

**Thierry Gaillard**  
**Psychothérapeute FSP**

## **Règles et cadre du travail psychothérapeutique (4.2025)**

Chers clientes et clients, chers patientes et patients, veuillez je vous prie prendre connaissance des règles et du cadre du travail psychothérapeutique ci-dessous, et, le cas échéant, donner votre accord en apposant votre signature au bas de la deuxième page.

### **Le travail psychothérapeutique**

En séance, vous êtes invité à parler librement de votre situation, de vos symptômes, de vos rêves, de votre histoire, de vos émotions, etc. Vous pouvez exprimer tout ce qui se présente, c'est le principe de la « libre association ». Il ne s'agit pas de juger les choses, mais de s'approcher de ce qui est, de clarifier et de mieux comprendre. Votre travail thérapeutique, et ses résultats, reposent sur ces associations d'idées, une plus grande conscience de soi, pendant et entre les séances.

En psychothérapie, il ne m'appartient pas de vous donner des conseils sur ce que vous devriez faire ou penser, mais de vous aider à trouver en vous-même des réponses qui vous correspondent, selon votre histoire, votre sensibilité et votre personnalité. Mes interventions ont pour but de stimuler votre propre travail introspectif. Dans cette perspective mon attention se porte sur des significations inconscientes que je tente de porter à votre attention.

Il s'agit d'un travail d'introspection qui requiert un minimum de conditions, situation personnelle, santé et stabilité, il ne s'adresse donc pas à tout le monde.

### **Le cadre du travail**

En fonction de la demande et de la situation de chacun (e), nous convenons d'un cadre spécifique. Quelques règles classiques doivent être respectées :

1. Le paiement en fin de séances (cash, twint, ou virement bancaire, sauf Lamal et autres partenariats/assurances).
2. Le respect d'une fréquence des séances (selon entente)
3. Liberté de parole, d'expression des ressentis, impressions, émotions, intuitions, etc.
4. En cas d'arrêt ou de suspension des séances, il est d'usage de faire une séance de bilan. Celle-ci permet de revenir sur les points les plus significatifs, mais aussi de reconnaître les aspects qui n'auraient pas encore été réglés.

### **Les séances**

Mes tarifs s'adaptent en fonction d'un enjeu personnel représentatif de votre train de vie, selon la durée des séances et des éventuels remboursements par les assurances (Lamal, complémentaires, internationales, etc.).

Tarif indicatif : de 170 frs à 250 frs la séance, ou mix forfait mensuel et séances ponctuelles.

Les séances ont une durée d'environ 40/45 minutes. Cette durée est adaptée aux capacités naturelles de concentration. Elle n'est pas minutée mais n'excède en principe pas 50 minutes. Pour des questions pratiques du tournus des consultations, la durée administrative facturée correspond à la durée de la séance réservée sur les agendas. Pour les facturations aux assurances, je facture un forfait pour le travail administratif.

Mon agenda online Calendly est la principale référence. C'est à vous de réserver les séances sur Calendly - qui sont automatiquement validées - car la déontologie interdit aux thérapeutes de « courir après » les clients ou les patients. Veuillez svp noter que toutes les séances annulées moins de 48h à l'avance, ou manquées (maladie, oubli, imprévu, etc.) sont à payer personnellement (NB, la Lamal ne rembourse pas les séances manquées) - car cela bloque des heures qui ne sont dès lors plus disponibles pour les autres. Par ailleurs, si vous le faites 48h à l'avance, vous pouvez vous-même déplacer les rendez-vous.

### **Rapport aux symptômes**

Le travail psychothérapeutique demande à être attentif aux symptômes, au corps, aux émotions et autres ressentis et coïncidences. De manière générale, les symptômes réclament plus d'attention, d'y mettre des mots. Ils servent de boussole dans l'exploration de soi. Les produits et /ou médicaments qui interfèrent avec ces ressentis sont contre-indiqués. Le principe étant d'être toujours capable de savoir authentiquement « comment l'on va », ce qui n'est pas possible sous l'effet de certains médicaments. D'autre part, un travail en profondeur (sur l'inconscient) peut faire resurgir d'anciennes situations, ou traumatismes, susceptibles de déborder les mécanismes de défenses artificiels et causer, ou aggraver, certains troubles psychologiques. Il est important de travailler « en eaux claires » pour que ce soit constructif.

Le respect du cadre, la transparence vis-à-vis de ses symptômes, offre de bonnes conditions à l'intégration positive de ces « retours de refoulés » ainsi qu'une grande liberté dans le travail d'introspection. A ce propos, les contacts et les politesses sont réduits au minimum afin de donner une plus grande place à la dimension symbolique et introspective propre à la psychothérapie. Enfin, l'expérience montre qu'il peut être contre-productif, voire dangereux, de mélanger différentes approches thérapeutiques, en particulier lorsque, par exemple, elles visent simplement à renforcer l'ego, au lieu du travail d'intégration plus global.

### **Accord de confidentialité**

Le cadre thérapeutique est un espace de liberté d'expression strictement confidentiel, valable dans les deux sens, et il n'est bien sûr pas permis d'enregistrer les séances. Pour les facturations, (assurances), vous devez consentir à la transmission de quelques informations.

Pour garantir la confidentialité de notre travail après son terme, vous donnez votre accord pour délier votre psychothérapeute (moi-même) du devoir de conservation (en principe 10 ans) de tous documents relatifs au travail psychothérapeutique.

Pour des formations et/ou publications, vous donnez votre accord pour que des éléments de votre psychothérapie soient éventuellement partagés de manière strictement anonyme

Je déclare avoir lu et donné mon accord à ces règles et au cadre présenté ci-dessus, en particulier en ce qui concerne la levée de l'obligation de conserver des documents concernant le travail psychothérapeutique.

Pour des fins de formation ou de publication, je donne mon accord pour que soit partagé, de manière strictement anonyme, des éléments de mon travail psychothérapeutique.

Nom :

Prénom :

Date naissance :

Signature :

Lieu et date :