

Apprendre en testant sur soi

Une approche pratique, qui invite le clinicien à expérimenter une technique psychothérapeutique avant de l'utiliser avec les patients : tel est le concept de la nouvelle collection des éditions De Boeck supérieur. Entretien avec Anouk Verlaine, responsable éditoriale.

• **Les éditions De Boeck supérieur lancent une nouvelle collection en psychologie *Tester, Pratiquer. Pouvez-vous nous présenter son concept ?***

Depuis de nombreuses années, nous tentons de répondre aux besoins des cliniciens en leur proposant des ouvrages de référence, à la fois pratiques ou introductifs, novateurs ou plus classiques. Dans cette perspective, la collection *Tester, pratiquer* introduit une manière tout à fait innovante et originale de découvrir une thérapie. Parce qu'on ne maîtrise jamais mieux quelque chose qu'en le testant, cette collection propose au thérapeute de faire l'expérience de la thérapie pour lui-même. A titre personnel, il constatera ainsi les bienfaits et difficultés de la pratique, et sur le plan professionnel, il pourra offrir un accompagnement plus fin et adapté. Cette collection a donc clairement une visée pratique, avec une approche qui développe l'autoanalyse (AA) et l'auto expérimentation (AE), deux concepts fondamentaux dans la pratique professionnelle. Outre les exercices contenus dans l'ouvrage proprement dit, des compléments numériques (fichiers audios, feuilles de travail...) renforcent le côté concret.

• **Comment se situe la collection dans le cadre la formation continue des cliniciens ? Quid de la relation avec un enseignant ?**

Cette collection peut être utilisée à deux niveaux, soit en auto-formation soit en complément d'une formation. Chaque titre propose en effet des outils de réflexion, des exercices et des programmes de suivi qui permettent d'« entrer » dans la thérapie, d'en toucher les fondements et les principes, de la vivre littéralement de l'intérieur. L'approche en sera d'autant

plus pertinente qu'un échange avec un collègue ou un formateur l'accompagnera. Les deux sont possibles, voire même complémentaires. L'autre aspect original de la collection est qu'elle propose à des professionnels aguerris des outils d'approfondissement mais aussi aux plus novices de découvrir une thérapie. L'idée avec cette collection, c'est vraiment « d'aller chercher » le clinicien là où il se trouve dans son parcours d'acquisition de compétences et son développement personnel.

• **Pouvez-vous nous présenter les premiers opus de la collection ? Comment choisissez-vous les auteurs et quelle adaptation à la « culture » européenne ?**

Par définition, De Boeck supérieur est toujours très attentif à ce qui se passe sur les marchés anglo-saxons, souvent précurseurs en termes de nouvelles thérapies. Cela fait partie de notre ADN. Cette collection et les titres choisis s'inscrivent dans cette philosophie, même si à terme, notre objectif est clairement de susciter des vocations et de publier des ouvrages d'auteurs francophones. Les trois premiers titres sont donc des traductions d'auteurs reconnus, adaptées au contexte francophone par des réviseurs spécialistes du domaine. Les premiers titres abordent trois thématiques porteuses et en plein essor.

• **Expérimentez la thérapie cognitivo-comportementale (TCC)** (collectif) : au travers de 12 modules, ce véritable manuel permet d'acquérir un savoir-faire technique dans les interventions en TCC contemporaines, tout en approfondissant conscience de soi et compétences relationnelles thérapeutiques. Abdel Boudoukha, professeur, psychologue clinicien et formateur, a perçu d'emblée les possibilités de cet outil de formation et accepté de nous rejoindre

dans l'aventure en traduisant et adaptant l'ouvrage. Son implication dans l'enseignement des TCC en formation initiale et continue des médecins et des psychologues a été un véritable atout.

• **Expérimentez l'ACT** (collectif) : grâce à un processus systématique, les lecteurs apprendront à appliquer efficacement l'ACT (*acceptance and commitment therapy*, thérapie d'acceptation et d'engagement) à un défi personnel ou professionnel et à réfléchir sur cette expérience. Claude Penet, qui s'est attaqué à la traduction et adaptation de l'ouvrage, est un spécialiste de l'ACT, il est membre de la commission d'enseignement de l'Association française de TCC (AFTCC). Il avait déjà *traduit* les livres du médecin et psychothérapeute Russ Harris dont *Passez à l'ACT* (2017, col. Carrefour des psychothérapies).

• **Expérimentez la thérapie des schémas** (J. M. Farrell, I. Shaw) : en 20 modules, le professionnel apprend à développer ses compétences en thérapie des schémas. Un apprentissage pas à pas pour résoudre un problème professionnel ou personnel, depuis l'établissement de la sécurité et la création d'une auto-conceptualisation jusqu'à la mise en œuvre d'interventions cognitives, expérientielles et comportementales. Rajaa Belhourania, psychothérapeute, a su mettre en valeur le travail des auteurs, eux-mêmes soutenus par J. Young, fondateur de la thérapie des schémas. Cette collection regroupe ainsi des auteurs et traducteurs de référence au service d'une approche pratique et novatrice que chaque clinicien peut s'approprier, à son rythme et à son niveau.

• **À découvrir : Collection *Tester, pratiquer* – www.deboecksuperieur.com/catalogue/neuropsychologie.**

Deux collections pour les professionnels de la santé mentale

