

Temps forts Attentats de Bruxelles Attentats de Paris Témoignages Vidéo du jour

En psychanalyse, la réalité virtuelle pour mieux soigner, c'est pour demain

Publié le 26-02-2016 à 11h50 - Modifié le 29-02-2016 à 19h29

Je réagis | 847 lu

Temps de lecture : 3 minutes



Par **Rodolphe Oppenheimer**
Psychanalyste



LE PLUS. Grâce à un nouveau système de réalité virtuelle installé dans plusieurs hôpitaux, le patient pourra être directement confronté à ses pires angoisses... et le soigner, nous explique Rodolphe Oppenheimer, psychanalyste.

Édité par Paul Laubacher

PARTAGER



RÉAGIR



RECEVOIR LES ALERTES

Input field: Votre adresse e-mail [OK]



Des utilisateurs testant le casque de réalité virtuelle Oculus (LLUIS GENE / AFP)

Certains ont encore le souvenir d'un film de John Huston nommé Phobia, il s'agissait d'un psychiatre qui soignait ses patients en leur montrant des accidents d'avions et en les faisant analyser leurs propres réactions. C'était le grand John Huston, c'était en 1980. Ce type de thérapies faisaient sourire, l'écran utilisé par les patients ressemblait étrangement aux écrans que l'on tirait vers le bas pour projeter des diapositives.

En France en 2016, le cauchemar de Phobia, est devenu le rêve de la réalité virtuelle.

Si certains hôpitaux sont déjà équipés de ce procédé, la société C2CARE va proposer sous les auspices du Dr Éric Malbos, médecin-psychiatre à l'APHM (Hôpitaux de Marseille), un système de réalité virtuelle, casque et écouteur. Le patient pourra être directement confronté à ses pires angoisses, celles qui ont fait de sa vie un cauchemar.

L'exposition à ses propres peurs

Combien de personnes n'osent plus prendre l'avion ? Combien ne vont plus au sport d'hiver pour des raisons de vertige, même si dans la sphère privée, ils parlent d'un manque de temps, d'une charge de

travail trop importante à Noël pour justifier de ne plus arpenter les pistes sinueuses.

Ce mois-ci, nous préparons le film sur l'agoraphobie, il s'agira au premier niveau d'un passager qui prendra très timidement l'autoroute, vue dégagée et circulation fluide. Le second niveau montrera plus de voitures et une circulation peu fluide. Enfin le troisième niveau mettra en scène un conducteur ou un passager bloqué au mi-lieu d'une autoroute en travaux où les véhicules sont à l'arrêt ; l'agoraphobe verra ainsi la route à perte de vue, sur le côté un long cimetière afin de créer un sentiment encore plus obscur.

Loin de nous l'idée de traumatiser un patient avec ses propres peurs, la méthode consiste à mettre le sujet en face de sa phobie. Il est aujourd'hui démontré que les thérapies comportementales et cognitives (TCC) nécessitent une exposition fréquente par le sujet à ses propres peurs pour, tout doucement, les faire diminuer.

La psychanalyse ne doit pas être exclue du processus

A ce jour combien de patients sont allés imaginer chez un professionnel des situations idoines et combien sont réellement allés, par la suite, s'exposer aux situations réelles ? Car s'ils pouvaient vraiment aller sur les lieux qui les paniquent, ils ne seraient, par définition, nullement phobiques. Il s'agit donc par ce procédé de rentrer dans le vif du sujet, accompagné par un professionnel de santé qui saura vous guérir.

Entre hypo et hyperventilation, le patient ne s'y retrouve plus : tantôt en apnée sans s'en rendre compte, tantôt ne trouvant plus sa respiration, il éprouve un senti-ment de gêne, une idée de mort imminente, le bout des doigts connaît des picotements, le cœur s'accélère, des gouttes de sueur ruissellent dans son dos, des bouffées de chaleur dérangent, il s'agit bien des symptômes de la crise d'angoisse et de l'attaque de panique.

Les conséquences ne sont pas les causes, considérons que chez certains patients nous déplacerons juste un symptôme sans pour autant guérir le problème initial.

La psychanalyse traditionnelle ne doit pas être exclue du processus, bien au contraire, elle doit accompagner le traitement par exposition. C'est le second tour des élections du bien-être, toutes les familles, comportementalistes, psychanalystes, psychiatres, toutes les écoles confondues, de Jung à Lacan en passant par Freud, doivent se donner la main pour n'avoir comme seul objectif soigner et enfin guérir tous ces patients en souffrance.

Nous élaborons de prochains films liés aux peurs existantes en imaginant, à notre tour, de plus en plus de situations potentiellement anxieuses.