

## AU SOMMAIRE

### DOSSIER

Pages 1 à 4

#### Accompagner les couples

Par Alain Héril

#### Témoignages

Lili Ruggieri

Anne et Raymond Wagner

Nathalie Grandhomme

### A LIRE

Page 5 à 6

Jean Monbourquette

Isabelle Mons

Caroline Valentiny

Michel Lacroix

### INFORMATIONS

Page 7

Les rendez-vous d'automne

Soirée Grand-Thérapeute

Présentation de mémoire

### REDACTION

Responsable de la publication

Marie-Gabrielle Héril

Rédactrice en Chef

Violaine Gelly-Gradwohl

## Accompagner les couples

*Par Alain Héril*

Une thérapie de couple est l'accompagnement d'un mouvement. Celui-ci se dynamise dans un espace particulier, situé entre la souffrance relationnelle du couple et l'advenue particulière d'un changement. Mais pour que celui-ci soit tangible, il est obligatoire qu'il soit à la fois individuel et conjugal. S'engage donc une nécessité de modifications à l'intérieur même de trois systèmes à la fois différents et interdépendants : les deux individus formant le couple et « l'entité couple » elle-même. Telle est la difficulté majeure de l'accompagnement.



Le thérapeute est dans une situation où il lui est imposé de tenir compte de ces différents paramètres et d'œuvrer à la prise en charge de chaque système dans des interactions qui restent continuellement fragiles et en changement.

A cela vient s'ajouter une donnée fondamentale (et non des moindres !) : la dimension de l'inconscient et des liens intrapsychiques entre les deux protagonistes qu'il a en face de lui. Ce qui est repérable et visible dans la relation, dans l'espace thérapeutique, n'est qu'une partie pauvre de l'iceberg relationnel. Et l'inconscient du couple est conditionné par les mouvements inconscients engrammés au plus profond de chacun, des injonctions parentales. C'est donc face à un écheveau dense et subtil qu'il se trouve et avec lequel il lui faut manœuvrer avec d'autant plus d'efficacité et de complexité qu'il n'y a pas de modèle stable de couple auquel il peut se référer et qui constituerait comme un terreau à partir duquel il pourrait établir un baromètre de l'évolution de la bonne santé relationnelle de ceux qu'il a en face de lui.

## .....ACCOMPAGNER LES COUPLES.....

La thérapie de couple est donc une aventure risquée au sein de laquelle le thérapeute se met lui-même en questionnement sur le rôle qu'il lui faut tenir. Est-il un censeur ? Est-il un conseiller conjugal ? Est-il le garant d'une pérennité du couple ? Ou sert-il à aider le couple à mettre du sens dans un choix de relation qui, finalement, ne doit rien au hasard ? Il est clair que je préfère ce dernier questionnement car il est ouvert et dynamique et donne une certaine respiration à un accompagnement thérapeutique digne de ce nom.

On peut se poser la question de ce que viennent chercher les couples en thérapie. Car, après tout la discussion n'a pas besoin d'un médiateur pour exister ! N'ont-ils pas besoin d'un regard sur leur histoire pour, enfin, accepter de mourir à un fonctionnement qui est caduque (ils le savent plus ou moins consciemment !) mais dont ils n'arrivent pas à se débarrasser ?

N'ont-ils pas besoin de lâcher des positions personnelles trop narcissiques pour que

« quelque chose lâche » et permette qu'advienne un sens nouveau dans la relation ? Enfin, n'ont-ils pas nécessité à ce que l'histoire qui les unit prenne un sens sans qu'ils en aient à en connaître la fin ?

Car il me semble, au travers de mon expérience de thérapeute de couples, que seule l'acceptation d'une position plus réceptive du couple, c'est-à-dire sans crispation, ni délire, ni projection massive, permet l'arrivée d'autre chose qui peut redynamiser la relation. Se laisser faire par l'enjeu de l'amour et son risque c'est s'ouvrir et réclamer d'être possédé par du neuf et de l'incontrôlable.

Les couples viennent consulter pour cesser symboliquement qu'un contrôle de la relation (source de l'ennui, entre autres) ne les empêchent de se rencontrer avec cette part d'inconnu qui seule peut activer le désir.

Accompagner les couples c'est, de ce fait, les aider à devenir plus vulnérables et à partir de cette vulnérabilité même, de co-construire une force relationnelle qui n'en demeure pas moins éternellement fragile !

---

## Témoignages

**Lili Ruggieri**

### Une approche systémique

« La thérapie de couple est très différente de la thérapie individuelle et je ne me serais pas lancée si je n'avais pas étudié l'approche systémique. Quand le couple arrive, il est déjà un système et il va en créer un autre avec le thérapeute. En face de moi, je n'ai pas deux individus mais un système bien établi. Le travail va consister à observer les interactions qu'ils suscitent entre eux pour que le thérapeute soit témoin et dans le même temps, interagir avec eux et modifier leur façon d'être ensemble. Cela nous demande une triple voire une quadruple écoute : celle de chacun, celle de la relation et la nôtre.



**C'est vraiment sportif et extrêmement mobilisant.** C'est sportif parce que je suis très stimulée, encore plus que d'habitude : quand l'un parle, j'observe le non verbal de l'autre et comment ils sont ensemble, et ce qui se joue quand l'un des deux tente une coalition avec moi... C'est aussi très riche de voir comment cela nous agite, nous thérapeutes, puisque tous nous formons ou avons formé un couple à un moment donné de notre histoire. Comment la vision du couple en face de nous, leur manière d'être en relation nous impacte-t-elle ? Comment notre couleur à nous, dans notre couple personnel ou dans l'un des couples que nous avons vécu, vient-elle raconter quelque chose de ce qui se passe dans l'interaction avec ce couple là.

## .....ACCOMPAGNER LES COUPLES.....

**La difficulté surgit lorsque le couple continue de jouer son jeu** et qu'il n'est pas à l'écoute du travail et des nouvelles règles qui sont posées. Je me souviens d'un de ces couples : j'avais le sentiment de ne pas avoir d'espace pour pouvoir poser mon cadre et faire ce que j'avais envie de faire. En fait, ils faisaient ce qu'ils avaient l'habitude de faire constamment. Il n'y avait pas d'espace pour un autre fonctionnement, il n'y avait pas d'envie d'un apprentissage différent. Or l'idée c'est de pouvoir s'autoriser à sortir d'un modèle de couple pour être créateur d'un autre couple. Celui qu'ils formaient depuis vingt ans fonctionnait comme ça et venir chez le thérapeute — je n'étais pas la première — c'était valider qu'ils faisaient couple néanmoins.

**Le thérapeute de couple n'est ni un miroir, ni un médiateur.** Je me considère comme le thérapeute de l'union. Je vais tenter de leur faire comprendre la nature de leur relation et les aider à la faire évoluer puisqu'ils viennent à un moment où sont bloqués dans les fonctionnements anciens. Comment nous y prenons nous, ensemble, pour être dans le respect de cette relation, peu importe le sens qu'elle va prendre. Mon rôle est de respecter jusqu'au bout la relation qui a été mise en place, même si on la fait évoluer, même si elle doit se terminer ».

---

### **Anne Wagner Bellancourt et Raymond Wagner**

#### **Couple thérapeute pour couple en thérapie**

*Depuis six mois, Anne et Raymond reçoivent des couples en couple.  
Coup de projecteur sur leur expérience.*



#### **Genèse**

##### **Anne**

Je fais des thérapies de couple depuis que j'ai commencé mon activité professionnelle, depuis une vingtaine d'années. Les demandes ont augmenté et à l'approche de la retraite de Raymond, nous nous sommes dit qu'on aimerait bien travailler ensemble.

##### **Raymond**

Moi, je viens du champ psychiatrique et, dans toute ma carrière, j'ai pratiqué beaucoup de thérapies familiales systémiques et participé de très nombreuses prises en charge de couple et de famille. Dans la perspective de ma retraite, j'avais cette envie de me rendre disponible pour continuer ce type de travail avec Anne.

##### **Anne**

Cela vient aussi forcément de notre expérience de couple, à nous qui avons déjà travaillé ensemble par le passé. En psychiatrie, on travaille beaucoup en co-thérapie. On y a un peu réfléchi dans ce désir de travailler ensemble plus de ce que ça pourrait apporter aux thérapies de couple.

#### **Avantages**

##### **Anne**

Le plus, c'est qu'on bascule d'un dispositif de thérapie de couple en triangle — le couple, le thérapeute — à une forme en carré plus équilibrée. D'une part, par exemple, il y a une perception différente des dimensions féminin-masculin. D'autre part est facilité tout ce qui est possible en termes de repérage des transferts et contre-transferts. Enfin, il y a une plus grande facilité à un niveau d'observation, à un niveau d'écoute. Tout ce qui se joue dans la thérapie classique est multiplié par deux.

##### **Raymond**

Ce qui est également intéressant, c'est de voir que les positions sont mouvantes au sein d'une même séance. On peut être observateur plus qu'intervenant direct, puis changer de posture. L'échange de ces deux fonctions est extrêmement enrichissant et facilitateur pour le couple qui consulte. Ils savent que nous sommes un couple nous-mêmes puisque nous portons le même nom.

## .....ACCOMPAGNER LES COUPLES.....

Nous sommes très clairs là dessus, lorsqu'on nous pose la question mais nous veillons bien évidemment à ne pas nous positionner en couple modèle. Nous restons en position méta.

### **Anne**

La richesse d'être à deux permet, en post séance, d'être dans nos ressentis respectifs et de pouvoir discuter de nos divergences par rapport à ce qu'on a pu voir ou entendre dans la séance.

### **Raymond**

Et parfois, on peut le poser dans la séance elle-même. Cela montre au couple consultant la manière dont nous fonctionnons dans notre relation et comment nous faisons avec toutes les contradictions et les différences que nous pouvons rencontrer. Cela permet de montrer comment les positiver pour enrichir les échanges puisque souvent les couples sont dans une grosse incapacité ou difficulté d'échange.

### **Anne**

Il est important que le couple ne nous voit pas comme un bloc mais comme des individus qui pensons, qui ressentons différemment et qui peuvent partager en toute tranquillité.

### Difficultés

#### **Anne**

Il n'y en a pas beaucoup, d'autant que cela ne fait que six mois que nous consultons ainsi donc nous avons encore beaucoup de choses à découvrir. Mais je dirais que l'inter-transfert, le transfert qui circule entre nous deux, est à la fois la richesse et parfois la difficulté de la co-thérapie. Car tout ce qu'on reçoit du couple qui consulte peut faire écho au nôtre.

#### **Raymond**

Les transferts et les contre-transferts étant très mouvants, la co-thérapie de couple demande à être extrêmement vigilant quant à la place de chacun, la nôtre et celle de chacun des membres du couple.

---

## **Nathalie Grandhomme**

### **Le tantra, appui de la thérapie de couple**

**Dans la thérapie de couple, je me sens la troisième voix** — ou la troisième voie. Je suis celle qui permet que le triangle tienne bon, pour mieux sortir des difficultés



du deux. Je trouve que la thérapie de couple est riche car elle nous oblige à un double awareness et exige une grande disponibilité de notre part : écouter l'un en prêtant attention à l'autre. Il faut se centrer pour ne pas être pris dans le système et savoir conserver l'alliance avec les deux, même quand on a plus envie de soutenir l'un que l'autre. On a besoin d'être avec les deux pour pouvoir identifier les fonctionnements de répétition dans lesquels ils sont, les phénomènes d'habitude, de

projections dont ils ne parviennent pas à s'extirper. Je trouve toujours magique le moment où ils cessent de s'adresser à moi pour se parler vraiment.

**Je travaille beaucoup avec les jeux de rôle, avec la mise en corps.** Cela permet de sortir des pièges du langage et quand le corps parle il peut y avoir des insights très forts. Souvent je les amène au tantra. Je m'appuie beaucoup sur la sexualité. C'est le symptôme majeur et je travaille très vite dessus. Je leur fais faire des exercices de tantra. Par le toucher, par les regards, ils sortent du langage et l'énergie recircule entre eux. Ils retrouvent un chemin pour se relier et à partir de là, on peut travailler le reste.

---

## Apprivoiser son ombre

De Jean Monbourquette



Prêtre et psychothérapeute d'inspiration jungienne, Jean Monbourquette est l'un des pionniers de la pensée d'unification entre psychologique et spirituel. A ce titre, il a beaucoup travaillé sur l'ombre dont Jung disait que seul sa « réintégration » permettait d'accéder à une réelle spiritualité. L'un des best-sellers de Monbourquette vient de sortir en poche et c'est l'occasion où jamais de le lire. « Apprivoiser son ombre » arrive à être un grand livre de développement personnel et un grand manuel d'accompagnement thérapeutique. D'abord parce qu'en tant qu'individus malmenés par les pulsions de nos ombres, il permet de différencier ce qui nous appartient de ce que nous projetons, nous offrant ainsi une voie royale pour mettre de la conscience sur notre inconscient. Ensuite parce qu'en tant que thérapeutes, il propose des outils faciles et efficaces pour aider nos patients à en faire autant. C'est un ouvrage indispensable.

Points seuil, 7,20€

---

## Femmes de l'âme

Isabelle Mons



Enfin ! Enfin un ouvrage qui sort la psychanalyse de ce monde d'hommes qu'elle semble être aux yeux du grand public ! Car la psychanalyse est également une affaire de femmes, Freud lui-même en convenait qui accueillit dans

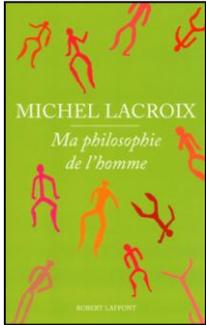
l'association internationale de psychanalyse Lou Andréas-Salomé, Sabina Spielrein, Hélène Deutsch, Karen Horney... Cent ans plus tard, à l'exception d'Anna Freud, de Mélanie Klein ou de Françoise Dolto, qui retenu des noms célèbres de femmes psychanalystes ? Il est d'ailleurs intéressant de noter que ces trois là restent des icônes de la thérapie pour enfants (évidemment, ce sont des femmes ...) et que leurs avancées théoriques sur d'autres sujets sont régulièrement passées à la trappe. Isabelle Mons, l'auteure de ce livre, n'est pas une psy mais une enseignante en littérature. C'est donc sous la forme de portraits qu'elle aborde cette galerie de quatorze femmes d'exception. Un apéritif exquis pour mieux aborder, le cas échéant plus tard, leur œuvre.

Payot, 21€

---

## Ma philosophie de l'Homme

Michel Lacroix



Michel Lacroix est un philosophe passionnant et iconoclaste dont l'un des axes de travail les plus passionnants est la réalisation de soi. Dans ce petit ouvrage, il revient sur ce qui fonde sa philosophie humaniste avec, ce qui peut

nous intéresser et nous pousser à réfléchir, un long chapitre contre le développement personnel. La raison ? Son absence justement : « D'une manière générale, le DP ne s'intéresse pas à la raison. Les aspects cognitifs de la personnalité constituent l'angle mort de sa doctrine. Jamais un auteur ne donne des conseils pour bien penser, pour raisonner juste, pour juger sans préjugés, pour aiguïser son sens critique, pour développer un esprit logique ». Toute la littérature du développement personnel est axée sur les émotions, l'estime de soi, la communication... jamais sur la pensée. Pire, beaucoup d'axiome tournent autour de « Faire taire son mental », « Ne pas être dans l'intellect ». Et pour Michel Lacroix, « le vrai développement personnel ne doit pas consister à faire taire son mental mais à solliciter la réflexion, l'usage de l'intelligence et le libre examen. Le DP est une entreprise vaine s'il n'aide pas l'individu à s'affirmer comme une personne libre ». Débat ?

Robert Laffont, 14€

---

## Voyage au bord du vide

De Caroline Valentiny



Nous faire partager ce qui se passe dans la tête et le cœur d'une jeune femme à l'univers psychique explosé, voilà le pari du livre autobiographique de Caroline Valentiny. A la fin de l'adolescence, alors que rien ne semblait l'y prédisposer,

elle bascule : crise d'angoisse, anorexie, automutilation, hallucination, dépression, internement, électrochocs... Aujourd'hui guérie, elle nous offre un retour sur ce passage de vie où une vitre semblait la couper du monde. Entre les chapitres, le regard de sa mère, aimante, impuissante mais toujours présente. Un texte fort et bouleversant qui aide à mettre des images et des sensations sur des mots. Elle interroge également sur le rôle des soignants : « Tous les thérapeutes qui travaillent avec empathie et dans le respect de leurs patients savent cela : il faut beaucoup de clairvoyance pour guider quelqu'un vers lui-même ; il faut la distance juste qui permette de mettre son cœur dans son travail, tout en gardant la relativité nécessaire ».

DDB, 18,90€

## Des rendez-vous importants en automne

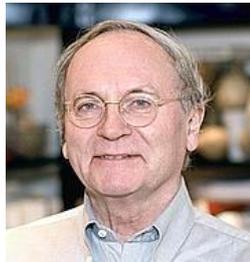
---

### Rappel Soirée Grand thérapeute

Le vendredi 9 octobre

Jean Michel Fourcade

« Recevoir Jean-Michel Fourcade c'est recevoir un pionnier, c'est apprendre sur ce que nous sommes, d'où nous venons et vers quoi nous tendons dans une vision ouverte et généreuse du métier de psychopraticien », nous dit Alain Héril. Dès 1971, il co-organise les premiers groupes qui contribueront à faire connaître ce qu'on appellera les « nouvelles thérapies » : Gestalt, Bio-énergie, Co-Conseil, Analyse Transactionnelle, travail reichien... Il contribue ensuite à la création de la Fédération Française de Psychothérapie qui promeut les critères fondamentaux de la profession. Il a été le premier président de L'Affop qui contribuera aux travaux sur la réglementation de la profession. Parallèlement, il crée la Nouvelle Faculté Libre (N.F.L) qui propose une formation à la Psychanalyse Intégrative®, une des formes de la psychothérapie intégrative, fondée sur la psychanalyse et les psychothérapies émotionnelles et corporelles. La Nouvelle Faculté Libre est également un lieu de Recherche dans le domaine de la psychothérapie et du développement personnel, groupal et organisationnel.



---

### Présentation de mémoire

Le vendredi 13 novembre prochain, **Violaine Gelly** présentera son mémoire intitulé « **Les résistances dans la thérapie, les reconnaître, les comprendre, les accueillir** »

Pour l'heure nous vous proposons de préserver cette date aux alentours de 18h00 (ARCHE à Paris) et nous vous fournirons plus de détails dans notre prochain numéro.

Ce rendez-vous proposé autour de la présentation de ce mémoire est l'occasion de préciser les points suivants :

Il s'agit d'une présentation et non d'une soutenance de mémoire, ainsi, lorsqu'une personne présente son mémoire, il a préalablement été relu et a fait l'objet d'un retour écrit par le comité de relecture.

Désormais, la présentation du mémoire à ses pairs ne sera plus une étape systématique, mais elle dépendra de la pertinence du sujet, de la qualité de l'ouvrage et du désir de la personne de présenter son travail aux autres.

En cela, le mémoire de Violaine Gelly ouvre une série, (que nous espérons large), de présentations et partages d'un travail de qualité remarquable.

Merci donc à Violaine d'avoir accepté de nous en parler le 13 novembre. *Par M.G. Héril*