

AU SOMMAIRE

DOSSIER

Pages 1 à 4

Psychopraticien Intégratif ou spécialiste ?

Edito

par Alain Héril

**L'intégratif : l'association de
plusieurs intelligences**
par Marie-Gabrielle Héril-Bernard

Témoignages
Comment je me sens intégratif
Lambert Trevidic,
Marie-Laure Jeannot,
Fabien Berrais, Violaine Gelly

A LIRE, VOIR, ECOUTER

Page 5

Christophe Fauré ;
Frédérika Van Ingen
Mardi noir sur You Tube
France Culture

INFOS

Page 6

Qu'est ce que le RITMO
Par Lili Ruggieri
Décès de Claude Pipitone

REDACTION

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

De la posture intégrative



Ici et là, circulent des annonces entre praticiens du type : « Connaissez-vous un thérapeute spécialiste de l'éjaculation précoce ? » ou « Avez-vous l'adresse d'un bon thérapeute qui sait accompagner la spasmophilie ? ». Ces annonces, certes empreintes de générosité, traduisent néanmoins une vision de la psychothérapie crispée sur le symptôme et faisant référence à la spécialisation de l'accompagnant.

Il est bon, à partir de cette constatation, de préciser combien le psychopraticien intégratif se situe hors de ce champ là. S'il fallait oser une comparaison, il serait plutôt du côté du généraliste que du spécialiste. Son espace d'intervention est ouvert aussi bien aux troubles somatiques qu'à la déroute psychique. Le psychopraticien intégratif est apte à accompagner l'autre, dans une dimension qui ne regarde pas le symptôme de manière *solutionniste* mais qui cherche à accompagner le patient dans une relation mature, empathique, ancrée...

C'est, non seulement la formation du thérapeute qui lui donne cet ancrage mais, également son travail personnel, sa curiosité ouverte sur l'Autre et le monde. Dire cela c'est placer l'exigence de l'approche intégrative dans une notion fondamentalement relationnelle de la thérapie. Connaître les symptômes, leur organisation, leur sens est indéniablement important mais ce que le futur praticien se doit d'affiner, de peaufiner, de *dentelliser* c'est bien sa capacité relationnelle qui se fonde non seulement sur l'écoute mais aussi sur la qualité de présence.

L'idée forte, sous-tendue par le concept E.S.S.E, est celle de la construction possible dans l'espace thérapeutique d'un univers transitionnel qui a, de fait, une capacité de mise en guérison de l'être même du patient. Cet espace est fait des liens transférentiels agissants mais aussi d'une main tenant celle de l'autre, voyant ce qu'il a de meilleur en lui... au-delà de son univers symptomatologique. C'est d'emblée envisager le patient dégagé du symptôme qui l'entrave, c'est activer ses potentialités et lui donnant l'allant-devenir nécessaire pour enfin entrer vainqueur dans sa propre histoire.

Si l'on travaille dans cet axe, si l'on affirme cette posture, le symptôme n'est qu'une entrée en matière et non la matière même du travail psychothérapeutique. C'est revenir à la maïeutique essentielle du lien profond que réclame ce qui se nomme psychothérapie.

.....INTEGRATIF, L'INTELLIGENCE AU PLURIEL.....

Questions à Marie-Gabrielle Hénil-Bernard,
Co-directrice d'Indigo Formations



La psychothérapie intégrative est le travail de plusieurs intelligences

Pour Indigo Formations, qu'est ce qui différencie un psychopraticien intégratif ?

Le psychopraticien intégratif aborde le travail thérapeutique non pas centré sur ce qu'il est lui-même ou sur ce qu'il sait, mais en fonction de ce qu'est le patient, de ses modalités d'organisation, de son histoire. Il ne lui propose pas une méthode spécifique, mais une véritable rencontre. Rien n'est pré-défini en amont de cette rencontre, tout est à co-crée en résonnance mutuelle.

Si l'on imagine qu'un psychopraticien spécifique serait comparable à un artisan qui travaille selon des méthodes, des plans définis par sa confrérie, le psychopraticien intégratif, par analogie, serait plus proche de l'artiste. Ainsi, tel l'artiste il ne reproduit pas, il agit avec une sensibilité, une dynamique et une conscience singulières.

Y a t il un profil particulier de psychopraticien intégratif?

Après plusieurs années d'observation et de réflexion sur la spécificité du profil de la pratique intégrative de la psychothérapie, un élément significatif apparaît : le psychopraticien intégratif a nécessairement un bon développement de l'ensemble de ses intelligences. C'est en effet au pluriel que l'intelligence doit être considérée. Pour repérer la dimension intégrative d'un psychopraticien en devenir ou en exercice, je vais regarder comment ses intelligences sont actives et en travail de développement.

Quelles sont ces intelligences différentes ?

On peut dénombrer sept intelligences qui sont actives dans le travail intégratif, en général et, en particulier, dans l'approche spécifique d'Indigo Formations qui s'articule autour des quatre axes d'ESSE (l'approche de l'individu dans les dimensions Emotionnelles, Sexuelles, Spirituelles et Existentielles de sa présence au monde).

Les 7 formes d'intelligences qui coexistent chez le thérapeute intégratif sont :

L'intelligence de la pensée (cerveau) : Outre la bonne assimilation des concepts fondamentaux de la psychanalyse et de la psychopathologie, le praticien intégratif est doté de qualités réflexives et d'analyses pointues.

L'intelligence émotionnelle (empathie) :

Il est bien entendu capable d'empathie, mais aussi de clarifier et dénommer les affects et l'éprouvé qui sont agissants chez lui et chez son patient.

L'intelligence corporelle (corps, proxémique, sensations) :

Il est conscient de ses sensations, observe judicieusement l'évolution et les réactions du corps.(le sien et celui de son patient)

L'intelligence affective (cœur) :

Il interroge le sens d'aimer, l'éprouvé et les conditions de l'amour, cherche à discerner amour et désir. Il sait s'aimer et aimer l'autre.

L'intelligence relationnelle (le lien) :

Il est curieux de l'organisation du contact et du lien. Il cherche à se rencontrer vraiment et à rencontrer l'autre, il sait reconnaître et réparer blessures d'attachement.

L'intelligence sensible (intuitive/énergétique) :

Conscient et sensible aux circulations transférentielles, il travaille son awareness, sa sensibilité à l'invisible, son intuition.

L'intelligence du rapport à l'inconscient :

Il analyse et interprète les rêves, prend conscience des lapsus et actes manqués, identifie et interroge l'organisation des résistances, tant pour lui-même que chez ses patients.

...POURQUOI ET COMMENT JE ME SENS INTEGRATIF ?...

Marie-Laure Jeannot (Paris)

Recevoir la personne dans sa globalité



Aujourd'hui je reçois mon patient à partir de qui je suis, de mes connaissances et de mes ressentis. C'est à partir de ces trois axes là que je me revendique praticienne intégrative. Je me sens intégrative quand je peux être

l'ensemble de mes savoirs. Parce que je me sens suffisamment globale dans mes connaissances, je peux recevoir la personne dans sa globalité. Ma posture intégrative me permet une énorme souplesse. Si je me dis spécialiste, j'ai l'impression de m'enfermer. Alors que dans la notion de thérapie intégrative, je peux mettre à la disposition du patient tout ce que j'ai moi-même intégré afin qu'il puisse trouver ses propres ressources et moyens pour traverser son problème.

J'ai également une pratique de spécialiste sur l'accompagnement professionnel et le bilan de compétence. Donc je peux mesurer la différence. En tant que spécialiste, j'ai un cadre défini qui fait qu'ensemble, nous cheminons dans une direction précise. Dans la posture intégrative, je ne sais pas du tout, quand je reçois la personne, ce qui va être mobilisé dès le départ. Je mets tout à disposition mais c'est la personne qui va choisir, de manière inconsciente, ce dont elle a besoin. La spécialiste sait où elle veut aller : je reste axée, spécifiquement, sur la demande de départ. La praticienne intégrative est à la disposition de la personne pour tracer son chemin, sans savoir ce qui va être découvert à l'arrivée. C'est un voyage, quelque chose autour de la découverte, de l'exploration. Il y a un esprit de curiosité dans l'intégratif ; je suis curieuse de chaque personne qui entre dans mon cabinet. Chaque patient est une fenêtre sur le monde. Et cette saine curiosité est justement intégrative. Spécialiste, je suis un guide ; intégrative, je suis un accompagnateur.

Lambert B. Trevidic (Dampierre)

Être le meilleur des outils



Je me sens intégratif d'abord parce qu'il me semble que nous sommes des êtres intégratifs par essence. « La carte n'est pas le territoire » disait Bandler. Dans cette ligne, je pense que nous ne sommes ni nos connaissances, ni nos outils. Si nos outils facilitent

notre rapport à la matière, ils ne sont rien sans la main qui les utilise. J'utiliserai ici le mot outil pour spécialité. Une métaphore que j'emprunte à mon expérience de sculpteur et de restaurateur de meuble, à ma vie d'avant... L'outil lui-même demande à être « intégré », jusqu'à l'oubli de sa présence, pour que l'ouvrier puisse exprimer son talent librement et avec « élégance ».

J'ai aussi remarqué que les outils, tant qu'ils ne sont pas « oubliés », peuvent devenir des freins à la relation : c'est comme vouloir faire passer, absolument, le fil de la relation par le chat trop étroit d'une aiguille trop petite. Résultat, la relation s'effiloche (de mon côté) avant même d'exister. Il me semble que nous devons à nos patients/clients d'être dans la présence (à nous même, à ce que nous sommes), avant que de tenter de bricoler avec nos outils. Être avec nos forces et nos failles, nos connaissances et notre ignorance, et aussi (surtout peut-être) avec notre adaptabilité et notre créativité. Peut-être même qu'à travers cela, nous devenons le meilleur outil dont on puisse rêver, toujours changeant, plastique, adapté parce qu'adaptable.

J'adore m'apercevoir à posteriori que je me suis servi d'une gouge plutôt que d'un ciseau, parce que c'était l'outil le plus pertinent à ce moment précis, dans cette relation particulière.

Et je persiste et signe : intégratif avant tout !

...POURQUOI ET COMMENT JE ME SENS INTEGRATIF ?...

Violaine Gelly (Alfortville)

Lâcher avec la toute-puissance du savoir



Pour moi être une thérapeute intégrative, cela signifie avant tout être dans le lien au patient dans l'ici et maintenant de la séance. Parce que je ne sais pas, à l'instant où il pousse la porte, ce que le patient apporte avec

lui ce jour-là, je me tiens en permanence dans l'accueil de ce qui est. Et c'est uniquement en fonction de ce qui est, que je peux, alors, mobiliser mes connaissances, mes intuitions, mes techniques, mes sensations, mes émotions au service du travail qui va se faire. Je sens combien la spécialisation peut-être rassurante. Le choix d'une psychothérapie intégrative a été inquiétant, pour moi, dans les débuts de ma pratique, dans tous ces moments où j'aurais tellement aimé avoir des protocoles tout faits et qui répondent à tous les symptômes.

Mais cela m'a obligé à lâcher avec la toute-puissance de mes savoirs pour mieux me recentrer sur le lien. C'est parce que le lien agit que le symptôme ne compte plus en lui-même, qu'il n'est qu'un premier fil rouge. C'est parce que le lien existe que je peux tranquillement, et sans l'avoir prévu, naviguer d'une posture thérapeutique à une autre. C'est parce que le lien soulage que je peux me permettre de lâcher avec l'idée que je sais à la place de l'autre.

Fabien Berrais (Nice)

Non pas un savoir-faire mais un savoir-être



Être intégratif c'est être créatif et se décoller du symptôme. Mais je pense que la première des choses est de se vivre comme intégratif. Pour moi, la démarche intégrative c'est une philosophie de vie, multidimensionnelle et

interdisciplinaire. L'intégratif ce n'est pas uniquement à débattre en supervision ou chez son psy mais intégrer ma vie dans toutes ses dimensions. Ainsi, je m'intéresse à la neuro-psy, à la biologie, à la dimension du système, de l'histoire. Dans ma vie de tous les jours, être intégratif c'est aussi avoir une spiritualité, travailler sur le corps, faire de la calligraphie... Il me semble aussi que le thérapeute intégratif doit avoir une dimension sociale.

En ce qui me concerne, j'organise des cafés pys, des espaces solidaires, parce que je crois en une posture sociale et « politique ». Être intégratif c'est aussi être subversif. Être dans une cohérence d'être. Je ne peux pas prôner à mes patients d'accéder à leurs rêves si je ne réalise pas les miens. Dans une démarche intégrative, dans un savoir-être, si je ne suis pas capable d'aller au bout de mes rêves, qui suis-je pour dire aux patients que c'est possible ? C'est cette cohésion d'être qui va m'amener à une cohésion de faire (ou de ne pas faire). Je ne propose aux patients que ce que j'ai expérimenté. Ce n'est pas j'apprends ou je mémorise un outil, c'est je le vis, je l'incarne.

Accompagner un proche en fin de vie

Christophe Fauré

(avec la participation de Stéphane Allix)



Ceux qui ont eu l'immense plaisir d'entendre le psychiatre et psychothérapeute docteur Christophe Fauré lors du stage « Accompagner le deuil » n'ont pas oublié sa générosité à partager son expérience de vingt ans d'accompagnement de gens en fin

de vie. Ceux qui n'ont pas eu la possibilité de l'entendre peuvent le retrouver de deux façons : soit en lisant son livre, incontournable sur le sujet, *Vivre le deuil au jour le jour*, (Albin Michel). Soit en prenant le temps de l'écouter sur internet, lors d'une longue conférence donnée à l'INREES :

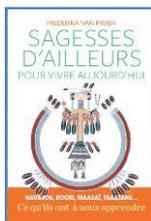
<https://www.youtube.com/watch?v=aluL7GTSnXM>

Mais l'actualité de Christophe Fauré tourne autour d'un nouveau livre : *Accompagner un proche en fin de vie*. De ses longues années d'accompagnement en soins palliatifs, le psychiatre a extrait ses certitudes, ses connaissances sur ce qui se passe dans cet entre-deux, souvent douloureux pour les familles, de communion avec celui qui va mourir. Comment reconnaître que la mort est proche ? A quels changements physiques et psychologiques s'attendre ? Comment communiquer avec la personne aimée mais également avec les soignants ? Ce livre est une mine d'informations mais également une plongée tout en douceur et toute en émotion dans ce qui peut continuer à s'entendre et à se dire au chevet d'un lit de mourant.

Albin Michel, 15,90€

Sagesses d'ailleurs pour vivre aujourd'hui

Par Frederika Van Ingen



Journaliste spécialisée dans la psychologie et le développement personnel, Frédérique van Ingen place son livre dans la quête de sens et la guérison du lien. Pendant de nombreuses années, elle est allée à la rencontre de ceux qu'elle appelle des passeurs. Des passeurs de savoirs qui ont passé du temps auprès des peuples dits premiers (Navajos, Massaï, Tsaatans de Mongolie....). Ils ont plongé dans des univers très éloignés de nos sociétés modernes, des mondes d'avant notre

civilisation, d'avant même l'agriculture pour certains, des mondes qui puisent leur connaissance aux plus près des racines de la mémoire humaine. Des personnes qui plutôt que d'analyser ces cultures à partir de nos grilles de références à la façon de l'anthropologie classique, s'y sont immergés, ont vécu ou appris auprès de ces « peuples racines » et de leurs gardiens du savoir (chamanes, hommes-médecine, sages...). Une démarche qui leur a permis de ressentir, de comprendre de l'intérieur le regard autre qu'ils portent sur le monde et la vie, et d'en tirer des leçons qui font particulièrement écho aux questions que se posent nos sociétés d'aujourd'hui. Parmi ces onze passeurs (Corine Sombrun, Kim Pasche, Xavier Péron...), sept seront présents le 17 octobre prochain, lors d'une conférence à Paris. Tous renseignements et réservation :

http://www.rencontres-perspectives.fr/frederika_vaningen.htm

Les Arènes, 23,90€

Sur Youtube

Psychanalyse et maquillage

Manu est une youtubeuse qui publie sur You Tube et sous le nom de Mardi Noir, une série de vidéos extrêmement drôles et extrêmement intelligentes où elle se met en scène en train de se maquiller ou de se faire les ongles, tout en décryptant des concepts psychanalytiques (plutôt lacaniens). Faut-il être chiant ou obsessionnel ? Pourquoi vouloir coucher avec sa mère ? Pourquoi Freud veut-il castrer les filles ? Chacune d'entre elles dure entre 8 et 10 mn et nous réconcilie avec Lacan...

https://www.youtube.com/watch?v=wreNgCPNh_I
ou You Tube, Mardi Noir.

Sur France Culture

Le chemin d'une analyse

LSD, l'émission de France culture, du lundi au jeudi, à 17h, vient de consacrer une semaine à la psychanalyse. Au cours de quatre documentaires dont la progression suit celle d'une analyse, depuis le premier rendez-vous jusqu'aux adieux, cinq analysants et sept psychanalystes témoignent de ce en quoi consiste une analyse, de ce qui doit se passer entre ces deux individus pour que l'un écoute l'autre avec neutralité et bienveillance, et de ce qui s'invite en séance lorsque tout fonctionne bien : des larmes, de l'euphorie, de la colère, et parfois un morceau d'inconscient qui remonte à la conscience. Une série documentaire de Virginie Bloch Lainé, réalisée par Clotilde Pivin ; à podcaster sur franceculture.fr

Découvrir le RITMO®



En janvier prochain, dans le cadre du stage « techniques d'apaisement », nous recevrons la psychopraticienne intégrative Lili Ruggieri qui, pendant une journée, nous enseignera la méthode RITMO® qu'elle a mise au point.

La formation de l'EMDR est réservée à l'organisme EMDR-France et aux psychothérapeutes et médecins. Toi, tu as mis au point la méthode RITMO® (Retraitement de l'Information Traumatique par les Mouvements Oculaires) qui se revendique de la même technique. Comment es-tu venue à créer cette méthode ?

J'ai eu la chance d'être formée à la technique EMDR assez vite dans mon parcours, par quelqu'un qui venait d'EMDR-France et qui m'a transmis la méthode. Et puis, j'ai constaté que c'était une technique très hypnotique, dans le contact avec les émotions, dans la détente que cela entraînait, dans cette intensité recherchée. Du coup, en tant que praticienne en hypnose, je me suis appuyée sur l'EMDR pour créer le RITMO®. Mais on pourrait aussi parler de l'IMO (intégration par les mouvements oculaires), mis en place par Danie Beaulieu et d'autres techniques identiques.

Quelle idée veux-tu faire passer dans cette journée de formation ?

L'idée est d'abord de diffuser une technique hypnotique qui fonctionne. Mais, ce qui me semble important, c'est de rendre les thérapeutes et apprentis-thérapeutes d'Indigo Formations plus autonomes. Il m'arrive de recevoir des patients qu'on m'envoie, pour des séances de RITMO, dans le cours d'une thérapie. Or nous sommes tous capables d'accompagner nos patients ainsi.

Dans nos cabinets, nous recevons des personnes qui ont maille à partir avec des moments de leur histoire, de leur passé, qui vont générer des blocages émotionnels. On peut être dans des événements uniques, parfois traumatisants, mais parfois ce n'est pas le cas : il s'agit plus des répétitions. L'idée est de pouvoir être suffisamment complet pour ne pas renvoyer ailleurs des personnes que l'on suit dès qu'on identifie quelque chose comme ça mais pouvoir être à même de gérer ça avec elles et de le dépasser. L'un de gros avantages de cette technique, c'est son utilisation au quotidien pour aider la personne à bouger sur

des croyances, du stress, une gestion émotionnelle difficile qu'elle peut avoir. Dix minutes dans une séance suffisent. Cela booste énormément le travail qu'on fait avec le patient.

Je veux sortir de l'idée qu'il y a des thérapeutes « spécialisés ». Quand je forme les gens aujourd'hui c'est pour qu'ils soient en capacité d'accueillir cette demande-là. C'est faire en sorte que nous soyons vraiment complets en tant que thérapeutes et c'est vraiment l'idée d'Indigo Formations et de l'intégratif.

Une journée suffira-t-elle à acquérir la technique du RITMO® ?

Absolument. Le plus important est d'être dans cette capacité à accueillir la souffrance de l'autre, sa colère ou son émotion. C'est ce qui est le plus important. Le reste c'est de la technique et celle-ci s'appuie bien entendu sur ce que Francine Shapiro (*) a mis en évidence. Je distribuerai la version papier du protocole pour que chacun puisse avoir quelque chose de palpable et de concret à conserver. Puis nous passerons très vite à l'expérience. Si – et je le souhaite – pour la plupart d'entre nous, il n'y a pas de traumatisme, peut-être il peut y avoir une forme d'anxiété devant certaines choses, une peur, une problématique somatique difficile, quelques douleurs chroniques, une problématique sexuelle, un désir d'améliorer une compétence... Nous verrons en direct comment le RITMO® peut être utilisé au delà du traitement du lourd trauma.

() Psychothérapeute américaine à l'origine de l'EMDR*

Décès de Claude Pipitone



Nous avons le regret de vous annoncer le décès, le 31 août dernier, de Claude Pipitone. Passionné par la nature et l'homme, Claude Pipitone commença voici 25 ans par affiner l'étude exacte des schémas génétiques d'une personne avec la Chiologie, puis il étudia les huiles essentielles et se passionna pour d'Iridologie. Cheminant avec les Amérindiens, étudiant aussi différentes traditions, chinoise notamment le Yi King), druidique... il a travaillé avec passion sur les arbres généalogiques et le travail transgénérationnel pour lequel nous l'avions reçu à Indigo formations.