics ».

Il intervient dans plusieurs domaines comme l'éducation, le travail, le sport, pour améliorer le bien-être de l'individu et son équilibre psychique. Par conséquent, selon sa formation, il utilise des méthodes d'intervention spécifiques basées sur des approches théoriques variées.

Maintenant, il n'existe pas un seul et même programme pour toutes les universités nationales. Selon les universités, les disciplines dites « scientifiques » comme les statistiques, la méthodologie ou les neurosciences pourront être très représentées ou presque pas. C'est pour cela que dans certaines universités, la psychologie clinique sera imprégnée de l'approche psychanalytique alors que les étudiants de l'université voisine n'en entendront quasiment pas parler.

Les prestations des psychologues peuvent être couvertes par le régime de l'assurance maladie à condition d'avoir une prescription médicale et de se rendre dans un centre agréé par la sécurité sociale (les centres médico-psychologiques ou CMP).

Comme pour les psychiatres, soulignons, qu'il n'est pas nécessaire d'avoir suivi une psychothérapie soi-même pour obtenir son diplôme d'Etat et accompagner des patients en psychothérapie.

## **PSYCHOPRATICIEN :**

Il s'agit aujourd'hui du terme utilisé pour regrouper tous les professionnels pratiquant la psychothérapie. Un psychopraticien est un professionnel de la psychothérapie.

Un bon psychopraticien professionnel reconnu par ses pairs présente plusieurs caractéristiques:

- Il a une solide formation en psychologie, acquise au sein d'instituts privés ou publics
- Il maîtrise la pratique d'une ou de plusieurs méthodes thérapeutiques (La psychologie analytique, l'Analyse Transactionnelle, la Programmation Neuro-Linguistique)
- Il a effectué une analyse personnelle afin de comprendre en profondeur ses mécanismes.
- Il assiste à des supervisions individuelles ou collectives, composées de professionnels de la relation d'aide.

Le psychopraticien est un spécialiste de l'écoute.

L'accompagnement proposé est en face à face. Il a été formé, grâce aux outils thérapeutiques, à accompagner la personne à couper certains élastiques qui la retiennent au passé qui la gêne dans sa progression.

## **PSYCHANALYSTE :**

La formation des psychanalystes n'est pas encadrée par l'Etat. La formation théorique est dispensée dans une école psychanalytique ou bien dans le cadre de l'une des sociétés de psychanalyse.

Il faut remplir trois conditions pour devenir psychanalyste :

- Le psychanalyste doit avoir effectué une analyse personnelle afin de bien comprendre les mécanismes de son inconscient
- Il doit commencer à pratiquer les analyses sous le regard d'un analyste superviseur ou d'un groupe d'analyste, selon les écoles.
- Il doit également entreprendre un travail clinique et théorique continu avec d'autres analystes pour compléter sa formation.

La psychanalyse, c'est l'étude approfondie du fonctionnement psychologique d'une personne. Le rôle du psychanalyste est de comprendre l'inconscient : il écoute, analyse, le discours de son patient pour en cerner le cheminement. Il intervient par des questions qui ont pour but d'amener le patient à prendre conscience de son inconscient et de provoquer des abréactions. Le psychanalyste analyse l'histoire personnelle du patient et également ses souvenirs, ses rêves, ses lapsus, et ses émotions.

Le psychanalyste reçoit ses patients sur un « divan ». Il se place derrière pour que le patient ne le voit pas. Ces caractéristiques encouragent la confiance.