

**« Je cherche une pensée aussi impliquée dans son penseur que le rêve peut l'être dans le dormeur. »**

*Pascal Quignard*

## Du bon usage de l'apprentissage intégratif

Par Alain Héril



### *Formation du thérapeute intégratif*

La psychothérapie intégrative ne place pas le thérapeute face à une situation où il picore des informations. Elle lui demande d'être curieux continuellement. Cette curiosité est la base même de son apprentissage. Evidemment il se retrouve régulièrement face à des concepts ou des propositions d'attitudes thérapeutiques qui peuvent lui sembler contradictoires ou antinomiques. Ce qui est en jeu c'est sa capacité à intégrer, à trouver des axes qui dépassent ces contradictions. Les théories ne s'opposent pas ni ne se mélangent. Elles se complètent et s'interrogent les unes les autres. Ce qui place le thérapeute intégratif dans une obligation dialectique parfois ardue mais souvent foisonnante.

Le thérapeute intégratif fait appel à sa créativité pour trouver sa propre « couleur ». Cette « couleur » est son élégance. C'est ce qu'il met au service de la relation. Etant entendu que seule celle-ci a un pouvoir de « guérison » effective. Il s'agit donc de l'humanité du praticien et de la manière dont il sait la mettre en mouvement dans l'accueil de l'altérité du patient.

### *Ethique du thérapeute intégratif*

Ouvrir ses champs de connaissance, affiner sa posture à l'aune des liens d'inconscient à inconscient, ne jamais se contenter d'une seule interprétation, mettre le Sujet au centre du processus thérapeutique, considérer l'autre dans son historicité singulière...l'éthique du thérapeute intégratif se construit à partir de ces axes. Il se doit aussi à certains moments de choisir. Choisir la base théorique de son accompagnement. Base à partir de laquelle il édifie son mode d'accompagnement. Gestalt thérapie, Psychanalyse, Analyse Transactionnelle, Psychologie des profondeurs...Il se détermine et crée un centre autour duquel il viendra fédérer des satellites théoriques, conceptuels, comportementaux. Le thérapeute intégratif construit une constellation. Et celle-ci se doit d'être continuellement en mouvement, en remise en question. Ainsi il marque la fonction intègre de ses intégrations.

## **La place de l'Autre**

« Le sujet est structuré comme autre dans le même » Emmanuel Lévinas

La psychothérapie intégrative est un humanisme. Elle place l'humain au centre de sa réflexion mais aussi au cœur de sa détermination thérapeutique. Qu'est-ce qu'un autre pour un thérapeute intégratif ? C'est quelqu'un qui n'est pas lui. Et c'est aussi quelqu'un qui luit quand il naît. La thérapie étant cet ensemble de moments relationnels œuvrant à une possible naissance à soi-même.

L'autre est multiforme, mouvant, indéfinissable, vivant...Il ne vient ni de Mars ni de Vénus mais de sa propre histoire, personnelle et généalogique. Et c'est bien pour l'accompagner au mieux que le thérapeute intégratif cherche à ouvrir ses possibilités de compréhension de l'autre en ne s'enfermant pas dans une seule vision conceptuelle et théorique de l'humain. Il fait symboliquement de la place à l'Autre à l'intérieur de lui-même. La place de l'Autre est une interrogation constante.

On peut même affirmer qu'il n'y a de l'intégratif que parce que l'Autre y est questionné continuellement. Et ce de différentes manières, selon différents axes, en fonction d'un rapport à l'Humain ouvert, fragile et en mouvement.

### **Se frotter**

Etre psychothérapeute c'est se pencher sur l'Autre au travers de soi. Bien sûr le psychothérapeute fait un travail sur lui en amont et en aval de son exercice. Mais il parcourt avec une gourmandise joyeuse les disciplines des sciences humaines. Philosophie, religion, anthropologie, médecine, histoire, histoire de l'art...Pourquoi fait-il cela ?

Pour se donner la possibilité de regarder le même objet (l'être humain) au travers de multiples prismes. Est-ce que cela lui sert dans son cabinet ? Pas directement car connaître l'œuvre de Zao Wou Ki n'est pas un « outil » thérapeutique pour accompagner un dépressif. Néanmoins son ouverture et sa sensibilité qu'il aura affinées au contact de l'univers du peintre pourra l'aider à accompagner celui qui est sec dans son rapport au monde, sans désir et sans perspective.

Le thérapeute intégratif est dans la perspective et c'est cela que le patient vient chercher. Se mettre en mouvement externe à l'aune du mouvement interne du thérapeute.

Etre thérapeute c'est accepter de se frotter au monde. Rester en contact, ne pas refuser le lien, choisir l'envol plutôt que l'atterrissage, se retirer du monde pour mieux y participer, donner, recevoir, rester portes ouvertes face à la détresse...

### **Approche intégrative**

L'aventure intégrative ne peut être qu'une approche. Ce n'est jamais une vision qui se clôture mais, continuellement un regard qui interroge. Ainsi un thérapeute intégratif sera toujours en recherche et en curiosité, interrogeant sans cesse son savoir et ses certitudes.

Au « ou » il préfère le « et ». C'est une base inconfortable, mais c'est aussi une attitude vigilante et libre. Rien ne s'acquiert définitivement. Tout se cherche en permanence.

L'approche intégrative est une aventure.

