

Limoges le 07 juin 2017

Aux collègues gestaltistes

**Objet :** Des nouvelles sur l'avancée de notre recherche THEGECTI

Bonjour à toutes et tous,

Il y a 10 jours, Yves Plu, Benjamin Calvet (un des deux neuroscientifiques qui nous assistent dans cette recherche), et moi-même, avons animé un atelier de présentation de notre recherche, au congrès international sur la recherche en Gestalt-thérapie, à Paris.

Nous avons présenté le contexte de cette recherche, notre démarche, et notre protocole, conforme aux standards scientifiques actuels. Mais surtout Benjamin Calvet a pu présenter les premiers résultats intermédiaires qui, selon ses termes, « vont tout à fait dans le sens de nos prédictions ». En effet, sur un peu plus de quarante dossiers finalisés, nous voyons apparaître de grandes tendances, qui sont bien sûr encore relatives et méritent d'être approfondies et discutées, mais qui sont très encourageantes. Ces tendances, selon les neuroscientifiques et leur expérience en matière de recherche, devraient se confirmer et même se renforcer avec le nombre croissant des dossiers qui nous parviendront.

Voici ces premières tendances, telles que présentées dans le document de notre présentation au congrès, que je vous ai jointe avec ce message :

Effets bénéfiques d'une prise en charge en Gestalt-thérapie individuelle sur :

L'anxiété état

La dépression état

La souffrance psychologique perçue

L'orientation vers le bonheur

Améliorer la perception du sens de sa vie

Améliorer la perception du plaisir dans sa vie

La personnalité

Effets positifs sur les traits (tempérament) en lien avec la propension à éprouver des effets négatifs

Amélioration des maturités (caractère) de l'individu (individuelle, sociale, spirituelle)

Vous remarquerez, cerise sur le gâteau, que la Gestalt-thérapie a non seulement un effet sur la personnalité état (dépression, anxiété...), mais aussi sur la personnalité trait, sur le caractère (ce qui était

Atelier de Gestalt du Limousin, ILFG, 5 rue d'Isly 87000 Limoges

Tél fixe: 05 55 32 59 16

Mobile: 06 88 23 10 92

Courriel: [vallejo.jean-luc@wanadoo.fr](mailto:vallejo.jean-luc@wanadoo.fr)

Gestalt+, 3 soleils-Centre d'affaires, 3 place du Général Giraud- 35000 Rennes

Tél fixe: 02 99 65 12 47 -

Mobile: 06 62 32 83 34

Courriel: [yves.plu@gestalt-plus.fr](mailto:yves.plu@gestalt-plus.fr)

attendu) mais aussi sur le tempérament (ce qui était espéré), c'est-à-dire sur le substrat neurophysiologique de la personnalité et les neuromédiateurs qui l'influencent.

Il est aussi à noter que les investigateurs ont en général tendance à situer la souffrance de leur client sur l'échelle de visualisation analogique à peu près au même niveau que celui où les clients se situent eux-mêmes. Ceci est un bon indicateur de la compétence clinique des investigateurs, de votre compétence clinique.

On peut ajouter qu'en général les clients s'évaluent en visite initiale comme un peu plus souffrants que ne les perçoivent les praticiens, et que cela s'inverse en visite finale. Ceci peut sembler logique, dans la mesure où après 33 séances environ, les thérapeutes peuvent mieux percevoir les pistes de travail et le chemin qui reste à accomplir, alors que le client est souvent heureux de la réduction de la souffrance que peut procurer la prise en charge à court voire moyen terme.

C'est donc un premier résultat remarquable, encourageant pour nous tous, mais qui reste à confirmer. Profitons de cette étape pour nous remobiliser si besoin et amplifier cette recherche.

Pour progresser encore et donner plus de robustesse à notre recherche, nous devons être attentifs à plusieurs points :

- Pallier le manque de comparaison avec la prise en charge en groupe : pour cela, j'invite tous les investigateurs qui animent des groupes à proposer une participation à tous les participants qui accepteront, ou à contacter des collègues qui animent des groupes en leur proposant de participer à notre recherche.
- Eviter les biais, notamment en nous signalant combien de clients ont refusé de participer jusqu'à aujourd'hui, et quelles sont les raisons qu'ils vous ont données lorsqu'ils l'ont fait. Ceci nous permet de montrer que vous avez proposé une participation à tous vos clients, et que vous n'avez pas sélectionné les clients, ce qui créerait un biais dans notre étude. Ils vous suffit pour cela de m'envoyer un mail en recensant les refus qui vous ont été faits, et les raisons évoquées.
- La question du groupe témoin sera réglée par nos amis psychiatres qui nous fourniront un contingent de patients qui eux n'ont pas bénéficié d'une prise en charge en Gestalt et qui seront comparés à nos clients.

Enfin, notre présence au congrès a été fructueuse car plusieurs écoles nous ont invités à venir présenter notre recherche à leurs étudiants, et plusieurs collègues nous ont proposés de participer spontanément. Nous allons donc profiter de cette opportunité pour élargir notre contingent d'investigateurs, ce qui donnera plus d'ampleur à notre projet. N'hésitez donc pas à en parler autour de vous. Yves Plu est notre intervenant principal auprès des écoles ou associations diverses et se fera un plaisir de leur présenter notre étude et ses modalités. Quant à moi je suis à votre disposition pour toute info, précision ou aide supplémentaire, comme par exemple pour le diagnostic CIM 10...

Atelier de Gestalt du Limousin, ILFG, 5 rue d'Isly 87000 Limoges

Tél fixe: 05 55 32 59 16

Mobile: 06 88 23 10 92

Courriel: [vallejo.jean-luc@wanadoo.fr](mailto:vallejo.jean-luc@wanadoo.fr)

Gestalt+, 3 soleils-Centre d'affaires, 3 place du Général Giraud- 35000 Rennes

Tél fixe: 02 99 65 12 47 -

Mobile: 06 62 32 83 34

Courriel: [yves.plu@gestalt-plus.fr](mailto:yves.plu@gestalt-plus.fr)

En conclusion, merci à toutes et à tous ! Votre sérieux et votre engagement nous permettent d'entrevoir ce que pourra être, si vous le voulez, la première investigation réalisée selon des critères scientifiques, conformes aux standards internationaux, sur l'efficacité de notre approche et de notre pratique. C'est ainsi que la Gestalt-thérapie pourra être reconnue par les milieux scientifiques et le grand public. C'est ainsi que nous montrerons que nous sommes prêts à nous ajuster de façon créative, en nous déployant dans un champ certes complexe et parfois hostile, mais qui recèle aussi des ressources sur lesquelles nous appuyer pour nourrir et compléter notre besoin de reconnaissance et de croissance. N'est-ce pas ce que nous enseignons à nos clients ?

A bientôt chers collègues  
Bien chaleureusement

Jean-Luc Vallejo

Atelier de Gestalt du Limousin, ILFG, 5 rue d'Isly 87000 Limoges

Tél fixe: 05 55 32 59 16

Mobile: 06 88 23 10 92

Courriel: [vallejo.jean-luc@wanadoo.fr](mailto:vallejo.jean-luc@wanadoo.fr)

Gestalt+, 3 soleils-Centre d'affaires, 3 place du Général Giraud- 35000 Rennes

Tél fixe: 02 99 65 12 47 -

Mobile: 06 62 32 83 34

Courriel: [yves.plu@gestalt-plus.fr](mailto:yves.plu@gestalt-plus.fr)