



Pierre BUSTANY

Service de Pharmacologie Médicale, CHU, CAEN

Email: *bustany-p@chu-caen.fr*

Les neurones-miroir en psychothérapie.

Les neurones-miroirs sont la base physiologique de la compréhension des actions d'autrui et des intentions qu'on leur attribue. Ils contrôlent notre empathie et permettent l'apprentissage par imitation; ils ont donc un rôle culturel primordial. Toute notre vie, nos décisions et nos réactions seront fondées sur ces systèmes. Des récents progrès, en particuliers dans l'imagerie et la psychologie comportementale permettent de mieux comprendre la hiérarchie et l'organisation fonctionnelle de ces groupes de neurones. Ils sont activés en deux étapes par la distance interindividuelle qui joue un rôle clé pour l'attitude thérapeutique à adopter en psychothérapie: Il n'y a rien de moins neutre que l'attitude au chevet du patient.

La compréhension que l'on a maintenant des neurones-miroirs en fait des systèmes de circuits neuronaux complexes formés de plusieurs dizaines de milliers de neurones et dont l'activation est bi ou multidirectionnelle, chaque neurone bien sûr, restant lui monodirectionnel. Leur connexions avec nos mémoires événementielles et sémantiques est très forte, fondamentale par essence, mais induit une limite thérapeutique potentielle dans toute psychothérapie. Le rôle de ces neurones-miroirs nous dote de la théorie de l'esprit, gain évolutif majeur et pilier de notre vie sociale dont ils nous rendent dépendants. La sensibilité de ces systèmes est très grande à l'apprentissage et à l'apport culturel, causant par ces acquis des automatismes biologiques qui peuvent rendre anormaux à leur insu les comportements de certains puisque leur saisie du réel et la compréhension de l'intentionnalité d'autrui s'en trouvent biaisés.

Le stress et la dépression y laissent une forte empreinte, cause de l'échec thérapeutique majeur à deux ans de la pharmacologie dans ces indications. Il existe un effet de genre expliquant des données comportementales anciennes homme-femme à garder en mémoire. Des techniques d'entraînements motrices ont été développées sur ces connaissances récentes. Le mime, la communication non verbale et la cosmétologie, la méthode Couet, la relation amoureuse, les yogas ... y ont certes gagné quelques lettres de noblesse comme nous le verrons; mais c'est surtout les techniques de contrôle du comportement, celles de pleine conscience et celles des psychothérapies dynamiques qui en ont bénéficié.

Ces neurones miroirs sont, obligatoirement, peu stimulés et laissés en berne dans la communication par écran interposés d'où les graves troubles comportementaux et du développement que l'on constate aujourd'hui dans certaines franges de la population.

Les neurones miroirs sont des pièces maîtresse des réseaux d'activation neuronaux et apportent une base physiologique forte à la psychologie clinique.