

## être psychologue en... 2.0

L'entrée dans le XXI<sup>ème</sup> siècle a souvent été synonyme d'avancées technologiques. Mais comment cette évolution se traduit-elle en psychologie ? Quelles avancées pour la « psychologie contemporaine » ? Si nous pouvons constater que les pratiques s'enrichissent et se diversifient, notamment avec le domaine d'exercice dit « hors les murs », nos outils vont-ils pour autant demeurer tels que nous les connaissons ?

En choisissant de cibler cette exploration sur « l'institution iTunes », logiciel qui propose une base de données musicale, de livres et de jeux riche et variée, j'ai cherché à voir quelles étaient toutes les ressources disponibles concernant la psychologie. J'ai pu trouver ainsi des centaines d'applications\* en utilisant divers mots clés : « psychologie », « thérapie », « psychanalyse », ainsi que leur version anglaise.

C'est avec un sentiment de stupéfaction que je découvris les folies de la psychologie 2.0.

Les applications trouvées vont des plus fondées comme pour les dictionnaires de psychologie, jusqu'aux plus absurdes, en passant par quelques programmes divertissants. L'application « *my Freud* » consiste en une animation de FREUD dans son cabinet qui vous pose des questions, il suffit alors de taper vos réponses sur votre téléphone. Il y a le « *iNew mommy post partum adjustment quiz* » vous permettant par un test de savoir comment gérer une dépression du post-partum. Ou encore, « *best Sigmund Freud quotes* », les meilleures citations de FREUD très utile pour briller en société, ou rédiger son mémoire ? Le « *stop smoking hypnotherapy* » vous propose des séances d'hypnoses afin d'arrêter de fumer, et les plus courageux se laisseront-ils peut-être tenter par « *electroshock 3000* » qui nous promet de soigner plusieurs troubles. Le psychologue continue de se former durant sa carrière, mais espérons qu'il n'use pas trop de « *how to hypnotize?* », vidéos proposant d'apprendre l'hypnose ou « *raising an autistic child* », qui propose littéralement des méthodes de soin pour « élever » ou « dresser » les enfants autistes. Heureusement pour la personne qui se demande si tout cela est bien raisonnable, elle peut se retourner sur « *suis-je normal ?* », un divertissement digne de ce nom. Et, à défaut d'accepter la réponse du test précédent, vous pourrez toujours cliver et projeter en utilisant « *psycho boss* » dont le slogan assure « psychanalyser son boss pour plus de bonheur au travail » ; imaginons les analyses institutionnelles qui vont pouvoir en découler. Enfin, si utiliser ces applications à des fins professionnelles vous fait culpabiliser, vous pourrez alors utiliser « *iConfess* ».

\* Les applications sont des programmes téléchargeables pour les téléphones portables, parmi lesquels des jeux ou des utilitaires par exemple.

Mais que penser de ces « outils » disponibles pour tous ? Peut-on les utiliser avec nos patients ? De quelle manière ?

Pour ne citer que l'exemple le plus intrigant, nous pourrions évoquer « *Ink blots* » qui propose les planches du *Rorschach*. Ainsi, avec les nouvelles tablettes électroniques dont le format se rapproche d'une feuille au format A4, les planches du *Rorschach* peuvent apparaître de manière suffisamment lisible. Il est possible de faire tourner l'objet afin que la planche tourne, de grossir l'image afin de zoomer sur un détail, en haute définition. Quelles limites ces outils poseront-ils ? Hormis l'aspect onéreux du matériel, ceci pose une question sur la distribution des tests à d'autres personnes que les « pys » ; et, avec le zoom qu'offrent certaines tablettes, comment coter ce « grossissement », cela correspondrait-il à un « petit détail » ou un « gros détail » ? Les indications sur la manipulation du matériel resteraient perceptibles, seule leur cotation nécessiterait alors peut être un léger remaniement, car cette manipulation pourrait s'opérer soit au niveau de l'objet support soit uniquement sur l'image elle-même.

Il est intéressant de se demander ce qui empêcherait une telle évolution. Non pas qu'une méthode soit préférable à une autre, mais lorsque l'on pense à l'étonnant savoir-faire des enfants avec les nouveaux matériaux technologiques, il ne serait pas surprenant de les voir s'accommoder rapidement à ces outils.

Les outils technologiques à visée thérapeutique se développent de plus en plus. En France, les recherches sur ces nouveaux outils ont débuté dans les années 90. Plus récemment, le *British Medical Journal* (20/04/2012) publiait une recherche sur un jeu vidéo « *Sparx* » dont l'objectif est de lutter contre les symptômes dépressifs chez les adolescents en utilisant l'environnement fantastique du jeu en 3D. L'enjeu souligné à l'époque était défini autour des aspects sociaux et transitionnels (RUSSMAN, 1998). A. LAMMEL évoque dans un article sur le « *cyborg child* » ces enjeux sur une dimension développementale. Mais la principale limite à cette technologie serait d'enfermer le patient, de le voir s'isoler seul dans cet univers virtuel. Car, si ces jeux donnent matière à symboliser par les figurations qu'ils proposent, il ne faut pas pour autant oublier « d'interroger la dynamique psychique sous-jacente au travail du médium malléable », si tant est que l'on puisse considérer ces supports comme des médiations.

Il me semble important de rappeler et de souligner l'importance de « l'appropriation subjective des enjeux du travail de symbolisation », qui constitue un des fondements de notre travail. Il est bien sûr nécessaire de *sauver notre clinique*, en continuant d'être « au chevet de » et de ne pas laisser la technologie accompagner nos patients à notre place. En outre, il est aussi possible de co-crée avec cette technologie, dans un cyber-accompagnement qui pourrait s'inscrire comme un nouveau terrain « hors les murs », un véritable *savoir être psy 2.0*.

Yoanna MÉO,

Psychologue clinicienne, diplômée de l'Université Lyon 2.

### Sources :

- APPLE - ITUNES, (2001), Multimédia App Store. Mac OS X, Windows XP.
- BRUN, A. (2010) Introduction, in *Le CarnetPsy*, n°141, pp.24-27. Ed Cazaubon.
- LAMMEL, A. (2001) Les cyborg child : les effets des cyber technologies sur le développement humain, in *L'esprit du temps* Champ psychosomatique, n°22, pp.51-69.
- ROUSSILLON, R. (1991) Le médium malléable, in *Paradoxes et situations limites de la psychanalyse*, PUF, Paris.
- RUSSMAN, E.T. (1998) Child-computer interaction, the computer as a transitional object, Dissertation.
- ROUZEL J. (2008) in <http://www.psychasoc.com/Textes/Sauvons-la-clinique>