

AU SOMMAIRE

A LA UNE

Pages 1 à 3

Philosophie et psychologie

Un entretien avec Elsa Godart

Le point de vue d'Alain Héril

A LIRE, A VOIR

Page 4

Nos stagiaires publient :

Patricia Penot

Jean-Jacques Picart

Dans sa bibliothèque idéale

Web Therapy

INDIGO INFORMATIONS

Page 5

Page Facebook Indigo

Retour sur :

*- Les mercredis
d'entraînement à la pratique*

- La certification pratique

REDACTION

Responsable de la publication
Marie-Gabrielle Héril
Rédactrice en Chef
Violaine Gelly-Gradwohl

« Il y a un lien nécessaire entre philosophie et psychologie »

Psychanalyste et philosophe, responsable d'un diplôme universitaire d'éthique, Elsa Godart était l'une des intervenantes du stage Blessures d'abandon. Nous lui avons demandé pourquoi elle avait accepté de participer à une formation intégrative.

Que peut apporter l'apprentissage de la philosophie à un thérapeute ?

La philosophie permet d'avoir le recul nécessaire pour pouvoir penser et développer un esprit critique sur les différentes approches qui nous sont offertes. Nous avons la chance aujourd'hui, que ce soit en psychanalyse que dans d'autres pratiques thérapeutiques, d'avoir une approche pluri-disciplinaire. Mais au delà des méthodes différentes, nous pouvons également nous appuyer sur des sciences différentes comme la sociologie, l'ontologie ou la philosophie. Car il est nécessaire de croiser les champs pour répondre au mieux aux attentes symptomatiques du patient ou du sujet. La philosophie permet de prendre la distance nécessaire afin de ne pas s'enfermer dans une approche dogmatique, beaucoup trop restrictive, qui ne permettrait pas d'aborder le problème du symptôme dans toute sa pluralité. Deuxième point, l'apport conceptuel. Il me semble difficile et délicat de pouvoir aborder l'histoire de la psychologie, de la psychiatrie et de la psychanalyse sans connaître les bases philosophiques. Parce qu'au delà des mythes, les premiers à évoquer l'inconscient sont des philosophes et qu'il y a un continuum de la pensée autour de ce thème : du Banquet de Platon à Spinoza, Leibnitz, Schopenhauer ou Nietzsche.... Que Freud cite avec parcimonie mais que néanmoins il cite parce qu'il les connaît ! Je pense qu'il est important de pouvoir nourrir l'esprit, de pouvoir le préparer à des approches psychologiques tout autant que philosophiques.

PHILOPSYCHOPHILO.....PSYCHO.....PHILO.....

Quel lien peut-on faire entre philosophie et thérapie ?

Sans revenir aux stoïciens, ou aux pré-socratiques, la pensée philosophique occidentale s'est confrontée à la notion du thérapeute, c'est à dire celui qui prend soin de l'autre et de la cura, c'est à dire aux soins de l'âme. Ainsi nous sommes passés d'une étude théorique de l'âme à une pensée concrète, agissante. Les psys au sens large du terme —psychanalystes, psychiatres, psychothérapeute/praticien— ont intérêt à inscrire dans leur parcours de formation et tout au long de leur pratique, une réflexion philosophique parce que l'origine même du rapport à la psyché est philosophique.

La psychologie, la psychanalyse peuvent-elles être considérées comme des déclinaisons de la philosophie ?

Aristote disait que la philosophie c'est la langue des sciences, c'est à dire qu'elle pense toutes les sciences. A ce niveau là, la psychologie pourrait être une partie de la philosophie au même titre que les mathématiques, la métaphysique ou la politique. Mais il faut revenir aux vocations premières. La philosophie a une vocation théorique qui en fait une pensée gratuite, alors que la psychanalyse a une vocation thérapeutique qui est celle de soigner ou du moins de soulager. Même aux débuts de la philosophie, lorsque les stoïciens parlent de thérapie de l'âme, cela relève de l'éthique, plus que du thérapeutique. Freud s'insurgeait lorsqu'on lui disait qu'il avait une pensée philosophique. Il répondait que son but n'était pas de restituer une vision du monde, ce qui est le propre de la philosophie, mais de soulager.

Philosophe et psychanalyste vous-mêmes, comment articulez vous les deux avec vos patients ?

Au vu des clivages, des querelles de chapelle, philosophes et psychanalystes semblent se « tirer dans les pattes ». Mais depuis Lacan, qui a réintroduit l'apport philosophique dans la clinique freudienne parce qu'il permet de « penser plus loin » que la simple psychanalyse, on s'aperçoit que psychanalyse et philosophie cheminent de concert et que, d'une certaine manière, elles vont très bien ensemble.

Plus personnellement, de ma place et de mon expérience de philosophe et de psychanalyste, je pense qu'il y a un lien nécessaire entre les deux. La philosophie permet de penser plus large, plus loin et de se questionner davantage face à un patient. Et cet esprit critique pourrait être une éthique de la psychanalyse : je me pense dans la place même du thérapeute. Me penser à cette place signifie prendre la distance nécessaire par rapport à la situation, à soi-même et à la relation à l'autre. Pour moi la philosophie est un apport inégalable à cette réflexion.



Rembrandt, Le philosophe en méditation

Résonnances

Par Alain Héril

« Comme chaque situation représente un défi pour chaque personne, la question du sens de la vie peut en fait être posée à l'envers. En fin de compte, la personne ne devrait pas demander quelle est sa raison de vivre, mais bien reconnaître que c'est à elle que la question est posée. En un mot, chaque personne fait face à une question que lui pose l'existence et elle ne peut y répondre qu'en prenant sa propre vie en main. »

Viktor E. Frankl « Découvrir un sens à sa vie »



Rembrandt, Vieil homme en costume militaire

Nous ne pouvons pas être psy sans porter en nous une vision de l'Homme. Celle-ci est liée à une éthique. Ethique du comportement, de la posture, de l'Etre. Ethique de la relation également. Cela fonde nos valeurs et nos déterminations. Cela donne place et amplitude à ce que je placerais sous le nom de « déontologie globale ». Cette vision de l'Homme à laquelle je fais allusion est non seulement basée sur un humanisme profond (cela va sans dire !) qui donne à l'humain sa place centrale et effective, et nous oblige également à placer des valeurs comme la bienveillance, l'écoute, le respect, l'attention, l'empathie...au cœur même de nos pratiques.

Comment être en lien avec celle ou celui qui n'est pas nous et qui vient à l'occasion de notre présence, tenter d'exister à ses propres yeux ?

Ce « besoin », cette « urgence » sont, comme le souligne Elsa Godart, des aiguillons philosophiques inscrits dans l'histoire des sciences humaines depuis les pré-socratiques.

Cela nous oblige à une réflexion sur le lien et la nécessité d'une confrontation ou d'une alliance entre deux personnes qui dialoguent sur le sens de la vie, sa direction et sa pertinence.

Et tout nous ramène sans cesse à la notion de finitude et à la grande interrogation qui nous porte (consciemment ou non) dans le mouvement de nos vies : qu'est-ce que je fais ici ?

J'ai donc tendance à penser que l'espace thérapeutique, au-delà du symptôme somatique ou des questions relationnelles, est un lieu d'interrogation existentielle et que c'est ici sa valeur la plus profonde et la plus secrète.

On peut ne pas le voir, ne pas l'envisager, il n'en reste pas moins que la dimension du sens (« où être et vers quoi aller ») est impérieuse et sous-tend la demande d'entrer en thérapie de nos patients.

Il va donc de fait que la philosophie et la psychothérapie sont deux mamelles communes à la même mère sensitive et bienfaisante. Cette mère veilleuse dissimule en elle toutes les questions et toutes les voies de réponses et nous en sommes les représentants, les garants et les serviteurs.

Le psychopraticien n'est pas un philosophe mais la psychothérapie permet à la philosophie (recherche de la sagesse et du sens ou du sens de la sagesse comme on le veut !) d'éclorre dans l'espace intérieur du patient et de l'amener à se confronter à la découverte du sens de sa vie... ou tout au moins à dynamiser cette possible découverte.

C'est pour cela qu'Elsa Godart nous a rejoints. C'est pour cela aussi qu'elle sera présente plusieurs fois pour dynamiser et secouer les piliers théoriques parfois trop catégoriques de la psychopathologie.

Nous remettre en question, souvent.

Ne pas être confortables, parfois.

Ne jamais se satisfaire de nos acquisitions, toujours.

LIVRES

Les stagiaires d'Indigo Formations publient...

Patricia Penot

Plonger au cœur de soi

Editions Solar

« Même quand cela semble impossible », annonce le sous-titre du livre de Patricia Penot... Le chemin vers Soi n'est effectivement pas toujours facile mais n'est-ce pas le plus beau des voyages ? A l'aide des outils qu'elle maîtrise (visualisation, EFT, Sophrologie) mais en s'appuyant également sur sa pratique de thérapeute et sa route personnelle, Patricia Penot nous entraîne sur une voie d'harmonisation intérieure.

Jean-Jacques Picart

Et si l'entreprise rendait heureux ?

Edition Entre Deux Mondes

Avant d'être psycho-praticien, Jean-Jacques Picart arrivait du monde de l'entreprise. De cette expertise là, il a tiré des leçons de réflexion et d'action pour que celle-ci soit un lieu d'épanouissement. A chaque cause de souffrance individuelle ou collective, il répond par des propositions de gestes et d'organisations concrètes permettant de la soulager. Un essai aidant pour des salariés et des chefs d'entreprise qui gagneraient à retrouver le véritable sens du mot « ressources humaines »...

CITATION

Soirée Grand Thérapeute

« Les trois enseignements du Tango sont : suivre sans se soumettre, proposer sans imposer, se laisser guider sans se faire porter. C'est la même chose en amour ».

Eva Wagner, Fondatrice de la méthode du Tango relationnel, lors de la soirée grand thérapeute Indigo, le 25 mars dernier.

NET-SERIE

Web Therapy

Le pitch est simple : Fiona Wallice (Lisa Kudrow) est une thérapeute qui a décidé que les séances de 50 mn en face à face sont du « bla bla interminable ». Elle consulte donc, depuis chez elle, par Skype, en trois minutes. On est très loin du sérieux de « In treatment » mais certains épisodes de cette série sont extrêmement drôles et l'ensemble très loufoque. Une véritable cure d'auto-dérision...

Sur www.wat.tv (taper web therapy dans le moteur de recherche)

La bibliothèque idéale du psychopraticien

James Kepne

Le corps retrouvé en psychothérapie

Editions Retz

Dans l'optique du stage « La place du corps en psychothérapie », nous inaugurons une nouvelle rubrique régulière : les classiques que devrait lire tout bon psychopraticien. Ce mois-ci : l'ouvrage du gestaltiste James Kepner. Paru en 1987, ce livre essentiel qui a exercé une influence fondamentale sur la psychothérapie américaine, démontre comment le corps peut être pris en compte dans le processus thérapeutique, bien au delà de sa dimension symbolique. La première partie du livre est consacrée aux principes de base du travail psycho-corporel et à l'utilisation du toucher. La deuxième partie porte sur les techniques thérapeutiques.

PRECISIONS...

Sur la certification pratique

Plusieurs questions ont suivi l'annonce, dans le dernier PsychoBook, d'une nouvelle épreuve de validation du cursus complet d'Indigo Formations. Au mémoire de formation que chaque stagiaire d'Indigo Formations doit remettre pour obtenir la certification générale, a été ajoutée la présentation d'une séance, en condition réelle.

Suite à vos questions, quelques précisions :

Au même titre que le mémoire, cette certification pratique est obligatoire pour obtenir la validation Indigo Formations du cursus complet.

C'est la posture du thérapeute qui sera jugée, son ouverture au patient et la façon dont la conduite de son entretien est ajustée à la personne et la situation qui se présente.

Cette séance ne se déroulera pas devant un groupe mais devant deux ou trois des membres de l'équipe d'Indigo Formations. Le rôle du patient sera tenu par un comédien.

Sur les journées d'entraînement

Les « Mercredis d'entraînement » que nous mettons en place en 2015 sont destinés à préparer en condition réelle, à la pratique de psychopraticien et à parfaire sa posture. Bien que non « obligatoires », ils sont fortement recommandés aux stagiaires visant la certification globale. Vous pouvez y assister dès les premiers mois d'un cursus complet. Vous pouvez très bien choisir de n'en faire qu'un ou plusieurs, y compris dans le désordre : il n'y a pas de progression de l'un à l'autre puisqu'il s'agit d'entraînement.

FACEBOOK

Une page et un groupe FaceBook

Une page FaceBook Indigo Formations vient d'être créée. Vous y trouvez l'accès à un groupe fermé uniquement accessible sur demande. Un espace pour partager vos informations : installation, collecte d'information pour vos mémoires, organisation de groupes de paroles, stages etc...

<https://www.facebook.com/pages/IndigoFormations/630793263664317?ref=hl>

RAPPELS

Un été de rêve...

Stage « Les états du rêve » en résidentiel en fin d'été.

Du 24 au 30 août 2014, six jours et six nuits pour travailler les rêves selon diverses approches.

Tarif : 400€ pour le stage et 450€ pour l'hébergement et la pension

Lieu : Le théâtre des champs, à Verneuil sur Avre

Renseignements: indigo.formations@orange.fr

Stage d'aide à l'installation

Prévoir au mieux sa future installation en tant que psychopraticien est essentiel.

Quel lieu ? Quelle forme ? Quelle structure ? Quelles contraintes ? Quelles aides ?...

Toutes les réponses les 27 et 28 septembre 2014 lors d'une formation de 2 jours agréementée de multiples conseils et outils.

Tarif unique : 200€ facturés directement par Eric Laret + entre 30 et 60€ (selon le nombre de participants) facturés par Indigo Formations.

Lieu : Paris

Renseignements: indigo.formations@orange.fr