

# CONTRIBUTION LIBRE

## La dérive du continent psy

Jean-Nicolas Carrier

*De toutes les formes de persuasion clandestine, la plus implacable est celle qui est exercée, tout simplement, par l'ordre des choses.*

Pierre Bourdieu (1992)

Un poisson peut-il vraiment identifier l'expression d'une émotion sur un visage humain ? C'est du moins ce que semble conclure une étude d'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf), laquelle a détecté l'activation de zones cérébrales associées à ce que des neuroscientifiques appellent la prise de perspective (*perspective taking*) chez le saumon<sup>1</sup>. On aurait volontiers accordé le prix Nobel à leurs auteurs si ce n'était d'un tout petit détail : le saumon, peut-on lire dans la section décrivant la procédure, « n'était pas vivant lors de l'examen ». Il va sans dire que l'étude a causé dès sa publication beaucoup d'émois dans le petit monde de l'imagerie cérébrale. À défaut de se mériter un Nobel, les chercheurs peuvent se féliciter d'avoir dénoncé par l'absurde une faille importante des protocoles d'IRMf, un procédé valable mais néanmoins sensible aux « faux positifs », c'est-à-dire la détection d'activation cérébrale là où il n'y en a manifestement pas. Au-delà des discussions techniques qui ont suivi et des prévisibles appels à une plus grande prudence dans l'interprétation des données d'imagerie, cette histoire donne à réfléchir.

Cet étrange cas pourrait n'avoir été qu'un prétexte à s'échanger quelques blagues entre chercheurs si ce n'était de

---

1. C. M. Bennett, M. B. Miller et G. L. Wolford, « Neural correlates of interspecies perspective taking in the post-mortem Atlantic Salmon : An argument for multiple comparisons correction », *Neuroimage*, vol. 47 (Suppl. 1), 2009, S125.

la multiplication, depuis le début de la présente décennie, d'incidents similaires. L'« affaire du saumon » n'est qu'un exemple mineur dans la longue liste de polémiques et « scandales » exprimant un malaise qui afflige depuis quelques années la recherche et la pratique en psychologie et santé mentale. Les cas sont trop nombreux pour tous les évoquer ici. Citons cependant la publication d'une série d'études à l'origine de ce que plusieurs commentateurs appellent la « crise de la réplication » lorsque les résultats d'une majorité des études reproduites diffèrent sensiblement de ceux des originales<sup>2</sup>. Vient ensuite une dénonciation virulente des nombreuses failles méthodologiques, procédés malhonnêtes et conflits d'intérêts affligeant la recherche sur l'effet des psychothérapies<sup>3</sup>. L'article en dénonce les vertus exagérées par leurs promoteurs, notamment par la dissimulation ou la manipulation de données pour faire accepter leur statut de thérapies « empiriquement validées ». La psychiatrie n'est pas en reste, surtout lorsque l'ex-éditeur en chef du DSM publie dans un livre choc une charge en règle contre un malaise affligeant la psychiatrie, notamment ses liens incestueux avec l'industrie pharmaceutique de même que sa tendance à pathologiser des domaines toujours plus étendus de l'expérience humaine<sup>4</sup>.

Le malaise revêt également une dimension éthique, ébranlant ainsi le nécessaire lien de confiance du public envers ses professionnels en santé mentale. Tout récemment encore, l'APA, l'ordre professionnel des psychologues américains, admettait sa collaboration depuis le début des années 2000 avec les services secrets et militaires dans la mise en œuvre de techniques « améliorées » de torture<sup>5</sup>. Le scandale, longtemps étouffé, força l'APA à s'excuser publiquement au terme d'une enquête révélant la conduite irresponsable de ses dirigeants. La surmédicalisation de difficultés et souffrances humaines inquiète

2. Open Science Collaboration, « Estimating the reproducibility of psychological science », *Science*, vol. 349, n° 6251, 2015.

3. J. Coyne et R. Kok, « Salvaging psychotherapy research : a manifesto », *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, vol. 14, n° 2, 2014, p. 105-124.

4. A. Frances, *Saving Normal*, New York, Wiliam Morrow, 2013. Le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux constitue la nomenclature officielle des psychiatres américains, dont la quatrième édition, sous la supervision d'Allen Frances, a été publiée en 1994 avant d'être supplantée, non sans controverses, par le DSM-5 en 2013.

5. S. Ackerman, « Three senior officials lose their job at APA over US torture scandal », 2015, en ligne.

aussi. Keith Connors, chercheur émérite sur le sujet du déficit de l'attention / hyperactivité, confiait récemment au *New York Times* son désarroi devant l'augmentation effarante des prescriptions de psychostimulants aux États-Unis (500 % entre 2002 et 2012) et le manque de rigueur des diagnostics, qualifiant la situation de « désastre national d'une ampleur dangereuse<sup>6</sup> ». Dans une veine similaire, plusieurs voix s'élèvent devant la croissance sans précédent du nombre de personnes atteintes de troubles mentaux et de ses effets sur la société, phénomène qualifié d'« inflation diagnostique<sup>7</sup> ». Il semble, en somme, que nous n'ayons jamais été aussi atteints de troubles mentaux que depuis que l'on s'empresse de traiter un maximum de souffrances comme un maximum de maladies.

Ces incidents, en raison de leur addition et leur gravité, expriment de manières diverses et multiples un malaise qu'on peut qualifier au sens propre de *crise*. Celle-ci résulte d'un lent détournement, entamé depuis plusieurs décennies, de savoirs et pratiques au bénéfice d'intérêts incompatibles avec ceux se rapportant au bien commun. L'univers « psy », du moins dans certains de ses quartiers, emprunte depuis quelque temps une tangente inquiétante. Elle semble découler de l'infiltration d'exigences de rentabilité, d'efficacité et d'utilité à courte vue qui ont détourné à leur profit une gamme de savoirs et de pratiques<sup>8</sup>. Un mouvement sous-terrain, quasi imperceptible, dans lequel un ensemble de professions et de domaines de recherche liés de près ou de loin à la santé mentale, se distance de l'intérêt public. Cet ensemble de chercheurs et de praticiens, on le dirait de plus en plus sous l'emprise de forces économiques, politiques ou corporatistes dictant leurs prérogatives : le *continent psy* semble bel et bien en pleine *dérive*. Il sera question, dans ce texte, de cette *dérive* à travers ses dimensions scientifiques et thérapeutiques et leurs enjeux économiques et politiques.

6. A. Schwarz, « The selling of attention deficit disorder », *The New York Times*, 14 décembre 2013, en ligne.

7. P. Kudlow, « The perils of diagnostic inflation », *Canadian Medical Association Journal*, vol. 185, n° 1, 2013, e25-e26.

8. Ce texte ne se veut pas une critique tous azimuts du système capitaliste. Il s'agit plutôt ici de penser les rapports régissant une idéologie économique donnée avec le type d'activité scientifique qu'elle est susceptible de favoriser. Rappelons que des dérives scientifiques et thérapeutiques bien plus graves ont eu lieu dans d'autres systèmes économiques, en Union soviétique notamment, avec l'affaire Lyssenko et la psychiatisation et la « rééducation » de dissidents politiques sous le régime communiste.

## Dérive scientifique

La recherche en psychologie et en santé mentale, en raison de la nature de son objet, est une discipline rattachée à la fois aux sciences de la santé et aux sciences humaines ou sociales, qu'on appelle aussi les « humanités ». Un même sujet, qu'il s'agisse de la mémoire, l'anxiété ou la schizophrénie, peut s'étudier sous divers angles, proposant chacun des types de connaissances complémentaires. On peut ainsi tout aussi bien étudier un trouble mental par le truchement de la société au sein de laquelle il se produit, que par l'observation de l'activité d'un réseau de neurones. En principe, ces différentes manières d'aborder un sujet sont également admissibles et valables par et pour la communauté scientifique : elles ont toutes droit de cité au sein du continent. Or, celui-ci est plus que jamais dominé par les approches des sciences naturelles et de la santé, alors que les « humanités » y sont plutôt reléguées à un statut secondaire. Il n'en a pas toujours été ainsi. Bien que l'université et ses chercheurs aient toujours eu des devoirs envers la communauté, et malgré que la situation fût loin d'être idyllique, la recherche disposait néanmoins autrefois de plus de liberté que de nos jours. Il revenait dès lors aux chercheurs d'élaborer leur démarche suivant leurs propres préférences théoriques, méthodologiques, dans une atmosphère de relative autonomie intellectuelle. La situation se compliqua, au début des années 1980, avec la montée d'une nouvelle forme de gouvernance universitaire guidée par une idéologie économique influente : le *néolibéralisme*.

On peut définir le « néolibéralisme » comme une doctrine économique prônant le libre cours des forces du marché et un retrait de l'État de ses fonctions de protection sociale en faveur d'un rôle accru de l'entreprise privée. Selon cette doctrine, la croissance économique, libérée des ingérences bureaucratiques et fiscales de l'État, créerait plus de richesses, non seulement au profit des entreprises, mais aussi des moins nantis. Bien qu'essentiellement inégalitaire, et malgré qu'elle admette l'existence d'une concentration accrue des avoirs aux mains des plus riches, cette doctrine prétend rendre service à l'ensemble de la société. Il suffirait pour cela de « travailler plus », de croire en ses rêves afin qu'advienne la prospérité pour tous, dans le bonheur de la consommation et l'allégresse fiscale. Il est permis de *rêver*, certes, à condition toutefois d'équilibrer les colonnes de chiffres — et surtout, de demeurer *lucide*. Le néolibéralisme s'est imposé dans le discours politique, ce qui a généré des effets considérables dans

l'ensemble des sociétés qu'il traverse. Les institutions de recherche et d'enseignement, pourtant censées incarner certains idéaux d'autonomie intellectuelle et de progrès social furent également touchées. Force est d'en constater maintenant les effets pernicioeux, alors que les impératifs économiques ont détourné l'université de ses fins premières, développant des politiques au service d'une vision étroitement managériale de son activité, d'une confiscation de son savoir par les intérêts privés et d'une perte d'autonomie de ses chercheurs<sup>9</sup>.

La recherche en psychologie et santé mentale a bien entendu subi un sort similaire. Menacée par les restrictions budgétaires, elle a multiplié les partenariats privés, notamment avec l'industrie pharmaceutique. Ces compagnies accordent des fonds aux chercheurs en mal de financement, à condition toutefois qu'ils adhèrent à leur vision biomédicale de la maladie mentale et qu'ils adaptent leurs protocoles à leur satisfaction<sup>10</sup>. Quant aux agences publiques, elles suivirent l'exemple des acteurs privés en donnant préséance à des domaines jugés plus rentables dans l'arbitrage de leurs plans stratégiques. Aux États-Unis, le directeur du principal organisme de financement en santé mentale a récemment accentué la tendance, en concentrant les plus grandes parts de fonds dans quelques domaines comme les neurosciences et la génétique<sup>11</sup>. Le Québec a quant à lui adopté une idéologie semblable, sur la base de laquelle pour chaque dollar investi en sciences humaines et sociales, on en dépense plus de huit dans les sciences naturelles<sup>12</sup>. Cela, donc, ne peut que contribuer au déséquilibre des points de vue admissibles, au détriment de la liberté des chercheurs et de la créativité nécessaire à l'élaboration de nouvelles hypothèses. Au contraire, la recherche « a besoin d'un espace de liberté qui permette de prendre des risques, pour les pouvoirs publics comme pour les

9. N. Baillargeon, *Propos sur l'éducation*, Montréal, M éditeur, 2016; É. Martin et M. Ouellet, *Université inc. : des mythes sur la hausse des frais de scolarité et l'économie du savoir*, Montréal, Lux, 2011.

10. B. J. Deacon, « The biomedical model of mental disorder : a critical analysis of its validity, utility, and effects on psychotherapy research », *Clinical Psychology Review*, vol. 33, n° 7, 2013, p. 846-861.

11. T. R. Insel, « Transforming diagnosis », *National Institute of Mental Health – Director's Blog*, 2013, en ligne.

12. P. Noreau, et G. Rocher, « Les sciences sociales et humaines, pour quoi faire? », *Le Devoir*, 9 mai 2016, p. A7. Nuançons toutefois l'ampleur de cette disparité qui est probablement accentuée du fait de la nécessité dans les sciences naturelles d'équipements qu'on peut supposer plus coûteux que ceux typiquement utilisés en sciences humaines et sociales.

individus, impliquant de ne pas se cantonner aux sujets à la mode mais aussi de soutenir les chercheurs qui ouvrent des voies nouvelles<sup>13</sup>».

Les nouvelles exigences comptables et managériales produisent un autre type d'effet, visible dans une tendance accrue à la spécialisation. Souhaitant légitimer sa présence au panthéon des *sciences valables et utiles*, la recherche se technicise en donnant priorité aux questions appliquées et pointues, soit celles davantage susceptibles de trouver du financement. De tels travaux, la plupart du temps, sont nécessaires et contribuent à l'avancement des connaissances. Le problème réside plutôt dans l'absence d'un discours concurrent susceptible de contrebalancer la primauté des savoirs spécialisés et appliqués, qui s'imposent alors par défaut comme seul critère de vérité. Dans le pire des cas, l'absence de réflexion critique et la surenchère technique qui en découlent participent à l'éclosion d'un nouveau genre d'atavisme intellectuel : la *méthodolâtrie*, consistant à célébrer comme une force l'étroitesse du type de connaissance admis par la procédure ; une situation semblable, selon une formule bien connue, à celle d'un ivrogne qui cherche ses clés uniquement sous un lampadaire sous prétexte qu'il s'agit du seul endroit éclairé<sup>14</sup>. Voilà probablement pourquoi l'humour pince-sans-rire des auteurs à l'origine de *l'affaire du saumon mort* fait autant réagir. Il vise juste, dans sa caricature d'une certaine méthodolâtrie venant de ceux disant avoir trouvé, sur la base des gradients colorisés de leurs images de synthèse, la signature neuronale de quelque faculté cognitive potentiellement subventionnable.

Qui dit *néolibéralisme* dit également *concurrence*. La rareté des ressources, de même que leur concentration dans certains domaines arbitrairement choisis par les décideurs économiques, instaure dans les universités un climat de compétition faisant primer les motifs externes sur les exigences proprement scientifiques. Dans une veine semblable, l'application de principes de gestion calqués du privé force les chercheurs à se conformer à des mesures de *performance* qui ont peu à voir avec la qualité de la recherche produite et les détournent de leurs tâches d'enseignement<sup>15</sup>. La précarité accrue des positions de même que les incitatifs à la publication dans des revues à haut facteur

13. Comité d'éthique du CNRS, *La politique de l'excellence en recherche*, Paris, 2014, p. 3.

14. A. Kaplan, *The Conduct of Inquiry*, San Francisco, Chandler, 1964.

15. É. Martin et M. Ouellet, *op. cit.*

d'impact auraient-ils encouragé la publication d'études dont les résultats ne seraient peut-être, finalement, que le fruit d'un processus hautement créatif destiné à en faciliter l'acceptation par les comités de lecture? Si tel est le cas, ce serait bien dommage, car la généralisation de telles pratiques mine la qualité de la recherche et diminue la crédibilité de l'ensemble de leurs auteurs lorsqu'elles sont soumises à répliation.

Dans un autre ordre d'idées, le scandale de la complicité de l'APA à des activités de torture exprime également les symptômes d'une dérive institutionnelle généralisée. L'ordre professionnel des psychologues américains y a marchandé sa collaboration en échange des faveurs du département de la Défense, principal employeur de psychologues et important bailleur de fonds en recherche psychologique<sup>16</sup>. Bien qu'un tel scandale n'ait jamais eu lieu ici, cette sale affaire montre les dangers qui guettent lorsque les incitatifs stratégiques et économiques dominent à un degré tel qu'ils conduisent au reniement, par un ordre professionnel, de ses principes éthiques fondamentaux.

### Dérive thérapeutique

Qu'en est-il maintenant de l'influence de l'idéologie néolibérale sur le développement des savoirs de la psychologie et de ses pratiques psychothérapeutiques — originairement destinés à diminuer la détresse humaine? Le retrait progressif de l'État de ses missions sociales a produit de multiples effets dont la portée est considérable. Sous prétexte d'une gestion responsable des deniers publics, l'économisme ambiant a exigé de ses institutions publiques (santé, éducation, etc.) qu'elles réduisent leurs frais d'opération. Cela a accentué à long terme le déséquilibre des forces entre divers acteurs politiques théoriquement égaux en droits; dans les faits, une majorité d'intervenants en situation de faiblesse s'est fait peu à peu dicter l'agenda d'une puissante minorité disposée à imposer ses prérogatives. Elle revêt les traits d'une alliance tacite entre des acteurs dispersés, aux allures de «nébuleuse» politiquement influente, sans chef ni programme, mais parfaitement capable d'orienter les discours et les pratiques en santé mentale. Ses divers acteurs sont unis dans leur volonté de défendre, dans l'espace public, une conception de la chose psychique alignée sur ses intérêts propres. Un

16. Sidley Austin LLP, *Independent review relating to APA ethics guidelines, national security interrogations, and torture*, Chicago, 2015.

tel déséquilibre des forces n'est pas sans conséquences néfastes pour ceux sur qui ce pouvoir s'exerce.

Un premier acteur de cette influente « nébuleuse » regroupe les institutions de l'éducation, de la santé et services sociaux, ou toute autre entité publique chargée d'offrir de l'assistance psychologique ou de pratiquer d'autres interventions apparentées. Dans une « conjoncture de redressement des finances publiques » et d'« austérité budgétaire », les organisations veulent naturellement optimiser la dispensation des services. Les fonds étant réduits, on doit couper quelque part, tout en sauvant dans la mesure du possible les apparences. Les cadres implantent ainsi de nouvelles méthodes, imposant par exemple des limites de rencontres, et un plancher de cas suivis en simultané, tout en se félicitant d'atteindre ainsi les objectifs ministériels. Ces pratiques courent le risque, hélas, de détourner de la nature des soins : *écouter, comprendre, accepter, prendre son temps*, autant de concepts incompatibles avec les indicateurs de performance de cette néogouvernance technocratique. Qu'à cela ne tienne, certains iront jusqu'à préconiser la *Méthode Toyota*<sup>17</sup>, alors mise au service d'une thérapeutique efficiente et standardisée de la détresse des masses. Devant ce mantra de la performance, les thérapeutes devront s'ajuster à la cadence accélérée de la machine. Il faut bien composer, leur serine-ton, avec les *réalités changeantes* des milieux et pallier l'inévitable *manque de ressources* qui en est le corollaire. Devant la nécessité de faire plus avec moins, le succès populaire des méthodes promettant des changements durables en peu de rencontres ne surprend guère.

C'est donc ici qu'entre en scène un second acteur, constitué des chercheurs évaluant l'efficacité des psychothérapies. Le problème réside en ce que plusieurs de ceux-ci se trouvent en conflit d'intérêts, puisque ce sont souvent eux qui développent les thérapies dont ils se chargent ensuite d'évaluer les effets. L'avancement de carrière, la reconnaissance des pairs, l'influence intellectuelle et le revenu ; tous ces incitatifs sont intimement liés à la capacité de l'approche thérapeutique nouvelle à démontrer ses mérites. Le degré de rigueur intellectuelle de même que les plus hautes considérations éthiques n'y changent rien. Rappelons que la tâche consistant à développer et à valider une

17. Z. J. Radnor, M. Holweg et J. Waring, « Lean in healthcare : the unfilled promise? », *Social Science & Medicine*, vol. 74, n° 3, 2012, p. 364-371.



nouvelle thérapeutique revêt des dimensions titanesques. Cela demande un niveau de ressources personnelles et pécuniaires considérables, dans une démarche échelonnée sur plusieurs années. La notion de *retour sur l'investissement* faisant partie d'une équation implicite, chacun est alors susceptible de favoriser par mégarde ses propres idées, un phénomène appelé biais d'allégeance, d'ailleurs bien documenté en *recherche sur la recherche* sur les psychothérapies<sup>18</sup>. Un point sur le graphique ne fait pas l'affaire ? Ce pourrait être une donnée aberrante, masquant les *véritables* résultats, c'est-à-dire ceux prévus par la théorie préconisée. On retrouve également parmi les procédés utilisés chez les chercheurs moins bien intentionnés : interventions concurrentes édulcorées destinées à présenter favorablement l'approche préconisée, études dopées aux statistiques anabolisantes, dissimulation de résultats négatifs dans l'obscurité de la filière<sup>19</sup> et bien d'autres encore. Nombre d'études, en dépit de leurs importantes failles, sont publiées dans un tel climat de collusion et de complaisance — les chercheurs cherchant tellement à se protéger mutuellement — qu'on va jusqu'à parler de « consanguinité scientifique<sup>20</sup> ».

Les formations doivent vendre et, pour ce faire, elles se doivent non seulement de montrer leur efficacité, mais plus encore : elles doivent *plaire*. Une situation qui, étrangement, favorise la pseudo-innovation et l'obsolescence planifiée. À en croire leurs promoteurs, l'approche dernier cri devrait primer l'ancienne, devenue périmée ; tel un iProduit de dernière génération déclassant le modèle précédent. Pourtant, pesteront certains, la saine compétition commerciale devrait assurer la survie des meilleurs, au bénéfice des consommateurs. Or rien

18. D. Westen, C. M. Novotny et H. Thompson-Brenner, « The empirical status of empirically supported psychotherapies : assumptions, findings, and reporting in controlled clinical trials », *Psychological Bulletin*, vol. 130, n° 4, 2004, p. 631-663.

19. J. Coyne et R. Kok, art. cité. Les auteurs y dénoncent une pratique répandue consistant à omettre de publier les résultats négatifs, un phénomène appelé en anglais *file drawer effect*. Ce biais pernicieux, qui se retrouve dans plusieurs domaines de recherche, tend à surévaluer les appuis empiriques d'une théorie donnée et donne par conséquent une impression faussée de sa valeur. Par exemple, si une expérience ne produit aucun résultat concluant quatre fois sur cinq, on ne publiera que la cinquième étude aux résultats positifs.

20. J. P. A. Ioannidis, « Scientific inbreeding and same-team replication : Type D personality as an example », *Journal of Psychosomatic Research*, vol. 73, n° 6, 2012, p. 408-410.

n'est moins sûr. Quelques années avant que la crise n'éclate, des chercheurs exprimaient déjà d'importantes réserves devant une vague de thérapies prétendument innovantes et devenues populaires au début des années 2000. Passée la façade du lexique en vogue et des concepts protégés commercialement, on pouvait y retrouver, exprimés dans un langage différent, des principes traditionnels d'efficacité thérapeutique n'ayant en soi rien d'authentiquement novateur<sup>21</sup>. Peut-être l'histoire se répète-t-elle aujourd'hui alors qu'on dispose d'études indépendantes relativisant la prétendue supériorité de thérapies cognitives de dernière génération sur les anciennes méthodes pourtant bien éprouvées. Parmi les faits reprochés, figurent des failles méthodologiques importantes et l'exagération de leur efficacité par des comparaisons biaisées<sup>22</sup>. Les opposants et promoteurs de ces approches se sont par la suite querellés au sujet de la validité des conclusions de ces études, mais la faiblesse des principes et de leurs méthodes suffit à elle seule à cultiver le doute face à leurs prétentions. Un doute rappelant, hélas, celui de lecteurs du *Protégez-vous* devant les boniments publicitaires destinés à promouvoir les produits de consommation dernier cri.

Un autre acteur de cette « nébuleuse » regroupe certains dirigeants d'entreprises. Il existe des employeurs véritablement soucieux du bien-être de leur personnel. Le contraire, hélas, est tout aussi vrai. Pour ceux pouvant être qualifiés d'employeurs

---

21. G. M. Rosen et G. C. Davison, « Psychology should list empirically supported principles of change (ESPs) and not credential trademarked therapies or other treatment packages » *Behavior Modification*, vol. 27, n° 3, 2003, p. 300-312. Les auteurs de cet article illustrent non sans ironie le cas de thérapies reprenant des concepts traditionnels, mais auxquels se greffent des procédures superflues qu'on fait passer pour leurs ingrédients actifs. En s'inspirant d'un exemple tiré du texte, il est possible d'illustrer le phénomène à travers une réalité bien connue des amateurs de jeux vidéo *vintage*. On croyait alors qu'il suffisait de souffler sur les cartouches de jeu Nintendo pour que celles-ci fonctionnent, ce qui est faux. Or personne n'avait cru bon de commercialiser la méthode sous le nom d'intégration par Mouvement d'Oxygène (iMO2®). Voilà de quoi donner raison au dicton voulant que « ce qui marche n'est pas nouveau et ce qui est nouveau n'est pas efficace ».

22. T. J. Johnsen et O. Friborg, « The effects of cognitive behavioral therapy as an anti-depressive treatment is falling : a meta-analysis », *Psychological Bulletin*, vol. 141, n° 4, 2015, p. 747-768 ; L.-G. Öst, « The efficacy of acceptance and commitment therapy : an updated systematic review and meta-analysis », *Behaviour Research and Therapy*, vol. 61, 2014, p. 105-121.

abusifs, la dilution de problèmes organisationnels dans le thérapeutique leur fournit un alibi pratique; focalisant indûment l'attention sur l'individu, dont la souffrance s'articule trop souvent comme un état transitoire d'*inadaptation* aux contingences environnementales, données comme allant de soi. Si l'on pousse cette logique à son extrême, on conclura dès lors à tout coup que c'est le salarié qui est troublé, et non l'entreprise. Cela ne risque-t-il pas, lorsque vient le temps d'intervenir auprès de ces gens, de détourner des outils cliniques de leurs fonctions premières? Certains de ces outils — oserons-nous alors demander — contribuent-ils par inadvertance à légitimer le discours pseudo-compassionnel de l'employeur-au-service-du-bien-être-de-ses-employés? Au-delà de leur rationnel thérapeutique intrinsèque éprouvé, n'y a-t-il pas un danger, dans un contexte de précarité, d'absurdité des tâches assignées et d'exigences accrues, à structurer des pratiques sur des principes certes valables, mais susceptibles de légitimer au moins clandestinement le maintien de l'ordre établi?

*Optimisation du potentiel, empowerment, stratégies d'adaptation* : le vernaculaire psy percole sans contrainte dans celui du management — ou est-ce plutôt l'inverse? Il apparaît plus judicieux, dans ce cas, de penser sa pratique dans un contexte socioéconomique élargi. La réflexion est d'autant plus importante alors que s'installe peu à peu dans les entreprises un climat de travail plus que jamais infusé de fausse convivialité à la gomme psycho-pop infantilisante et vulgaire; gracieuseté des dernières modes gestionnaires dont s'entichent les nouveaux *directeurs du bonheur* afin de mousser le *capital humain* de leurs organisations<sup>23</sup>. La pensée thérapeutique, ainsi cooptée par l'employeur, favorise, il semble, l'invocation perverse d'un langage « psy » obligeant les employés à « développer leur savoir-être » et à adopter une attitude « positive », conforme aux « valeurs » de l'entreprise. On maquille peut-être ainsi la nature véritablement tyrannique d'un rapport de force axé sur la performance et la concurrence, dans ce qui s'apparente à un « syndrome du bien-être », où l'on souffre de devoir bien se porter tout en subissant l'injustifiable, le sourire aux lèvres<sup>24</sup>.

23. A. Deneault, « Au nom de Dieu : signez-vous, le capital est là! », *Liberté*, n° 312, 2016, p. 47-48.

24. C. Cederström et A. Spicer, *Le syndrome du bien-être*, Paris, L'Échappée, 2016. Sur ce même sujet, une scène du film *L'âge des ténèbres* de Denys Arcand (2007) illustre le problème de manière cinglante, lorsqu'un thérapeute d'Humour Québec, joué par le comédien

Un dernier acteur de cet ensemble, mais non le moindre, regroupe les assureurs privés. Bien que plus influent aux États-Unis — l'État n'incarnant pas autant qu'ici son rôle de protection sociale — le pouvoir de ce groupe transcende néanmoins les frontières dans ses velléités mondialisantes et ses filiales tentaculaires. En tant que principal tiers payeur, il dicte ses règles aux milieux de pratique : types d'approches admis, limites de temps, etc. Si l'on observe la concentration accrue de sa richesse, on est en droit de se demander si, par les cotisations versées aux assureurs privés, les salariés ne financeraient pas à la longue la diminution de leur couverture. L'hypothèse n'est pas si farfelue, alors que l'assureur jouit à travers une situation oligarchique d'un pouvoir de négociation disproportionné vis-à-vis des cotisants et des praticiens, qui est voué à maximiser la rentabilité au risque de miner la qualité de la couverture consentie en retour. Pis encore, une part des cotisations qui lui sont versées sera dévoyée à des fins de lobbying auprès des décideurs favorables à la privatisation des services publics<sup>25</sup>. La boucle est alors bouclée. Et l'assureur privé, par le truchement des politiciens à sa solde, s'offrira alors comme la solution à un problème qu'il aura lui-même en partie causé.

### Stopper la dérive : « pour quoi faire ? »

L'évolution des savoirs et des pratiques en psychologie et santé mentale, on le voit bien, s'est conformée aux exigences politiques et économiques de notre époque. Le surcroît de biologisation, de spécialisation et de thérapies écourtées qui en aura découlé a certes généré des avancées importantes au bénéfice de la collectivité et de la science. Mais la réduction des points de vue admissibles qui en fut la conséquence a par contre appauvri la réflexion comme elle a réduit au rang de mécanismes neuro-chimiques et génétiques des phénomènes qui ne peuvent faire l'économie de leurs dimensions historiques, sociales et politiques. Pour ces raisons, il faut s'inquiéter de cette dérive et oser la dénoncer. Il y a dérive lorsque la recherche fait davantage avancer les carrières que les connaissances. Ou encore, lorsque le langage thérapeutique colonise à ce point le rapport à soi et au monde qu'il parvient presque à occulter *d'autres*

---

Christian Bégin, est chargé de colmater par le rire la déprime des fonctionnaires de l'État.

25. Center for Responsive Politics, *Insurance*, 2016, en ligne.

dimensions de la détresse humaine. Il est moins question de gel salarial et de précarité lorsqu'on dit : « mon anxiété ». De même, on voit moins les écoles en ruines et la malnutrition des enfants lorsque que l'on convie au premier chef l'agent neuro-chimique pour s'expliquer les frasques du petit Mathys. La dérive se manifeste également lorsque certaines de ses modalités cliniques reproduisent par inadvertance les travers d'une société consommatrice axée sur la performance, soumise aux aléas d'un monde qui fabrique des gens malades de n'être pas assez ceci ou d'être trop cela. L'individu souffrant s'y réduit alors au rôle d'appendice défectueux d'une machine mise au service de la croissance infinie. Et tout ça pour quoi ? Parce qu'il faut bien créer la richesse. Parce que la conjoncture économique l'exige. Parce que c'est l'*ordre des choses*.

Il importe, en terminant, de préciser que la dureté du constat ne doit pas ici se comprendre comme l'expression d'un pessimisme radical, ni comme la disqualification en bloc de tout un domaine de savoirs et de pratiques. Il s'agit plutôt d'esquisser un portrait du problème dans son ensemble dans l'espoir de freiner et renverser la présente dérive. Exercice grinçant, certes, dans le portrait peu flatteur qu'il brosse de la situation, mais néanmoins nécessaire alors que de plus en plus de chercheurs et praticiens du continent exposent les injustices et autres absurdités pendant trop longtemps passées sous silence. Voilà donc matière à cultiver un optimisme prudent quant à la suite des choses.

*Jean-Nicolas Carrier est un psychologue spécialisé en adaptation et intégration d'élèves en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage. Il détient un doctorat en psychologie de l'université du Québec à Trois-Rivières. Il s'intéresse aux dimensions sociales, historiques et épistémologiques d'enjeux de santé mentale.*