

Savoir à qui parler !

Le confinement, auquel est contrainte la population depuis maintenant un mois, a des conséquences sur tous les aspects de la vie quotidienne. La fermeture des écoles, d'un certain nombre d'entreprises, le passage soudain à des formes de télétravail non anticipé, le contrôle des sorties et l'inquiétude quant à la possibilité de limiter la progression de la pandémie, tout ce contexte peut perturber, bousculer nos repères et confronte chacun à des problèmes nouveaux : répondre aux demandes de L'École et organiser son propre travail, gérer la consommation des écrans, préserver des temps pour soi, savoir s'y prendre avec ses adolescents, supporter de ne plus voir sa famille... tout ceci est susceptible de générer du stress, de la souffrance, de l'anxiété et exacerbe des troubles déjà présents ou des tensions familiales. Sans compter une confrontation brutale avec la mort pour les adultes comme pour les enfants.

Le besoin d'écoute, de conseils et de prise en charge peut alors s'avérer nécessaire pour certain.e.s. De nombreuses plateformes d'écoute ont multiplié leurs offres dont certaines à titre gratuit. Les psychologues ont solidairement répondu présents.

La Société Française de Psychologie est une société savante qui réunit des enseignants-chercheurs en psychologie et des psychologues praticiens. Elle n'a pas vocation à labelliser certaines de ces plateformes ou à orienter vers certains praticiens mais elle peut alerter sur la nature de l'aide psychologique appropriée qui peut être apportée.

Elle tient donc à alerter le public sur les précautions à prendre, non seulement sur la qualification de la personne qui écoute mais sur le respect de certaines règles de confidentialité, de protection des données personnelles, d'expertise quant à la possibilité ou non, d'aborder certaines difficultés dans le cadre d'un entretien à distance ou selon certaines modalités. Le respect de la personne dans sa dimension psychique est un droit inaliénable qui fonde l'action des psychologues. Plus que jamais il faut être attentif aux mésusages de la psychologie car les conséquences d'une intervention non qualifiée peuvent être dangereuses sur l'état psychique des personnes.

Si chacun est souvent à même de comprendre l'autre, de l'aider, de lui apporter une écoute bienveillante, l'écoute d'un psychologue est une écoute qualifiée car il n'est pas si simple de savoir comment recevoir la parole d'un autre en souffrance. La pratique de la psychologie doit répondre à des conditions de formation fixées par la loi.

Nul ne peut se présenter comme psychologue sous peine de poursuites pénales, s'il n'est pas inscrit sur un registre départemental, la liste ADELI, qui garantit qu'il est bien en possession du titre de psychologue et a été pour cela, formé et diplômé.

Le recours à des plateformes d'écoute suppose donc de s'assurer de la qualité de l'interlocuteur. Si un soutien peut bien sûr être apporté par d'autres personnels, ce ne sera pas un entretien, ni un soutien psychologique.

La Société française de psychologie, en tant que plus ancienne société savante en psychologie, a toujours accordé une grande importance à la déontologie. Elle a été la première à proposer un code de déontologie pour les psychologues, et contribue encore aujourd'hui à le faire évoluer afin de protéger toujours davantage les usagers.