



Wilfrid MARTINEAU

Arepta-Imhena, CHU de Nantes, France

Email : wilfrid.martineau@chu-nantes.fr

Quelles stratégies quand on aborde la dépression?

Objectifs

Savoir évaluer les mécanismes qui activent le fonctionnement dépressif et l'entretiennent (les tentatives de solution) et établir des orientations psychothérapeutiques plus adaptées.

Contenu

La dépression est un concept clinique complexe et les classifications nosographiques ne sont pas toujours contributives pour une bonne orientation thérapeutique. En effet, il s'agit d'une clinique syndromique et non étiopathogénique. On sait aussi qu'il existe de nombreuses pistes de compréhension et qu'il est rare que la dépression ne soit pas activée par plusieurs phénomènes qui tiennent autant de la relation de la personne à elle-même (son histoire, ses compétences) que de sa relation aux autres ou au monde. Les approches psychothérapeutiques sont plurielles mais elles peuvent être affinées par une clinique psychopathologique décryptant le ou les mécanismes internes qui animent et entretiennent la dépression. S'approcher de la construction de la dépression permet d'envisager sa déconstruction dès lors que le patient accepte de faire alliance avec le thérapeute pour un objectif cohérent qui remet en cause son mode de fonctionnement habituel (ses tentatives de solution usuelles, personnelles ou relationnelles). Sans doute, faut-il renoncer à tout comprendre ou tout expliquer mais il convient de s'engager et d'engager le patient dans une voie qui lui permette de sortir du cercle vicieux dans lequel il est enfermé dans son environnement immédiat comme dans ses croyances. La première étape est de comprendre le positionnement du patient vis à vis de lui-même, des autres ou du monde pour pouvoir faire alliance avec lui et mieux cerner ses attentes. Ensuite il est utile de comprendre le "système de perception/réaction" qui entretient le phénomène dépressif et de saisir la thématique centrale (sentiment de vide ou d'insécurité ou de culpabilité ou d'infériorité ou d'exclusion ou reviviscence traumatique etc...). La personne réagit à ce sentiment qui l'envahit en mettant en oeuvre des défenses ou des solutions, inadéquates le plus souvent, qui entretiennent la dépression. C'est seulement quand le thérapeute s'est approché de cette mécanique intime qu'il peut proposer une stratégie thérapeutique adaptée pour sortir du piège répétitif dans lequel la dépression a enfermé le patient. L'objet de cet atelier est de décrire les différents mécanismes fondamentaux qui sous-tendent le mouvement dépressif et figent la symptomatologie, de les décrypter et de proposer, en fonction de chacun, une stratégie thérapeutique.

Mots clés

Dépression-thérapie brève- hypnose-EMDR- thérapie stratégique-thérapie narrative