

## PSYCHOLOGIE CHRETIENNE OU Comment conseiller nos amis dans leurs problèmes...

1ère partie : principes chrétiens et  
psychologie.

---

Dans son best-seller «Competent to Counsel» (Capable de conseiller), le psychologue chrétien Jay E. Adams constate qu'en psychologie on ne peut dissocier les méthodes des principes; les méthodes de nos propres conceptions sur l'homme; les méthodes de nos convictions les plus profondes sur la vie. Adams est un psychologue et aussi un chrétien. Sa méthode de travail n'est pas en contradiction avec sa foi et s'en inspire même.

La méthode du professeur Adams, en anglais «Nouthetic counseling» (conseil nouthétique) a été ainsi dénommée à partir du verbe grec *noutheteo*, couramment utilisé dans le Nouveau Testament et le plus souvent traduit «exhorter» (ce verbe

comporte l'idée de reprendre, d'orienter en vue d'un changement). La conception biblique impliquée par *noutheteo* se rapproche de notre conception moderne de dialogue et conseil face aux problèmes psychologiques, voire aux problèmes tout court.

Les méthodes de travail de ces psychologues chrétiens sont toujours liées d'une façon ou d'une autre à ce que la Parole de Dieu nous apprend de l'Homme, de ses besoins ou problèmes mentaux. Ces psychologues ont opté pour une vision biblique de l'homme, une anthropologie biblique et obtiennent des résultats certains et rapides en comparaison de la psychologie et de la psychiatrie traditionnelles basées sur une conception purement médicale et matérialiste de l'homme.

Je noterai trois principes fondamentaux retenus par ces psychologues lorsqu'ils aident leurs patients :

*Premier principe :*

Ce que la Parole de Dieu appelle *péché* ne peut jamais être considéré comme maladie. Dans bien des cas, ce que les psychologues ou psychiatres appellent, à tort, des symptômes de «maladie» ne sont en réalité que les conséquences inévitables d'une vie de péché (il peut y avoir des maladies organiques induites par le péché, mais nous parlons ici de ce qu'on appelle souvent à tort des «maladies mentales»).

Ainsi, par exemple, le psychologue chrétien ne peut dissocier le comportement sexuel d'un mode de vie général lié au péché (le péché étant toujours compris comme un choix personnel). Ainsi, les relations sexuelles entre partenaires du même sexe (homosexualité) est un péché au même titre que les relations sexuelles entre partenaires non mariés de sexes différents (impudicité). Les uns et les autres déshonorent leur corps et pèchent ainsi contre Dieu et leur prochain (Romains 1.24-27). Les homosexuels ne sont pas plus malades que les impudiques, l'homosexualité est un péché au même titre que le mensonge ou le meurtre... et non une «maladie».

Les névroses et dépressions, pour prendre d'autres exemples, sont aussi directement liées à un mode de vie qui, au départ, ne fait pas cas de la volonté de Dieu. Nous verrons que la plupart des dépressions sont le résultat d'une vie contraire à Dieu et peuvent être surmontées, non par des médicaments, mais par un retour à la volonté de Dieu.

*Deuxième principe : la culpabilité n'est pas simplement «sentiment de culpabilité».*

Le psychologue chrétien ne peut considérer la culpabilité comme un simple état émotif dont on devrait (ou pourrait) se débarrasser sans toutefois changer son comportement. L'Écriture montre qu'on peut même rester coupable sans se sentir ou se savoir tel, ce qui ne diminue en rien la culpabilité. Le bien-être mental, pour le psychologue chrétien, ne peut jamais passer par l'anéantissement de la conscience. Ce bien-être passe par une éducation de la conscience et du comportement basée sur la Parole de Dieu.

Le psychologue chrétien sait que seule la REPENTANCE apporte la sérénité. Et la repentance biblique comporte trois aspects étroitement liés à la santé mentale : 1. la tristesse sincère pour la faute (2 Co 7.9,10); 2. Un changement de manière de penser et de voir les choses (Luc 15.17s); 3. Un fruit de repentance, c'est-à-dire un changement de comportement. La repentance qui implique à la fois un changement de comportement et la confiance dans le pardon de Dieu, est seule à même d'aider un homme à vaincre la culpabilité.

Ainsi, le psychologue qui minimise la culpabilité de son patient a tort. Si ce dernier vient et avoue avoir commis telle ou telle faute à l'égard de telle ou telle personne, le psychologue manque profondément de psychologie s'il dit, par exemple : «Mais ce n'est pas grave; ne vous en faites pas pour ça !»: Au contraire, tout aveu de faute doit être pris au sérieux par le psychologue chrétien.

3. *Un troisième principe qui ressort des Ecritures est que les sentiments sont bien souvent le produit du comportement.* En modifiant notre comportement nous agissons sur les sentiments et les émotions (Cf Psaumes 34.12,13). C'est se leurrer profondément que de croire qu'on peut changer le comportement en changeant les émotions. La lecture du livre des Proverbes démontre amplement ce principe qui va à l'encontre de la psychologie actuelle toute entière axée sur les sentiments ou les motivations. Ainsi, on prétend à tort qu'un psychologue ne doit pas essayer de donner des conseils ou fournir une orientation précise, en particulier si ces conseils ou orientations sont en contradiction avec les sentiments du patient.

Le psychologue chrétien aura donc la sagesse de s'intéresser davantage au comportement concret, sachant que seule une modification du comportement par une discipline appropriée est à même d'apporter une modification durable sur le plan des sentiments. Sur le plan

psychologique il est donc beaucoup plus efficace de poser la question «Qu'est-ce que vous FAITES en ce moment ?» plutôt que «Que ressentez-vous en ce moment ?». En outre le psychologue chrétien évitera de rester dans les vagues généralisations (comme cela lui est souvent conseillé de par sa formation) : au contraire il aura le courage d'aborder avec le patient les aspects les plus concrets et les plus quotidiens de son comportement et de ses réactions.

Il existe, bien entendu, d'autres principes fondamentaux indispensables au psychologue chrétien. Nous présenterons plusieurs de ces principes dans d'autres articles à venir. Grâce à ces quelques principes tout chrétien peut aider efficacement son entourage face aux problèmes mentaux qui ne relèvent pas directement de la compétence du médecin (nous verrons d'ailleurs qu'une majorité de problèmes mentaux ne relèvent pas du domaine médical proprement dit; dans bien des cas la notion même de «maladie mentale» doit être sérieusement remise en cause)

Y.Opsith

## **RENCONTRE EUROPEENNE DES EGLISES DU CHRIST**



**Palais des Congrès de Metz,  
du mercredi 5 août, 18h au dimanche  
9 août, 10h30**