

## AU SOMMAIRE

### A LA UNE

Pages 1 à 3

#### **Le concept E.S.S.E**

Par Alain Héril

### NOUVEAUX INTERVENANTS 2015

Page 4

### A LIRE

Page 5

Philippe Duverger  
Christophe Fauré  
Laurie Hawkes  
Donald W. Winnicott

### INDIGO INFORMATIONS

Pages 6 et 7

**Mise au point sur les  
mémoires  
Colloque au Théâtre National  
de Chaillot en 2015**

### REDACTION

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

## Le concept E.S.S.E. ou les bases de l'approche intégrative

*Par Alain Héril*

*Psychanalyste et sexothérapeute  
Directeur d'Indigo Formations*



Nous voulons poser ici les bases d'une approche théorique et active de la psychothérapie intégrative telle que nous la concevons à Indigo Formations.

En effet il nous paraît important d'affirmer une éthique à partir de laquelle notre conception du lien au patient puisse être étayée fortement et durablement. Le concept E.S.S.E pose clairement les bases d'une approche de l'humain en 4 directions : l'Emotionnel, le Sexuel, le Spirituel et l'Existentiel. Penser l'organisation psychique à partir de ces 4 pôles et déterminer des applications pratiques et relationnelles dans le champ thérapeutique, tel est le but avoué de ce concept intégratif.

Il nous paraît évident que ce qui fait fondation à cet édifice c'est la relation thérapeutique, sa solidité et sa pertinence qui permet de cimenter ces quatre directions et de leur donner un sens.

Pourquoi ce concept ? Parce qu'il est fondamental de donner à la notion intégrative une formulation qui la distingue nettement d'une approche multi référentielle. La psychothérapie intégrative est la voie la plus complète pour appréhender l'homme dans ses ombres et ses lumières. Elle se doit donc d'être structurée autour d'idées simples, fortes et actives. Le concept E.S.S.E fait partie de cette tentative de structuration.

# EMOTIONNEL..... SEXUEL..... SPIRITUEL..... EXISTENTIEL

## **Etre humain**

Etre humain c'est être ancré dans la multiplicité de son être et de son rapport au monde. Nous ne pouvons pas en tant que thérapeute ignorer cela et ne proposer à nos patients qu'un seul aspect de compréhension de ce qui les anime. Et il nous apparaît évident que les 4 voies ouvertes ici globalisent les points de vues et donnent à chaque praticien une grille de compréhension et d'action fiable.

La **dimension Emotionnelle** ouvre le champ vaste de la compréhension des émotions humaines, de leur reconnaissance et de leur intégration. Il ne s'agit pas dans l'approche E.S.S.E de tenter de « gérer » les émotions mais bien de leur donner une place active dans la compréhension de notre lien au monde et aux autres. Dans l'application thérapeutique de E.S.S.E il n'est nullement question de modifier l'univers émotionnel des patients mais de les aider à saisir ce que les émotions sous-tendent et disent d'une recherche constante de communication.

La **dimension Sexuelle** est faite d'un ensemble de questionnements sur le lien à l'autre, l'identité, l'estime de soi et d'autres critères intimes qui permettent de situer l'humain dans son lien à l'Eros. Il s'agit ici d'être en contact avec le vivant, le désir et de comprendre comment ces notions déterminent une approche de l'identité sexuelle équilibrant les notions de désir, de besoin et d'envie. La notion d'inconscient y est primordiale pour saisir avec fluidité et justesse des axes fondamentaux de la sexualité comme le fantasme ou la jouissance.

La **dimension Spirituelle** vient questionner l'Autre en nous. Elle taraude chaque être humain dans sa recherche de sens et de

signification. Ici c'est le monde des symboles, des représentations profondes qui s'active et donne des pistes majeures pour aider celui qui souffre et s'interroge à mettre du symbolisme, de la sublimation dans l'interprétation du monde et de lui-même. Cette dimension englobe les notions de croyances certes mais elle détermine une manière d'être au monde et en écoute de soi et des autres qui a sa singularité. Trouver cette singularité fait appel à la sensation et à la dimension intuitive également.

Enfin, la **dimension Existentielle** vient placer le cursus et le regard sur le rapport à l'histoire du sujet dans le sens le plus large du terme. Le chemin de vie, le rapport à la finitude, le lien au corps et la recherche de compréhension des schémas de vie y ont la place centrale.

C'est à partir de l'Existentiel que le patient vient souvent consulter, plaçant le symptôme qui l'invalide comme une césure dans son histoire personnelle. Redonner du sens à cette histoire propose une dynamique nouvelle. C'est aussi là que s'apprend la capacité à prendre du recul sur soi-même afin de mieux saisir les enjeux particuliers en acte dans chaque vie humaine.

## **Pratiques thérapeutiques**

On peut avancer l'idée que chaque segment de E.S.S.E englobe les autres et crée des sous-groupes que l'aventure relationnelle entre un thérapeute et son patient permet d'explorer. A titre d'exemple si on aborde la dimension Sexuelle avec son patient, on pourra s'interroger sur l'émotionnel du sexuel, l'existentiel du sexuel et son spirituel également. Et le spirituel du Sexuel ne dira pas la même chose que le sexuel du Spirituel...

# EMOTIONNEL..... SEXUEL..... SPIRITUEL..... EXISTENTIEL

Le concept E.S.S.E est donc une porte grande ouverte sur la recherche de liens et de significations permettant une plus profonde connaissance de la psyché humaine. Il s'agit d'une grille de lecture, d'un outil thérapeutique mais aussi d'une énergie féconde à laquelle la participation active de chacune et chacun ne peut qu'enrichir une tentative de définition claire et en mouvement de la dimension intégrative en psychothérapie.

Il est clair que les différentes théories thérapeutiques en connivence avec l'approche E.S.S.E (psychanalyses, gestalt-thérapie, sexothérapie, art-thérapie...) s'accordent aux axes fondamentaux tels que décrits plus haut.

Ce n'est plus la technique thérapeutique qui est reine mais sa capacité d'accordance aux champs ouverts par le concept E.S.S.E. L'intégratif prend alors un sens nouveau et s'éloigne définitivement d'une approche pluridisciplinaire pour s'organiser autour d'axes précis et ouverts.

Le psychopraticien devient l'éclaireur, l'accompagnateur de son patient au gré de ce que l'on peut appeler ici une exploration holistique de l'Humain.

Pour information symbolique *ESSE* veut dire ETRE en latin !



Peinture, Yahne Le Toumelin

# Nouveaux intervenants en 2015

Plusieurs intervenants de renom ont accepté d'intervenir dans nos formations 2015 après la publication de notre programme 2015. Nous vous les présentons ici

## Catherine VANIER

Docteur en psychologie, psychanalyste.

Chercheur associé au laboratoire C.R.P.M.S de l'Université Denis Diderot Paris 7.

Membre de l'Ecole Freudienne de Paris de 1974 à sa dissolution.

Aujourd'hui membre et ancienne présidente d'Espace analytique.

Psychanalyste en service de Pédopsychiatrie depuis 1972 et actuellement psychanalyste en réanimation néonatale aux Hôpitaux de Saint-Denis.

Présidente de l'Ecole expérimentale de Bonneuil sur Marne, hôpital de jour pour enfants créée par Maud Mannoni.

Livres :

- " Raisins verts et dents agacées " Denoël
- " Comment survivre en famille ? " Albin Michel
- " Autisme; comment rendre les parents fous! " Albin-Michel

Catherine Vanier interviendra le samedi 12 décembre 2015 dans le stage « **Psychose et autisme** » sur le thème « **Psychanalyse et autisme** »



## Fabien BERRAIS

Art-thérapeute, psychothérapeute d'orientation jungienne, coach et formateur. Il est aussi président du Collectif des psychothérapeutes certifiés à Nice.

Fabien Berrais intervient dans le cursus **d'Art-thérapie** avec un **travail sur les masques**.

Il interviendra également le 6 juin 2015 dans le module « **Carl Gustav Jung** » sur le thème « **Synchronicité et physique quantique** »



## Jacques ZIMMER

Journaliste, critique, réalisateur de courts métrages, ancien rédacteur en chef de la *Revue du Cinéma* et de la *Saison Cinématographique*, Jacques Zimmer a écrit une trentaine d'ouvrages sur les grandes affaires criminelles, la publicité ou la bande dessinée, mais surtout sur le cinéma dont *Le Cinéma fait sa pub*, *Orson Welles*, *Jean-Pierre Melville*, *Marlon Brando*, *Michel Piccoli* ou *James Bond*. Dans le domaine de l'érotisme, il a signé ou dirigé *Le cinéma érotique*, *le Cinéma X*, *Sade et le cinéma*, *Histoires de X*.

Jacques Zimmer interviendra le dimanche 28 juin 2015 au cours du stage « **Sexualité, images, symbolisme et métaphore** » sur le thème : « **Cinéma et représentations de la sexualité** »



## Arouna LIPCHITZ

Philosophe de la relation, chercheuse en spiritualité

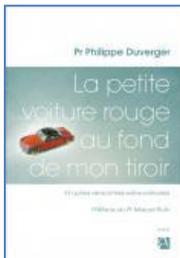
Auteure de nombreux ouvrages sur l'amour, la spiritualité et la psychologie. Inventrice du concept « La voie de l'amoureux ».

Arouna Lipschitz interviendra dans le module « **Honte et culpabilité** » le jeudi 26 mars 2015 sur le thème : « **Culpabilité, responsabilité et approches spiritualistes** »



**La petite voiture rouge au fond de mon tiroir, Et autres rencontres extraordinaires,**

**De Philippe Duverger  
préface de Marcel Rufo.**



Le quotidien en consultation d'un pédopsychiatre très empathique, ses rencontres avec les enfants, sa pêche aux battements de cœur, aux détails et aux mots signifiants, ses ressentis intimes... À travers les très jolies histoires qui sont en

même temps des cas cliniques emblématiques des difficultés qui peuvent handicaper les enfants, il nous dresse un portrait idéal de ce que peut-être ce médecin de l'âme enfantine.

Anne Carrière

**Comment t'aimer, toi et tes enfants ? Le défi de la famille recomposée**

**De Christophe Fauré**



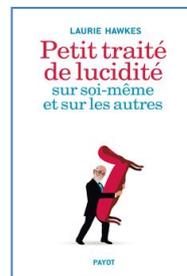
Très didactique, le psychiatre que certains ont déjà pu entendre en stage, s'adresse aussi bien aux parents qu'aux beaux-parents des deux sexes pour leur donner les moyens d'affronter plus clairement et sereinement les inévitables

difficultés qui se présentent, entre les adultes et avec les enfants. Cette thématique, rarement traitée, est abondamment nourrie de témoignages, de situations et de cas cliniques qui peuvent servir tous les thérapeutes.

Albin Michel

**Petit traité de lucidité sur soi-même et sur les autres,**

**De Laurie Hawkes**



La psychologue cofondatrice de l'école d'analyse transactionnelle de Paris propose de s'essayer à l'autothérapie en analysant sa relation aux autres pour surmonter ses obstacles inconscients, progresser et s'épanouir en autonomie en ayant trouvé la bonne distance. C'est-à-dire revoir ses attentes en plus lucide et réaliste vis-à-vis de soi et des autres. Un ouvrage très concret, une leçon d'altérité utile tant dans les relations de couple, parents/enfants que sociales.

Payot



**La bibliothèque idéale du praticien  
Indigo Formations**

**La famille suffisamment bonne**

**De Donald W. Winnicott**

Dans ce livre, Donald W. Winnicott a réuni des conférences dont le point commun était la famille et le développement social de l'enfant. Il y a inclus un retour sur ses interprétations inédites du développement de l'enfant et comment l'interaction de ce dernier au monde se fait essentiellement à partir de la relation originelle mère-bébé. Un livre accessible qui accompagne et enrichit le classique « L'enfant et sa famille » du célèbre pédopsychiatre.  
Petite Bibliothèque Payot

## Mise au point sur les mémoires

---

*Comme vous le savez la soutenance d'un travail écrit est obligatoire pour obtenir la certification Indigo Formations. En sachant que nous sommes à la disposition de chacun pour en parler plus individuellement, petit rappel des règles de base.*

**Quand y penser :** Au début de la troisième année, pour les étudiants qui effectuent le cursus complet, c'est à dire approximativement un an avant votre certification.

**Comment y penser :** Lorsque vous aurez un sujet en tête, vous vous rapprocherez d'un intervenant Indigo ou un thérapeute expérimenté de votre choix auquel vous soumettrez votre projet et qui vous accompagnera dans la définition de celui-ci. Vous nous remettrez alors un synopsis et un plan détaillé (environ une page), après consultation de votre tuteur. Puis nous validerons votre axe de travail.

**Sous quelle forme :** Vous avez le choix entre une étude de cas ou un mémoire. Dans les deux cas, nous vous demanderons d'attacher de l'importance à la dimension E.S.S.E, propre à Indigo, telle que vous la trouverez définie par Alain Hénil dans ce PsychoBook.

⇒ **L'étude de cas** (entre 20 et 30 pages, 1500 signes par page, espaces compris). Vous choisirez un ou plusieurs cas issus de votre pratique et vous les présenterez en vous attachant à exposer la problématique, explorer les options de travail, expliquer les choix et les axes des modalités relationnelles, repérer la dimension E.S.S.E et l'explicitier, décrire et analyser les enjeux transférentiels.

⇒ **Le mémoire** (entre 40 et 60 pages). Il s'agira, ici de présenter une thématique autour d'une réflexion que vous souhaitez mener.

Nous vous demanderons de défendre votre choix de ce thème, d'étudier l'axe E.S.S.E, d'y apporter des réflexions personnelles éventuellement nourries de votre pratique ou de votre histoire, de vous confronter à ce qu'en ont dit vos prédécesseurs et d'y adjoindre une bibliographie. Le mémoire n'est pas un partage de savoirs mais de réflexion.

**Soutenance :** Votre travail sera relu par trois enseignants ou dirigeants d'Indigo Formations, selon votre thématique, avec des retours personnalisés et étayés. Une fois cette première validation obtenue et dans l'optique d'un échange, d'un partage et d'une transmission, vous présenterez votre mémoire devant vos pairs étudiants et thérapeutes.

## Stage « Honte et culpabilité »

---

Le grand nombre de demandes concernant le stage de psychopathologie « Honte et culpabilité » de mars 2015 ne pouvant être toutes acceptées, un nouveau stage est programmé en janvier 2016.

## Rappel, soirée Grand Thérapeute

---

Le vendredi 17 octobre, nous recevrons Jean François Berry, astrologue humaniste, dans les locaux de l'Arche, 40 rue Louis Blanc, dans le 10<sup>ème</sup>. Inscriptions auprès d'Anouk.

## Théâtre National de Chaillot



Autant d'interrogations, de pistes autour desquelles cette journée trouvera son axe et sa pertinence. (Avec le parrainage de France Inter, France Culture, les Inrockuptibles, et Psychologies magazine)

**Invités exceptionnels :** Coordination de la journée et modération : **Alain Héril**. Avec **Wajdi Mouawad** (auteur et metteur en scènes), **Carolyn Carlson** (chorégraphe), **Alban Richard** (chorégraphe), **Fabienne Verdier** (peintre), **Georges Sebbag** (philosophe et historien d'art), **Sophie Cadalen** (psychanalyste).

## Colloque exceptionnel Indigo

Le **11 avril 2015**, au théâtre national de Chaillot, Indigo Formations organise un grand colloque sur le thème « L'inconscient comme source de création ». L'inconscient est un espace psychique qui est une source inépuisable de création pour l'artiste. Il comporte en lui-même ses zones d'ombre et de lumière. Comment interroger l'inconscient ? Quelles images ramener de ce voyage singulier où l'on tutoie l'indicible ? Comment savoir qu'il s'agit véritablement d'un signe inconscient dans telle œuvre plutôt que telle autre ?

**Heures :** de 11h à 13h et de 14h30 à 17h30

**Réservations :** L'entrée est gratuite et ouverte à tous mais les réservations sont obligatoires et à faire **dès maintenant** au 01 53 65 30 00.

