

## Les 64 questions les plus fréquentes sur les faux souvenirs induits et les thérapies de la mémoire "retrouvée"

Dernière mise à jour le 05 déc.2013

### Tableau a-: Le "Syndrome des faux souvenirs" c'est quoi?

N°	Question	Réponse brève
<b>a - Le "Syndrome des faux souvenirs" c'est quoi?</b>		
1a	Qu'appelle-t-on faux souvenirs induits? ou le "Syndrome des faux souvenirs"	Il s'agit de souvenirs d'abus sexuels infantiles "retrouvés" au cours d'une thérapie à l'âge de 25 ou 30 ans, alors qu'ils n'avaient jamais existés auparavant. Les actes d'inceste véritables ne sont en général pas oubliés.
2a	Que signifie le terme induit dans "faux souvenirs induits"?	De faux souvenirs "retrouvés" au cours d'une thérapie sont parfois induits par un thérapeute déviant par manipulation mentale et par <a href="#">suggestion</a> .
3a	La patiente admet-elle facilement l'existence de ces abus?	Les patientes* nient, au début de la thérapie, la véracité des ces "soi-disant" abus. C'est le <a href="#">dénî</a> . Mais 30% d'entre-elles finissent par se laisser convaincre par le thérapeute et seulement 30% le quittent au bout d'un mois de thérapie.  * Les patientes représentent 90% des victimes.
4a	Quelles différences y-a-t-il entre vrais et faux souvenirs?	Il n'y en a pas. Les faux souvenirs peuvent créer autant d'émotion que les vrais souvenirs, avec parfois des détails inouïs.
5a	Comment prouver qu'un souvenir est vrai?	On ne peut jamais le prouver sans <b>corroboration externe</b> .
6a	Comment le thérapeute explique-t-il l'apparition de ces souvenirs en thérapie 20 ou 30 ans après?	La manipulation consiste pour le thérapeute à faire croire à la patiente que son <b>inconscient</b> lui a fait " <a href="#">refouler</a> " ces souvenirs parce qu'ils étaient trop pénibles. Le <b>refoulement</b> serait à l'œuvre pour protéger la vie de la patiente. Des thérapeutes utilisent aussi les concepts scientifiquement non prouvés de "la mémoire traumatique" et d'" <b>amnésie traumatique</b> ". Il s'agit en réalité d'un "faux nez" du refoulement freudien.
7a	Comment la patiente se laisse-t-elle piéger?	La patiente rencontre la mauvaise personne (le thérapeute des faux souvenirs) au mauvais moment (pb personnels, fragilité émotionnelle; dépression, ...) Le thérapeute met en œuvre des techniques de manipulation et lui <b>promet la guérison</b> une fois qu'elle aura admis ces abus, trouvé et accusé le "coupable". Il incite ensuite la patiente à rompre avec sa famille et avec tous ceux qui nient l'existence des abus (parents ou amis).

**Tableau b-: Comment s'y prend le thérapeute des faux souvenirs ?**

N°	Question	Réponse brève
<b>b - Comment s'y prend le thérapeute ?</b>		
1b	Sommes-nous tous manipulables ?	Oui, on pense généralement que seuls les naïfs se laissent piéger, mais les multiples expériences en psychologie sociale démontrent que nous sommes tous manipulables. Une émission de la télévision suisse romande "Spécimen" l'illustre parfaitement.
2b	Comment le thérapeute crée-t-il son emprise ?	<p>Il lui faut progressivement <b>remporter l'adhésion</b> de la patiente. Diverses techniques sont employées :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- écouter et manifester sa compréhension,</li> <li>- mettre en avant sa longue expérience de cas similaires,</li> <li>- valoriser la patiente en mettant en avant ses qualités à elle, <i>Une femme intelligente comme vous ne doit pas gâcher sa vie...</i></li> <li>- lui parler des bénéfices qu'apportera la thérapie.</li> <li>- commencer à insinuer le doute vis-à-vis de sa famille.</li> <li>- affirmer qu'elle pourra toujours compter sur lui, il sera là pour elle.</li> </ul>
3b	Comment fait-il ensuite pour garder sa patiente sous emprise ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il <b>promet la guérison</b>, si elle va au bout de la démarche.</li> <li>- Il fait ainsi entrer la patiente dans "l'escalade d'engagement" : <i>L'attente d'un bénéfice rend très difficile d'arrêter la thérapie.</i></li> <li>- Il lui <b>dit qu'elle est libre</b> * d'arrêter sa thérapie quand elle le veut. <i>La patiente se soumettra alors "librement" à la volonté du thérapeute.</i></li> <li>- Il conseille <b>la distance avec la famille</b>, pour l'efficacité de la thérapie <i>La dépendance envers le thérapeute va ainsi être engagée.</i></li> </ul> <p>* <b>B. Axelrad</b> relève : " <i>Le patient en psychothérapie éprouve ce sentiment de liberté face à son thérapeute, tout en se soumettant à son autorité. Tout d'abord, c'est de son plein gré qu'il est là, personne ne pouvant obliger personne à entrer en psychothérapie. Ensuite, le psychothérapeute s'efforce de lui donner l'impression qu'il découvre par lui-même le sens de son mal-être et sa cause dans des rêves ou des symptômes. Le thérapeute « se borne » à suggérer qu'il faut retrouver les souvenirs refoulés d'abus sexuels pour aller mieux.</i>"</p>
4b	Comment le thérapeute implante-t-il les faux souvenirs ?	<p>Une des techniques de manipulation les plus courantes utilisées par les thérapeutes est le <b>questionnement répétitif</b> et orienté :</p> <p>Il part d'un élément vrai (une gifle par exemple) et brode une histoire:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Cette claque, mais vous vous souvenez que de celle-là, mais vous ne pensez pas qu'il y en a eu d'autres ?</i></li> <li>- <i>Est-ce que vous ne pensez pas qu'il y en a eu d'autres qui ont pris un caractère un peu plus érotique ?</i></li> <li>- <i>Est-ce que vous ne pensez pas que votre père ou votre mère y prenait du plaisir ?</i></li> <li>- <i>Est-ce que vous ne pensez pas que là il y a une dimension sexuelle qui était là...</i></li> <li>- <i>et pour une petite fille comme vous, est-ce que ce n'est pas quelque chose de terriblement dangereux? Terriblement stressant ?</i></li> </ul> <p>Ce dialogue est cité par le psychiatre le Pr. Philippe-Jean Parquet.</p>

<p>5b Implanter des faux souvenirs est-ce si facile ?</p>	<p>Fabriquer des faux souvenirs, en trois séances de 40 minutes. C'est ce qu'a prouvé expérimentalement la psychologue britannique Julia Shaw, en janvier 2015. En effet en choisissant soigneusement les questions qui sont posées à un individu, il est possible de l'entraîner à fabriquer des souvenirs d'un crime qu'il n'a jamais commis. Elle a utilisé toutes les "ficelles des pys".</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'interviewer encourage son interlocuteur à fouiller sa mémoire tout en faisant, gentiment mais réellement, pression sur lui. Il peut glisser de faux indices comme "Dans le questionnaire, vos parents ont dit que...».</li> <li>• L'expérimentateur recourt aussi à une certaine forme de pression sociale en assurant que, "si elles font de gros efforts, la plupart des personnes sont capables de retrouver les souvenirs perdus".</li> <li>• Ajoutons quelques ficelles plus ou moins subtiles (acquiescements, sourires, longues pauses pour inciter le sujet à ajouter quelque chose pour rompre de silence, faire semblant d'être déçu quand cela ne vient pas...),</li> <li>• Ainsi qu'un décor adéquat (une étagère complète pleine de livres sur la mémoire pour laisser penser que l'on a, affaire à un expert) et on obtient une mise en condition du "cobaye".</li> </ul> <p>Bref on se croirait dans une séance chez un vrai psy !</p> <p>Les résultats sont assez impressionnants. Sur la base des détails "remémorés" lors des séances et sur les déclarations des sujets eux-mêmes, plus des deux tiers des participants ont effectivement cru avoir vécu la fausse histoire.</p>
---	--

Tableau c-: Les techniques de manipulation mentale font parler l'inconscient.

N°	Question	Réponse brève
<b>c - Les techniques de manipulation mentales font parler l'inconscient.</b>		
1c	<p>Qu'est-ce que l'inconscient freudien, et le refoulement ?</p> <p>Pourquoi la théorie freudienne n'est-elle pas scientifique ?</p>	<p>Pour les scientifiques l'inconscient, c'est ce qui se situe hors du champ de la conscience. Pour Freud, l'« <b>Inconscient</b> » (avec une majuscule) désigne une partie perturbée, névrosée du psychisme, qui renferme des pensées « <b>refoulées</b> », parce que jugées inacceptables par la conscience. Ainsi pour les thérapeutes de la « mémoire retrouvée » <i>"Quand l'Inconscient parle, il dit la vérité"</i>. Il s'agira donc pour eux de faire « parler » l'Inconscient pour guérir le patient.</p> <p>Une théorie scientifique doit être vérifiée et surtout <b>réfutable</b>. C'est le critère de Popper. La psychanalyse s'en distingue en ce qu'elle n'est pas réfutable. Il s'agit d'un <b>scénario clos</b> dans lequel la contradiction est contenue dans la théorie. Le patient qui doute sera dit dans le "<b>déni</b>" ou de "résistance". Le psychanalyste y voit alors la "preuve" de l'existence du refoulement. CQFD.</p>
2c	<p>Quelles sont les techniques de manipulation mentale?</p>	<p>Il existe plusieurs dizaines de <a href="#">techniques</a> qui ont toutes la prétention de <b>faire parler l'inconscient</b> de la patiente. Les plus connues sont : <a href="#">l'hypnose</a>, le questionnement répétitif, la régression d'âge, l'analyse des rêves, l'association libre, l'EMDR...Les chercheurs ont récemment mis en lumière que la privation de sommeil favorise aussi la création de faux souvenirs chez des patientes déprimées et/ou privées de sommeil</p>
3c	<p>Comment <a href="#">l'hypnose</a> peut-elle créer de faux souvenirs ?</p>	<p>Le sujet hypnotisé "joue le jeu", il se plonge dans ce que propose le thérapeute avec un lâché prise important. Le résultat est un mélange de quelqu'un qui écoute une histoire avec quelqu'un qui fait une sorte de rêve éveillé. L'hypno thérapeute sait en principe parfaitement quand il suggère quelque chose. S'il veut "orienter" l'imagination vers des souvenirs, il lui est impossible de ne pas influencer le sujet puisqu'il lui sert de guide. Donc, quand on veut "retrouver" un souvenir oublié, on se retrouve dans l'obligation de suggérer des choses. Le sujet va reconstituer son souvenir, et va tenter de combler les vides là où ils existent si on insiste...Il est impossible de faire "retrouver" un souvenir sans le polluer. Comme quand on récupère une arme à feu sans gants... on contamine systématiquement la pièce à conviction ... la différence étant qu'avec l'hypnose, il n'existe pas de gants... on altère la mémoire, et personne ne peut prévoir les effets.</p>
4c	<p>Le questionnement répétitif et orienté est-il le seul moyen de créer de faux souvenirs?</p>	<p>C'est la technique de manipulation la plus courante utilisée par les thérapeutes: Partir d'un élément vrai (comme la gifle citée ci-dessus) et broder une histoire. Si la patiente lui a parlé d'un rêve, lors d'une séance précédente, il va revenir dessus et donner une interprétation toujours "sexuelle". Il va alors introduire les concepts de "l'inconscient" qui parle à travers ce rêve et du "refoulement" de quelque chose qui s'est "<b>peut-être</b>" passé dans l'enfance. Le ver est maintenant dans le fruit !</p>

5c	L'association libre c'est quoi ?	<p>Cette technique de libre association a été découverte dans la période pré-psychoanalytique, c'est-à-dire avant que la cure psychoanalytique au sens strict du terme n'ait été conçue. Elle a été développée par S. Freud à partir de 1892-1895. La méthode de l'association libre est devenue la première règle fondamentale de la Cure psychoanalytique. La recherche sur la mémoire a fourni des preuves empiriques éloquentes montrant que la prétendue capacité du patient à accomplir une remémoration véridique non inférentielle d'expériences refoulées très précoces est largement mythique. Des travaux expérimentaux, reconnus par les analystes eux-mêmes (Marmor, 1970), confirment le rôle contaminant du thérapeute dans le prétendu rappel de souvenirs par l'association libre.</p>
6c	La technique EMDR est à la mode, peut-elle créer de faux souvenirs?	<p>C'est possible. Les thérapeutes américains (mais pas les français) font signer à la patiente un "<a href="#">consentement éclairé</a>" qui mentionne cette possibilité. L'EMDR, est une thérapie utilisée, avec un certain succès, dans le traitement du stress post-traumatique. Mais nous avons reçu plusieurs témoignages de patientes ou de familles qui attestent de la création de faux souvenirs d'abus sexuels infantiles.</p>
7c	Quelle preuve scientifique a-t-on de l'existence de <a href="#">l'inconscient</a> et du <a href="#">refoulement</a> ?	<p>Ces deux concepts freudiens constituent <b>deux grands mythes de la psychologie populaire</b>, et le refoulement n'a jamais été prouvé scientifiquement. Il s'agit d'une hypothèse que les thérapeutes de la "mémoire retrouvée" (TMR) admettent sans la remettre en cause. Le thérapeute qui pratique la thérapie de la mémoire "retrouvée" (TMR) suit les enseignements la théorie initiale de <a href="#">la séduction</a> de S. Freud. Cette théorie stipulait que tous les parents séduisent sexuellement leur enfant: le père, les filles, et la mère, les garçons. Freud a par la suite remplacé cette théorie par celle des fantasmes et du complexe d'Oedipe, mais les thérapeutes des TMR ne reconnaissent pas cette dernière théorie de S.Freud.</p>
8c	Les thérapeutes qui font retrouver de faux souvenirs sont-ils honnêtes?	<p>Pas tous. Il y a des charlatans, ou des thérapeutes qui veulent exercer une emprise sur leurs patients, mais la majeure partie d'entre eux ne croient qu'en une seule théorie et <b>sont convaincus de détenir la vérité</b>. Freud avait fondé sa théorie de la séduction sur les abus sexuels infantiles et <b>la famille "coupable"</b>. Cette conception est encore largement répandue chez les psychiatres, psychologues, psychoanalystes ou autodidactes. Par la suite S. Freud a changé sa théorie en introduisant les fantasmes et le complexe d'Oedipe. Les thérapeutes de la mémoire "retrouvée" sont adeptes de la première théorie de Freud.</p>
9c	Comment a-t-on démontré la possibilité de créer facilement de faux souvenirs?	<p>Plusieurs chercheurs américains, dont <a href="#">Elizabeth Loftus</a>, et européens (néerlandais, belges et suisses) ont montré combien il est facile d'implanter des faux souvenirs, même chez des sujets qui ne sont pas aussi fragilisés que les personnes qui consultent en psychothérapie. Miriam Lommen, une psychologue néerlandaise, a même montré, en 2013, qu'on peut fabriquer des faux souvenirs avec une simple question orientée chez des sujets en bonne santé psychique.</p>

Tableau d-: Quelle attitude adopter pour arrêter avant qu'il ne soit trop tard ?

N°	Question	Réponse brève
<b>d - Comment se prémunir d'une éventuelle emprise sectaire.</b>		
1d	Pourquoi est-il si difficile de sortir d'une emprise sectaire ?	Cela s'explique par 3 concepts de la psychologie sociale : - L'"escalade d'engagement". - La résistance au changement - La dissonance cognitive Cela s'applique aux victimes des sectes mais aussi aux victimes des faux souvenirs induits. On ne peut pas, ici l'expliquer davantage.
2d	Savoir pour se prémunir ?	<b>S'informer</b> sur les différentes thérapies. Ensuite s'informer sur le thérapeute et sur ses méthodes.
3d	Peut-on agir sur soi-même pour éviter l'"escalade d'engagement" ?	On doit apprendre à revenir sur une décision. Ne vous laissez pas entrainer par une décision précédente. Les décisions successives doivent rester indépendantes les unes des autres.
4d	Suis-je vraiment libre ?	Ne surestimez pas votre sentiment de liberté. Le thérapeute vous répète que vous êtes libre, pour mieux assurer son emprise sur vous. Cette technique de manipulation mentale est bien décrite par le professeur de psychologie sociale Robert-Vincent Joule.
5d	Comment me justifier si je quitte mon thérapeute ?	Quand on fuit une situation d'emprise sectaire il n'y a rien à justifier.

Tableau e-: Les ravages des thérapies de la "mémoire retrouvée"

N°	Question	Réponse brève
<b>e - Les ravages des thérapies de la "mémoire retrouvée"</b>		
1e	Quelles conséquences pour la patiente et sa famille?	En général ces accusations infondées provoquent la rupture de la patiente avec sa famille qui en ressort détruite. La patiente s'isole de plus en plus, divorce et sa santé se détériore (hospitalisation fréquente et parfois suicide). Elle perd son emploi, rompt avec sa famille et ses amis, Les grands-parents ne voient plus leurs petits-enfants. La dépendance de la patiente est totale envers le thérapeute, elle ne fait plus rien sans le consulter.
2e	La patiente sort elle guérie de ces thérapies?	Non, l'isolement ainsi créé la rend totalement dépendante du thérapeute qui est alors sa seule "famille". Après 5 ans de thérapie voici le résultat : elles divorcent (50%) et perdent leur emploi (70%). <b>Les symptômes s'aggravent</b> , les hospitalisations et les tentatives de suicides sont fréquentes.
3e	Comment le thérapeute peut-il exercer une telle emprise sur sa patiente?	Ces thérapies sont à rapprocher de l'emprise d'une secte. Le psychothérapeute met sa patiente en confiance, il la déresponsabilise, la patiente commencera par lui demander conseil, puis ne prendra plus aucune décision sans l'avoir d'abord consulté, et finira par s'en remettre entièrement à lui. Elle aura ainsi un certain confort et n'aura plus besoin de prendre de décisions par elle-même.
4e	Quelles sont les chances de retour de la patiente auprès de sa famille?	Sans l'intervention d'un évènement extérieur, elles sont malheureusement assez faibles : 8% se rétractent, 36% reviennent auprès des leurs, mais sans revenir sur leurs accusations. Les traces sont parfois indélébiles <a href="#">...ici</a> (La séparation dure en moyenne de 5 à 15 ans). Enfin, 56% refusent tout contact ultérieur avec leur famille.
5e	Pourquoi est -t-il si difficile d'en sortir?	Même lorsque la victime ne croit plus à ces "inventions" un fort sentiment de culpabilité, de gêne, ou de honte l'empêche de revenir auprès des siens. La patiente reprend parfois à son compte la thérapie en devenant à son tour thérapeute.

Tableau f-: La sociologie des victimes

N°	Question	Réponse brève
<b>f - La sociologie des victimes des faux souvenirs induits</b>		
1f	Quels membres de la famille sont accusés de l'abus sexuel infantile?	Le père : 82%, la mère : 9,6%, les grands-parents : 2,5%, un frère : 1,91% La mère est très souvent accusée d'avoir été complice du père.
2f	Toutes les catégories sociales sont-elles concernées?	Non, contrairement aux cas d'inceste avérés qui touchent plutôt les classes défavorisées, les faux souvenirs induits en thérapie concernent à 90% les classes aisées, clientes des psychothérapies longues et chères (employés, cadres, enseignants, professions libérales). Les familles de travailleurs manuels représentent 7% du total.
3f	Quel est le niveau d'études des patientes ?	Les patientes ayant suivi un niveau d'études universitaires représentent les 3/4 du total des cas (77%) des victimes des thérapies de "la mémoire retrouvée".
4f	Comment cela s'explique-t-il?	La patiente "intellectuelle" est à la <b>recherche de "sens"</b> , elle a un fort besoin d'explication de ce qui lui arrive. Le thérapeute d'inspiration freudienne lui apporte une explication toute faite, une cause à son mal-être. Ces thérapeutes, comme Freud, font de la <b>"surinterprétation"</b> des paroles, des rêves, des lapsus etc... en leur donnant le plus souvent une signification sexuelle. La patiente trouve ainsi le "sens" qu'elle recherchait, elle accepte, et fait sienne cette explication.

Tableau g- : Historique du Syndrome des Faux Souvenirs

N°	Question	Réponse brève
<b>g - Historique du Syndrome des Faux Souvenirs</b>		
1g	Comment ces thérapies sont-elles apparues, se sont-elles développées? et où?	Aux États-Unis dans les années 80, de nombreux psychiatres ont abandonné la théorie du complexe d'Oedipe et du fantasme, ils sont revenus à <b>la théorie initiale de Freud</b> (celle de la séduction) qui admet comme vrais tous les souvenirs d'abus sexuels infantiles retrouvés en thérapie. Une vague de faux souvenirs a alors touché plus d'un million de victimes par an (et leurs familles). Puis elle s'est répandue dans les pays anglo-saxons et en Europe (Pays-Bas, Suède, Allemagne...). et aussi en France, où cela a débuté 10 ans plus tard.
2g	Où en est-on aujourd'hui aux USA?	Aux États-Unis, la vague a fortement diminuée à partir de 2000, après une série de procès au cours desquels les thérapeutes ont été lourdement condamnés. Ils ont abandonnés ces pratiques, mais elles se poursuivent ailleurs dans le monde.
3g	Et en France?	Le premier <a href="#">procès</a> pour "abus de faiblesse" a lieu le 10 avril 2012. Le thérapeute a été condamné à 150 000€ de dommages et intérêts envers les 2 victimes <a href="#">ici</a> Aux USA la condamnation la plus lourde a atteint 10,6 millions de \$ pour une seule victime. Dissuasif !
4g	Aux États-Unis comment explique-t-on que ce phénomène ait tant diminué?	La False Memory Syndrome Association (FMSF) dirigée par Pamela Freyd a mené le combat sur 3 fronts: - <b>La recherche scientifique</b> , elle convaincu les chercheurs universitaires d'étudier le phénomène. Ils ont abondamment publié leurs résultats. - <b>L'information</b> , elle a tenu informés les médias, les professionnels de santé, les avocats et les juges du caractère pseudo-scientifique et de l'insanité de ces thérapies. - <b>Le soutien des victimes et des familles</b> dans des centaines de procès. La justice américaine a finalement suivi et condamné lourdement les thérapeutes déviants.
5g	En France, on évoque parfois <b>l'amnésie dissociative traumatique</b> , que signifie-t-elle?	Des associations féministes, qui luttent contre l'inceste, et adeptes de la théorie, d'origine américaine (Van der Kolk 1994), en France le Dr Muriel Salmona en est un exemple, utilisent ce vocable pour accréditer l'idée que des souvenirs d'abus sexuels peuvent surgir 30 ou 40 ans après les agressions présumées. Elles demandent donc que le délai de prescription qui est de 20 ans après la majorité légale (18 ans) soit porté à 30 ans pour permettre une action en justice jusqu'à l'âge de 48 ans.  En réalité cette théorie, au même titre que le refoulement, n'a <b>aucun fondement scientifique</b> . Selon Richard McNally « <i>un morceau de folklore dénué de tout fondement scientifique convaincant</i> »  Rappelons que nous dénonçons fermement l'inceste, lorsqu'il est vrai et prouvé.

Tableau h- : Ces thérapeutes de la "mémoire retrouvée" qui sont-ils?

N°	Question	Réponse brève
<b>h - Ces thérapeutes de la "mémoire retrouvée" qui sont-ils?</b>		
1h	Qui sont ces thérapeutes ?	Toutes les catégories des métiers de la santé sont représentées: les psychiatres, les psychothérapeutes diplômés, les psychanalystes, les médecins généralistes, les homéopathes, les thérapeutes autoproclamés, les kinésithérapeutes, les infirmières, les psycho-praticiens, les praticiens EMDR, les somato-thérapeutes, ...et les charlatans.
2h	Pourquoi trouve-t-on dans cette liste des psychiatres?	En France, depuis les années 60, beaucoup de <b>psychiatres</b> étaient <b>aussi psychanalystes</b> (c'était à la mode), ils ont donc fait une psychanalyse didactique (cela change un peu aujourd'hui). Ils s'appuient sur les théories freudiennes de l'inconscient, du refoulement, de la sexualité.... <b>Pour 64,6% d'entre eux</b> les abus sexuels infantiles sont responsables des troubles dont souffre la patiente et <b>la famille est coupable</b> .
3h	Pourquoi trouve-t-on aussi les psychothérapeutes diplômés?	Le psychiatre Christophe André l'a résumé ainsi : " Hélas, dans les facs de psycho, les étudiants sont majoritairement <b>formés sur une base quasi exclusive de références psychanalytiques</b> . Ils ne sont que très peu au fait des avancées de la neuro-anatomie, de la neurobiologie, de la génétique et de la pharmacologie, très peu ouverts aux thérapies autres qu'analytiques..."
4h	Pourquoi d'autres métiers de santé : kiné, infirmières, orthophonistes...? - des travailleurs sociaux (éducateurs, assistantes sociales ...? - des enseignants, formateurs d'adultes, ingénieurs...?	En France l'idéologie psychanalytique est très répandue, dans les médias au moindre problème de société on interroge un psychanalyste, toute la société en est imprégnée. On parle volontiers de refoulement et d'inconscient. Mettre en cause la psychanalyse est encore un sujet tabou. La France est l'un des derniers pays au monde dans ce cas avec l'Argentine.
5h	Tous les psychanalystes sont-ils coupables de cette dérive?	Non. Il existe des psychanalystes qui pratiquent l'écoute du patient et évitent autant que possible la suggestion. Ils parlent de fantasmes et de complexe d'Œdipe. Certains sont aujourd'hui conscients des ravages provoqués par les faux souvenirs induits et ils le disent. Écoutez la très bonne chronique de Caroline Eliacheff (pédopsychiatre et psychanalyste) : <a href="#">...ici en replay</a> ou audio sur notre site :

6h	Pour être psychanalyste un diplôme est-il exigé?	Non, une psychanalyse "didactique" auprès d'un autre psychanalyste suffit. Mais certains ont suivi d'autres études: médecine, psychologie, etc... L'inscription du psychanalyste dans un annuaire de l'une des nombreuses sociétés psychanalytiques est nécessaire pour être reconnu comme psychothérapeute.
7h	La loi de 2010 sur la réglementation du titre de psychothérapeute a-t-elle changé la situation?	Non. Les thérapeutes qui n'ont pas les diplômes ou la pratique requise ont trouvé de nouvelles appellations pour éviter l'interdiction d'utilisation du titre, ils s'appellent maintenant : psychotechnicien, somato-thérapeute, praticien EMDR,.

Tableau i-: Bien choisir sa thérapie et son thérapeute

N°	Question	Réponse brève
<b>i - Bien choisir sa thérapie et son thérapeute</b>		
1i	<p>Que recherche la patiente ?</p> <p>Comment choisit-elle le thérapeute ?</p> <p>Comment savoir s'il est bon ?</p>	<p>La patiente consulte souvent au "pic" de la souffrance. La reconnaissance de sa souffrance par un professionnel et par la Société sera donc un élément important. Elle choisira son thérapeute selon <b>des critères très divers</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la personnalité du thérapeute,</li> <li>- son charisme,</li> <li>- l'attention qu'il porte au patient,</li> <li>- la notoriété,</li> <li>- le titre,</li> <li>- la durée de la thérapie,</li> <li>- le prix de la consultation,</li> <li>- la liste d'attente,</li> <li>- la prise en charge éventuelle,</li> <li>- la recommandation d'un médecin généraliste,</li> <li>- la présence sur l'annuaire ou sur internet</li> <li>- enfin parfois la proximité et la possibilité de parking.</li> </ul> <p>Mais que sait-elle de la <b>méthode utilisée</b> et de <b>l'efficacité de la thérapie</b> ?</p>
2i	<p>Quels sont les risques pour vous d'une mauvaise thérapie?</p>	<p>Vous êtes vulnérable, votre vie peut être mise en danger par une thérapie inadéquate...vous pourrez aller encore plus mal au lieu d'aller mieux, alors soyez vigilants! Vous pouvez lire le livre du Pr. Jean Cottraux: "Choisir une psychothérapie efficace" paru en 2011, chez Odile Jacob.</p>
3i	<p>Comment choisir sa thérapie?</p>	<p>Renseignez-vous sur les méthodes thérapeutiques et sur la méthode utilisée par le thérapeute. Posez des questions sur les risques et les alternatives thérapeutiques. Écartez les <u>méthodes ésotériques</u>. Les techniques qui prétendent parler à votre inconscient sont à éviter: <u>l'hypnose</u>, l'analyse des rêves, l'EMDR, ...</p> <p>Lire notre page : Choisir son psy <u><a href="#">...ici</a></u>.</p>
4i	<p>Comment choisir son thérapeute? Le choix est souvent délicat</p>	<p><b>La plaque ne veut rien dire.</b> Le choix d'un thérapeute médecin peut être bon mais plusieurs psychiatres qui ont pratiqué la méthode des souvenirs "retrouvé" et ont été radiés par le Conseil de l'Ordre des Médecins. Un médecin même expert auprès des tribunaux n'est pas non plus une garantie. Prenez conseil autour de vous, voyez en plusieurs avant de vous décider. Soyez attentifs à son éthique. Posez-lui des questions: sur sa méthode, sur les risques. Si, dans ses propos, quelque chose choque votre manière habituelle de penser, alors cela doit vous alerter.</p>

5i	Choisir son thérapeute selon son statut?	<p>L'exercice de la profession peut-être une :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- profession encadrée par un décret (cas des psychothérapeutes depuis 2010)</li> <li>- profession reconnue (cas des psychanalystes)</li> <li>- profession conventionnée avec l'assurance maladie (cas des médecins, psychiatres)</li> <li>- profession règlementée, par un ordre reconnu d'utilité publique à qui l'État a délégué une partie de ses attributions (ordre des médecins..)</li> </ul> <p>Le patient sera peut-être conduit vers un thérapeute sans plaque, ou adepte d'une méthode non validée scientifiquement, parcequ'<b>on lui a dit</b> qu'il est bon.</p>
6i	Quels risques de manipulation ?	<p>Gardez les yeux ouverts. Le danger est dans ce que nos spécialistes appellent :</p> <p>1- <b>"l'escalade d'engagement</b>. La théorie de l'engagement est à la base des techniques de <b>soumission librement consentie</b>. Selon Joule et Beauvois : <i>"tout se passe dans cette situation comme si l'individu faisait librement ce qu'il n'aurait jamais fait sans qu'on l'y ait habilement conduit et qu'il n'aurait d'ailleurs peut-être pas fait sous une contrainte manifeste"</i>.</p> <p>2- Puis on est conduit à <b>rationaliser cet acte</b>, le justifier même si l'on a parfois au fond de nous le sentiment diffus de s'être trompé ou d'avoir été trompé : <i>"l'individu rationalise ses comportements en adoptant après coup des idées susceptibles de les justifier."</i></p> <p>3- La caractéristique principale de ce que l'on nomme « <b>piège abscons</b> » est que l'individu s'y retrouve « <i>engagé dans un processus qui se poursuivra de lui-même jusqu'à ce qu'il décide activement de l'interrompre, si toutefois il le décide.</i>"</p> <p>4- <b>Le sentiment de liberté</b>, notent également Beauvois et Joule, joue un rôle primordial dans les phénomènes de persévération des décisions : l'individu qui a pris sa décision sous la contrainte se sentira nettement moins engagé par son acte que celui qui l'a prise "librement".</p> <p>Pour en savoir plus voici un bouquin passionnant, et souvent drôle : <i>Petit traité de manipulation à l'usage des honnêtes gens</i>, de R.V. Joule et J.L. Beauvois, Presses Universitaires de Grenoble, 1987.</p>
7i	Comment la manipulation fonctionne-t-elle avec les faux souvenirs induits ?	<p>Le thérapeute déviant va tenter de vous faire croire à l'abus sexuel dans votre enfance même si vous n'en avez aucun souvenir. Si vous y consentez, vous attendrez ensuite un résultat de sa thérapie qui ne vient pas, vous allez vous convaincre, tout(e) seul(e), qu'un professionnel expérimenté ne peut pas se tromper, et qu'il faut attendre encore un peu... et puis vous avez déjà investi tant d'effort et d'argent que vous ne pouvez pas abandonner aussi vite.</p>

Tableau j- : Comment s'assurer de l'éthique du thérapeute ?

N°	Question	Réponse brève
<b>j - Comment s'assurer de l'éthique du thérapeute ?</b>		
1j	Quels sont les signaux d'alerte?	Le thérapeute vous parle de votre <b>inconscient, de souvenirs pénibles refoulés</b> . Il fait des retours insistants sur les événements du passé. Il dit : <i>Vous devez me faire confiance, il est normal que vous n'iez au départ l'abus sexuel dont vous avez été victime et que vous n'en ayez aucun souvenir. Faites-moi confiance j'ai une expérience de plusieurs années.</i> Il vous promet la guérison si vous continuez : fuyez!
2j	Que faire en cas de contact physique ?	Si une relation de séduction et/ou des attouchements sont mis en œuvre quittez immédiatement la séance et sans payer.
3j	Comment déjouer la manipulation mentale?	Soyez attentifs, parlez de votre thérapie à votre compagnon, à une amie, ou à votre famille. Les 2/3 de patientes partent après un mois de thérapie et sont sauvées car elles ont détecté des anomalies. Lisez notre page <a href="#">Conseils aux patients</a> .
4j	Si l'isolement est en route, que faire?	Votre thérapeute organise votre isolement et la rupture avec votre famille il dit : "personne ne doit connaître votre thérapeute surtout pas votre famille", ou "rompre avec votre père et votre mère est nécessaire à la guérison" ou encore "il faut rompre avec tous ceux dans votre entourage qui nieront les "faits" survenus dans votre enfance" et "confrontez-vous avec votre "abuseur" .....Partez vite ! .....Il est peut-être déjà trop tard.
5j	L'honnêteté en question..	- il vous recommande une fréquence élevée des séances. Refusez ! - il ne veut pas s'engager sur la durée et le coût de la thérapie. Quittez-le! - il vous demande des paiements de la main à la main. Refusez ! et quittez-le!
6j	Quelle garantie du respect de l'éthique par le thérapeute?	Le sujet est délicat. Comme suggéré par Elizabeth Loftus, certains psychothérapeutes proposent <b>que les séances de thérapies soient filmées ou enregistrées</b> . Le film restant la propriété du patient. Cette pratique, encore rare, serait la meilleure garantie du respect de l'éthique. Notons que cela se pratique pour les interrogatoires d'enfants par la police.

Tableau k- : Comment sortir des thérapies de la mémoire retrouvée?

N°	Question	Réponse brève
<b>k - Comment sortir de l'emprise du thérapeute?</b>		
1k	Méfiez-vous aussi de vous-même !	<p>Votre réaction compréhensible peut être de vous dire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Je ne vais pas interrompre ma thérapie après avoir tellement investi en temps et en argent.</li> <li>- C'est un thérapeute expérimenté, il sait sûrement ce qu'il fait et ce qu'il dit.</li> </ul> <p><b>Non</b>, il faut vous décider en fonction des faits. Prenez conseil si nécessaire !</p>
2k	Demandez conseil à votre meilleur ami.	<p>La manipulation paraît souvent évidente vue de l'extérieur, il faut souvent un intervenant extérieur pour ouvrir les yeux des victimes. Or, la thérapie a coupé les liens avec votre famille. Trouvez une personne de confiance et confiez-vous... De nombreuses patientes ont été sauvées pour en avoir parlé avec leur mari ou leur compagnon. Elles ont alors eu "le déclic".</p>
3k	Comment sortir des faux souvenirs induits?	<p>En fait il est très difficile d'en sortir seule. Il est plus facile d'en sortir tôt, avant que l'emprise mentale ne soit bien en place. L'aide d'un conjoint ou d'un meilleur ami est souvent indispensable pour prendre conscience de la manipulation mentale. Il ne doit <b>en aucun cas attaquer le système</b>, cela renforce la conviction. Couper au plus vite tout contact avec le thérapeute. Trouver un autre thérapeute si vous en ressentez le besoin. Il y en a de bons!</p>
4k	La famille proche peut-elle intervenir?	<p>L'expérience montre, dans de nombreux cas, que l'intervention de la famille <b>suscite</b> chez la victime de faux souvenirs <b>le rejet</b>. Il est même souvent contre-productif de donner à lire, à la patiente, des documents sur le sujet. La prise de conscience doit d'abord venir de la patiente.</p>
5k	Si mon enfant revient, sans renier ses accusations que dois-je faire?	<p>Réjouissez-vous avec prudence. Les retrouvailles seront froides au début, mais se réchaufferont avec le temps. Prenez garde à ne <b>jamais plus</b> aborder le sujet des faux souvenirs. Cela a provoqué plusieurs rechutes. Si votre enfant aborde le sujet, écoutez mais restez zen!</p>
6k	Quelles solutions pour éliminer les souvenirs induits?	<p>L'expérience montre, qu'une fois implanté un faux souvenir est très difficile à extirper. Mark Twain (Samuel Langhorne Clemens, 1835-1910) disait déjà: "It's easier to fool people than to convince them that they have been fooled." <b>Il est plus facile de tromper des gens que de les convaincre qu'ils ont été trompés.</b></p> <p>La première chose à faire est de rompre avec le thérapeute déviant pour stopper l'influence de celui-ci. Le dialogue avec une personne de confiance (ami, conjoint) pourra vous aider à prendre conscience de la manipulation.</p>
7k	Ou puis-je signaler un thérapeute déviant qui pratique les faux souvenirs?	<p>En premier lieu informer la Miviludes par email: <a href="#">...ici</a> Puis adressez-vous à l'échelon local d'une association de lutte contre les dérives sectaires : CCMM, UNADFI (taper CCMM ou ADFI en région dans Google) ou encore à l' <a href="#">AFSI</a>. Mais...vous aurez surtout une écoute et parfois des conseils. En tout cas, ils ne pourront pas grand-chose pour résoudre votre problème. Suivez les conseils donnés sur notre site, ils sont le résultat de plusieurs centaines de cas.</p>

Tableau I- : Quelle devrait être l'attitude de la famille et des proches ?

N°	Question	Réponse brève
<b>I - Quelle doit être l'attitude de la famille ?</b>		
11	<p>La rupture avec l'enfant qui accuse est-ce la solution ?</p> <p>Engager une action en justice?</p>	<p><b>Non</b>, il faut à tout prix garder le contact : visites, lettres, téléphone, mail... Un procès est souvent un bon moyen de perdre définitivement votre enfant.</p> <p>Avant d'engager une action en justice pour se défendre d'accusations d'abus sexuel, il faut garder à l'esprit que le système judiciaire raisonne de façon binaire, il n'est pas sorti de <b>la problématique d'opposition : l'un des deux, ment</b>. La plaignante pleure, se présente en victime et les jurés, en cour d'assise, la croiront plus aisément qu'un parent accusé qui nie avec énergie. Convaincre un jury de la possibilité de faux souvenirs induits n'est pas une tâche aisée.</p> <p>Préparez un dossier solide mettant en relief des faits, des dates, de témoignages, qui contredisent les accusations.</p> <p>Mais il faut savoir que <b>la plupart des experts auprès de tribunaux ne seront pas de votre côté</b>. Ils sont sous "l'empreinte" du freudisme ambiant à l'image de cet expert cité dans le Quotidien du Médecin du 30 mai 2014 :</p> <p><i>« Mais il est également bien connu des psychiatres, qu'un évènement traumatisant entraîne souvent un <b>refoulement</b>, refoulement qui est loin de protéger contre les conséquences délétères du traumatisme. C'est le rôle du juge de faire le tri, éventuellement assisté d'experts, entre la mythomanie volontaire, et donc condamnable, ou non, et le retour douloureux du refoulé, où il est indispensable que la victime soit reconnue comme telle.</i></p> <p><b>Psychiatre expert près-la Cour d'Appel.</b></p> <p>Ndlr: Le concept du refoulement n'a pas été prouvé scientifiquement.</p>
21	<p>Comment se comporter face aux accusations ?</p> <p>Comment la justice considère-t-elle la notion d'emprise?</p>	<p>Ne perdez jamais de vue que c'est <b>celui qui accuse qui doit apporter la preuve de ses allégations</b>. "<i>Semper necessitas probandi incumbit ei qui agit</i>". On peut prouver quelque chose qui existe, mais il est impossible de prouver quelque chose qui n'existe pas.</p> <p>Il faut faire un gros effort pour garder son calme, être positif et ouvert au dialogue. Ne pas se culpabiliser et surtout ne pas juger votre enfant. Gardez à l'esprit que ce sont les paroles du thérapeute que vous entendez.</p> <p>Me J.P. Jougla dit notamment : "ce qui est difficile pour un magistrat c'est d'aborder la question de l'emprise parce que ça renvoie à la dimension de l'irrationnel alors que tout le travail de la justice repose sur l'échange du consentement éclairé, la théorie du contrat".</p>

3I	<p>Comment se parler ? Quelle attitude avoir?</p>	<p>Prenez soin de ne pas heurter ses convictions. Prenez garde de ne pas entrer en conflit. La psychothérapeute, Frédérique Farigoux dit : " Ce qui est important c'est de garder le lien, et pour garder ce lien d'amour <b>ce n'est pas de tenter de convaincre la personne</b>, cela peut induire une coupure, et ça peut renforcer la conviction. Donc c'est important de <b>ne pas s'opposer</b>, par contre par des petites phrases, des remarques assez pragmatiques, c'est d'inviter la personne à réviser son sens critique et à introduire une petite faille dans le système, pour qu'elle puisse, elle, à nouveau, s'interroger sur le système dans lequel elle est prise, mais ne pas la culpabiliser car la seule personne responsable et coupable c'est le gourou . C'est le lien affectif qui permettra de créer cette brèche dans sa conviction " .</p>
4I	<p>Alors je dis quoi à mon enfant?</p>	<p>Dites-lui que vous, l'aimez, que vous serez là pour elle, si elle le demande.</p>
5I	<p>Et après ?</p>	<p>Prenez votre mal en patience. Cela sera long, mais la réconciliation sera au bout du chemin ...si vous avez cette chance. Le déclic qui a permis à Sophie Poirot (l'avocate victime de Benoit yang Ting) de sortir de l'emprise du thérapeute elle a rencontré celui qui allait devenir son mari, elle confie : "il est médecin, les pieds sur terre, il a eu des doutes, mais il a eu la présence d'esprit de ne pas attaquer le système, <b>s'il avait attaqué directement cela m'aurait renforcée</b> et comme on raconte tout à son gourou, celui-ci m'aurait dit : <i>"ben tu vois, il ne pourra jamais t'aimer telle que tu es, il ne va pas comprendre, tu ne vas pas pouvoir faire ta vie avec lui."</i> Des victimes qui en sont sorties font un procès à leur thérapeute (200 procès aux Etats-Unis). Cela vient aussi en France (voir les affaires Benoit Yang Ting et Jacques Masset).</p>

Tableau m- : L'attitude des professionnels face aux souvenirs "refoulés" et "retrouvés" ? Professionals attitudes vis-a-vis recovered memories.

N°	Question	Réponse brève
<b>m - Que dit la Science sur le refoulement ?</b> <b>What does Science say about repression ?</b>		
1m	Quelle est la position de la communauté scientifique sur le refoulement ?	<p>Scott Lilienfeld* écrit : Cette croyance n'est pas étayée par des preuves scientifiques. En fait, elle est fortement contredite par les preuves. Ces faits expliquent pourquoi elle a été rejetée par la grande majorité de la communauté de la science psychologique, notamment d'éminents experts sur la science de la mémoire. Autrement dit, il n'existe aucun mécanisme de mémoire connu où la remémoration soudaine de souvenirs oubliés depuis longtemps peut se produire. De nombreuses études démontrent que les personnes qui ont subi un traumatisme terrible, comme le viol brutal, le combat en première ligne pendant la guerre ou des expériences de l'Holocauste, ne les oublient pas. En fait, comme le trouble de stress post-traumatique le démontre amplement, la plupart du temps ces gens ne se rappellent ces expériences que trop bien.</p> <p>* <b>Scott O. Lilienfeld</b> est Professeur de psychologie à l'Université Emory à Atlanta. Ses principaux domaines de recherche sont les désordres de la personnalité, les diagnostics et classifications psychiatriques, les pratiques en psychologie basées sur les preuves et les challenges posés par la pseudoscience en psychologie clinique. Il est l'auteur entre autres de <i>50 Great Myths of Popular Psychology</i>.</p>
2m	Refoulement, amnésie dissociative, amnésie dissociative traumatique : est-ce la même chose ?	<p>Le vocable d'amnésie dissociative traumatique entretient une confusion volontaire avec l'amnésie traumatique, qui a une réalité (amnésie temporaire après un choc à la tête par exemple).</p> <p>Richard McNally* répond : Les différences entre ces termes sont insignifiantes et sans rapport avec le débat sur les souvenirs refoulés et retrouvés de traumatismes. Tous ces termes impliquent que quelqu'un encode une ou des expérience (s) traumatique (s), puis devient incapable de rappeler le souvenir du traumatisme parce qu'il a été trop traumatisant. En fait, la notion que l'on peut être gravement traumatisé et totalement ignorant d'avoir été traumatisé – grâce au « refoulement » – est <b>un morceau de folklore dénué de tout fondement scientifique</b> convaincant.</p> <p>* <b>Richard McNally</b> est Professeur de psychologie à l'Université Harvard, expert des troubles de l'anxiété. Il a effectué des recherches sur le fonctionnement cognitif des adultes qui rapportent des histoires d'abus sexuel infantile. Il a publié notamment un ouvrage non traduit en français <i>Remembering Trauma</i></p>

## Que répondent les professionnels à ces questions les plus fréquentes ?

- Est-il facile d'implanter des faux souvenirs ?
- Que disent les juges de ces "remémorations" 30 ans plus tard?
- Est-il possible de différencier un faux souvenir et un vrai souvenir ?
- Peut-on retrouver des souvenirs oubliés grâce à l'hypnose ?

3m	Est-il facile d'implanter des faux souvenirs ?	<p>La réponse est OUI, très facile.</p> <p>Une psychologue britannique <b>Julia Shaw</b>, a réalisé une étude publiée en 2015, elle est la première à fournir des preuves suggérant que de faux souvenirs d'avoir commis des crimes peuvent être générés dans un cadre expérimental contrôlé. Ces travaux, menés par des psychologues de l'université de Bedfordshire (Royaume-Uni), montrent en effet qu'en choisissant soigneusement les questions qui sont posées à un individu, il est possible de l'entraîner à fabriquer des souvenirs d'un crime qu'il n'a jamais commis, et ce <b>en trois séances de 40 minutes</b> seulement.</p> <p>Les résultats sont assez impressionnants. Sur la base des détails "remémorés" lors des séances et sur les déclarations des sujets eux-mêmes, <b>plus des deux tiers des participants</b> (de 70 à 76%) ont effectivement cru avoir vécu la fausse histoire. Julia Shaw rapporte : <i>Le souvenir était vif, chargé avec des détails sur le crime que l'intervieweur n'avait pas fourni.</i></p> <p><small>* <b>Julia Shaw</b> est maître de conférences et chercheuse en psychologie à l'Université London South Bank en Grande Bretagne. L'article est publié dans Psychological Science : « <i>Constructing Rich False Memories of Committing Crime</i> »</small></p>
4m	Que disent les juges de ces "remémorations" 30 ans plus tard?	<p>Le juge Michel Huyette* écrit : « <i>À supposer qu'une victime de viol perde soudainement la mémoire de l'agression, accepter de faire partir le délai de prescription du jour où le fait lui revient en mémoire aurait pour conséquence de la laisser seule décider du point de départ de ce délai.</i></p> <p><i>En effet, personne ne pourra jamais vérifier :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>si l'intéressée a été vraiment victime d'une amnésie concernant le viol,</i></li><li>- <i>quel jour exactement le fait est réapparu dans sa mémoire.</i></li></ul> <p><i>C'est pourquoi il est juridiquement difficile d'envisager que le point de départ du délai de prescription dépende des seules déclarations, à jamais invérifiables, d'une femme déposant tardivement plainte pour viol ».</i></p> <p><b>Question :</b> Connaissez-vous les thérapies de la mémoire "retrouvée" ?</p> <p>Il répond :</p> <p><i>« Non, je n'ai pas de connaissances spécifiques en ce domaine. La seule chose que peut dire un magistrat c'est que, quel que soit le déclencheur du processus judiciaire, la règle sera toujours la même : quelle preuve est rapportée au-delà des affirmations de la plaignante ? ».</i></p>

		<p>* <b>Michel Huyette</b> est magistrat, il a exercé pendant dix années comme juge des enfants puis dix autres années dans une chambre des mineurs de cour d'appel. Il est actuellement conseiller à la cour d'appel de Toulouse. Il publie un blog : <i>Parole de juges</i>.</p>
5m	<p>Est-il possible de différencier un faux souvenir d'un vrai souvenir ?</p>	<p>Élisabeth Loftus* répond :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Oui, si on peut vérifier que l'événement remémoré s'est réellement produit : témoignages, examens cliniques, présence de traces, ADN, ce qui constitue la corroboration ou confirmation indépendante du récit lui-même.</i></li> <li>- <i>Non, pour la majeure partie des souvenirs retrouvés en thérapie qui n'avaient jamais existé jusque-là et qui portent sur des événements qui se sont passés 20 à 30 ans auparavant.</i></li> <li>- <i>Les critères invoqués de clarté, précision, vivacité, émotion, qui accompagnent le récit ne sont pas probants : un faux souvenir peut être aussi clair, précis, vif, émotionnel, qu'un vrai.</i></li> </ul> <p>* <b>Élisabeth Loftus</b> est professeur émérite à l'Université de Californie à Irvine (UCI). C'est une psychologue cognitive américaine, spécialiste de la mémoire humaine. Elle a mené d'abondantes recherches sur la malléabilité des souvenirs ainsi que sur la fabrication et le fonctionnement des faux souvenirs, y compris des souvenirs retrouvés d'abus sexuel durant l'enfance. Elle a publié de multiples articles scientifiques et un livre traduit en français : <i>Le syndrome des faux souvenirs</i></p>
6m	<p>Peut-on retrouver des souvenirs oubliés grâce à l'hypnose ?</p>	<p>Le Dr Jean-Marc Benhaiem* écrit : « <i>Depuis quelques années, régulièrement, médecins et psychologues pratiquant l'hypnose sont sollicités par des patients désireux de retourner dans leur passé. Certains veulent simplement retrouver et revivre des moments de leur enfance dont ils n'ont plus aucun souvenir. D'autres imaginent avoir subi un traumatisme, des attouchements, un abus sexuel étant enfant et voudraient que l'hypnose leur ravive la mémoire.[...]</i></p> <p><i>Tous les thérapeutes savent ou devraient le savoir : la mémoire n'est pas constituée d'un disque dur qu'il suffit d'activer pour obtenir les images du passé. La mémoire est vivante. Elle se modifie en permanence. Elle est individuelle et différente d'une personne à l'autre. La mémoire peut aussi transformer la réalité et la voir autrement que ce qu'elle est, parce qu'elle ne réagit qu'à certains faits et pas à d'autres.</i></p> <p><i>Nous avons donc d'une part une mémoire incapable de nous restituer une vérité historique de ce qui a été vécu et cela d'autant plus que les faits sont anciens. Et d'autre part, une séance d'hypnose qui est censée l'activer et l'amplifier. Si l'hypnose peut parfois favoriser la mémoire, par des associations et par une plongée dans l'imaginaire, elle ne peut donc faire revenir que des souvenirs parcellaires, non fiables pour les faits bruts et transformés par des reconstructions permanentes.</i></p> <p><i>Les instances judiciaires et juridiques ont donc raison de douter de la véracité de souvenirs trop anciens et encore plus si ces souvenirs sont revenus sous hypnose. Aux USA, depuis l'épidémie des faux souvenirs des années 70, la police n'a plus recours à l'hypnose pour raviver la mémoire des témoins et la Justice ne tient plus compte des souvenirs retrouvés sous hypnose.</i></p>

*L'hypnose médicale offre cette possibilité d'inventer, de créer et d'imaginer. Sa puissance thérapeutique provient de cette liberté et de cette malléabilité très utile sur des problèmes complexes. **L'hypnose peut créer de faux souvenirs** parce qu'elle a pour objectif le soulagement de la souffrance. Mais **ces souvenirs n'ont aucune valeur pour le Police ou la Justice** : ils sont fabriqués de toute pièce.*

*La vraie application de l'hypnose n'est pas la remémoration, mais l'oubli. La plupart des pathologies obsessionnelles, les regrets, la rumination, les plaintes, les culpabilités et les douleurs, attendent leur remède : l'oubli. Oublier n'est pas ne pas savoir. Oublier c'est ne plus se référer au passé pour exister. Tous ceux qui veulent réactiver le passé devraient penser qu'ensuite il leur faudra oublier pour trouver un apaisement.».*

\* **Jean-Marc Benhaïem** est médecin hypno thérapeute, à l'Hopital Ambroise Paré et à l'Hôtel Dieu (Paris). Il a publié 5 livres sur les applications médicales de l'hypnose notamment (en avril 2015) *Le guide de l'hypnose*