

## AU SOMMAIRE

### EDITO

Page 1

L'année à venir

### DOSSIER

Pages 3 à 5

Indispensable supervision

### A LIRE

Page 6

Christophe André, Mathieu Ricard et Alexandre Jollien

Wilhelm Reich

Tiana

### INFORMATIONS

Page 7

Vœux 2016

### REDACTION

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

## Perspectives 2016

*Vous avez reçu notre programme de stages pour l'année 2016 et pour la plupart d'entre vous les inscriptions sont validées.*

*Il nous paraît important de partager avec vous la philosophie qui sous-tend nos propositions et les axes majeurs de celles-ci.*

*Outre la présence de nos formations récurrentes en sexothérapie et gestalt thérapie ainsi que nos journées d'entraînement, nous avons voulu affirmer nos propositions autour de plusieurs lignes de force.*

### **Continuités et approfondissements**

Nous voulons offrir à partir de matières déjà travaillées, la possibilité d'un approfondissement de concepts et de meilleure compréhension des contenus. Affiner, préciser, questionner mieux encore... Nous le faisons avec la gestalt thérapie (*Awareness* du 26 au 29 mai et *Sexualité et Gestalt* du 13 au 16 octobre). Nous le faisons également avec la sexothérapie (*Amours et sexualités* du 21 au 24 avril).

Nous avons voulu également prolonger et améliorer notre approche du rêve. Deux stages sur le rêve ont été proposés les années passées. Nous voulons ouvrir cet espace avec huit jours pleins de formation pour mieux se frotter à ces espaces oniriques où toutes les formes de l'inconscient viennent nous questionner. (7 au 10 avril et 7 au 10 juillet)

### **Psychopathologie**

Les approches psychopathologiques restent au centre de notre démarche pédagogique. Accompagner le patient à partir du savoir psychopathologique n'est pas une manière de l'enfermer dans le processus thérapeutique mais une forme active et subtile d'offrir au thérapeute une écoute et un discernement propice à une meilleure qualité du lien. Nous garderons l'idée d'une psychopathologie vivante et d'inspiration principalement psychanalytique.

L'année 2016 nous verra aborder les thèmes suivants : les *troubles de la personnalité* (18 au 21 février), les *troubles du comportement alimentaire* (2 au 5 juin), *accompagner le deuil* (8 au 11 septembre) et les *troubles du déficit de l'attention et la surdouce* (17 au 20 novembre).

A chaque fois il sera question pour chaque intervenant de poser les interrogations, décrire des cas cliniques et faire le lien entre la psychopathologie et l'univers artistique afin que l'art nous aide encore une fois à mieux comprendre l'humain, ses limites et ses contradictions.

# .....PERSPECTIVES 2016, SUITE.....

---

## **Psychanalyses**

La psychanalyse et ses concepts alimentent notre approche pédagogique globale. Elle est présente même là où le mot psychanalyse n'est pas officiellement nommé. Il est bon également d'ouvrir l'espace de compréhension des pensées fortes qui ont bâti l'édifice théorique et pratique de cette science de l'inconscient. Nous avons abordé Freud, Lacan et Jung en 2015. Nous aborderons *Françoise Dolto* et *Melanie Klein* en 2016 (6 au 9 octobre). Ce sera l'occasion de réfléchir ensemble sur l'enfant, sa construction psychique, son rapport au monde et au corps.

---

## **E.S.S.E**

Le concept E.S.S.E qui est la colonne vertébrale de notre approche intégrative reste au centre de nos réflexions. Il sera un moteur constant de notre vision du lien au patient. Etre en lien c'est l'être à partir et au travers de ces quatre axes fondamentaux de notre pensée collective.

Le stage *empathie et compassion* (du 10 au 13 mars), sera l'occasion de s'appuyer sur E.S.S.E pour affiner au mieux ce concept, le mettre au travail et en mouvement. (voir encadré).

Nous sommes également dans le projet de finaliser ce concept au travers d'un livre dont l'écriture commencera bientôt. Celui-ci sera forgé à partir du travail effectué avec vous (la fonction de chercheur qui nous est chère) et de celui réalisé dans les mémoires passés et à venir. Nous vous tiendrons au courant de cela...

Nous savons que ce programme génèrera des rencontres et des réflexions riches et actives. Nous sommes heureux de vivre cela avec vous. Nous vous souhaitons donc une grande et belle année 2016 !!!

---

## **Annulation du stage « Psychobio-généalogie » du 4 au 7 février**

Nous venons d'apprendre avec beaucoup de tristesse que Claude Pipitone ne pourra pas encadrer ce stage.

En effet, son état de santé ne lui permet pas de maintenir ses engagements pour l'année à venir.

Nous devons donc annuler ce stage.

---

## ...EMPATHIE ET COMPASSION....

### **Un stage pour saisir l'autre en soi**

Ce stage a pour but de permettre aux participants de repérer les différences notables entre empathie et compassion. Pour cela les notions de philosophie (avec Elsa Godart) et de psychothérapie et psychanalyse seront aidantes et complémentaires.

Interroger le psychopraticien sur sa pratique, son lien profond au patient c'est comprendre les fonctions d'écoute et d'observation de l'autre. C'est saisir le fonctionnement si particulier des neurones miroir. C'est également saisir comment l'empathie peut être à la fois émotionnelle, sexuelle, spirituelle et existentielle. Nous nous appuierons pour cela sur le concept E.S.S.E

Enfin, il nous a paru important de dynamiser les notions d'empathie et de compassion en prenant appui sur l'approche de l'haptonomie (avec Catherine Dolto) afin de saisir en théorie et en pratique ce que c'est que de penser et d'agir à partir de l'autre.

## ..... INDISPENSABLE SUPERVISION .....

*Le 9 octobre dernier, invité d'Indigo dans le cadre des soirées Grands Thérapeute, Jean-Michel Fourcade, l'un des fondateurs de la psychothérapie intégrative en France, définissait devant les membres d'Indigo présents les cinq critères définissant un bon thérapeute relationnel (voir PsychoBook de novembre). Parmi ces critères, on trouve : « Suivre une supervision ». Rappelons que c'est également l'une des exigences d'Indigo Formations à l'égard des stagiaires. Nous avons demandé à certains d'entre eux, thérapeutes installés depuis plus ou moins longtemps, de nous expliquer leur envie, besoin, nécessité d'être supervisés.*

### **UN BESOIN DE SÉCURITÉ POUR SOI ET SES PATIENTS**

Dans les premiers temps d'une installation, la supervision apparaît d'abord comme une sécurité. C'est ainsi que le formateur notamment Florence Danet : « j'ai tout de suite senti le besoin de trouver un endroit où poser les questions qui venaient à moi dans les débuts de ma pratique. Au début, j'étais beaucoup en demande de conseils sur mon cadre. Je pensais appliquer un modèle général fixé une bonne fois pour toutes mais, dès les premières séances, j'ai compris qu'il fallait que je crée le mien propre pour y être tranquille. C'est venu grâce aux questionnements de mes superviseurs ».

Pour Isabelle Médard qui est seule à exercer la psychothérapie à Abbeville : « Nous sommes isolés dans nos cabinets et c'est bien qu'existe un lieu où nous pouvons déposer nos questionnements et nos doutes ». A l'autre bout de l'hexagone, à Aix, Céline Parlanti a su fédérer suffisamment d'envies pour créer son groupe de supervision : « Je débutais et je ne trouvais aucun lieu qui m'apporte un regard intégratif. Pourtant, c'était une évidence, dès le premier patient, afin de pouvoir déposer mes doutes de jeune psy ». Hélène Friart-Lamourette, elle, avait une expérience de sophrologue où n'existait pas de supervision et où ce regard lui manquait. « En tant que psychothérapeute, j'ai tenu à avoir ce cadre de soutien que j'accompagne d'une supervision individuelle en sexothérapie. Je ne saurais m'en passer. Cela m'a fait grandir dans ma confiance en moi. La supervision est une pique de rappel quand je peux me laisser aller à en manquer. Quelqu'un approuve mon travail et c'est à chaque fois une réassurance que ce que je fais est juste ».

### **LA RENCONTRE AVEC DES PAIRS**

Dans le groupe, tous soulignent le plaisir qu'ils ont à retrouver des confrères/consœurs. D'abord parce que ce métier est un métier de solitude que vient rompre, de loin en loin, la supervision. « Notre profession isole et la supervision remet du lien, résume Céline. L'interaction est essentielle en terme de développement. Je trouve dans le collectif la reconnaissance et le partage que je cherchais. C'est un enrichissement constant à l'occasion de l'autre. On est plus intelligent à plusieurs que seuls. La supervision m'a permis de me lancer, de m'exprimer, d'oser dans un cadre sécurisé et bienveillant parler de mes doutes et les sentir accueillis. Le regard des autres me valide ».

Au delà de la rupture de cet isolement et cette confrontation bienveillante aux autres, certains évoquent également cet étrange dialogue entre les inconscients. « Je suis toujours amusée de voir la forme de connexion qui existe, explique Florence, et qui fait que les cas apportés par les autres te ramènent à ton cas et ou à tes expériences. Sans oublier les ressentis qu'ils nomment et qui font parfois écho à des émotions dont je n'avais pas nécessairement envie de parler. Le groupe existe en moi entre deux supervisions et me porte ». Fabien Berrais, qui a milité pour que la supervision soit obligatoire pour tous les psychothérapeutes, ouvre une autre piste : « Rencontrer des thérapeutes différents, travaillant avec des approches différentes est un enrichissement permanent ». Pour autant, Hélène qui cumule supervision individuelle et supervision en groupe témoigne : « La supervision individuelle est plus confortable. Le groupe est plus difficile. Le regard des autres sur ma pratique a pu être confrontant voire douloureux. Mais cela m'a aidée à rompre avec la croyance personnelle qu'il fallait que je sois parfaite. La supervision me permet d'avancer dans mon être thérapeute ». Enfin, plus concrètement Fabien estime que la supervision est également un lieu où se constitue un réseau : « Nous avons besoin de partager, notamment les noms des professionnels compétents et intégratifs qui nous entourent. C'est dans ces groupes que s'échangent les noms de psychiatres, d'orthophonistes ou de neurologues avec lesquels il est possible de travailler en intelligence ».

# ..... INDISPENSABLE SUPERVISION .....

## **LA COMPREHENSION DU CONTRE-TRANSFERT**

La supervision est le lieu où se déploie, s'expérimentent et se comprennent en direct les liens de transfert et de contre-transfert. « C'est un apprentissage qui passe par l'émotionnel, témoigne Céline. Le groupe permet vraiment de pouvoir déposer des relations plus singulières de certains liens avec les patients et de les reconsidérer. Aujourd'hui, la supervision me permet de me mettre en méta position par rapport à certains liens et c'est quelque chose que je n'arrive pas à faire, toute seule, dans mon cabinet ».

Pour Isabelle, qui a plus d'expérience professionnelle, « de nouveaux cas viennent constamment susciter de nouveaux transferts. Et l'expérience n'y change rien : on peut se laisser embarquer par un patient et laisser ses affects entrer en résonance avec les nôtres. On sent bien que quelque chose ne va pas mais on ne comprend pas. La supervision permet alors de sortir de ce patage ».

## **UNE FORMATION CONTINUE INDISPENSABLE**

Au delà de l'analyse de cas et celle du transfert, la supervision est aussi le lieu où peut s'argumenter, se défendre ou simplement se rappeler un point théorique. Pour Hélène, « la supervision est un temps que je prends en dehors de mes patients, mais c'est pour mieux prendre soin d'eux. Accompagner quelqu'un dans la souffrance est exigeant : on ne peut pas être dans l'à-peu-près. J'ai une boulimie de savoir et d'apprentissage que nourrit la supervision ». Céline, elle, apprécie ces piquets de rappel : « La supervision ce sont des conseils mais aussi des rappels théoriques, des conseils de lecture, une sorte de formation professionnelle continue. Cela permet d'être rassurée sur ma posture thérapeutique, de confirmer que je suis dans le juste, de me sentir soutenue. Cela me stimule humainement mais également intellectuellement ». Fabien lui, se souvient que c'est en suivant les supervisions, qu'il a eu envie de s'inscrire en sexothérapie ou de suivre le stage sur les états-limites : « la supervision est un espace de formation complémentaire permanente ».

## **UNE TRANSMISSION PRÉCISEUSE**

Plus expérimentées et elles-mêmes superviseuses, Hélène et Isabelle témoignent d'une réelle joie à transmettre. « Tout ce que je ne partage pas, je le perds, résume la première. La supervision est également le lieu où je peux transmettre à d'autres ce que je vis dans mon cabinet et comment je vis mon être thérapeute ». La seconde apprécie désormais « de me trouver parfois en situation de transmission pour des thérapeutes plus novices. J'ai moins besoin qu'à mes débuts d'être rassurée sur ma posture thérapeutique et cela me permet de me situer en tant que thérapeute plus expérimenté, de me voir évoluer, de voir où je peux me remettre en question ».

## **UNE DEONTOLOGIE EXIGEANTE**

On l'a vu, la nécessité d'une supervision est l'un des critères de reconnaissance de la profession de thérapeute relationnel. Parce que, pour nos patients, la supervision est la certitude que nous sommes à peu près au clair avec notre histoire et que nous savons tenir à distance nos projections sur eux. Pour Céline, c'est également « l'endroit où on questionne notre éthique, un vrai positionnement par rapport à la déontologie ». Hélène, elle, parle d'exigence : « c'est un métier exigeant qui demande une exigence personnelle. Si on ne va pas en supervision, on est dans la toute puissance. Je ne détiens pas la vérité, je n'ai aucun pouvoir, la supervision change mon regard, ouvre ma pensée ». Enfin, Isabelle est persuadée qu'il est « essentiel de ne pas nous enfermer dans un confort et des certitudes. Nos patients ont besoin que nous ayons vécu cette expérience, la même qu'ils font avec nous ». C'est aussi ce que développe Fabien : « Nous devons être exemplaires dans notre expérience d'humain car, dans l'inconscient collectif, nos patients savent ce qu'il en est. Nous leur demandons de s'engager et nous ne nous le ferions pas de notre côté ? Ne pas être en supervision devrait nous interroger sur notre engagement professionnel ».

# ..... INDISPENSABLE SUPERVISION .....

## UNE RESPIRATION

En conclusion, toutes les personnes interrogées parlent d'un moment de plaisir personnel. Florence évoque « une respiration », Hélène, « un ressourcement », Céline « un espace supplémentaire de créativité ». Isabelle, elle, mesure la chance que nous avons d'avoir ces espaces : « je vois tellement de professionnels issus du monde médical ou para médical souffrant de ne pas avoir de tels endroits pour interroger le lien avec leurs patients ».

---

### Ont accepté de témoigner :



**Fabien Berrais**, en supervision de groupe à Nice avec Alain Héril et en supervision individuelle.

**Florence Danet**, en supervision avec le groupe parisien de Marie-Gabrielle Héril et Anne Wagner-Bellancourt



**Hélène Friart-Lamourette**, en supervision de groupe et en individuel avec Alain Héril. Également superviseuse.

**Isabelle Médard**, en supervision avec le groupe parisien d'Alain Héril et Marie-José de Aguiar. Également superviseuse.



**Céline Parlanti**, en supervision avec le groupe aixois d'Alain Héril

---

**« Ce qui est offert au supervisé, c'est un espace sécurisant où il/elle peut entrer en contact avec ses sentiments à l'état brut sans se soucier de la perspective du client ».**

**Maria Gilbert**



*Mark Rothko*

**« Pour le superviseur comme pour le supervisé, il s'agit de vivre en accord, d'apprendre à jouer, à danser, avec les personnes et avec les situations. On ne cherche pas la vérité mais à éviter les erreurs. On ne cherche pas à être performant mais à être juste. »**

**Alain Delourme**

---

---

## Je suis un zèbre De Tiana

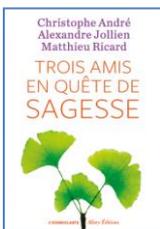


Tiana fait partie de ces enfants que Jeanne Siaud-Fachin (qui signe la préface) appelle les zèbres. Perdus dans des troupes de chevaux, incompris, ce sont ceux sur lesquels se fixent les diagnostics de haut-potentiels, surdoués ou intelligemment précoces. Des enfants hypersensibles qui finissent par se heurter violemment à ces murs d'incompréhension que leurs différences d'intelligence et de fonctionnement empêchent de faire tomber. Aujourd'hui âgée de 19 ans, Tiana raconte comment d'une enfant hyper-sensible elle était devenue une adolescente angoissée et terrifiée. Après un internement en hôpital psychiatrique, elle s'est reconstruite lentement grâce à une psychothérapie adaptée. Aujourd'hui, elle témoigne du ressenti et de la violence de l'angoisse de ces enfants. Un récit éclairant et utile pour tous ceux qui côtoient, de façon privée ou professionnelle, des petits zèbres à mieux comprendre.

Payot, 16 €.

---

## Trois amis en quête de sagesse Christophe André, Alexandre Jollien et Mathieu Ricard



Le psychiatre, le philosophe et le moine bouddhiste sont amis depuis longtemps et ils rêvaient d'écrire à six mains la confrontation de leurs réponses aux grandes questions spirituelles qui nous agitent tous. L'ego, les émotions, la souffrance, l'écoute, la simplicité... Sur chacune d'entre elles, ils échangent leurs expériences personnelles, leurs efforts, leurs échecs aussi et les leçons retenues en chemin. Chaque chapitre est également clôturé par quelques conseils de chacun des trois amis pour les avis de tempête. Un livre, dans lequel picorer sans méthode et avec plaisir.

Les Arènes, 23 €

---

## La psychologie de masse du fascisme Wilhelm Reich



Ce classique de la littérature psychanalytique a été rédigé entre 1930 et 1933, pendant les terribles années de crise en Allemagne et demeure une contribution capitale à la compréhension des régimes totalitaires. Refusant d'y voir l'idéologie ou l'action d'un individu isolé, rejetant de même l'explication purement socio-économique, Wilhelm Reich considère le fascisme comme l'expression de la structure caractérielle irrationnelle de l'individu moyen, dont les besoins et les pulsions primaires, biologiques, ont été réprimés depuis des millénaires. Aussi, toute forme de mysticisme organisé, dont le fascisme, s'explique-t-elle par le désir orgastique insatisfait des masses. Pour Reich, un enfant qui est éduqué dans la répression de la sexualité, l'obéissance et la peur de l'autorité se révélera incapable de rébellion. Une thèse qui sera reprise plus tard par Alice Miller dans *C'est pour ton bien*. Cette analyse des sources psychanalytiques de la montée des totalitarismes (nazisme ou bureaucratie soviétique) est à la fois surprenante et passionnante. Certains passages sont un peu complexes mais l'ensemble apporte un éclairage très inhabituel sur la source de ces événements.

PBP 10,85€



Pour une année  
2016  
pleine de  
douce surprises

*Aimez ce que jamais vous ne  
verrez deux fois*

Alain Badiou