

Marie-Laure Jeannot

Mémoire de certification

Indigo Formations

*LA RECONSTRUCTION DE L'EROS DANS LE TRAVAIL*  
*THERAPEUTIQUE*

*ou le retour possible de l'amour de soi*

Novembre 2016

*« La douleur est l'aube qui sépare le sommeil de l'éveil »  
Khalil Gibran*

*A Emma-Lou et Raphaël, mes réserves d'Eros,*

*A Virginie dont la pendaison a rectifié ma vie,*

## Préambule

J'ai entrepris une réflexion sur ce travail de mémoire il y a plus d'un an et demi... Avant les évènements du 13 novembre 2015 et les tristes évènements successifs, mais après Charlie Hebdo et l'Hypercashier.

En décembre 2015, pleine de doute sur la pertinence d'un discours sur l'Eros, j'ai senti la main amicale de Jung me tapoter l'épaule dans sa préface de *Psychologie de l'inconscient*. Ce discours si synchrone sur la nécessité d'un travail individuel pour que le changement collectif s'enclenche, m'a tout simplement rappelé que nous sommes avant tout une pluralité de Un et non un simple groupe homogène. Et qu'il se joue en chaque Un (chacun), l'enjeu de l'amour et de la haine, de la construction et de la destruction.

Cette « main Jungienne » sur mon épaule m'a fait renouer avec l'idée de pouvoir œuvrer à mon niveau.

L'envie et la curiosité d'explorer ma patientèle à partir de cet axe, ont fini de me convaincre.

Je crois ainsi en la puissance de l'Eros même si je reste hagarde face à la haine. La lecture de *La Légèreté* de Catherine Meurisse a fini de m'en convaincre car mes propres méandres se sont reconnus avec une puissance insoupçonnable dans ce moment tragique de la perte de l'Eros... L'amertume ou l'a-mer me tu.

A travers ce sujet, je suis sans nul doute à l'endroit où je sublime mon incapacité à me défendre, sans négliger le désespoir dans lequel me plonge les évènements terroristes ; à l'endroit où se joue l'ambition presque invouable que mon travail œuvre au réveil de l'Eros pour les personnes que j'accompagne, afin d'avoir plus de poids face à la montée de Thanatos quelle qu'en soit sa forme... Voilà certainement une version naïve de Prométhée.

Alors pourquoi perdons-nous notre Eros, pourquoi ne s'aime-t-on pas ? Comment s'introjecte le fait de ne pas s'aimer ? Quelles en sont les conséquences ? Et comment permettre à ceux que nous accompagnons d'en prendre la mesure ? Quelles sont les portes par lesquelles nous pouvons, en tant que thérapeute, tenter de faire passer nos patients pour amorcer l'idée de la reconstruction ?

Mais d'ailleurs, pourquoi parler de reconstruction ?

Parce que quelque chose s'effondre, parfois même se détruit... Notre narcissisme. Mais évoquer le narcissisme est clairement péjoratif, à la limite du tabou car mélangé à l'Ego, il est associé à une attitude décriée. Le site des synonymes en ligne est sans appel sur ce mot : « amour-propre, autisme, égocentrisme, égoïsme, égotisme, endurcissement, introversion, nombrilisme. » Avec les antonymes : « allocentrisme, altruisme, dévouement ».

Alors comment oser s'aimer quand il faut passer par quelque chose de honteux, d'inavouable ?

Se présentent alors à mes yeux bon nombre de mes patients confrontés à un moment donné, à cette pudeur de l'enjeu narcissique. Emprunte d'une gêne difficilement feinte, mais ouvrant systématiquement pour moi, la voie royale du travail thérapeutique ; travail thérapeutique que je vais tenter de développer ici dans un double mouvement de réflexivité professionnelle et de partage de pratique et selon le déploiement suivant :

Il m'a semblé pertinent dans un premier temps, d'apporter quelques définitions autour de l'Eros et de Thanatos afin de clarifier mes propos. D'ouvrir ensuite le sujet par les manifestations de Thanatos, car elles constituent la demande d'accompagnement thérapeutique. Et enfin, de consacrer une dernière partie à l'explicitation des différentes phases repérées dans ma pratique professionnelle,

rendant ainsi ce travail de mémoire non exhaustif sur le sujet de la reconstruction de l'Eros.

Afin d'étayer mes observations, il m'a semblé judicieux de parcourir le chemin théorique à partir de patients accompagnés, ce qui permet d'une part, d'éclaircir mes propos et d'autre part, de dresser une cartographie que j'espère aidante, des différentes manifestations. C'est également l'occasion de mettre en parallèle le concept E.S.S.E.

*La reconstruction de l'Eros dans le travail thérapeutique  
ou le retour possible de l'amour de soi*

<b>I. Eros et Thanatos</b>	<b>8</b>
<hr/>	
1. Eros et Thanatos	8
1.1 Dans la mythologie,	8
1.2 Dans La psychanalyse	9
a. Eros et pulsion de vie	
b. Thanatos ou pulsion de mort	
2. Le narcissisme	10
a. Narcissisme primaire	10
b. Narcissisme secondaire	11
3. L'estime de soi	11
<b>II. Les manifestations de Thanatos observées</b>	<b>13</b>
<hr/>	
1. Le Traumatisme	14
2. Les symptômes physiques de la maladie	18
3. Le système dépressif	21
4. La maltraitance infantile	25
5. Le chaos dans l'introjection	32
<b>III. Le travail thérapeutique ou le retour de l'Eros</b>	<b>37</b>
<hr/>	
<i>Du lien à l'Autre au lien à Soi</i>	
<b>1. Garantir, mettre à disposition l'Eros</b>	<b>38</b>
a. La curiosité	40
b. Le miroir narcissisant	41
c. L'étayage	43
d. La mère suffisamment bonne	45

<b>2. Réparer les défaillances</b>	<b>47</b>
<i>Du lien à Soi au lien à l'Autre</i>	
a. Comprendre ce qui a été introjecté : la part subjective	48
b. Reconnaître la part qui meurt en soi	49
c. Admettre sa part de responsabilité : sortir de la béatitude	50
d. Exprimer le mécontentement	52
<b>3. Laisser advenir</b>	<b>54</b>
a. L'opportunité	56
b. Les rêves	57
c. La régression	58
<b>IV. Conclusion</b>	<b>60</b>
<hr/>	
<b>Remerciements</b>	<b>63</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>64</b>

## I. Eros et Thanatos

---

Pourquoi parler d'Eros et non pas uniquement de narcissisme ? Assez simplement parce que cela ne permettrait pas d'évoquer la notion de responsabilité à laquelle je tiens. Car elle est apparue au fur et à mesure de ma pratique comme un fondement dans mes accompagnements, mais également comme fondatrice de ma posture de thérapeute en dessinant assez clairement les limites de ce rôle.

Ainsi, parler d'Eros, c'est rendre à chacun la part qui lui incombe, évitant le trop facile penchant à vouloir sauver l'autre que les métiers d'aide et d'accompagnement illusionnent.

Citer Thanatos, c'est appréhender l'idée du Chaos et de la destruction et regarder en face ce qui effraie, égare et démobilise dans sa version la plus large.

Mais afin que les termes soient clairs, voici quelques définitions.

### 1. Eros et Thanatos

#### 1.1 Dans la mythologie

Éros est le dieu de l'Amour et de la puissance créatrice dans la mythologie grecque.

Dans la Théogonie d'Hésiode (viii<sup>e</sup> siècle av. J.-C.), il est issu de Chaos et constitue, avec Ouranos, Nyx, Gaïa et Érèbe, une des cinq divinités primordiales. C'est le seul qui n'engendre pas, mais il permet à Ouranos et Gaïa de le faire.

Joliment raconté aux enfants dans le feuilleton d'Hermès, Eros est ce vieillard qui regarde avec tendresse la naissance de Gaia, puis d'Ouranos.

Au commencement, il n'y avait rien d'autre qu'un trou béant, le Chaos, l'espace immense et ténébreux, qui a toujours existé et par qui l'Univers sera créé.

Dans ce Chaos, des forces s'agitèrent et donnèrent naissance à Gaïa. « Enfin quelque chose de stable et de solide venait de naître de ce vertigineux trou noir, Gaïa, toute ruisselante de lumière, s'offrait comme le plancher du monde. » Arrive ensuite Ouranos à l'allure « puissante et protectrice » qui vint s'allonger juste au-

dessus de Gaïa et « la recouvrir exactement, comme un couvercle. Ouranos venait d'accrocher pour toujours le Ciel au-dessus de la Terre. » Mais pour que naissent ensuite les montagnes, rivières et différents paysages et qu'Ouranos et Gaïa ne soient pas que faits de vide, il faudra l'intervention d'Eros. Eros permet le lien entre Gaïa et Ouranos pour qu'ils engendrent car « rien ne peut naître sans amour ». *Le feuilleton d'Hermès* de Murielle Szac

## 1.2 Dans la psychanalyse

### a. Eros ou pulsion de vie

En psychanalyse, Eros désigne les pulsions de vie par opposition à Thanatos qui désigne les pulsions de mort.

Eros comprend l'ensemble des pulsions de vie, c'est-à-dire les pulsions d'autoconservation (ou pulsions du moi) comme les pulsions sexuelles qui tendent à l'épanouissement et au développement.

### b. Thanatos ou Pulsion de mort

Freud l'oppose en fait à la pulsion de vie. C'est une force tendant à rétablir un état antérieur, régressif, afin de réduire complètement les tensions en tentant de rejoindre un état anorganique, inanimé, proche de l'anéantissement.

Cette pulsion agit de manière répétitive et peut être tournée contre soi, ou dirigée vers l'extérieur. Vers soi comme tendance à l'autodestruction ; vers l'extérieur en tant que pulsion d'agression dont le but est la destruction de l'objet.

Les pulsions de mort, bien que contraires à la vie, lui sont inhérentes car, avant la vie, était la mort (au sens de l'inorganique) comme c'est notamment évoqué dans la cosmogonie Grecque.

Ainsi, Eros tend à unifier, dans le sens de la vie, de la construction, tandis que Thanatos détruit, divise, réduit à néant le vivant. Pourtant, en un sens, l'un comme l'autre, participe à la vie car les pulsions agressives, une fois socialisées, sont

indispensables à la combativité, à l'activité mais également à l'expression de la singularité, comme nous l'évoquerons dans la partie consacrée au travail thérapeutique.

## 2. Le narcissisme

L'Eros est donc notre carburant, la part qui nous incombe dans notre lien à la vie, mais que notre arrivée au monde sur un mode dépendant va d'abord confronter à l'autre, constituant ainsi un « biais » majeur dans notre lien à nous-même.

Cette confrontation à l'autre procède de plusieurs étapes qui ont pour chacune des impacts spécifiques, créant la diversité des enjeux narcissiques et ainsi, des troubles inhérents.

Enjeux narcissiques car notre part d'amour s'établit selon deux mouvements : celui de soi à soi, et celui de soi vers l'autre.

« Donc le narcissisme ne se limite pas à un stade particulier de la libido, mais étant notre part d'amour de soi, il accompagne tous les stades » - Lou Andréas-Salomé dans *Le narcissisme* de Paul Denis (p. 19)

### a. Narcissisme primaire

Freud va décrire le narcissisme en deux temps : un dit primaire et concernant la période dite de fusion à la mère. Il s'établit par les fonctions vitales soutenues par les personnes qui s'occupent de l'enfant et les premières satisfactions sexuelles autoérotiques. Il est donc son propre objet d'investissement.

« Nous disons que l'être humain a deux objets sexuels originaires : lui-même et la femme qui lui donne les soins » - Paul Denis dans *Le narcissisme* (p. 20)

### b. Narcissisme secondaire

C'est à partir de l'investissement des autres que le narcissisme secondaire va apparaître et se développer. Il ouvre à la relation à l'autre. « L'autre vers qui on tend ses filets pour se voir et que l'on ramène en soi... Cela fait alors, selon Freud,

sortir de l'omnipotence du narcissisme primaire (qui) s'est trouvé confronté aux limitations de la réalité et à la résistance aux autres à s'ajuster exactement à ses désirs et à ses besoins. » Paul Denis dans *Le narcissisme* (p. 22)

### 3. L'estime de Soi

Le mouvement narcissique a pour ambition de produire un rapport à soi et aux autres satisfaisant, valorisant. « Le surmoi est l'héritier du complexe d'Œdipe et l'idéal du Moi, un avatar du narcissisme » André Green dans *Narcissisme de vie, Narcissisme de mort* (p. 48)

La notion de rapport satisfaisant doit ainsi pouvoir s'entendre au sens unifié. Toujours selon André Green, dans *Narcissisme de vie, narcissisme de mort*, « Le narcissisme est le désir de l'Un ; Un au sens Unité ou entité unitaire » (p. 55) ; donc procédant d'un rapport à soi et à l'autre, équilibré.

Car en effet, toute la libido ne passe pas dans les objets d'amour, « il en reste une part consacrée au sujet lui-même (...) sous la forme de l'estime de soi. » Estime de soi qu'a le Moi ! Ainsi, le sujet a établi un idéal auquel il mesure son moi afin de retrouver « la perfection narcissique de son enfance. » Dans *Le narcissisme* de Paul Denis.

La notion d'estime porte l'idée de la mesure. « Le verbe estimer vient du latin *aestimare*, « évaluer » dont la signification est double : à la fois « déterminer la valeur de « et « avoir une opinion sur » ». (C. André et F. Lelord dans *L'estime de soi*)

Ce regard sur soi est en lien avec notre équilibre : lorsqu'il est positif, il nous renforce ; lorsqu'il est négatif, il nous affaiblit, nous fait souffrir.

Dans le travail thérapeutique, nous recevons principalement des personnes en situation d'égarement, que ce soit dans leur lien au monde ou dans leur lien à eux-mêmes directement.

Evidemment, les patients reçus dans mon cabinet ne sont pas venus directement me parler de leur difficultés avec Eros ou de la prédominance de Thanatos...

Ils sont plutôt venus me dire à quel point ils étaient étreints dans certains de leurs costumes, à quel point il leur était difficile de s'aimer, d'être aimé, ou au contraire, de ne pas l'être.

Certains sont également venus me dire à partir de leurs symptômes, où Thanatos avait planté ses crocs.

## II. Les manifestations de Thanatos observées

---

C'est à partir de l'exploration de ma patientèle que les manifestations de Thanatos sont proposées et plus spécifiquement, par un système de regroupement par thème.

Dans mon cabinet, je vois surtout arriver des personnes dont le « dévouement » à l'autre semble en place, mais dont le lien à soi est égaré, abîmé, ravalé. Trop souvent confrontée à des « propriétés abandonnées », je me suis interrogée sur les mécanismes inhérents à ces vétustés narcissiques.

J'ai ainsi observé qu'une majeure partie de mes patients ne se tenaient plus la main, ne s'appuyaient plus sur eux-mêmes et que peu à peu, ils se déresponsabilisaient de leur vivant en errant dans des méandres de mésestime, de somatisations, de dépressivité, notamment parce qu'une part d'eux n'était pas, ou plus, fiable. Cette fiabilité était tombée sous le joug de défaillances situationnelles ou n'avait pas pu se construire correctement par manque d'amour structurant, par manque d'étayage.

Premières observations en me frayant un chemin : à la suite d'un événement traumatisant, d'un manque d'amour, d'un manque d'information, le rapport à soi-même se trouve altéré.

Parce que l'on n'a pas été aimé, parce que l'on n'a pas su se défendre, parce que l'on n'a pas su réagir, parce que l'on n'a pas su tout simplement, nous avons désinvesti une part confiante en nous et laissé la place à une relation désunie, donc mortifère.

La variété des situations rencontrées m'a souvent confondue dans mes diagnostics car les stratégies compensatoires, ou dites de survie, ne sont pas utilisées de la même manière par chacun d'entre nous. Il y a une différence majeure entre la situation factuelle, le vécu de la personne, et la compréhension qu'elle en a. Voilà pourquoi le plus important est de percevoir où elle se trouve ; à quel endroit elle

reste en errance, dans quel méandre elle se cache pour ne plus parvenir à entrevoir d'horizon.

Le sujet que j'ai décidé de traiter se fait à partir de ce qui crée la perte d'amour de soi et non à partir des mécanismes de défense. C'est la raison pour laquelle je n'ai pas opté pour un chapitre sur ce sujet. En revanche, parce qu'ils participent à la pluralité des situations que nous rencontrons, j'ai décidé de les évoquer afin de pouvoir les décrire, à partir des situations des personnes accompagnées.

Sur le chemin du manque d'amour de soi ou de sa perte, nous allons observer le traumatisme, les symptômes de la maladie, le système dépressif, la maltraitance et l'absence d'étayage primaire.

Dans le cadre du concept ESSE, l'aboutissement est spirituel car c'est le retour du lien à soi, en soi, sans discontinuité. Mais il est opportun, en fonction des différentes situations évoquées, d'en apercevoir les combinaisons singulières.

## 1. Le traumatisme

Lorsqu'un événement non prévu survient, une part de soi peut ne pas fournir une réaction adaptée. Notamment parce que la soudaineté et/ou la virulence de l'événement ne permet pas d'élaborer de réponse. Le dommage majeur de cette situation est qu'elle envoie à notre cerveau reptilien, en charge d'assurer notre survie, l'information que nous n'avons pas su gérer la menace. S'ensuit une projection vulnérable de soi, créant le manque de fiabilité.

Mais ce qu'il y a de plus terrible encore, et qui fixe le traumatisme, c'est l'impossibilité de dire, de raconter et de nommer. Car cela maintient la charge émotionnelle enkystée et mobilise « ailleurs », la personne.

Définition :

La commotion psychique

« Survient toujours sans préparation. Elle a dû être précédée par le sentiment d'être sûr de soi, dans lequel, par suite des évènements, on s'est senti déçu ; avant on avait trop confiance en soi et dans le monde environnant ; après, trop peu ou pas du tout. On aura suresstimé sa propre force et vécu dans la folle idée que ça ne pouvait pas nous arriver à nous. » Sandor Ferenczi dans *Le traumatisme*.

L'ensemble des phénomènes consécutifs au traumatisme, intègrent un état de passivité que Sandor Ferenczi décrit ainsi : « Un choc inattendu, non préparé et écrasant, qui agit alors comme un anesthésique joint à un état de passivité dépourvue de toute résistance. (...) Face à l'événement traumatique qui vient donner corps à quelque chose d'irreprésentable, la psyché ne peut assurer sa tâche habituelle, qui est d'intégrer les éléments du monde extérieur. » *Le traumatisme* (p. 20).

Ainsi, le traumatisme vient dire quelque chose d'autre de nous, et cette nouvelle information ne correspond pas à la nécessité narcissique qui tend à mobiliser son plaisir vers une image satisfaisante de soi.

Dans une telle situation, et en fonction de l'intensité de la commotion psychique, l'inconscient va élaborer des stratégies dites de survie, optant notamment pour la sidération de la pensée ou la fragmentation d'une partie du Moi.

« Le motif le plus efficace du refoulement est de rendre non advenue, la blessure subie » - Sandor Ferenczi.

♦ Le cas de Adeline ou ce qui est traumatisant, ce n'est pas ce qui est évident  
Adeline est une jeune femme avec plusieurs années de travail thérapeutique derrière elle, notamment lié à son comportement alimentaire à l'adolescence,

oscillant entre anorexie et boulimie, et son histoire traumatique autour de la sexualité. Elle arrive en consultation car elle vit une relation de couple insatisfaisante depuis plus d'un an et demi, et ne parvient pas à y mettre un terme. Elle ne parvient notamment pas à savoir si c'est une absence de sentiment, ou ses difficultés à nommer ce qu'elle veut, qui crée l'insatisfaction.

Adeline a en effet certaines difficultés avec son désir. Lors de différents séjours dans la maison de vacances familiale, Adeline va, à partir de l'âge de six ans, subir à plusieurs reprises, des attouchements sexuels de la part de son cousin.

Dans le cadre d'un travail thérapeutique, Adeline porte plainte contre son cousin pour viol car une scène en a les caractéristiques. Cette plainte sera requalifiée car l'examen médical ne confirmera pas le viol. Désavouée, Adeline va subir le rejet d'une partie de la famille. Les crocs de Thanatos mordent alors encore plus fort, son estime personnelle.

Adeline parvient à comprendre la dépossession qui a été la sienne lors de la plainte car le système de cette plainte se déclenche quasi simultanément après avoir évoqué ces souvenirs traumatiques ; elle est alors dépassé par les événements.

Au fur et à mesure de l'exploration des différentes expériences qu'Adeline rencontre, notamment autour de la sexualité, je m'aperçois qu'elle opte dans certains de ses comportements, pour la curiosité, comme s'il fallait voir de plus près. Je comprends peu à peu que l'âge précoce d'Adeline dans cet univers sexuel l'amène à élaborer de manière très imagée, la sexualité. Et que lors de la plainte, elle manque encore énormément d'informations, et que ce qu'elle imagine être une pénétration n'en est pas une.

La compréhension de l'effraction psychique amène le terrible constat d'une perforation dans la capacité fantasmatique d'Adeline. Les attouchements deviennent des relations sexuelles d'adultes dans son esprit et pour en supporter l'impact psychique, Adeline aura recours à l'angoisse. L'angoisse qui conduit à « l'autodestruction, qui en tant que facteur délivrant de l'angoisse sera préféré à la

souffrance muette. Le plus facile à détruire en nous, c'est la conscience. » Sandor Ferenczi dans *Le traumatisme* (p. 36)

A l'adolescence, elle oscille entre périodes d'anorexie et de boulimie et sera hospitalisée afin d'être stabilisée.

Mais pour autant, dans sa réalité quotidienne, Adeline ne parvient pas à s'appuyer sur elle, à avoir « accès à ce qui est bon pour elle ». Et la remémoration des évènements ne lui permet pas de se sortir de réactions sidérantes, notamment lorsqu'elle doit nommer ou communiquer ses désirs, puis les mettre en acte. Elle reste en forte demande de soutien pour prendre ses décisions, notamment au sujet de son couple.

Lors d'une séance, Adeline arrive avec un sentiment de malaise après avoir évoqué à une personne, la plainte requalifiée. Nous explorons à nouveau le contexte de la plainte, mais cette fois-ci à partir de son ressenti de malaise, ce qui m'amène à comprendre et lui partager que le plus terrible pour elle dans cette plainte requalifiée, c'est qu'elle révèle sa crédulité d'enfant, qu'elle « disqualifie » son élaboration psychique. Que l'on voit le mensonge et non la désinformation, et que cela dure encore et prolonge l'état de sidération...

- Adeline n'a pas pu élaboré à l'aide d'un tiers, la commotion psychique, ce qui crée le traumatisme

En effet, personne n'est venu expliquer à Adeline ce qu'elle n'avait pas compris. Et la différence majeure entre l'image fantasmée et la réalité des faits, est restée en suspens. Depuis, elle reste confuse à l'endroit de ses ressentis car ils ont perdu tout crédit aux yeux des autres, mais à ses propres yeux. S'ajoute alors, au non-respect du NON qu'elle pose à son cousin, la honte de la confusion dont personne ne l'aide à sortir.

En permettant à Adeline de comprendre que justement elle n'a pas compris, je l'invite à une nouvelle image d'elle-même, éloignée de celle d'une jeune femme

faisant des histoires « pour rien » et qui n'en a pas moins été touchée par son cousin à un âge si précoce que son élaboration était impossible.

En redéfinissant ce décor qui est le sien, Adeline va peu à peu accéder à sa capacité à dire ce qu'elle souhaite ou non, vivre aux côtés de son compagnon, et à prendre une place plus affirmée dans son réel.

L'accès à ses ressentis est à nouveau validé. L'occasion de la laisser décider pour elle, va pouvoir se jouer.

Dans le cadre du concept ESSE, les dimensions émotionnelles et existentielles sont mises au travail dans un premier temps. Puis la dimension sexuelle, afin de permettre à Adeline de restaurer la part manquante en elle.

## 2. Les symptômes physiques de la maladie

Dans certains mécanismes que je vais tenter de décrire ci-dessous, nous avons des informations contradictoires qui nous alertent.

- ♦ Le fonctionnement de Gaëlle ou seule une version est investie

Gaëlle consulte car elle a « des difficultés avec l'engagement ». Jeune femme célibataire de 38 ans, avocate en cours d'association, elle est essentiellement élevée par son père car sa mère « abandonne le foyer » lorsqu'elle a deux ans. Elle réapparaît quand Gaëlle en a dix. Actuellement, elle profite de l'aisance financière de sa mère, notamment pour soulager ses achats compulsifs et rembourser son appartement, mais ce lien est une « contrainte relationnelle ».

Peu de temps après son entrée en thérapie, elle rencontre un homme, ce qui réveille chez elle beaucoup d'angoisses et sa position très attentiste que nous mettons au travail. Rapidement, la peur d'être quittée si « elle ne fait pas comme il faut, est évoquée ». Après quelques rendez-vous, elle n'aura plus de nouvelles de cet homme avec qui elle avait pris soin de ne « pas trop donner trop vite », ce qui

l'amènera à solliciter des antidépresseurs auprès de son médecin généraliste, suite à de fortes crises de larmes.

Quelques séances plus tard, je découvre les nombreux soucis de santé de Gaëlle depuis 2011 et reste perplexe devant son désintérêt total pour sa santé. Pourtant, cela parle de nodules au cerveau, d'ablation de la thyroïde et de papillomavirus.

Une part meurt en elle et cela ne semble pas vraiment la concerner. Le clivage pointe le bout de son nez...

Je sollicite de plus en plus ses ressentis, notamment en lien avec la fin de cette rencontre amoureuse. Gaëlle n'est finalement jamais choisie par les hommes, par sa mère, puis finalement par son père lorsqu'il refait sa vie. Ce dernier événement est d'autant plus terrible que la petite Gaëlle garde le souvenir du regard triste de son père dans le rétroviseur et de la promesse qu'elle se fait de « s'en occuper ».

Ainsi, elle s'édifie narcissiquement autour du père, mais n'investit jamais la douleur liée à la mère.

Peu à peu, Gaëlle va être invitée à venir en séance avec son ressenti, ses émotions. Et nous allons créer les contextes nécessaires pour que le bénéfice à s'exprimer soit renforcé au profit de celui à attendre de l'autre pour mieux s'y adapter. Elle s'adressera ainsi à l'amoureux furtif représenté par un fauteuil Poang et une boîte de mouchoirs en guise de cheveux, mais cela fera son effet sur cette femme qui n'a encore jamais existé subjectivement. Peu à peu, les sensations peuvent être explorées, comme cette boule dans la gorge lorsqu'elle évoque l'abandon par sa mère qui « se débarrasse d'un boulet ». Les maux de Gaëlle parlent d'eux-mêmes car ils sont de différentes formes de boules (kystes, nodules) et peuvent être rattachés à l'idée de somatisation en tant que lien entre souffrance et non-dit.

D'ailleurs, tous ses symptômes se déclenchent lorsque sa mère quitte l'homme « préféré » à elle dans son enfance.

Ainsi, l'idée de la somatisation tend une main vers cette partie oubliée d'elle-même. D'ailleurs, en janvier, elle consulte un spécialiste pour une boule sur la main qu'elle doit se faire retirer. Même si elle appréhende cette opération, elle me dit

qu'il y aura un avant et un après à cette opération, car elle en pressent la puissance symbolique.

J'entends au fil du récit, une version dissonante autour de la tristesse du père qu'il faut consoler en lui laissant sa fille, mais Gaëlle s'agace à cette évocation, et me rappelle subtilement qu'il est parfois difficile d'abandonner une version pour une nouvelle. Le chemin à prendre ne sera donc pas celui de la confrontation...

Au cours d'un échange avec sa mère pour avoir des informations sur sa naissance, elle conscientise sa peur lorsqu'elle lui parle et l'absence de lien à ses émotions.

Parallèlement, elle entre en conflit avec son associée (qui ressemble beaucoup à sa mère dans son comportement) et pleure à chaudes larmes un jour de conflit de trop. Elle arrive à exprimer qu'être en conflit la fait trop souffrir, qu'elle n'en veut plus. Aguerrie par la place laissée à sa subjectivité en séance, elle part le dire à son associée et réalise que s'exprimer, au nom de ses ressentis, la fait exister face à l'autre.

Quelques jours après, elle prend la décision de parler à sa mère en étant branchée sur ses affects.

A l'occasion de la fête des mères, dont on peut associer l'idée de faire la fête à quelqu'un comme acte de règlement de compte, Gaëlle va la convier et regarder en face sa version de l'histoire.

Elle apprend que sa mère la garde jusqu'à 4 ans, et que c'est finalement son père qui décide de partir à Poitiers et de faire une demande de garde exclusive à laquelle sa mère renonce, surtout par culpabilité.

La version invalidante est détrônée au profit de celle entendable. Gaëlle découvre qu'elle n'est pas un non-choix mais un renoncement, elle a 38 ans. Cela modifie son rapport au monde et surtout, son rapport à elle-même. Elle n'est plus « celle qu'on ne choisit pas » mais potentiellement, « celle que l'on ne veut que pour soi ! »

La partie souffrante de la petite fille abandonnée rejoint la partie narcissisante de la petite fille qui s'occupe de son papa. Elle peut paraître au monde car désormais, l'ensemble est supportable.

Sous l'angle de l'ESSE, Gaëlle s'éprouve d'abord dans la dimension sexuelle à travers la perte du désir de l'autre, et c'est en mobilisant la dimension émotionnelle dans la dimension existentielle, qu'elle sort du clivage et accède à la dimension spirituelle.

#### ➤ le clivage

Le clivage narcissique, « c'est la création d'un lieu de censure (Freud) avec une partie clivée du moi, qui mesure pour ainsi dire, en tant qu'intelligence pure (...) l'étendue du dommage ainsi que la part d'elle-même que la personne peut supporter » - Sandor Ferenczi dans *Le traumatisme*, (p 42).

« Le clivage est un dédoublement ; une partie continue de vivre alors que l'autre, enkystée, est en stagnation » L'idée de kyste est même clairement symbolisée avec Gaëlle, dans son discours (être un boulet pour sa mère) comme dans les pathologies qu'elle développe (nodule, kyste sur la main).

On peut tout de même noter cette agressivité refoulée qui se retourne contre elle, et que nous retrouvons dans le système dépressif.

### 3. Le système dépressif

Dans le système dépressif, nous pouvons retenir, à partir de travaux de Mélanie Klein, l'idée d'une agressivité retournée contre soi car, s'adressant à l'objet d'amour primordial, l'enjeu agressif est culpabilisant. Afin de ne pas s'y soustraire, la personne dépressive va entrer dans un système de dévalorisation et de mésestime. Elle n'est pas valable, pas méritante, notamment parce qu'elle n'a pas appris à réparer inconsciemment les « frasques » de ses pulsions agressives à l'intérieur d'elle-même. Toujours d'après les travaux de Mélanie Klein, c'est lors de

l'expérience du « bon » et du « mauvais » objet, que tout se joue. « Si l'angoisse de persécution porte (...) sur la protection des bons objets intériorisés auxquels s'identifie le moi comme Moi intégral », c'est « un contenu d'angoisse dépressif » - Mélanie Klein dans *Deuil et dépression*.

La capacité du bébé, puis de l'enfant, à exprimer son mécontentement, lui permettra de se détacher de la mère pour déclencher son autonomie, de créer en lien avec ses besoins propres, son monde intérieur.

Si la dépression est abordée différemment par Freud, l'axe commun avec Mélanie Klein est la notion de perte : perte de l'objet.

« La graduation dépressive est une mise à distance de l'autre, celui qui amène le réel » - Alain Héril. C'est donc la perte de l'Autre.

♦ Corinne, l'illusion écologique

Corinne est une femme mariée, mère de deux enfants, qui subit une énorme pression au travail, en particulier depuis un changement de direction. Elle écrit des livres engagés sur le développement de la planète, autour d'une vision poussant à l'extrême les conséquences des comportements humains actuels, notamment au sujet des nanotechnologies. Elle aime peindre, mais essentiellement des reproductions.

Corinne croit peu en elle et en la vie, mais pourtant, elle s'épuise à « tenir bon ». Elle souffre d'un sentiment d'insécurité permanent et de manque de confiance en elle. Elle se juge mauvaise mère car dépassée et inexistante aux yeux de son mari.

Aînée d'une fratrie de trois enfants, Corinne est placée chez son arrière grand-mère à un mois et demi et sera récupérée par ses parents à l'arrivée de sa sœur, trois ans plus tard.

Dans les six premiers mois du travail thérapeutique, nous explorons l'enfance de Corinne et l'arrachement à son arrière grand-mère pour être récupérée par des parents très occupés et plutôt virulents. Nous mettons en parallèle le manque de considération de son mari actuellement et celui de ses parents pendant l'enfance.

Corinne commence à avoir accès à des réactions d'affirmation, à tel point qu'elle formule une remarque au travail qui provoque une vive réaction de la direction, puis d'elle. S'en suivent un arrêt de travail et une déclaration d'inaptitude de la médecine du travail au vu de l'état de stress dans lequel est plongée Corinne depuis l'altercation avec la direction. Corinne quittera finalement l'entreprise après douze ans d'ancienneté.

Douze ans, l'âge de l'opération de son père qui le paralysera définitivement, âge où la vie familiale bascule. Corinne traverse le choc « du Beau qui s'abîme » car son père est méconnaissable.

Corinne est vite tétanisée lorsqu'elle se sent en danger. L'exploration des différents traumatismes vécus révélera la souffrance d'avoir été obligée de rester présente lors de moments insoutenables ou effrayants, comme l'accident de sa sœur, la vue de son père après l'opération, la nounou maltraitante que l'on tarde à licencier. Elle a sans cesse envie d'uriner et évite de plus en plus de sortir, mais se décide, après quelques mois d'enfermement, à contacter une association pour faire du bénévolat dans la lutte pour les modifications génétiques. Sa candidature est retenue.

En août, après un an et demi de travail thérapeutique, son père est placé définitivement en maison de retraite, mais sur un mensonge de sa femme qui lui affirme que c'est temporaire. Corinne revient effondrée et sombre dans une forte dépression.

Les mois qui suivent plongent Corinne dans une profonde désillusion qui l'amène à un passage sous antidépresseurs pendant six mois. Les différentes humiliations de son histoire de vie tournent en boucle dans ses pensées, ainsi qu'un sentiment de naïveté car finalement, même son activité bénévole est touchée par la désillusion.

Nous mettons de plus en plus en lien, la désillusion extérieure autour de ses engagements bénévoles et celle, plus intérieure, avec l'indifférence de son mari, de sa famille... Corinne continue de s'enfoncer dans une inertie mortifère, à

prendre du poids et cultiver les preuves incessantes de sa passivité. Son regard est de plus en plus absent et vide.

La tentative de sortie de son dernier livre est un fiasco. Et les relectures avant diffusion, sont dures, les critiques, acerbes. Corinne perd la dernière impulsion qu'elle se sentait encore capable de donner. Elle s'effondre et s'approche de l'estocade.

Mais cet instant est celui qui permet d'évoquer à nouveau la projection de ses conflits internes à travers l'amalgame qu'elle fait entre son livre et sa valeur narcissique. Alors, Corinne entend dans cet éprouvé qu'elle traverse, son besoin d'être validée, reconnue, aimée par l'Autre. Elle comprend désormais que son militantisme déguise son besoin d'amour, ce qui produit avant tout une possibilité de considérer ce besoin. En le reconnaissant, elle sort de la passivité ; alors tout peut partir d'elle et non plus de l'autre !

Il aura ainsi fallu que Corinne perde, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus qu'Elle.... Elle et sa peur de l'amour, sa dépendance, sa demande. En tendant une fois de plus quelque chose qu'elle produit vers l'autre, elle comprend alors qu'elle tend son besoin d'amour.

Cette énième perte est l'occasion de lui faire ramener en elle, la nécessité de se mobiliser afin de répondre à ses besoins.

Corinne passe du manque d'accueil de l'autre (dès la naissance) à sa propre envie de vivre.

Si la descente fut longue et ténébreuse, la remontée est spectaculaire ! Corinne conscientise de plus en plus son « terrible besoin d'amour » et l'incapacité de son mari à lui en donner.

Le mécontentement monte aussi fort que son envie d'être heureuse, mais avec l'évidence que ce combat lui appartient, que c'est à elle de se mobiliser plutôt que d'attendre de son mari... tout comme elle se mobilise dans les causes écologiques.

D'ailleurs, Corinne a envie pour la première fois d'écrire sur elle et non sur les causes génétiques. Elle se fait de la place, à tel point qu'elle refuse pour la première fois, les traditionnelles vacances dans sa belle-famille. Elle est « suffisamment morte » sans que personne ne la voie, elle préfère ne pas descendre plus bas. Elle dit NON.

Non tu ne m'emmèneras pas là où je n'ai pas envie d'aller, sans nul doute un non archaïque adressé à ses parents qui la reprennent.

Corinne reprendra la voiture seule pour partir à la campagne et passera un été fluide et divertissant. A son retour, elle retrouve un travail, reprend le métro et part même en banlieue tous les jours pour travailler. Elle parvient à calmer une altercation sur son lieu de travail, elle est sortie de la terreur.

C'est en perdant dans les dimensions existentielles, sexuelles puis spirituelles que Corinne parvient à retrouver son agir.

« La perte d'objet dans le deuil ou la simple déception de celui-ci, entraîne la blessure narcissique pouvant conduire à la dépression ». André Green dans *Narcissisme de vie, Narcissisme de mort*.

« La dévalorisation en lien avec un retrait trop rapide du lien à la mère (détachement) crée un manque de confiance en ce qui est bon pour soi. » Mélanie Klein dans *L'amour et la haine*.

A travers l'histoire de Corinne, le mécanisme de protection (inconscient) de l'objet maternant est illustré car elle se mobilise non pas contre sa mère, mais contre les évolutions technologiques afin d'en décrier toute la toxicité.

#### 4. La maltraitance infantile

La **maltraitance** est un mauvais traitement infligé à une ou des personne(s), par

une autre personne (ou plusieurs), ou par une institution, par un système. Maltraiter quelqu'un correspond toujours à un abus de pouvoir, apparent ou non. On peut identifier quatre formes de maltraitance : physique, psychologique, les abus sexuels, les négligences et carences.

- ♦ *La projection de Line, celle de ne pas avoir à être là.*

Line me consulte car elle a actuellement de terribles angoisses et qu'elle « aimerait prendre sa vie en main ». Elle rencontre des difficultés au sujet d'une maison qu'elle a achetée, mais qu'elle ne se sent finalement pas prête à assumer et dont le retrait du processus de vente devient compliqué car les discours de l'avocat et du notaire sont différents...

Mère de deux enfants dont le père est instable, et ne les reconnaît pas civilement, Line, parcourt un chemin empreint en permanence de dépossession et de dévalorisation. Se jugeant mère peu valable, elle laisse sa propre mère lui asséner des horreurs sur sa manière de faire avec ses enfants, notamment parce que cela est une suite logique de ce que cette mère a toujours pensé d'elle.

Placée en nourrice nuit et jour de sa naissance à trois ans, ses parents la récupèrent ensuite mais sollicitent la nourrice jusqu'aux huit ans de Line. Elle n'aura finalement plus droit de la voir et parvient à dire rapidement que « la seule personne qu'elle a vraiment aimée petite, était payée pour le faire ». Elle garde le souvenir de se cacher lorsque ses parents venaient la chercher.

A notre second rendez-vous, Line apporte un rêve où « elle vomit des carottes en rondelles, mais elles sont « particulièrement belles ».

Line n'est pas tout à fait là, pas tout à fait en vie. Comme venue au monde par la force des choses, elle n'investit pas son réel à partir de ses propres forces. D'ailleurs, en a-t-elle vraiment ? Elle en doute.

Pourtant, je vois arriver une femme à l'enfance traumatique, mais qui a le courage de faire de son métier, une forme de rédemption incroyable dont elle n'a pas conscience. L'évidence est là, mais n'est pas visible à ses yeux.

Line devient institutrice et va effectuer toute sa carrière auprès des petites sections de maternelle. L'âge des enfants correspond à l'âge où ses parents la récupèrent.

Line se trompe beaucoup de dates, de lieux. Elle rate souvent ses avions pour partir en vacances, elle se trompe d'étage à notre second rendez-vous et se retrouve face à un homme en serviette dans l'appartement du dessous. Même si cela nous fait beaucoup rire, elle a tout de même honte de se retrouver dans des situations impossibles. Souvent des situations où le principe de réalité vient étouffer le principe de plaisir.

Clairement, Line aurait eu plaisir à rester auprès de sa nourrice... D'ailleurs, la situation impossible qui se rejoue sans cesse, met en scène ce qui n'est pas croyable ! La plus archaïque des choses incroyables pour Line, c'est tout de même d'être arrachée à sa nourrice aimante pour être élevée par une mère dévalorisante et incapable d'amour. L'unité de Line se perd ici, à cet endroit. Dans cette maison qu'elle ne choisit pas, qu'elle subit.

Alors Line a pour habitude d'opter pour le désamour et laisse Thanatos planter ses crocs dans son narcissisme tout entier, développant cette image peu fiable, peu valable d'elle-même.

Nous mettons peu à peu au travail son incapacité à réagir face à la véhémence de sa mère, en parallèle de souvenirs où sa nourrice la défend à l'école lors de deux humiliations. Je partage ma tristesse pour cette petite Line qui a peur de sa mère car elle voit dans son regard qu'elle ne devrait pas être là. Mais je déploie également mon admiration pour cette femme qui poursuit tant bien que mal, son chemin dans ce chaos.

Son seul refuge devient l'école et la lecture. D'ailleurs, Line passera sa vie dans une école en devenant institutrice mais également en occupant un appartement de fonction après la séparation avec le père de ses deux enfants.

Line apporte beaucoup de rêves en séance, que nous mettons au travail. Dans de nombreux rêves, elle ne s'exprime pas et ressent un mal-être. Mais à la suite de la séance où sont mis, en parallèle les réactions de sa mère (« ne fais pas de vagues à l'école ») et de sa nourrice, Line fait deux rêves successifs : un dans lequel son élan maternel envers son fils est coupé par sa propre mère. Un second où elle se retrouve à partager la même dévalorisation que son fils, en dormant sur son matelas souillé et une couette sale. Ce qui est alors horrible pour elle dans ce rêve, c'est que son fils ne dit rien.

Le lendemain, Line « sent comme un voile qui s'enlève au niveau du visage ».

Peu de temps après, elle revient sur des propos blessants qu'on lui adresse afin d'exprimer à l'autre ce que cela lui fait vivre. Et s'étonne elle-même de ne plus « laisser faire cela ».

Elle cesse alors d'accorder du crédit à la méchanceté et sort de la culpabilité à avoir aimé cette nourrice si fort ; elle se sent en droit d'être aimée et se mobilise pour le faire respecter et trouver un... endroit.

Dans tous ces actes manqués, Line cherchait sa part d'amour, son élan affectif, son conflit entre la projection d'une mère qui lui hurle qu'elle n'a pas à être là et sa propre envie à elle de ne pas en avoir envie car c'est auprès de sa nourrice qu'elle veut être. Effectivement, le principe de réalité contorsionne le principe de plaisir. Elle aurait aimé choisir la maison où vivre.

En unifiant peu à peu les dimensions émotionnelles et existentielles, Line parvient à retrouver sa part d'amour en passant par la dimension spirituelle du concept ESSE, celle « du monde des symboles qui interroge l'Autre en nous ». Alain Héril.

Son inscription au monde est erronée, flottante, manquante. Mais elle a conscience du manque d'amour et des carences affectives, notamment parce que sa nourrice a pu lui donner « autre chose » jusqu'à huit ans. Il n'y a pas de déni de la réalité.

« Il y a une différence radicale entre la décision que nous pouvons prendre de mettre à part et de supprimer momentanément une partie de notre psyché, et un état dans lequel ce phénomène se produit spontanément, à l'insu et sans consentement du sujet, et même contre sa volonté. Le premier processus est une conquête de l'être civilisé, le second correspond à ce que les primitifs appellent la perte d'une âme, et plus près de nous, il peut être la cause pathologique d'une névrose. » C.G Jung dans *Psychologie de l'inconscient*.

♦ Irène, « élevée comme une poule »

Irène est une femme de 54 ans qui arrive dans mon cabinet car elle a subi, il y a deux ans, une hystérectomie, comme sa mère. Et que depuis un an, elle va de moins en moins bien. A la suite de cette opération, elle m'explique que sa mère est devenue « folle » et qu'elle s'est suicidée quand Irène avait trente ans. Irène est maman de deux enfants « secs » issus de fécondations in vitro suite à la stérilité de son mari. Ce dernier est atteint de la maladie de Parkinson.

Dès le second rendez-vous, Irène me dit à plusieurs reprises qu'elle a été « élevée comme une poule : à boire, à manger, c'est tout ». J'investigue cette représentation, je découvre de nombreuses humiliations et de l'inégalité dans le traitement de la fratrie dont elle est l'aînée et la seule fille.

Si Irène reconnaît facilement que « c'est basique » en terme d'éducation, elle ne semble pas en percevoir la violence. Son discours est détaché, froid.

Lorsque au rendez-vous suivant Irène évoque à nouveau la poule, je m'en sers pour appréhender les différences, les manques, notamment entre une poule et un humain, ce qui amène Irène à conclure sur l'absence affective et les carences

inhérentes. Je lui fais part alors de la définition de la maltraitance, qui corrobore ce qu'elle vient de dire.

Irène est « choquée », dans l'inconfort d'être une victime si cette « idée de maltraitance est avérée ». Mais parallèlement, son regard me fixe, s'inquiète, se noie de larmes qu'elle laisse couler sans aucune expression.

Il faudra à Irène encore trois rendez-vous et la validation de son amie d'enfance pour réaliser, qu'en effet, elle a été maltraitée ; même si dès la séance suivante, elle comprend enfin pourquoi il y a dix ans, elle a fortement réagi devant le film *Poil de carottes*. Un étonnant sourire apparaît sur son visage, elle reste surprise, hagarde.

Je mesure à quel point alors, un enfant maltraité cesse d'abord de s'aimer lui-même. Car même si Irène était en mesure d'évoquer la folie de sa mère, elle n'incluait pas la malveillance, mais se rendait responsable de l'incapacité de sa mère à l'aimer correctement. Ce qui laissait les différents évènements dissociés les uns des autres. Reconnaître la maltraitance, c'est alors inscrire dans une même intention destructrice, différents fragments d'évènements. Cela les unifie et fait apparaître sur le visage d'Irène, cet étonnant sourire qui semble dire : « c'était donc ça ! ».

Ainsi, à partir de cette acceptation, les souvenirs émergent de plus en plus et, je dois l'avouer, sont de plus en plus éprouvants. Lorsque Irène les relate, elle ne pleure pas. Lorsque je souligne son courage, elle s'émeut.

Nous retrouvons les mécanismes du clivage dans le comportement d'Irène comme moyen de survie. S'inscrire au monde sans ces informations insoutenables est la seule façon pour elle de poursuivre le chemin.

« L'élimination de la conscience du moi entraîne une diminution du caractère pénible de l'action excitatrice et permet à la partie du moi demeurée intacte, de se rétablir plus rapidement. » Sandor Ferenczi

Mais dans l'histoire d'Irène, il y a de la récurrence dans le désamour, de l'injustice dans le traitement de la fratrie. Il semble alors que le fonctionnement défensif procède de deux étapes. D'abord, une partie se clive créant ainsi « un ailleurs ». Puis, les informations insoutenables sont refoulées systématiquement dans cet espace, dans cet « ailleurs ».

Lorsque la maltraitance se nomme, Irène accède à l'émotion enkystée qui va ensuite conduire au retour de différents souvenirs, dont certains étaient restés partiellement présents. Mais ce qui surprend alors beaucoup Irène, ce sont « les petits détails oubliés » qui alors corroborent l'idée d'avoir été maltraitée.

➤ Clivage et refoulement

Ces mécanismes, me semble-t-il, apportent une distinction entre clivage et refoulement que l'école Freudienne et l'école Kleinienne ne partagent pas en terme de processus, rendant tout de même compliqué la claire distinction entre refoulement et clivage. Il semblerait alors que les mécanismes d'Irène corroborent plutôt la piste de Mélanie Klein que l'article de Robert D. Hinshelwood tentant de les définir, résume ainsi :

« D'un point de vue kleinien, un « clivage » possède une signification spécifique :

- a) Il existe en tant que mécanisme défensif précoce impliquant une annihilation d'une partie du moi,
- b) Il existe avant le refoulement,
- c) Tandis que le refoulement empêche la réunion de pensées et de sentiments opposés ou différents ; »

➤ La réaction d'Irène illustre que le clivage préexiste au refoulement des souvenirs qui suivent.

La sortie du clivage s'opère d'abord par la dimension existentielle puis émotionnelle du concept ESSE afin que le chemin d'Irène s'oriente vers la dimension spirituelle.

## 5. Le chaos dans l'introjection

### ♦ Dominique ou l'impossibilité de l'amour

Dominique est une femme de 59 ans qui m'est adressée sur les conseils de son médecin généraliste avec qui je partage les locaux, car elle souffre de problèmes d'apnée.

Elle décrit ses apnées comme des moments où elle « se coupe » d'elle-même, notamment lorsqu'elle est face à l'autre.

Fille unique d'une mère bretonne et d'un père cubain, Dominique dit rapidement qu'elle a été l'esclave de sa mère. Elevée seule par cette dernière, elle décrit une mère enfermée dans une forme de folie dans laquelle Dominique aura sans cesse peur de tomber également.

Dominique prend le monde en pleine figure à l'âge de 18 ans lorsqu'elle commence à travailler. Elle comprend alors les seuls conseils que les personnes ont finalement su lui donner : « Ne fais pas comme maman Simone ». Son adaptation au monde est bancale mais pas inexistante, notamment parce qu'une professeure a su la suivre plusieurs années et lui conseiller des lectures permettant de la structurer.

Dominique est essentiellement entourée par des personnes qu'elle a aidées et qu'elle sait écouter mais à qui elle ne dévoile rien d'elle-même, « de toute façon, ils n'en sont pas curieux ».

Dominique est toujours d'humeur égale et ne sait pas nommer d'émotions, que ce soit de joie, de tristesse, de colère.

Au fur et à mesure des séances, elle arrive, soit fatiguée, soit agacée par une nouvelle apnée que nous mettons au travail afin de comprendre ce qu'elle dissimule.

Ce qui est assez compliqué, c'est que Dominique veut comprendre, mais ne veut pas ressentir.

Elle parvient à déposer ses premiers bouleversements en évoquant le film du Grand Bleu. Film sur un apnéiste dont nous nous servons pour en comprendre les enjeux ; ceux d'une descente dans la mer jusqu'aux Abymes...

Forte de son dévoilement en séance, Dominique tente de parler d'elle à ses amies pour la première fois. Mais elle n'est pas accueillie ni entendue dans cette demande. Elle revient en rendez-vous « offusquée » ; je nomme la *colère*. Elle en découvre le lien émotionnel. Et comprend l'évidence de ne pas l'avoir ressentie avant, car sa mère lui demandait de tout tourner en dérision. Pour ma part, je comprends que Dominique a donc surtout appris à gommer les différents registres de ses ressentis car ils ne trouvaient pas de définitions.

Le fil de la colère est peu à peu déroulé et nous emmène du côté du père qu'elle prend beaucoup en charge à la fin de sa vie, mais qu'elle ne peut embrasser sur son lit de mort... cet homme qui l'a laissée à cette maman défaillante.

Je prends l'habitude avec Dominique, de respecter son besoin de comprendre avant de se laisser éprouver par les sensations. Mais me permets de plus en plus, en milieu de séance, de l'arrêter dans ses processus mentaux pour que les ressentis soient interrogés.

Dès qu'elle est au contact de l'autre, Dominique n'existe pas. Dès que des larmes coulent, elle ne sait pas dire pourquoi, même auprès de l'infirmière après son opération du cancer du sein.

Dominique ne sait pas dire car elle n'a pas pu subjectiver ses expériences. Car il n'y avait pas d'adulte en face d'elle pour cela, seulement une maman qu'il fallait rassurer, prendre en charge et subir dans ses excès.

Mais environ neuf mois après le début du travail thérapeutique, Dominique réalise qu'il y avait quelqu'un en face de cette mère défaillante = elle. Cette révélation est forte au point que ce sera la seule fois où elle se permettra de me téléphoner entre nos rendez-vous pour me l'annoncer. Je m'étonne de la forme de révélation que cela prend pour elle.

Les vacances d'été balayent les avancées de Dominique qui, à la rentrée, est de nouveau traversée par de fortes apnées et la peur de ne pas être normale.

Confrontée à la difficulté de tenter d'exprimer sa part subjective alors qu'elle est encore insuffisamment étayée, elle s'énerve contre elle et son manque d'intérêt pour ses états internes.

En fait, Dominique régresse, mais je ne fais pas le lien avec notre séparation due aux vacances d'été.

Plus nous avançons, plus Dominique a la preuve de son adaptation au monde, plus nous allons à la rencontre de la petite fille sauvage qu'elle porte en elle. S'approcher de cette petite Dominique est éprouvant pour elle et il me semble nécessaire de rétablir les séances hebdomadaires au vu de ce qu'elle traverse.

Mais Dominique travaille dans l'immobilier et n'est rémunérée que par un système de commission ; le peu de ventes de l'année complique les possibilités financières de Dominique, qui ne peut pas venir plus de deux fois par mois.

Je lui propose alors de revenir en séance une fois par semaine mais de n'en payer qu'une sur deux et d'investir, en contrepartie, du temps pour une recherche de locaux pour mon exercice professionnel. Elle accepte et revient à de nombreuses reprises sur ma proposition pour me remercier et me dire que cela la bouleverse. Le travail se poursuit.

Nous explorons les fortes capacités d'adaptation de Dominique, ce qui lui permet d'entrevoir finalement sa méfiance permanente. Cette compréhension lui donne ensuite accès à sa *peur*.

L'omniprésence de la peur plonge Dominique dans le terrible paradoxe d'avoir tant aimé cette mère dont elle avait peur. Elle pleure sur ces quarante-sept années

données à sa mère qui ne l'a jamais vraiment aimée, mais qu'elle a surtout craint. Dominique cesse alors de protéger l'objet maternant et sort de l'emprise liée aux enjeux affectifs.

La *tristesse* peut désormais sortir de sa cachette car elle en accepte l'éprouvé. A partir de l'état de tristesse, Dominique ré-explore son histoire... elle peut notamment enfin pleurer sur l'atrocité de ce qu'elle a traversé durant l'épreuve de son cancer du sein, vécue il y a plus de dix ans.

Les souvenirs émergent, nous traversons l'adolescence autour des garçons et Dominique comprend qu'elle était insaisissable car elle ne s'était pas saisie elle-même émotionnellement.

Parallèlement, sa situation professionnelle réveille le sentiment de *panique* car son responsable est aussi dignement imprévisible et incohérent que sa mère. Un lapsus au sujet de ce dernier en prouve la corrélation : « je suis plus objet que sujet pour elle » (et non pour lui).

Au retour des vacances, Dominique me relate deux fortes crises de larmes. En les investiguant, je m'aperçois qu'elles ont lieu à l'heure et au jour de nos séances habituelles. Je lui partage cette découverte et elle acquiesce en effet. Je ne suis pas au rendez-vous car je suis en vacances ; s'exprime alors inconsciemment son mécontentement. Dominique s'est habituée à son espace thérapeutique qui lui permet d'apprendre à nommer ce qui se passe à l'intérieur d'elle. Elle en a finalement même besoin et le demande. Ce comportement régressif nous donne accès à la demande d'amour de la petite Dominique et révèle la relation anaclitique.

C'est à partir de l'installation de cette relation, et suite à un souvenir que Dominique relate au sujet de sa mère qui prenait un parapluie pour descendre à la cave car les murs pouvaient s'effondrer, que je plonge encore un peu plus dans le décor de la petite fille qui introjecte alors un monde hostile, dangereux, illusoire, incohérent et menaçant. Un monde chaotique.

Tel un pays en guerre, nous en explorons la métaphore. Je suis à ses côtés et fais le lien entre le monde délabré de sa mère et sa réalité à elle de petite fille qui cherche à comprendre.

Nous descendons encore dans les méandres des souvenirs de Dominique qui révèlent la violence de certaines situations humiliantes et l'amer constat d'être un fardeau pour cette maman. La culpabilité d'être née est donc la violence que Dominique retourne contre elle, notamment dans les apnées.

apnée = pa née

Mais Dominique est aussi l'initiatrice de cet amour sans faille pour cette maman défaillante. Elle pleure quand je nomme sa force et son courage car voilà bien les deux choses que sa mère reconnaissait en elle. Mais surtout, voilà comment elle a fait pour survivre dans les décombres de sa mère.

La colère de Dominique monte aussi fort que ses souvenirs et elle se surprend à insulter sa mère un matin au réveil. Le mécontentement s'exprime car elle est maintenant appuyée sur un mur suffisamment solide pour qu'elle puisse constater l'ampleur des dégâts. Elle peut également rendre à la folie de sa mère, la part qui lui incombe, et cesser d'excuser les actes malveillants parce que le souci de se protéger est devenu, avec la montée émotionnelle, une nécessité.

Les élans affectifs de Dominique ne tombent plus dans le vide, ils tombent dans son cœur, dans son corps.

Aux vacances suivantes, elle s'agace, s'éparpille dès le début de la journée mais elle se voit faire et parvient à cesser le processus car comprend que nous sommes lundi et que je suis en vacances.

Dominique peut reconnaître en elle et nommer ; l'étaillage s'installe aux portes de l'enfance.

Le travail thérapeutique de Dominique est peu à peu devenu l'endroit permanent pouvant ainsi réparer l'impermanence de la mère. Plusieurs mois après ma proposition de maintenir la permanence du cadre, je comprends que cet espace de

travail thérapeutique est devenu pour elle l'occasion d'un rematernalage cohérent et permanent. Dominique cesse de tenter de s'édifier sur du sable, elle est posée sur un sol solide.

Dans ce travail thérapeutique, les quatre dimensions de l'ESSE sont sollicitées, étayées.

Depuis plus de soixante ans, l'Eros la traversait sans s'y arrêter car il n'y avait pas de conscience dans le contenant. Désormais, le lien à elle-même assure une continuité.

### III. Le travail thérapeutique ou le retour de l'Eros

---

La volonté de cette troisième et dernière partie est de pouvoir partager les chemins par lesquels l'Eros est passé pour se restaurer.

Même si chaque chemin est singulier, je me suis tout de même aperçue que certaines balises sont incontournables et qu'il devenait intéressant pour moi de les repérer pour gagner en « efficacité ». L'intérêt de les partager a fini de m'en convaincre.

Incontournables parce qu'elles contribuent à réduire la défaillance de l'individu amenant, nous l'aurons compris, à une perte d'estime de soi. En explorant ainsi ces items, les brèches dans le contenant de l'Eros qu'est l'individu, peuvent tenter de se colmater. Une fois le « Réceptacle » restauré, l'Eros peut à nouveau se répandre.

En effet, le travail thérapeutique, c'est avant tout venir au creux de l'histoire de l'autre.

Nous entrons peu à peu dans cette histoire qui est la sienne et rencontrons sur le chemin les différentes étapes de sa construction ; c'est une descente vers l'autre

dans un parcours inverse à son édification. D'abord, nous croisons les méandres du narcissisme secondaire, puis avec le temps, ceux du narcissisme primaire.

- C'est clairement ce qui se passe avec Dominique ou avant de m'investir comme mère suffisamment bonne, elle explore sa relation aux autres (narcissisme secondaire) et plus spécifiquement, ce rôle de « bonne oreille, de grande qualité d'écoute ». Seul endroit où sa valeur est reconnue depuis toujours, voilà l'étendard narcissique qu'elle peut me tendre pour me proposer de l'aimer. Une fois l'amour en place, nous pouvons descendre ensemble dans le lien à sa mère (narcissisme primaire) et y retrouver plus spécifiquement sa demande d'amour.

Mais le travail thérapeutique peut-il parler de proposition d'amour ?

Il me semble tout de même qu'il y a à en garantir la possibilité et que cette garantie passe notamment par la manière dont nous accueillons et allons vers notre patient. Car bien évidemment, au même titre qu'en tant qu'enfant nous apprenons par imitation, il en sera de même pour le patient, à partir de cette nouvelle façon de procéder avec soi-même. Il peut d'ores et déjà se jouer pour lui, une façon que l'Autre à d'aller vers lui, et s'introjecter une considération nouvelle.

## 1. Garantir et mettre à disposition l'Eros

---

*Du lien à l'Autre au lien à Soi*

Ainsi le mouvement vers l'autre procède d'abord de pas que nous faisons vers le patient, pour qu'il apprenne à faire lui-même ensuite, un pas vers lui. C'est une occasion de rejouer les méandres du narcissisme secondaire.

Dans la préface du livre de Sandor Ferenczi, *Le traumatisme*, sont comparées les approches de Freud et de Ferenczi : « Freud, le paternel et Ferenczi, le maternel, le subjectif, le pratique. »

J'ai pu observer dans ma pratique, mais également dans mon propre parcours thérapeutique, que la froideur ou la mise à distance du patient, sollicite un rapport à soi peu expansif, dur et qu'il est plus difficile d'accueillir la part émotionnelle. D'ailleurs, Ferenczi nomme l'impossibilité « d'accéder à la considération traumatique face à un monstre froid ».

Si nous retenons l'idée que, dans le cadre du narcissisme secondaire, le lien à l'autre préfigurant du lien à soi, il semble alors cohérent de mesurer avec sérieux les enjeux dans notre façon d'accueillir puis d'être en relation avec nos patients.

De plus, si la traversée se poursuit en direction du narcissisme primaire, il semble évident qu'utiliser l'affection est un prérequis à la reconstruction du potentiel d'amour de la personne.

Ces pas vers nos patients sont constitués d'une alternance de personnes en soi, de rôles ; parfois, nous pouvons être le savant qui sait, l'adulte qui s'intéresse, l'alter ego qui encourage, le compagnon qui chemine, le parent qui laisse partir et tout cela, à partir des seuls outils vraiment à disposition que sont le langage et le comportement. Ce n'est pas s'adapter à l'autre, mais s'ajuster dans un souci de congruence pour que le patient vienne trouver l'appui dont il a besoin.

En observant cet ajustement thérapeutique j'ai surtout regardé comment ma façon d'aller vers mon patient se mettait en place et à quels fondamentaux thérapeutiques, je pouvais tenter de la rattacher.

Narcissisme secondaire

### A. La curiosité

Etre curieux de l'autre, c'est s'intéresser à lui et se rendre disponible pour recevoir ce qu'il livre. La curiosité est une énergie adressée à l'autre, qui lui permet de se sentir exister.

Si je descends dans le paysage des souvenirs de mon patient à partir d'une interrogation émotionnelle, corporelle, intellectuelle, je sollicite une version de lui nouvelle qu'il peut apprendre à apprécier, tant en terme de narcissisation qu'en terme de bénéfice. Cette curiosité convoque sa part subjective pour que se dessinent ses représentations et pour que s'appréhende sa singularité.

Je garde en mémoire un présupposé de base de PNL : « La carte n'est pas le territoire ». Les représentations des choses ne sont pas les choses. Merci Magritte ! Dans un souvenir, il y a les faits, les images qui restent, les sensations qui perdurent et les croyances inhérentes à ce souvenir. Il y a tout cela.

Mais pour que cette curiosité ne soit pas intrusive, elle préfigure avant tout d'une volonté de savoir comment il a fait pour traverser cet événement, comment il s'y est pris pour vivre à partir de telle situation.

Cette curiosité grandit la personne car elle lui fait prendre plus de place que celle occupée instinctivement. Incluant les tenants et les aboutissants, les besoins inhérents au moment vécu et les intentions conscientes ou non. L'interrogation est plus globale, elle donne à voir les parties cachées, non écoutées par l'autre mais surtout par soi-même.

- C'est cette interrogation qui nous permet, à Adeline et moi, de comprendre ce qu'il se passe subjectivement pour elle lorsque la plainte est requalifiée. C'est en explorant ce qu'elle cache aux yeux de tous et d'elle-même, qu'elle rencontre ses fausses représentations. En tirant le fil des processus par lesquels ces représentations se sont créées depuis l'enfance, le décor dans lequel je rentre se modifie. La version évidente de son histoire est la blessure du rejet et la manipulation dont elle se sent coupable. Dans son décor, nous retrouvons les assemblages d'une petite fille ne pouvant élaborer une sexualité d'adulte.
- La curiosité que j'adresse à Line qui s'empresse de me raconter tout ce qu'elle rate, se tourne systématiquement sur ce qu'elle a comme « moyens »

à disposition pour agir autrement, en rendant sa place au besoin d'amour et à la loyauté familiale. Cela permet alors au fur et à mesure de lui faire réaliser que tout est là mais pas au bon endroit, comme elle. Pas au service des causes valables pour elle-même.

### **Ainsi la curiosité du thérapeute amène à la curiosité du patient**

La curiosité est une énergie au service de l'Eros quand elle permet à l'autre d'exister, d'apparaître.

De plus, accéder à une version plus large, plus globale de soi permet de retrouver du discernement.

## **B. Le miroir narcissisant**

En recueillant l'histoire de la personne, nous devenons quelqu'un d'important pour son reflet.

C'est notamment pour cela qu'il me semble important de veiller à la qualité du regard que l'on porte sur elle, afin de ne pas laisser de place aux projections (souvent négatives) qu'elle pourrait s'empresse de faire pour confirmer ses croyances.

Regarder comment la personne investit la relation peut nous aider à renforcer l'accompagnement, mais également permettre de ne pas tomber dans les pièges transférentiels.

Reprise ci-dessous des différents cas de figures des enjeux transférentiels à partir du livre de Paul Denis :

- Transfert idéalisant ou la recherche de l'imgo parental idéalisé
- Transfert en miroir ou « Soi grandiose » qui renforce l'estime de soi
- Transfert en jumelage ou alter ego qui permet notamment l'intégration de la composante relationnelle (entre patient et thérapeute). La notion d'alter ego

induit l'idée que le transfert ne se limite pas à la répétition d'une relation de la 1<sup>ère</sup> enfance mais constitue une nouvelle expérience.

L'objectif n'est pas d'être aimé par son patient, mais que le patient puisse s'aimer au moins autant dans notre regard qu'il s'y éprouve. Voir le bon en lui, chercher le beau, me semble tout aussi important que le lourd à déposer et participe même à sa possibilité.

- Je ne peux m'empêcher de penser que Line aime inconsciemment la manière dont je la considère ! Son rêve sur les carottes est venu me le dire au creux de l'oreille. Surtout si nous associons sur mon nom de famille...

Le mouvement est possible parce que la personne reçoit dans mon regard, un espace où elle peut se risquer à peu à peu regarder son reflet, fait d'ombres et de lumière.

Nous sommes alors les témoins de qui ils sont et nous pouvons ainsi leur permettre de réintroduire une version d'eux en leur rendant peu à peu ce reflet.

- Line n'est pas seulement capable de tout rater, elle aussi une institutrice sensible et présente auprès des enfants.
- Irène n'est pas seulement dure et peu démonstrative, elle est surtout emmurée dans son affectivité et sa demande d'amour.
- Gaëlle n'est pas seulement une femme parfaite, elle est aussi une petite fille abandonnée qui pense l'avoir été parce qu'elle n'était pas valable.

Mais soulever une interrogation plus large nécessite me semble-t-il, d'apporter des réponses sur les parts d'eux-mêmes qui se dévoilent et celles restées égarées.

### C. l'Étayage

Définition : « Etayer : soutenir un élément, une partie de construction au moyen d'étais. Soutenir quelque chose par des arguments, des preuves, le fonder, l'établir ou en être la preuve. » Larousse.fr

- Lorsque je nomme la maltraitance à Irène, je pose un étau entre la personne qu'elle est et l'enfance qu'elle a vécu, pour que s'appuie dessus, cette image qu'elle a d'elle... rendant compréhensible sa personnalité.
- Lorsque j'invite Gaëlle à ressentir et nommer les sensations de son corps, je pose un étau entre sa douleur et son évitement.
- Lorsque je propose à Adeline ce qu'elle n'a finalement pas compris, elle peut accéder à sa crédulité et sortir de l'ignorance.

Sortir de la désunion demande de restaurer une cohésion de soi notamment en retrouvant une « continuité d'existence ». Terme qui sera développé dans la partie sur la mère suffisamment bonne.

Mais pour que cette continuité soit possible, il est parfois nécessaire d'aider le patient à sortir de l'inconnu qui l'inquiète afin qu'il élabore un lien entre sa psyché et son vécu.

Répondre aux questions du patient, c'est pouvoir lui dire parfois de quoi cela parle, qu'est-ce que cela fait pour qu'il évalue au mieux son rapport à lui-même, mais également pour que sa part d'enfant se rassure ; cette part qui se demande souvent si c'est bien ça la vie ... Si ce qui se joue en lui est normal, compréhensible, réel.

Les traumatismes, le refoulement, les incompréhensions en général construisent une version discontinue de nous-mêmes car il y a des coupures dans le processus

de développement et d'assimilation. Ce qui n'est pas supportable est oublié... mais il n'est pas effacé.

Poser un étau, c'est éviter l'effondrement d'une maison. En aidant le patient à nommer ce qu'il ressent, comprend ou croit, nous l'aidons à soutenir une version de lui plus assemblée, plus édifiée.

Cette idée rejoint le discours de Ferenczi dans *Le traumatisme* : « Les enfants ne se fient pas à leurs propres pensées et actes, tant qu'ils ne sont pas approuvés par les parents. (...) Même dans le processus de pensée, l'enfant ne peut pas rester seul, il doit être soutenu, comme pendant l'apprentissage de la marche ».

Si nous gardons en tête l'idée que, lors d'un traumatisme mais également dans le principe même du refoulement, la charge émotionnelle reste en suspens, ce qui n'a pas pu être élaboré demande encore, même des années après, d'être « soutenu » par une personne occupant alors une fonction « Adulte ».

Cet adulte-thérapeute vient alors atténuer l'appréhension de l'effondrement. L'étau rassure pour permettre d'appréhender.

« Ainsi le langage joue alors un rôle de médiateur, de liaison, entre le moi et le semblable. Ces circuits pré-établis et toujours les mêmes (définis par Freud comme un système de frayage), biologiques ou psychiques, sont ceux empruntés par l'énergie de l'individu. De leur cohésion, de leur maintien, constituant de ce fait le narcissisme, dépendrait alors le moi de chacun. » F. Dolto

#### **D. La mère suffisamment bonne ou la juste mesure**

La fonction mère, c'est celle qui a traversé bon nombre d'épreuves avant nous... Qui nous dit que la vie continue malgré tout, c'est celle qui tend un mouchoir pour

essuyer les larmes et colle un pansement sur les plaies.

Mais si elle fait tout cela, c'est parce qu'elle voit ! Les larmes, les plaies. Et peut ainsi aider à les traverser. Elle reconnaît la souffrance et permet ainsi de ne pas la mettre à distance de soi-même.

Par cette fonction d'accueil de la souffrance, elle participe au maintien de la continuité d'existence puisqu'elle ne l'occulte pas.

« Winnicott a possiblement conçu la « mère suffisamment bonne comme celle dont la fonction essentielle consiste à donner le sentiment d'une continuité d'existence » - *La mère suffisamment bonne*, préface de Gisèle Harrus-Révidi

Parce que le patient a finalement en face de lui une personne qui le considère (curiosité), l'encourage à se regarder vraiment (miroir), pouvant répondre aux inquiétudes de son monde intérieur (étayage), il peut être considéré dans ses errances et ne plus tenir à distance les épreuves de son chemin. C'est alors la possibilité de sortir de la sidération.

« La faculté de dominer nos émotions, qui peut nous paraître désirable d'un certain point de vue, serait par ailleurs une qualité d'une valeur contestable, car elle enlèverait aux relations humaines toute variété, toute couleur, toute chaleur et tout charme. » C.G Jung dans *Essai d'exploration de l'inconscient*.

- Avec Irène, mes émotions sont éprouvées par ses souvenirs de maltraitance et c'est avec toute ma tendresse que je viens lui dire. Si je ne prends pas le versant de la tendresse et de l'émotion, je risque de laisser Irène dans sa froideur et sa distanciation. Mais si je viens lui dire qu'élever une poule, c'est être une fermière mais pas une mère, puis que je souligne les besoins affectifs de l'enfant qui arrive au monde, je commence à lui soumettre une représentation plus tendre de la vie que ce qu'elle peut en concevoir. En lui

permettant d'envisager que le monde puisse être doux, mais que cela n'a pas été sa réalité, je laisse alors la place à sa part émotionnelle pour que puissent s'exprimer peu à peu les manques... premiers pas vers la reconnaissance de la maltraitance que je pourrai alors soumettre. Mais si je lui dis tout cela sur un ton froid, je suis à peu près sûre de réveiller la culpabilité d'Irène, notamment parce qu'un enfant maltraité comme évoqué précédemment cesse d'abord de s'aimer lui-même, et ne pas permettre aux émotions inhérentes de se déposer car le système de protection se remettra en place.

Dans mon regard posé sur elle, comme dans les mots choisis pour définir une mère et la différence avec une fermière, je dépose au creux de son cœur, les mots qu'elle a cessé d'attendre dans son enfance. Je participe alors au réveil de son Eros.

L'importance de la tendresse en début de travail thérapeutique comme injonction positive de la vie, est clairement soutenue par Ferenczi dans *L'enfant mal accueilli*. La vie peut être dure et terrible, mais le droit de s'affranchir de ces conditions lorsqu'elles ne sont pas adaptées, ouvre des perspectives de liberté, de choix, de responsabilité. Le plus éprouvant est de reconnaître le terrible, l'injuste.

L'étai que pose le thérapeute est celui d'un Adulte curieux, confiant, rassurant et suffisamment solide. Cet adulte construit alors une « mère suffisamment bonne » pour que la version du patient s'unifie. Un espace où l'on peut se sentir cadré et porté.

Il me semble alors qu'il s'agit, à travers ces différents mouvements, de permettre de réintégrer une mère à laquelle on aurait pu prétendre... Parce qu'elle crée un espace bon pour soi. Et que cette création peut réveiller l'Eros de l'individu et même, le mettre en mouvement...

## 2. Réparer les défaillances

---

### *Du lien à Soi au lien à l'autre*

Si garantir l'Eros est, me semble-t-il, la part qui incombe au thérapeute, le patient doit pouvoir, quant à lui, se saisir de la réparation des failles narcissiques créées par les morsures de Thanatos.

En effet, pour que l'unité de la personne se restaure, nous l'avons évoqué, il y a à la fois la nécessité de garantir l'Eros, mais également de permettre aux défaillances de ne plus cisailer le rapport à Soi. Les messages que ces défaillances envoient, altèrent notre confiance et notre capacité à nous aimer.

Mais finalement quelles sont-elles ? Et comment faire en sorte que les brèches narcissiques qu'elles produisent, se colmatent ?

Certaines ont déjà été évoquées au cours de cet écrit, mais nous les abordons ici dans un souci de les mettre au travail pour mieux les déjouer. Comme des « objectifs » que le travail thérapeutique peut se fixer.

### **a. Comprendre ce qui a été introjecté : la part subjective**

Déjà évoquée dans le paragraphe sur la curiosité, c'est l'occasion ici de préciser mes propos autour de cette part subjective : sa difficulté majeure réside dans le fait qu'elle nous demande de faire abstraction de notre part à nous, thérapeute, et que plus nous avons de capacité à élaborer les processus internes, plus nous nous éloignons facilement de la subjectivité.

Le cadeau de mon fils : « pourquoi elle a avalé le bébé ? »

Il y a quelque mois, j'ai reçu à la maison une amie enceinte de 7 mois. Elle s'installe dans le fauteuil tandis que je lui prépare un thé. Lorsque je reviens dans le salon, elle discute avec ma fille. Mon fils est assis sur le canapé et ne bouge pas. Je sers

le thé et m'assoie également sur le canapé. Mon fils s'approche, m'agrippe le tee-shirt pour mieux se hisser à mon oreille et me dit, inquiet : « Maman, pourquoi elle a avalé le bébé ? » Je tourne la tête vers mon amie pour mieux comprendre et réalise ce que mon fils est en train de voir.

Une femme au ventre tout rond porte à la bouche son mug de thé. Elle boit et a un gros ventre. Il ne peut pas imaginer que ce bébé soit entré autrement que par la bouche ! Donc, elle l'a avalé.

Si mon fils n'est pas terrorisé, il n'en a pas moins besoin d'être rassuré sur ce qui se passe.

Ce moment est un cadeau que mon fils me fait, car il m'offre la possibilité d'une compréhension psychique d'un enfant de 4 ans ! Cadeau dont je me sers beaucoup lorsque j'explore la petite enfance des personnes. Car c'est à partir de ce que l'on voit, mais surtout de ce que l'on est capable d'élaborer, que se forment nos processus.

- C'est exactement ce qu'il se passe avec Adeline qui a construit à partir d'expériences trop précoces, sa représentation de la sexualité.

« Ce qui fait souffrir, c'est ce qui n'a pas été subjectivé, symbolisé ». Alain Ferrant  
Lorsque la résonance d'une situation ne peut pas trouver un écho en soi, elle reste suspendue dans le vide, dans le néant, car « vivre quelque chose et l'interpréter, est différent ».

« A travers le langage, la part subjective se travaille autour de l'affect et de la représentation » André Green dans *Narcissisme de vie, narcissisme de mort*.

Amener le patient à considérer sa part subjective, permet de l'entraîner dans une interrogation autour de ses affects, mais aussi des liens sous-jacents à ses expériences.

## **b. Reconnaître la part qui meurt en soi**

Accepter de ne pas avoir su parce qu'elle ne peut pas tout savoir, tout maîtriser d'une situation et apprendre de nouveau de la situation qu'elle évite, est le passage par lequel doit pouvoir passer la personne qui n'a pas su faire, dire, réagir. Il est important de contextualiser le plus possible la situation concernée, pour que nous aidions le patient à admettre qu'il n'avait pas en sa possession, toutes les informations ou une clairvoyance suffisante pour qu'il puisse tout anticiper.

Admettre le faillible plutôt que la défaillance, humanise l'individu, le normalise et lui permet d'effectuer le passage d'un vécu mortifère à une compassion. Donc, l'acte majeur est d'Admettre.

En explorant les traumatismes, nous pouvons repérer là où la personne s'est lâché la main et investiguer comment elle aurait pu faire autrement, pour lui permettre d'accéder à des options qu'elle porte en elle mais qu'elle ne pouvait pas solliciter à ce moment-là. Et contribuer ainsi à la réparation. Car considérer les ressources à disposition, fait sortir de la sidération.

## **c. Admettre sa part de responsabilité : sortir de la béatitude**

La part qui nous incombe doit pouvoir être définie avec la personne, surtout lorsque il y a un recours fréquent à la victimisation ou une dépendance à l'autre.

Qu'est ce que la béatitude irresponsable ? C'est attendre que l'autre nous dise ce que l'on a à faire, voire, à vivre. C'est revenir au temps de la fusion, archaïquement à la mère, où il n'y a pas de Un à prendre en charge mais une entité commune à « promouvoir », dédouanant la part narcissique individuelle qui nous incombe.

C'est donc une dépendance à l'autre ; cet autre dont on attend la validation narcissisante, mais qui bien souvent, ne répond pas à notre besoin d'être aimé, vu par lui.

- C'est notamment ce qui se met au travail avec Gaëlle qui transpose sa dépendance affective en dépendance financière, ce qui la laisse dans une forme de béatitude irresponsable.
- C'est également ce qui se joue avec Corinne qui, à travers son livre, tente encore une fois d'être reconnue par l'autre, Corinne qui n'est plus vue par son mari, même dans l'effondrement, mais qui préfère continuer de descendre car elle reste dans l'illusion de guérir si l'autre la voit.
- Line continue de promouvoir une version d'elle instaurée par sa mère et non décrétée par elle.
- C'est également ce qui se joue avec Adeline qui, à travers ses nombreuses thérapies, recherche l'avis de l'autre plutôt que l'accès à ses désirs.

« Celui qui ne s'obéit pas à lui-même, tombe sous la coupe des autres. Il est beaucoup plus facile d'obéir à autrui que de se commander soi-même. » Irvin Yalom dans *Et Nietzsche a pleuré*.

Mais ce passage est difficile car il bouleverse la bienséance sociétale où répondre aux besoins de l'autre, agrmente nos bonnes conduites. Ne pas s'occuper de soi au profit de l'autre est honorable ; à cet endroit là, on est sûr de bien faire.

Pourtant, cela produit des demeures abandonnées, des propriétés non défendues que l'on peut venir piller et dont on se plaint ensuite d'être victime.

Ainsi, attendre que l'autre nous confirme dans notre réalité d'existence, nous défait de notre puissance, de notre énergie de vie, de l'entière responsabilité de notre joie que nous avons.

Pour sortir de la fusion, il faut prendre en charge son vivant et non plus exister à partir de l'autre.

« Il semble paradoxal de dire que les hommes sont plus utiles les uns aux autres quand ils suivent chacun leur propre chemin. Mais il en va ainsi lorsqu'il s'agit d'hommes de raison. Un égoïsme éclairé mène à l'entraide. » Irvin Yalom dans *Le problème Spinoza*.

Dans sa capacité à être seul, l'individu développe sa solidité intérieure qu'il peut ensuite proposer à l'autre. Trouver son sol intérieur demande une descente en soi ; une fois les pieds posés dessus, il permet de se redresser, de s'ériger. C'est seulement à partir de là que nous pouvons tendre vers l'autre pour qu'il s'appuie à son tour. A partir de notre sol intérieur.

« Solitude -----> Solidité -----> Solidarité »

G.Colleuil

Mais pour inscrire dans le réel notre responsabilité, cela nécessite un accord fondamental passé de soi à soi, celui du droit à l'expression du mécontentement pouvant parfois mettre en jeu la peur de perdre l'autre, la peur d'être abandonné.

#### **d. Exprimer le mécontentement**

Exprimer le mécontentement c'est cesser de s'abandonner soi-même !

Cela nous permet de différencier ce qui est bon et mauvais et de fonder un rapport écologique à soi-même.

Comme l'expliquent clairement les travaux de Mélanie Klein, si nous n'avions pas été mécontent du lait maternel à un moment, nous ne pourrions pas grandir. Car c'est le mécontentement qui déclenche la nécessité d'autonomie.

C'est ce qui nous mobilise et nous met en mouvement pour apprendre à marcher... jusqu'au frigo ! Lorsque le lait n'est plus suffisant.

« La première expérience du bébé de la mort, se trouve dans ce moment où il

entrevoit « la possibilité d'une non-existence », ressenti de « perte accablante », celui de la non satisfaction d'un désir (de succion, de faim). « Il découvre alors qu'il ne peut satisfaire ses propres désirs ; il pleure et il crie ; il devient agressif. »  
Mélanie Klein dans *L'amour et la haine*.

« Le surmoi retient une grande part de notre agressivité, écrit Mélanie Klein, car il n'est pas acceptable pour bon nombre de cultures et de civilisations, d'exprimer son agressivité. »

Pourtant, sans agressivité, il ne peut y avoir de ferme intention, même de vivre !

Posant les limites de la potentielle persécution extérieure, elle nous fait réagir face au danger mais elle nous permet également de construire une réalité en adéquation avec nos besoins.

- Pour Corinne, faire le lien entre sa colère contre certaines avancées technologiques et sa colère contre les comportements de ses parents, la reconnecte à cette « hargne ». En reconnectant notamment par l'éprouvé, elle cesse alors de protéger l'objet maternant en déviant sa colère dans une cause écologique. Cette hargne qu'elle exprime alors dans le Non aux vacances mortifères. Non aux environnements familiaux toxiques.

C'est alors retrouver le cadre propice au **non** du petit enfant mécontent pour retrouver sa pulsion... donnant l'impulsion !

« Pour pouvoir haïr, il faut pouvoir aimer quelqu'un d'autre » Sandor Ferenczi dans *Le traumatisme*.

- Parce que Dominique peut désormais reconnaître qu'elle s'appuie sur moi, elle peut haïr cette mère défaillante et elle peut également laisser émerger son besoin d'amour, son besoin de l'autre et accueillir les souffrances de son

enfance.

- Gaëlle qui, symboliquement fait la fête à sa mère le jour de la fête des mères, mobilise son agressivité même si elles auront une conversation courtoise et émouvante. Elle aura posé l'acte fondateur de lui régler ses comptes. Depuis elle n'a plus d'achats compulsifs car n'a plus besoin de déplacer l'agressivité en dépensant l'argent de sa mère.

« La haine et la rage jouent un rôle dans les processus qui précèdent le refoulement ; s'il en est ainsi, alors aucune analyse n'est terminée tant que cette émotion n'a pas été, elle aussi, menée à son aboutissement. » Sandor Ferenczi dans *Journal clinique, Stratégies de survie*.

- Adeline mettra un terme à sa relation de couple insatisfaisante et discutera ouvertement avec sa mère de son alcoolisme, après une séance où je refuse de conforter sa tentative de décision de rupture. Je ne réponds alors pas à sa demande d'encouragement, au contraire, j'exagère volontairement son absence de fermeté ce qui provoque une forte colère contre moi. Mais en repartant avec cette colère, je la laisse prendre en charge sa frustration et donc la responsabilité qu'est la sienne, pour y remédier.

Cette « hargne primitive » instaure un auto-respect qui envoie le message d'un territoire potentiellement défendu à l'autre, qui peut être alors dissuadé de s'y attaquer.

Si tout cela participe à l'affirmation de soi, il me semble qu'il faut également l'entendre en tant que fierté retrouvée à être soi.

### 3. Laisser advenir

On ne guérit pas l'autre, on l'aguerrit et le laisse advenir !

Dans l'expression mère suffisamment bonne, Gisèle Harrus-Révidi qui rédige la préface de cet ouvrage, nous rappelle que le suffisamment est privatif (dit en anglais). « Si la mère est comblante et ne laisse place à aucune frustration pour l'enfant, elle ne lui permet pas d'atteindre un stade d'autonomie. La mère doit savoir ne pas répondre à toutes les sollicitations pour permettre le passage de l'état de dépendance totale à celui de dépendance relative sur le mode le plus graduel possible.»

L'enfant apprend peu à peu à suppléer aux défaillances successives de son environnement à condition qu'il puisse les contenir, sinon d'après Ferenczi, elles ne peuvent agir que sur le mode traumatique.

S'éprouve alors « la nécessaire présence de l'absence » pour que la personne s'appuie sur ses ressources propres. Celles restaurées peu à peu.

Il faut donc permettre à la personne de se rencontrer à l'endroit de sa torpeur pour y déjouer les pièges des (fausses) croyances négatives, des infidélités à soi-même et de loyautés toxiques, armée de son unité et de sa fidélité envers elle-même.

Cela demande au thérapeute notamment de rester confiant pour ne pas tomber dans le piège d'une sollicitation de notre patient, comme c'est le cas avec Adeline par exemple. Cela pourrait alors réveiller la tendance à faire plaisir au thérapeute et avoir pour dommage principal de solliciter le faux self.

Si toutes les actions précitées comme l'étayage, la curiosité, l'expression du mécontentement apportent des changements puissants, c'est la dimension expérientielle qui appartient au patient uniquement car lui seul peut se saisir du moment où son équilibre psychique peut se modifier.

Il est fondamental de préparer le mieux possible les matériaux mais de ne pas participer, à la décision du démantèlement archaïque.

Dans la plupart des cas précités, c'est en leur seule présence que se sont révélées les mises en œuvre des actes fondateurs, suite à des rêves, des compréhensions, des décisions.

L'efficacité ne réside pas dans la maîtrise du Chronos mais dans la possibilité du Kairos.

La possibilité que se rejoue **la même** traversée émotionnelle car c'est elle qu'il faut décharger, elle restée au présent dans son intensité. Il faut que ce présent-là soit le véhicule du voyage dans le temps jusqu'à la torpeur initiale.

#### a. L'occasion unique de se tendre la main à nouveau : l'opportunité

L'opportunité : aux portes de l'unité retrouvée !

L'instant où les conditions sont requises pour déjouer ce qui désunit la personne. A travers l'émotion suscitée par un rêve ou par un contexte qui se répète, la part adulte vient secourir la part enfant pour la sortir de la torpeur. Cette émotion fait traverser les différents tableaux de la mise en abîme du patient, jusqu'à la source de celle-ci pour la décharger.

Cet adulte qui s'est d'abord appuyé sur le thérapeute pour s'édifier efficacement, peut dans cet instant précis, agir à partir de lui et en lui.

##### ➤ Un contexte propice à l'action salvatrice

- Ainsi Corinne rejoue les pertes de l'enfant dans son contexte adulte. Elle perd son emploi, son autorité de mère, sa passion écologique, son goût à la vie. Elle perd et se voit perdre, se voit mourir et s'éteindre. Puis il y a cette compréhension nouvelle, qu'elle attribue à ses livres, sa valeur narcissique, alors qu'ils sont peu appréciés et beaucoup critiqués. Elle s'effondre encore un peu plus

mais appréhende simultanément la part qui lui incombe. Alors quand arrivent les vacances d'été et l'enfermement classique en Italie aux côtés d'un mari qui ne la voit pas plus quand elle meurt que lorsqu'elle essaye de vivre, elle saisit l'opportunité de dire non !

Non, je n'irai pas mourir en Italie, je suis descendue si bas que je ne suis plus que face à moi-même, et à cet endroit-là, j'engage ma pulsion de vie ! Je me choisis.

Corinne passe un été merveilleux, fluide, léger. Elle reprend la conduite et part à la campagne.

« La synchronicité signifie d'abord la simultanéité d'un certain état psychique avec un ou plusieurs éléments parallèles signifiants par rapport à l'état subjectif du moment » C.G. Jung dans *Synchronicité et Paracelsia*, (p. 269)

- Gaëlle va parler à sa mère en tenant la petite fille qu'elle était par la main, le symbole est fort car elle sort de la position d'attente en créant elle-même le contexte, elle se responsabilise et se choisit. Elle convoque ses affects dans son discours et peut recevoir ceux de sa mère.

- Adeline, en s'autorisant à être en colère contre moi car je la frustrerai pour la première fois dans sa demande de soutien. Je lui permets de ne pas rejouer son besoin que l'autre décide pour elle et qu'une fois encore, elle se dépossède de son désir réel, je la laisse se prendre la main.

Ferenczi : « Rester en contact avec ses patients (lors d'une transe) nécessite parfois d'avaler l'idée que l'on sait mieux que lui en tant que thérapeute afin qu'il nous guide sur ce qu'il a besoin pour revivre la scène traumatique ».

Il me semble que cela s'applique au-delà du contexte de la transe.

## b. Le rêve

« Freud ne considère pas le rêve comme une manifestation située sur le chemin du sommeil mais au contraire comme l'expression de ce qui se refuse à être réduit au silence » André Green dans *Narcissisme de vie, de mort*.

Il parle alors d'« une brèche dans le narcissisme »

- Line « dévoile » son vrai visage à la suite de deux rêves.

« Le langage imagé est un pont entre conscient et inconscient qui s'adresse directement à nos émotions. (...) Lien entre l'univers rationnel de la conscience et le monde de l'instinct. » C.G Jung dans *Essai d'exploration de l'inconscient*.

Le premier où son élan maternel est coupé par sa propre mère, le second où elle partage sa dévalorisation avec son fils en dormant sur un matelas souillé et une couette sale. La dévalorisation s'arrête via l'effet miroir de son fils, Line reprend son élan maternel.

La sensation du voile qui s'enlève semble alors correspondre à sa capacité d'amour qui se dévoile. D'ailleurs, c'est à la fin de son travail thérapeutique que cela se confirme car Line me partage que j'ai ouvert en elle une capacité d'amour incroyable ; nous avons surtout œuvré pour qu'elle retourne la chercher, qu'elle s'en saisisse à nouveau.

La fin de son travail thérapeutique sera également signée par un rêve magnifique où se remettent en scène, les protagonistes de ses processus jusqu'à sa prise d'autonomie : Line est en Argentine, son guide la dépose dans un grand parc pour qu'elle se promène. Elle voit passer une belette, puis un lapin mais un aigle arrive au-dessus et elle redoute la proie qui va se faire attraper ; elle tourne finalement la tête pour voir ce qu'il se passe, à sa grande surprise, le lapin est monté sur l'aigle.

Ainsi l'opportunité de se choisir de façon synchronisée produit l'appropriation du patient.

### c. La régression

De même que pour le rêve, la régression narcissique est pour Freud un refus du « glissement vers le silence ».

- Après deux années de travail thérapeutique et de l'acte crucial envers Dominique, les vacances d'été arrivent. Dominique va plutôt bien, nous poursuivons les introspections afin de continuer à mettre en œuvre l'étayage. Dominique n'a plus d'apnées.

Pourtant, elle arrive en séance en me relatant une scène où elle s'agace, trépigne puis finalement rentre chez elle et pleure beaucoup. Lorsqu'elle me décrit cette scène, elle mime et je vois se jouer devant moi, un caprice d'enfant.

Si j'en mesure l'aspect douloureux sans difficultés, j'entrevois également l'expression d'un mécontentement qui m'interpelle car dans le parcours de Dominique, c'est inédit. Cela se produit lors des vacances d'été, nous n'avons donc pas nos séances hebdomadaires.

Quelques semaines après, il se produit le même type de réaction alors qu'elle effectue ses courses dans un supermarché. En contextualisant la scène, je comprends que cela se produit le jour et à l'heure de notre rendez-vous habituel, mais que je ne suis pas là.

Ces situations réveillent la douleur de la petite Dominique confrontée à une mère ne pouvant répondre à ses besoins. Dans ce qui se rejoue avec moi, elle s'autorise à laisser monter son émotion d'enfant. Alors, à partir de cet instant, nous pouvons œuvrer dans cet espace temps douloureux et y reconnaître son besoin d'amour, son manque d'étayage et y redéposer toute la considération nécessaire pour que cesse la sidération.

Dans *Et Nietzsche a pleuré*, Irvin Yalom écrit : « Non ! Un psychologue, un défricheur d'âmes, se doit être plus dur que quiconque, sans quoi il enflera de pitié. Et son disciple se noiera dans une eau peu profonde. (...) Non, un guide doit être un garde fou le long du torrent, mais en aucun cas il ne doit être une béquille ; mettre au jour les traces qui se présentent devant le disciple, mais ne pas choisir le chemin à sa place. »

## IV. CONCLUSION

---

J'ai ainsi tenté de démontrer, à travers cet écrit, que la reconstruction de l'Eros observée dans ma patientèle a pour ambition de retrouver un appui sur soi solide afin que la personne puisse repartir dans le monde avec une énergie unifiée et autonome.

Cet appui sur soi se restaure à partir de l'introjection d'un adulte suffisamment bon et de la levée des situations créant une discontinuité dans le rapport à soi. Pour cela, il faut parfois redescendre jusqu'au mordant, jusqu'à l'accueil au monde, jusqu'à la décision de vivre afin de redéployer l'Eros manquant ou perdu.

Cette version unifiée permet alors le retour de notre responsabilité intrinsèque de nous aimer en devenant sensible à l'idée de devoir en permanence veiller à ne pas la perdre, car telle est la part qui nous incombe. Rester fidèle à son vivant !

A travers l'accompagnement thérapeutique, c'est une Co-élaboration qui est mobilisée et dans laquelle le thérapeute est en charge d'accompagner le retour de l'Eros jusqu'au portes du patient. C'est ensuite au patient lui-même que revient la charge d'ouvrir la porte de l'amour de soi pour que l'Eros se répande à nouveau.

« Ainsi, si la forme la plus simple de l'accompagnement est duale, c'est que le deux est effectivement le minimum requis pour la relation. Il y a relation dès lors que les deux termes sont unis dans un même acte. Ce lien d'influence réciproque compose une unité éphémère. » Maëlla Paul dans *Ce que accompagner veut dire*.

Dans cette unité éphémère se rencontrent un contenu, le patient, et un contenant, le cadre thérapeutique. Nous approchons alors dans le contenu des séances, la misère et le potentiel de la personne et après trois années intensives de pratique en tant que psychopraticienne, mais plus largement dans mes activités d'accompagnement, je reste admirative de ce que l'humain peut supporter, traverser, endurer. Ainsi, à l'endroit où il souffre, il vient également dire son

courage, mais dans une version insuffisamment écologique pour lui, non adaptée à ses potentialités.

Mais parce que le cadre thérapeutique est aussi fait du thérapeute, tout cela nous confronte également à notre propre rapport à l'Eros. Car bien évidemment, si nous œuvrons au retour de celui du patient, il nous incombe alors de veiller à ne pas perdre le nôtre.

En effet, c'est bien à partir de la traversée de mon propre désespoir que je peux aller m'asseoir aux côtés de celui de mon patient. C'est bien à partir de ma propre confrontation avec mon désir de vivre que je peux tenter d'explorer où celui du patient s'est caché ; signant ainsi, il me semble, la possibilité de la posture intégrative dont l'ouverture au monde à partir de différents concepts, constitue le premier versant, l'intégration en soi des différents processus, le second.

Nous ne sommes pas pour autant épargné par la montée du mortifère et le retour de la désunion, de l'incohérence. Confronter la personne sur ces choix demande d'être au clair sur les nôtres, car garant d'une écologie personnelle.

Ainsi, si c'est à partir de mon propre Eros restauré que je participe à celui de l'autre, c'est également avec la pleine conscience de son impermanence que j'apprends à me surveiller de près, notamment car les évènements terroristes, comme certaines autres épreuves de la vie, n'ont cessé de m'interroger sur ma limite énergétique et mes propres capacités d'espoir et d'amour.

Dans ces locaux situés entre l'HyperCasher et le Bataclan, je me suis beaucoup demandé si j'étais à la hauteur de cette ambition. Aussi passionnant que soit ce métier, j'ai quelque fois perdu mon Un unifié et mon Eros a fuit avec la sensation incohérente de subir plutôt que de choisir.

C'est donc avec une volonté différente et un courage réédifié que depuis, je fais le choix de participer à la congrégation de l'Eros. Il m'a fallu laissé agir plus d'un an

de processus personnel, et ce travail d'écriture, pour décider de rejoindre plus pleinement le bras armé de la communauté thérapeutique.

Branchée sur mes processus et les fonctionnements du monde afin d'en démêler l'accès pour celui qui reste coincé, je conclus de tendre l'épée de l'Eros plus fort et plus loin encore... car apprendre à vivre avec, n'est pas la même chose que de militer pour !

Demain c'est au creux de mon cabinet et adossée à un médecin avec qui je partage ce combat que je vais rejoindre le groupe armé du travail thérapeutique pour le réveil en chaque Un, de l'Eros.



## Remerciements

Mes premiers remerciements s'adressent à Matthieu, pour son amour et ses quinze années de partage et de cheminement. Mais aussi pour sa patience et les dispositions mises en œuvre pour laisser la place et le temps à ce travail d'écriture.

A Chant qui a su créer sur cette terre, un espace holistique d'amour dont je peux profiter.

A Gérard Lecolier qui, en m'ouvrant la porte de son cabinet, m'a donné l'opportunité de me déployer.

A Marie-Gabrielle Bernard Héril pour sa confiance en moi, en mes potentialités.

A mes pères fondateurs pour leur connaissances et leurs inspirations : Georges Colleuil, Alain Héril, Georges Brassens, Christian Bobin.

A Florence Danet qui, en me partageant un jour qu'elle aimait la manière dont je parlais de mes patients, m'a fait sortir de la pudeur d'en parler ici.

A mes patients pour leur richesse, leur courage, leur confiance.

A mes enfants en tant que promesse du Monde...

## Bibliographie

- Le feuilleton d'Hermès, Murielle Szac
- Le Narcissisme, Paul Denis
- L'estime de soi, C. André et F. Lelord
- Le traumatisme, Sandor Ferenczi
- Narcissisme de vie, narcissisme de mort, André Green
- La mère suffisamment bonne, Donald Winnicott
- L'amour et la haine, Mélanie Klein et Joan Rivière
- Deuil et dépression, Mélanie Klein
- Essai d'exploration de l'inconscient, C.G Jung
- Psychologie de l'inconscient, C.G Jung
- 100% Jung, Viviane Thibaudier
- Et Nietzsche a pleuré, Irvin Yalom
- Le problème Spinoza, Irvin Yalom
- Ce que accompagner veut dire, Maëlla Paul
- Revue l'année psychanalytique internationale 2009, de Robert D. Hinshelwood : Article Refoulement et clivage : Esquisse d'une méthode comparative des concepts

**Notes sur le mémoire de Marie-Laure Jeannot**

# **La reconstruction de l'Eros dans le travail thérapeutique**

Année 2017

Lecteurs

Claire Delabare, analyste jungienne

Violaine Gelly, psychopraticienne intégrative, auteure, R.C. de PsychoBook, consultante d'Indigo Formations

Marie-Gabrielle Héril-Bernard, psychopraticienne intégrative, superviseure, directrice d'Indigo Formations

Alain Héril : Psychanalyste, sexothérapeute, formateur, superviseur, directeur d'Indigo Formations

## Retour de lecture

Par Claire Delabare

Il est commun de dire qu'il existe deux pulsions, l'une de vie et l'autre de mort.

Chez Jung, ces deux pulsions sont nommées archétypes et tout archétype possède deux versants, l'un positif et l'autre négatif. Ce qui revient à dire qu'Eros possède un versant négatif et Thanatos un versant positif. Ces deux archétypes sont présents chez la totalité des êtres humains. Ils se livrent une forme de bataille mais sans s'exclure, jamais. L'un ne gagne pas sur l'autre. Le germe de la mort réside chez Eros tandis que Thanatos (parfois distingué par un papillon) représente l'espoir d'une vie nouvelle.

Ces deux archétypes sont indépendants mais ne peuvent être pensés séparément. Ils œuvrent ensemble dans une dynamique contraire. Ce qui rapproche de la théorie jungienne de l'union des contraires.

D'ailleurs, dans l'amour à mort, qui est au commande Eros ou Thanatos ? Celui ou celle qui tue par amour par quel archétype est-il mû ?

Pour ce qui concerne la notion de narcissisme. Marie-Laure pointe fort justement le fait qu'il ne faut pas confondre narcissisme et Ego. Le narcissisme est le résultat de la libido puisée dans le monde extérieur et apportée au Moi qui s'en nourrit.

Le lien entre le narcissisme et l'estime de soi n'est pas toujours aisé car Freud l'évoque dans l'état amoureux, il y a déperdition de libido (d'énergie psychique) vers une libido objectale, (vers l'être aimé) tandis que paradoxalement ou parallèlement la relation amoureuse augmente l'estime de soi.

Marie-Laure souligne fort justement que le retour libidinal doit se montrer valorisant pour nourrir l'estime de soi, faute de quoi, et elle nous le démontre tout au long de la description de son travail effectué avec sa patientèle, c'est le versant réputé négatif d'Eros qui se manifeste et qui permet ainsi les « morsures » de Thanatos.

Il est donc indispensable que le/la thérapeute mette en place une relation empreinte de positif pour renforcer le sentiment de valeur et par conséquent le désir d'exister.

Dans la perspective jungienne, les divers processus énergétiques accompagnent ces allers-retours entre les deux archétypes, dont la finalité est toujours l'émergence du Soi, en tant qu'archétype de la Synthèse.

Les expériences traumatiques traversent nos vies, menacent l'existence même de l'individu et le mènent vers une angoisse permanente.

Marie-Laure indique que le traumatisme vient dire quelque chose d'autre de nous et ceci est intéressant car c'est sur cette assertion que va se situer l'alliance thérapeutique.

Avec Dominique ou l'impossibilité de l'amour, l'atmosphère familiale toxique a induit chez cette patiente, il me semble, une forme d'état limite. « Son adaptation au monde est bancale mais pas inexistante ». Dominique rend difficile le travail de sa thérapeute, car une partie d'elle veut se tenir éloignée d'elle-même, veut continuer de se méconnaître et il me semble que le fonctionnement symbolique reste pauvre, du moins au début chez cette patiente.

## Le retour de l'Eros

Les exemples de patients dans le mémoire de Marie-Laure concernent uniquement des femmes. Ceci est intéressant, car la restauration de l'Eros projette un éclairage original sur la façon qu'avait Jung de penser et peut être de panser le féminin. Ce mouvement vers l'autre de la thérapeute ouvre des potentiels, sa présence et ses réponses ont remis de l'ordre dans la conception du monde de Dominique, car sa propre mère ne lui donnait jamais de « bonnes » réponses. C'est de cette manière qu'elle a pu se restructurer. Ses attentes ont été enfin comblées.

Avec Adeline, « l'exploration de ce qu'elle cache aux yeux de tous », m'évoque une partie mal connue de la psyché : l'Ombre. Je reprends les termes du mémoire et les analyse. « en tirant les fils des processus » l'on pourrait dire en éclairant l'Ombre pour qu'Adeline ne soit plus dans le processus de la méconnaissance de ce qu'elle a vécu, comme un aspect d'elle-même qu'elle ne voulait pas voir.

Marie-Laure a pu mettre en place des réalisations transférentielles qui sont parvenues à ce que ses patientes acceptent de s'observer afin de se mieux comprendre et in fine s'estimer et puis aussi s'aimer. Avec Adeline j'ai noté la vigilance avec laquelle elle vivait ses relations aux autres et par conséquent, dans un premier temps, dans le transfert avec Marie-Laure.

Freud fait travailler « sur » le transfert, tandis que Jung travaille « avec », un peu comme si ce transfert était une énergie tierce, quasiment une énergie ressource, présente durant les séances. La différence est ténue mais je l'ai éprouvée dans mon travail et il m'a semblé que cette façon de procéder apportait plus de souplesse. Ceci, bien sûr n'est qu'une simple constatation, pas une certitude ni un diktat.

Pour ce qui concerne l'étayage, il s'agit souvent de travailler avec l'enfant intérieur, l'enfant blessé pour qu'il puisse interagir en harmonie avec l'adulte, dont il est toujours l'hôte.

Dans cet esprit que peut faire la thérapeute suffisamment bonne ? (Je garde le féminin exprès pour mieux faire intervenir le concept de Winnicott). Marie-Laure le définit fort bien en reconnaissant la souffrance à la fois sans en prendre une trop grande distance et surtout sans s'y noyer.

La thérapeute suffisamment bonne aide ses patients à développer leurs propres compétences à se mieux porter, se mieux sentir, et se mieux aimer.

Elle met en place une alliance thérapeutique positive en considérant les compétences de ses patients ; même si ces dernières paraissent encore embryonnaires. Mais cette thérapeute est seulement suffisamment bonne, et elle doit le rester. Elle porte en elle des sentiments négatifs, qu'elle ne doit pas refouler sous peine de leur donner une force trop importante et un contrôle impossible.

Il faut revenir inlassablement sur les questions éthiques et morales indissociables de la thérapie, ceci non dénué de sentiments, d'humanité et parfois de tendresse. Marie Laure l'a bien éprouvé et décrit dans son travail avec Irène. C'est d'ailleurs le chemin le plus sûr pour tenter de réparer les défaillances.

Jung nous invite toujours à plonger au cœur du conflit pour la conservation d'une position éthique, faute de quoi, le patient resterait dans un état défensif, alors qu'il est sain de lui apprendre à accorder une place à l'autre dans son univers. Et j'ajouterais une place à la réalité.

Quant à l'estime de soi dans la psychologie analytique, Jung nous dit qu'il n'y a de véritable expérience du Soi sans relation avec autrui.

Bon Travail Marie-Laure et félicitations

## Retour de lecture

Par Violaine Gelly

J'ai pris beaucoup de plaisir à découvrir le travail de Marie-Laure Jeannot dont le titre et l'angle me semblaient particulièrement passionnants. Comment ne pas voir que cette question de l'Éros est au cœur de la problématique de nos patients et combien nous y sommes confrontés par leur intermédiaire. Par ailleurs, son introduction où elle ose un dévoilement bienvenu, ouvre la perspective à une dimension supérieure, je dirais spirituelle, de notre rôle de thérapeute.

Ce mémoire a de nombreuses qualités.

- Marie-Laure met particulièrement en lien la théorie et les cas qu'elle choisit de présenter, témoignant de la qualité de ses recherches personnelles et de l'éclectisme de celles-ci. Personnellement, j'ai notamment apprécié ses références à Sandor Ferenczi et à Irvin Yalom.
- Dans la première partie, ses récits de cas sont argumentés et parfaitement choisis pour affirmer son propos. A leur seule lecture, on sent tout le travail d'étayage et de holding qu'elle conduit.
- Dans la deuxième partie, j'ai trouvé intéressant qu'elle distingue le travail thérapeutique qu'elle conduit avec ses patients, en deux axes de retour : vers le narcissisme secondaire dans un premier temps, vers le narcissisme primaire ensuite. Par la suite, sa description de l'accueil de son patient et des moyens utilisés pour le ramener vers l'Eros me semble très ajustée à la dimension intégrative de la thérapie.

Les remarques suivantes tiennent à trois regrets, qui n'entachent en rien la qualité de ce travail :

- J'aurais aimé que Marie-Laure aille un peu plus loin dans son analyse de l'implication du thérapeute. Il faut attendre la page 60 (la dernière !) pour qu'elle évoque son propre rapport à l'Eros et comment elle s'appuie dessus pour accompagner son patient. Et encore, cela n'est-il l'objet que de quelques lignes. Ce mémoire étant beaucoup axé sur le lien thérapeute-patient, j'aurais aimé en lire un peu plus et que, notamment, elle développe le contre-transfert qu'elle a expérimenté dans les cas qu'elle nous a présentés.
- Je regrette aussi, même si ce n'est qu'une question de sémantique (l'esprit y est !) qu'on ne trouve pas dans ce mémoire la notion de thérapie intégrative. Je suis certaine que l'approche que met en place Marie-Laure avec ses patients participe de cet élan mais il aurait pu être, sinon développé, du moins précisé.
- Marie-Laure nous présente l'axe ESSE comme l'un de ses outils de travail. Mais, dans son mémoire, elle ne met pas en scène la façon dont elle le travaille en séance. Tout au plus passe-t-elle les cas présentés au tamis du concept mais elle omet de nous préciser à quel moment de la thérapie et de quelle façon se sont jouées les articulations d'ESSE. Par exemple, p.25, la phrase « c'est en perdant dans les dimensions existentielles, sexuelles puis spirituelles que Corinne parvient à retrouver son agir », aurait mérité, à mon avis, un développement.

Ces quelques regrets mis à part, je réitère mes félicitations à Marie-Laure. Son ambition de thérapeute, tant avec ses patients que dans sa présence au monde, témoigne d'une vraie générosité humaine mais également d'un bel engagement professionnel.

## Retour de lecture

Par Marie-Gabrielle Héril-Bernard

A l'image du cœur de ce mémoire réalisé par Marie-Laure Jeannot, c'est bien d'énergie d'Eros dont il est question, car sur plusieurs registres il m'apporte satisfaction, fierté et joie.

Le sujet choisi est judicieux et fondamental puisqu'il représente un axe majeur de l'accompagnement psychothérapeutique. Il est ici abordé avec un style raffiné et élégant. Outre une écriture de qualité, la construction est brillamment articulée et les développements sont précis. L'auteure a fort justement assimilé les concepts psychanalytiques et démontre leur parfaite mise en perspective dans son travail clinique.

Sans qu'elle ne soit décrite et directement explicite, on peut deviner la posture intégrative de Marie-Laure. Par la qualité et la pertinence de son regard théorique et analytique, tenant compte des enjeux inconscients (mécanismes de défense, repère des résistances, prises en comptes des rêves, des actes manqués, des actes réussis...), mais aussi par l'absence de référence à des outils ou protocoles, au profit d'une attention mobilisée sur le lien au patient.

Quant à l'empreinte de la boussole ESSE dans ce mémoire, elle fait l'objet de quelques références essaimées. Néanmoins elles sont peu développées alors que la description du travail clinique de Marie-Laure laisse apparaître une mise en travail des 4 pôles dans l'approche de la psychopraticienne qu'elle est.

Par exemple, sur le plan Emotionnel, un travail d'identification, d'éducation, de réajustement, de remise en circulation, de réappropriation, voire d'autorisation des influx émotionnels est largement effectué.

Sur le plan Existentiel, Marie-Laure sait proposer une lecture et une relecture en résonance de l'histoire de vie du sujet. Ce qui n'apparaît pas très précisément, c'est le travail autour des contraintes existentielles avec lesquelles les patients sont aux prises.

Du point de vue de la dimension Sexuelle, elle s'intéresse bien sûr au désir de vie (Eros), mais aussi à l'aller-vers, la saine agressivité qu'elle soutient chez ses patientes.

Enfin, l'encouragement de Marie-Laure à la mise en sens et à établir un Soi érigé témoigne de la mise en travail du plan Spirituel.

Marie-Laure nous révèle également comment le psychopraticien peut-être lui-même aux prises avec les « morsures de Thanatos » et se doit de veiller à la mobilisation de son propre Eros. C'est là un constat plein de sagesse et de maturité, significatif d'une conscience fine des enjeux de l'engagement propre à notre métier.

Aussi, la « communauté thérapeutique » dans son ensemble et Indigo Formations plus particulièrement ne peuvent que se réjouir et s'enorgueillir de compter parmi ses pairs Marie-Laure Jeannot.

Mes remerciements à Marie-Laure et mes sincères félicitations pour ce travail de qualité.

## Retour de lecture

Par Alain Héril

Beaucoup de choses sont déjà données dans le titre de ce mémoire. Car souvent, derrière un titre se cache l'intention réelle de l'auteur. En l'occurrence ce dont nous parle Marie-Laure n'est pas seulement la question de la reconstruction de l'Eros. C'est aussi, celle de l'amour de soi donc de ce qu'elle appelle l'enjeu narcissique.

Ce mémoire ne s'applique pas seulement à naviguer entre Eros et Thanatos et de déterminer les frontières entre ces deux archétypes. Il observe, recherche, intègre la question du narcissisme qui est, pour moi le centre même du mémoire avec son corollaire : le regard sur les failles primitives et archaïques du sujet (*Le sujet que j'ai décidé de traiter se fait à partir de ce qui crée la perte d'amour de soi* dit l'auteure). Ainsi l'auteure aborde le traumatisme, les symptômes, le système dépressif, la maltraitance et l'absence d'étalement primaire comme manifestations de Thanatos. Mais ce sont également les freins à l'établissement d'un narcissisme (primaire ou secondaire, peu importe) qui pourrait étayer le sujet qui sont abordés ici.

Il est à noter que l'auteure s'appuie sur des données psychanalytiques (notamment certains apports de Sandór Ferenczi) avec beaucoup d'à propos et de justesse théorique. Ce qui oriente le mémoire vers une prise en considération des déterminations inconscientes et qui le rend d'autant plus intéressant, juste et complexe (dans le sens dynamique du terme !).

Je ne peux que souligner également la pertinence de la dimension clinique qui permet de saisir comment les concepts développés ici prennent chair et esprit au sein des histoires singulières des patient(e)s de l'auteure.

Ceci amène d'emblée à interroger la dernière partie du mémoire et sur comment l'accompagnement thérapeutique peut permettre un retour de l'Eros.

Ce que pose Marie-Laure c'est la possibilité d'une sortie du chaos. Et l'intérêt tient aussi au fait qu'elle n'hésite pas à se positionner et à affirmer un mouvement (qu'elle semble porter en elle dans son accompagnement thérapeutique !). Elle affirme que : *le travail thérapeutique c'est avant tout venir au creux de l'histoire de l'autre.*

C'est ce *creux* qui est intéressant car il suggère l'idée même de l'inconscient comme tapi dans les interstices de l'histoire du sujet. Ce *creux* est aussi le lieu de l'amour. (L'amour est-il inscrit dans le creux inconscient de l'histoire du patient ? Voilà une question ouverte et précieuse !).

Revenons de nouveau aux propos de l'auteure lorsqu'elle dit : *Mais le travail thérapeutique peut-il parler de proposition d'amour ? Il me semble tout de même qu'il y a à en garantir la possibilité et que cette garantie passe notamment par la manière dont nous accueillons et allons vers notre patient. Car bien évidemment, au même titre qu'en tant qu'enfant nous apprenons par imitation, il en sera de même pour le patient, à partir de cette nouvelle façon de procéder avec soi-même. Il peut d'ores et déjà se déjouer pour lui une façon que l'Autre à d'aller vers lui et s'introjecter une considération nouvelle.*

Dans cette assertion est posée d'emblée la question de la présence de l'amour chez le thérapeute. Non pas un amour qui se dirait ou s'avouerait mais, bien un amour (dans le sens d'un accueil, d'une bienveillance absolue) incarné, palpable. Ce qui ramène à la dimension maternante (et non maternelle !) du lien thérapeutique et aux aspects précoces de la construction psychique de l'enfant

(cf. Melanie Klein et Sandór Ferenczi) et à comment le thérapeute n'est pas ce *monstre froid* empêchant tout lien, tout mouvement vers l'Eros.

Marie-Laure aborde la dimension intégrative dans le sens d'un engagement du thérapeute, d'une responsabilité relationnelle même (*En effet, c'est bien à partir de la traverser de mon propre désespoir que je peux aller m'asseoir aux côtés de celui de mon patient. C'est bien à partir de ma propre confrontation avec mon désir de vivre que je peux tenter d'explorer où celui du patient s'est caché ; signant ainsi il me semble, la posture intégrative.*). Cette « posture » est juste au sein même de ce que le mémoire traite. Elle affirme une co-responsabilité relationnelle mais, aussi une vigilance du thérapeute quant à la manière de tenir son cadre et de le rendre vivant. Elle dit, d'ailleurs très pertinemment : *c'est à partir de mon propre Eros restauré que je participe à celui de l'autre, c'est également avec la pleine conscience de son impermanence que j'apprends à me surveiller de près*

Reste à saisir ce qu'est cette surveillance et de quoi elle est constituée ! Car même si Marie-Laure évoque les attentats parisiens, autre chose se trame dans cette notion de surveillance. C'est l'affirmation d'une auto-vigilance à se tenir au plus près de l'Eros, du Vivant, de l'Amour...

En conclusion je peux dire que je trouve ce mémoire intelligent et sensible. Et qu'il fait honneur à ce que nous tentons de transmettre au sein de notre organisme de formation.

# LA RECONSTRUCTION DE L'EROS DANS LE TRAVAIL THERAPEUTIQUE

Ou le retour possible de l'amour de

Soi

# POSTURE INTÉGRATIVE

- Pluralité des apports théoriques
- « Avoir la capacité de construire une relation thérapeutique humaine et engagée »

*site Indigo formations*

- Intégration de mes propres traversées amenant à l'idée d'« Intégrité : État de ce qui est entier, qui a tous ses éléments. »

*Dictionnaire*

# LA PERTE D'EROS

- Le traumatisme
- Les symptômes de la maladie
- La dépression
- La maltraitance
- Le chaos dans l'introjection

# PROCESSUS COLLABORATIF

**CE QUE JE METS A DISPOSITION**

=

**Garantir l'Eros**

- La curiosité
- Le miroir narcissisant
- La juste mesure maternante
- L'étayage

**CE QUE JE METS AU TRAVAIL**

=

**Réparer les défaillances**

- La part subjective
- La part qui meurt
- La responsabilité
- L'expression du mécontentement

# UNE DESCENTE INVERSE À L'ÉDIFICATION

- Narcissisme secondaire
  - La relation
  - La curiosité
  - Le miroir
- Narcissisme primaire
  - La mère suffisamment bonne
  - L'étayage
  - La régression



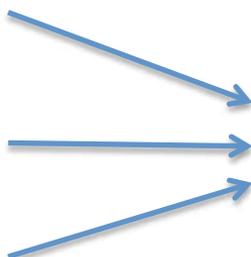
Âges de la  
sociabilisation,  
de l'ouverture  
au monde.



Temps de la  
fusion, de la  
construction  
affective et du  
sentiment de  
sécurité

# LAISSER ADVENIR

✧ L'efficacité thérapeutique ne réside pas dans la maîtrise du Chronos mais dans la possibilité du Kairos.

- L'opportunité
  - Le rêve
  - La régression
- 
- Démantèlement archaïque

# CONCLUSION

- Collaboration éphémère → **Effet mère**  
Réintroduire la mère pour retourner vers l'Autre
- Posture en Cohérence et non en **Co-errance**  
Un lien à Soi solide
- Parfois le cadre est le plus agissant (D) parfois la relation (I), souvent les deux
- Métier qui nous convoque dans notre Eros  
**Un désir érigé**

A red octagonal sticker is placed on a dark brown wooden surface with a prominent vertical grain. The sticker has a small, irregular tear on its right side. The text on the sticker is white and reads "Aimer, c'est s'élever soi-même." in a sans-serif font.

Aimer, c'est  
s'élever  
soi-même.

FRI