

« Apprenez vos théories aussi bien que vous le pouvez, puis mettez-les de côté quand vous entrez en contact avec le vivant miracle de l'âme humaine. »

C.G Jung

Au sommaire

**Marie-José de Aguiar
et Alain Héril :
regards croisés sur
une expérience**

« Thérapie pour thérapeutes »

Psychanalyse et Gestalt

Compte-rendu sensible du stage animé à Paris

par Marie José de Aguiar et Alain Héril



Alain et moi même avons proposé un groupe de thérapie sur 3 jours. Les participants avaient le choix de travailler leur thème avec l'un ou l'autre de nous. Nous avons pris le parti que le thérapeute qui n'était pas choisi n'intervenait pas dans le travail qui se déroulait, cela aurait de notre point de vue été trop troublant tant pour le patient qui travaillait que pour

le thérapeute qui accompagnait. En effet, même si nous sommes souvent en accord sur la compréhension des situations thérapeutiques qui nous sont amenées, nos postures sont très divergentes. Un travail thérapeutique est différent d'un travail de supervision où là nous n'hésitons pas à tisser ensemble des points de vue théoriques et cliniques, mais dans une séquence de thérapie chacun est engagé entre autre, sur un mode affectif qui nécessite une particulière vigilance, de mon point de vue.

Le groupe était constitué de 9 personnes, analystes, sophrologues, gestaltistes.

L'expérience a été tout à fait innovante, le choc de culture, tant pour le courant des analystes que pour le courant des gestaltistes. Deux mondes si différents même s'ils se côtoient et se respectent!

Cette aventure m'a mise dans deux espaces essentiels de mon expérience intérieure :

La 1ère expérience a été de m'exposer dans mon exercice de thérapeute gestaltiste face à des individus qui ne faisaient pas partie de ma « famille », c'est à dire que je sentais que je prenais le risque de me montrer devant des « étrangers », d'être jugée. Je prenais conscience que ce qui me paraissait naturel dans ma posture thérapeutique pour ma communauté ne l'était pas devant ces nouveaux collègues. Par exemple, l'amplification d'un cri, d'un mouvement corporel, la mise en forme à l'extérieur de la représentation interne de mon patient, tout cela n'était pas très conventionnel!! pour mes collègues analystes.

La 2ème expérience était que je me devais d'accueillir ce monde différent du mien que m'exposait à son tour mon collègue analyste. Son point de vue plus centré sur les liens, l'histoire passée, les lapsus, l'inconscient, le transfert, des outils que j'utilise peu, même si je suis souvent en accord avec. Je sentais parfois que je tendais à penser qu'il ferait bien de faire comme moi! Très vite je comprenais que l'idée n'était pas que nous fassions pareil, d'autant que j'estime le travail de mon collègue et qu'il ne s'agissait pas de savoir qui était mieux que qui! Je me devais d'accueillir nos différences.

J'imagine que mes collègues analystes en me voyant travailler ont eux aussi pensé parfois que je ferais mieux de faire comme eux!!

Nous faisons la grande expérience de la rencontre de la différence, avec un grand D.

Cela a été toute une aventure pour nous tous.

Deux tonalités au moins, se sont côtoyées pendant ces 3 jours, celle des liens, de l'inconscient, des mots, de la pensée, et celle de l'émotion, du ressenti, du mouvement, de la relation. Deux mondes aussi différents soient-ils dans leur expression, leur forme, ont pu se rencontrer acceptant souvent que le fond était le même et que le choix de la forme ne trahissait pas le fond.

C'est avec intérêt et respect que j'observais mon collègue analyste conduire sa séance, m'imaginant comment j'aurais peut être exploré ce chemin à la manière de la Gestalt. Du point de vue clinique je crois que nous avons dans chacun des travaux, quasi la même lecture sur la situation exposée, mais nos techniques divergeaient, et notre humanité nous rejoignait.

De mon côté à chaque séance que je conduisais je savais que je prenais le risque d'heurter des collègues plus analytiques, mais c'est dans une atmosphère de confiance que j'exposais mes points de vue, mes couleurs, mon énergie, tout ce que j'aime chez l'individu.

Chacun de nous avons dû à un moment donné de ces 3 jours, tenter de ne pas nous figer dans nos croyances, dans nos convictions, nos certitudes qui entravent nos rencontres. Nos limites ont parfois été atteintes et peut être qu'il ne nous a pas toujours été possible d'adhérer au monde de l'autre, mais c'est avec beaucoup de respect que nous avons continué de cheminer et tenter de grandir ensemble.

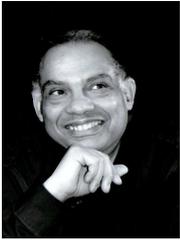
Nous avons dû lâcher nos résistances et nos rapports de force, il ne s'agissait plus de chercher qui était dans le « vrai », il a été question de rencontre d'humain à humain autour des thèmes comme l'intimité, le dévoilement, la poésie, la violence, l'abus, l'amour...l'esclavage....

Cette expérience est à renouveler elle m'amène dans tous les cas et je crois ne pas avoir été la seule, sur le chemin de la réconciliation, entre le tout et son contraire, le noir et le blanc, l'ombre et la lumière, la femme et l'homme, le père et la mère, le doux et le puissant, la guerre et la paix, l'analyse et la gestalt.....

Un grand merci à nous tous.

Marie José de Aguiar





Ce que nous avons vécu durant ces trois journées de thérapie pour thérapeutes est de l'ordre de l'expérience. Rien n'y était balisé à l'avance, nous n'avions prévu, Marie-José et moi-même, ni les réactions ni les enchaînements. Pas d'anticipation sur le processus à venir ! Juste le fait de poser un cadre où l'enjeu était d'ouvrir au maximum les espaces de rencontres entre les univers intimes des thérapeutes et les liens secrets et subtils avec l'espace thérapeutique.

Voir. Expérimenter. Ressentir.

Mais, aussi se donner le droit à la fragilité et au désarroi.

Pas de réponse établie, pas de dogme facile. Nous voulions juste poser à un endroit des failles et des douleurs, des plaies et des tracas... Cela eut lieu, tout comme la joie et l'étonnement furent au rendez-vous !

Pour ma part, je me méfie beaucoup des scénarios pré-écrits et surtout ceux qui voudraient que l'on parte de la difficulté pour aller **très vite** vers la résolution du « conflit ». Nous portons en nous ce besoin d'accès rapide à l'oubli de nos « problèmes ». Mais, je pense (et c'est valable aussi dans le temps thérapeutique) qu'il est bon de prendre le temps d'épuiser l'Ombre !

C'est un peu cela que nous avons mis en place : s'appuyer sur la psychanalyse et la gestalt-thérapie, les laisser se parler, s'interroger, se maudire, s'exclure et se trouver... pour aller, ensemble, vers ce lieu où, l'Ombre enfin exsangue regorge d'une véritable lumière.

Merci à celles qui ont osé faire ce voyage à nos côtés.

Il restera en moi comme une pierre de jade.

Alain Héril

