

Etude clinique de l'élargissement de l'expérience relatée par la cliente, en relation avec la compréhension intégrative du thérapeute

Gérard Mercier

Gérard Mercier est docteur en psychologie et psychothérapeute dans l'Approche Centrée sur la Personne. Il travaille en milieu associatif et reçoit en clientèle privée. Superviseur et formateur, il anime un cycle de 3 ans d'initiation, d'approfondissement et de validation à l'Ecoute et à la relation d'aide thérapeutique selon l'Approche Centrée sur la Personne. Il collabore aussi avec l'université autonome de Lisbonne.

Résumé

L'étude clinique présentée ici montrera à travers plusieurs extraits d'une séance de thérapie avec une jeune cliente de 24 ans, la manière dont se construisent les impressions intégratives du thérapeute, concept heuristique emprunté à Maria-Villas Bowen.

Il s'agira de suivre l'assemblage et la genèse progressive des « insights » en provenance de la cliente en réponse aux niveaux de compréhension et d'intégration du thérapeute et d'observer ici comment la personne explore et donne sens à son expérience.

Mots-clés : experiencings, impression intégrative, intuition, interconnexion, réflexivité.

I – Position du problème

La compréhension empathique que le thérapeute manifeste envers sa cliente ouvre un espace d'intégration concernant plusieurs niveaux d'expérience : environnements, sensoriels, cognitifs, émotifs et relationnels.

Il s'agira ici de suivre pas à pas, au travers d'extraits de verbalisations significatives, l'évolution corrélée des impressions intégratives du thérapeute et l'élargissement progressif de l'exploration par la cliente des niveaux de son expérience.

II – Processus thérapeutique et réorganisation du regard posé sur l'expérience

La dynamique relationnelle entre la cliente et le thérapeute s'enracine dans un tissu de relations, de sens partagés, d'échanges affectifs et de cognitions co-élaborés dans le creuset que promeuvent les 6 conditions théorisées par Rogers (Rogers 1957 puis 1959). Elles constituent la gamme sur laquelle s'appuient le client et le thérapeute pour composer le duo d'une rencontre basée sur l'interaction empathique.

Selon Alan Schou : « La psychothérapie vise à réorganiser les modèles internes de représentations mal assurés jusqu'à ce qu'ils deviennent des modèles sûrs qui permettent des modes plus complexes d'organisation intrapsychiques et de conduite interpersonnelle, de même qu'un développement progressif de la capacité, dans une variété de contextes familiers et nouveaux, à maintenir un sens unifié de soi cohérent et continu. »¹

Cette orientation, que je considère comme un premier outil cohérent pour mon questionnement, rejoint un autre concept utile pour l'avancée de mon propos, celui de « selfobject » de Kohut (1982) que rapporte en ces termes Margaret Warner : « Par fonction « selfobject », j'entends une fonction nécessaire au maintien de la cohérence et de la stabilité de l'expérience d'un individu. Cette fonction est réalisée par deux personnes dans une relation de partenariat avant d'être intériorisée comme une capacité relative-ment indépendante. » (*M. Warner. 1994. p. 5 in « Empathie et Guérison », communication interne*).

Cette réorganisation, qui consiste en une exploration structurante d'une implicite déjà là, ne peut se faire qu'au cœur d'une relation où les attitudes du thérapeute, tant au plan

¹ Cité par André Duchesne et Ginette Lépine : le processus de psychothérapie : une expérience d'intimité. p. 178 in « neurosciences et psychothérapie (2009). Ed. Liber.

comportemental, cognitif qu'affectif, se font réceptable d'un mouvement de conscientisation libérateur.

Ce moment du mouvement, selon l'expression de Rogers, vient ponctuer les strates d'une expression allant de la sensorialité, au corporel, jusqu'à la subtilité d'une réflexivité innovante et imaginative.

Pour la cliente et le thérapeute, il s'agit d'une expérience d'une complexité partagée : « Le lien de confiance se développe à travers une présence empathique et séparée, une écoute vivante et des miroirs justes. » (*André Duchesne et Ginette Lépine. op. Cité. p. 135. 2009*).

Il s'agira de montrer que la dimension expérientielle comporte un aspect évolutif en relation avec les attitudes du thérapeute. Celles-ci constituent un espace d'intégration aux expressions de la cliente.

La correspondance entre les niveaux d'exploration de l'expérience et la manifestation de la compréhension intégrative du thérapeute constitue le noyau de cette présente recherche.

III – La rencontre progressive entre le thérapeute et le cliente : l'étincelle du processus

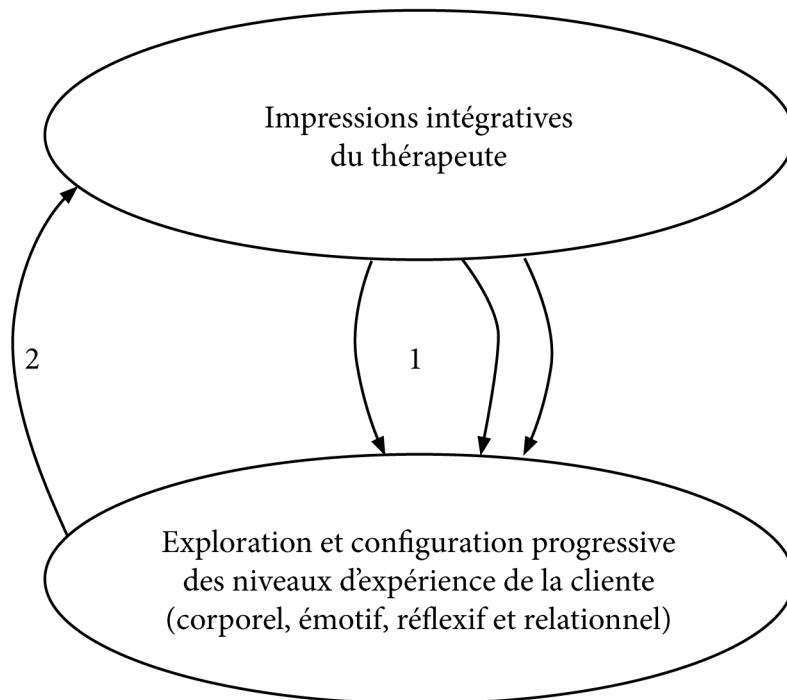
L'étude de l'aspect évolutif de l'expérience du client, en relation avec les attitudes du thérapeute est une orientation de recherche ouverte depuis les apports de Rogers dans le chapitre V de son ouvrage « Le développement de la Personne » (*in Rogers. p.p. 86-116. Ed. 1968 pour l'édition française*), ainsi, écrit-il : « Pour essayer de saisir et de conceptualiser le processus de changement, j'ai commencé par chercher les éléments susceptibles de caractériser le changement lui-même (...). Ce qui m'est apparu graduellement, à mesure que j'affrontais la matière brute du changement, est un « continuum » différent de celui que j'avais perçu auparavant. Je commençais à comprendre que les individus n'évoluent pas à partir d'un point fixe et « homéostatique » vers un nouveau point fixe, bien que ce genre de processus soit possible. Au contraire, le continuum le plus significatif se développe à partir d'un point fixe vers le changement, à partir d'une structure rigide vers une fluidité, à partir d'un état de stabilité vers un processus évolutif. » (*Rogers. op. Cité. p. 93*).

J'ajouterai que ce continuum a une dimension verticale, une épaisseur ayant la texture

d'une mémoire. Car, depuis ces premières études, il est établi que le nombre et la qualité des « insights » est corrélé avec la nature des attitudes, la présence à soi et à autrui du thérapeute : « A partir des théories issues des systèmes dynamiques, nous avons émis l'hypothèse que des processus d'émergences ou de formation de patterns apparaissent au cours de l'évolution des psychothérapies et sont jusqu'à un certain point associés aux résultats de l'intervention (c'est moi qui souligne). » (in W. Tschacher, C. Scheir, K. Grawe et V. Pomini in *Revue Francophone de clinique comportementale et cognitive*. Septembre 2002. Vol. VII. n°3. p. 23).

Cependant, cette corrélation de mesures reste ici, à bien des égards, quantitative : questionnaire d'anxiété sociale, inventaire du bien-être émotionnel, évaluation de l'image de soi, liste des symptômes (Symptom Checklist), croyances de contrôle, mesurent ici l'ordre du système thérapeutique. Mais qu'en est-il de la mouvance même de l'expérience qu'explore la cliente ?

En quoi ma compréhension empathique, mon degré d'accord interne et d'acceptation vont favoriser la nouvelle configuration de l'expérience et surtout comment s'organise en mes propres schèmes la perception intégrative de cette expérience selon le schéma heuristique suivant :



Comme l'écrit Maria Villas-Bowen : « Nous, les thérapeutes, agissons comme des collecteurs d'informations dans lesquelles nous saisissons les bribes d'expérience déconnectés et fragmentés du client, pour les assembler en une seule impression intégrative. Nous retournons au client cette expérience intégrative soit, sous la forme de réflexion du ressenti, de métaphores, d'énoncés de thèmes sous-jacents ou de suggestions d'expérience. Les clients utilisent alors ces impressions intégratives en tant que catalyseurs pour organiser leur expérience à un autre niveau de conscience (...). Il y a une différence entre une rencontre de soutien, qui est sensée aider le client à se sentir mieux et la psychothérapie. Dans une rencontre de soutien, une écoute active est la seule méthode requise. Dans la psychothérapie, le thérapeute introduit ses propres impressions intégratives qui servent de catalyseurs au processus de développement du client. » (in Maria Villas-Bowen (1993) : *La spiritualité de l'interconnexion dans l'univers et dans la psychothérapie. Center for studies of the Person. La Jolla. Communication interne*).

Cette citation est à mon avis fondamentale. Elle reconnaît une incidence aux attitudes du thérapeute jamais exprimée de cette manière.

Le thérapeute, par ses impressions intégratives, capte les bribes de l'expérience et y intègre des éléments de son propre vécu, restitution qu'il livre à la cliente, hybridée de sensations, d'intuitions, de prises de conscience, d'explorations proposées, qualité d'être qui facilite sa propre cohérence. Il s'agit d'une *experiencing* intégratif (conscient, poétique, métaphorique, sensoriel, etc.) qui souligne celui encore précaire et parfois floue de la cliente. Ainsi que Bohart (1996) le définit : « Il s'agit d'une manière de connaître différente de celle qui passe par la pensée conceptuelle. Elle est d'abord non-verbale, perceptuelle, holistique, malléable, contextuelle, physique, écologique avant de devenir conceptuelle et langagière. » (in Paul Wilkins. *A.C.P.-PR. n°23. Mars 2017*).

C'est cette dialectique que je vais suivre et tenter de restituer au travers de verbalisations en portant traces et sens.

Le relevé des impressions intégratives en relation avec le processus d'exploration de son expérience par la cliente sera sensible :

- au lieu où se déroule l'expérience (émotionnel, corporel, historique, familial, etc.) ;
- à sa nature : décalage entre le concept du moi et l'expérience vécue ;

- à sa temporalité : quelles configurations, quels dérivatifs et mécanismes défensifs se manifestent, comme l'illusion de toute puissance ou la recherche d'un plaisir, d'une griserie... ?

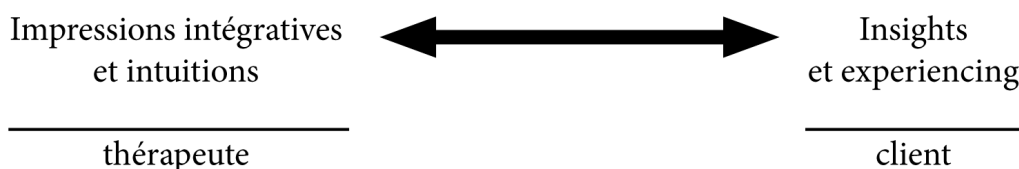
Deux espaces s'aménagent, se contractent, s'imbriquent à partir de l'intention de rencontre entre le thérapeute et sa cliente. Je remarque aussi que cette relation entre les impressions intégratives du thérapeute et le niveau d'experiencing de la cliente vient à point nommé donner une place majeure à la 6e condition du processus thérapeutique soit : « La perception à minima par le client des conditions 4 (acceptation inconditionnelle) et 5 (compréhension empathique) que le thérapeute lui témoigne. » (*Rogers (2009) in psychothérapie et relations humaines. p. 56*).

Le thérapeute, par ses intuitions, par la « vibration » signifiante de ses attitudes, inciterait la cliente à exprimer les étapes de son experiencing. Dans son espace personnel à peine perceptible, résonne l'écho de la compréhension intégrative du thérapeute : ouverture, élargissement en profondeur, explorations toute en créativité partagée, construite d'assemblages improbables.

Mon questionnement concerne la focalisation sur ces niveaux que la cliente conscientise en relation avec le degré d'implication du thérapeute.

Ce mouvement comporte plusieurs dimensions comme une intuition juste, une présence dans un touché distancé, un ajustement sensoriel constitutif d'une attention conjointe. C'est encore ici que la 6e condition trouve sa juste valeur, comme soulignant un battement de cœur existentiel, si précis et si fin que la cliente se rapproche de potentialités appartenant à la dyade d'intuitions partagées. Celles-là sont du ressort d'une « configuration agissant comme un aimant sur de la limaille de fer, elle rassemble les fragments déconnectés de l'expérience du client » (*Maria Bowen. op. Cité*).

Ce sont ces fragments et leur re-configuration qui m'intéressent au sein du couplage :



et qui seraient les indicateurs qu'une signification provenant d'un niveau non conscient, réfléchi par les impressions intégratives du thérapeute.

Celui-ci met en œuvre un art, une poétique relationnelle que Maria Bowen décrit bien quand elle relate les séances de thérapie qu'elle eut avec Fritz Perls, le fondateur de la gestalt-thérapie : « Mon expérience fut qu'il entra dans mon monde et sa façon d'assembler mes impressions fragmentées (c'est moi qui souligne) fut de me proposer une expérience qui eut l'effet de réunir les parties éparses de mon expérience dans un ordre intégré (id). Ceci fut un moment de changement profond pour moi. » (*op. citée p.17*).

A ce titre, je rejoins ce que Frank Margulies écrit : « Höger a pu montrer que les trois attitudes de base ne doivent pas être comprises comme des interactions thérapeutiques à proprement parler, mais comme des principes générateurs d'interactions psychothérapeutiques avec un client donné. » (*in ACP-PR. Juin 2007. n°5. p. 47 « Les attitudes de base sont des générateurs psychothérapeutiques sans fin. »*)

IV - Extraits de verbalisations illustrant le co-ajustement entre l'experiencing de la cliente et les impressions intégratives du thérapeute

Je propose maintenant, par des extraits de verbalisation venant d'une séance avec une jeune cliente de 24 ans, de mettre en lumière le mouvement qu'il y a entre la nature de mes impressions intégratives et la configuration progressive de ses niveaux d'expérience. Cette liaison illustre une dynamique partagée.

Extrait n°1

C1 : Ah oui, là, c'était bien des excès. J'étais beaucoup dans l'excès ce soir là !

T1 : Mais en même temps, j'entends que ces excès, ils correspondent à des mouvements en vous, un peu comme un poisson qui nageait au fond de l'eau et qui remonte à la surface. « Ça y est ! Il est là », et il ressort.

C2 : C'est aussi parce que c'est des choses que j'ai noyées pendant longtemps.

T2 : Vous avez noyé le poisson !

C3 : (rires) Oui, c'est cela ! Mais que ce soit sur les « colocs » ou sur ce que j'aurais envie de partager avec R, mais je trouve cela dommage que ça se fasse dans un contexte alcoolisé, parce que ce n'est pas vraiment sain. J'aurais pu faire ça en étant sobre.

T4 : C'est un peu comme si cette part de vous-même qui renfermait une part de vérité et de souffrance, n'aurait pu s'exprimer que dans un contexte alcoolisé.

C4 : Oui, oui.

T5 : Et n'avait pas la possibilité ou l'opportunité de s'exprimer normalement.

C5 : Oui, c'est ça et du coup, je pense que j'ai eu des envies dans mes paroles, parce qu'on ne se contrôle pas...

T6 : Vous savez ce que j'entends, Emilie* ? les excès dont vous me parliez sont des excès de silence, par rapport à des situations douloureuses.

C6 : Ben oui ! Mais en ce moment, je suis comme si je devais attraper des choses qui ne se sont pas passées pendant trop longtemps. Et comme j'étais dans un excès avant, et bien maintenant je bascule dans l'autre, et cela ne me plaît pas non plus spécialement.

T7 : Dois-je comprendre que le fait que tout soit en mouvement en vous – comme vous changez d'appartement, vous êtes déjà en mouvement dans l'espace – c'est comme si cela venait libérer de l'énergie qui aurait été coincée dans une espèce d'immobilité due à la situation.

C7 : Ben oui, c'est ça, et du coup c'est effrayant pour moi.

T8 : Un peu comme un tremblement de terre, des énergies énormes qui se libèrent quand les plaques sont trop en fusion.

C8 : Oui, oui, mais est-ce qu'on est obligé de passer par ces phases d'excès, que ce soit d'un côté comme de l'autre ? Est-ce que l'équilibre est si difficile que ça à atteindre, quoi !

T9 : Quand vous dites cela, vous regrettez une chose, c'est de ne pas pouvoir dire avec modération, quelque chose que vous ne pouvez dire que dans l'excès, dans l'excès d'émotion de conscience modifiée, de désinhibition. »

Commentaires

Quand je me suis trouvé dans le monde de la cliente, mon impression intégrative s'est exprimée (T1) comme une vérité en souffrance (par la métaphore d'un poisson des profondeurs remontant à la surface) qui se manifeste avec excès dans un contexte alcoolisé (C3 et T4) se confrontant chez la cliente à une tendance contrôlée (C6).

* Prénom modifié

La cliente en viendra ci-dessous à exprimer un haut niveau d'incongruence résultant du décalage entre son expérience quand elle est alcoolisée, et le versant contrôlant venant d'un héritage familial.

Extrait n°2

C9 : « Je ne sais pas trop... Ce serait entre – une fois nous avons parlé du côté un peu délirant, et du côté beaucoup plus mère.

T10 : Celle qui fait les confitures...

C10 : Grand-mère, grand-maternel. Est-ce qu'il n'y a pas un juste milieu entre soit basculer dans la folie complète, soit dans la mère quoi ! Moi ce que je voudrais faire de ma vie, c'est un équilibre.

T11 : Et quand vous regardez votre vie, vous sentez une impatience par rapport à ce déséquilibre, cette tension, cette espèce de mouvement, un peu comme un tonneau qui oscille, cette double tension.

C11 : Oui, parce que là, j'ai expérimenté le côté très carré, très grand-maternel.

T12 : Oui, qui vient de votre grand-mère.

C12 : Oui, avec cette rigueur, avec ce non-amusement.

T13 : Sérieux, qui s'occupe de la maison, qui fait les courses, qui fait à manger.

C13 : Et qui critique tout, à part cela (ton irrité, agacé). Puis qui ne s'amuse jamais ! Elle ne s'amusait jamais, jamais, jamais, jamais ! Jamais de plaisir, incroyable !...

T14 : Je vous sens mettre le doigt sur une sorte d'héritage, un héritage auquel il manque quelque chose, et cela, vous essayez de la compenser par le côté délirant !

C14 : Oui !

T15 : Comme un ajout.

C15 : Plus que de dire ce que représente ma mère pour moi. Même si elle tient un peu la route, quoi ! Ce côté plaisir.

T16 : Mais vous voulez dire que ce côté plaisir il arrive dans votre vie comme vous l'avez vu chez votre maman, d'une manière excessive. Parce que je pourrais vous dire « il peut y avoir des plaisirs modérés », vous semblez dire que le plaisir ne peut s'exprimer que de manière explosive...

C16 : Alors là, oui, chez moi c'est ça oui !! Je suis dans l'excès.

T17 : Et cela, vous dites que c'est un héritage de votre maman.

C17 : Peut-être plus, oui.

T18 : Les deux manières d'être ne parviennent pas à se combiner en vous et ne peuvent exister que d'une manière exclusive. C'est tantôt l'un, tantôt l'autre.

C18 : Moi, je voudrais un truc plus...

T19 : Un alliage ?

C19 : Oui, un équilibre.

T20 : Où le côté carré puisse s'amuser, et le côté plaisir, amusement, puisse trouver une solidité sans partir dans n'importe quoi.

C20 : Oui. Mais là, je ne gère rien dut tout...

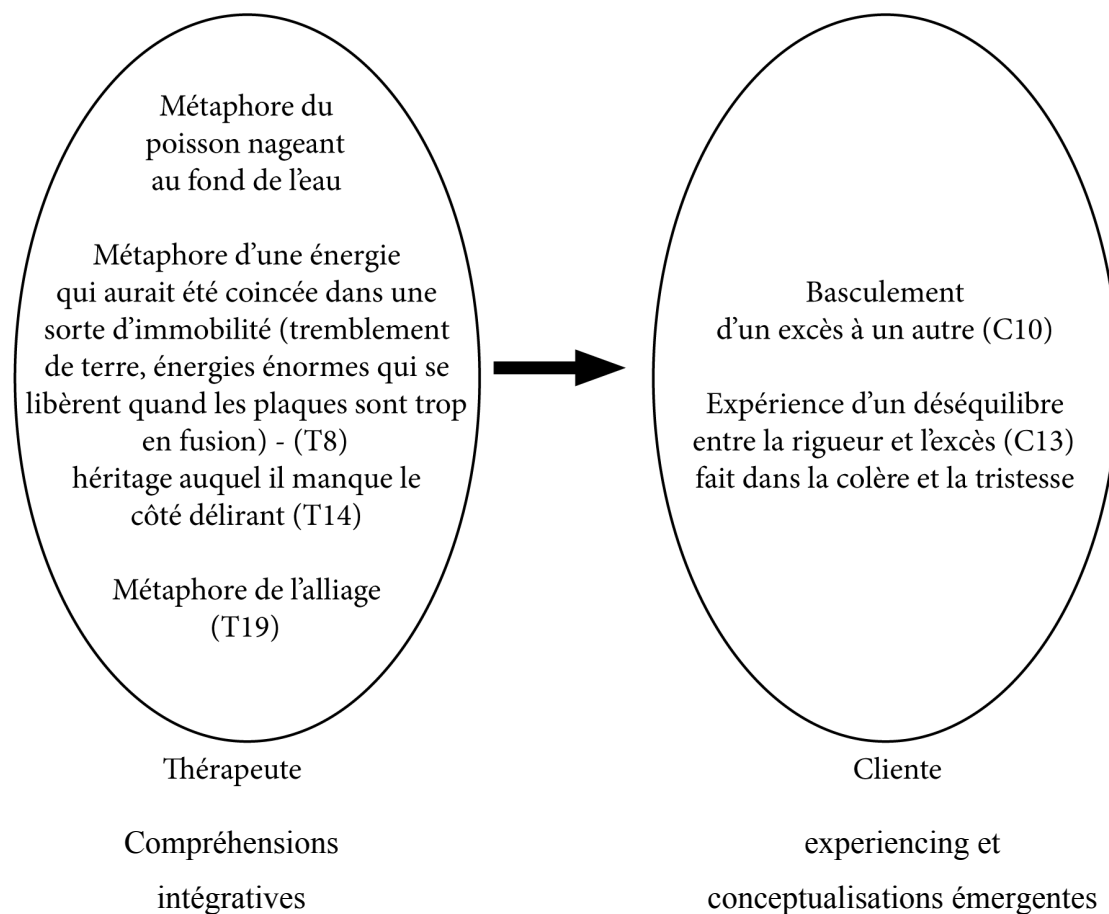
T21 : Comment vous êtes en ce moment là ?

C21 : En ce moment ?

T22 : Oui.

C22 : Je suis triste. Je n'aime pas me plaindre... »

Relevé des impressions intégratives dans ces deux extraits de protocole



D'autres extraits de la séance témoignent de la force saccadée des experiencings, s'accompagnant d'un ressenti profond et bouleversant, couplé à la sobriété des impressions intégratives du thérapeute.

Extrait n°3

T23 : « Le côté trop carré est en train de dire à l'autre partie de vous-même : « tu as vu, tu es insortable, tu es infréquentable toi, regarde ce que tu as fait ! »

C23 : Oui (E. pleure)... Oui, je ne sais pas où ça va me mener tout cela !

T24 : Quand vous regardez ces deux héritages, il y a cependant une autre regard qui est milieu. C'est ce regard qui voudrait faire de l'équilibre. Il y a une 3e personne qui parle là, c'est elle qui voudrait vivre autrement. Je ne vous entend pas en parler depuis la tristesse, ni depuis le côté carré, d'une manière exclusive, pas plus que du côté délirant. C'est comme s'il y avait en vous quelque chose qui est impuissant à les mettre ensemble.

C24 : Oui.

T25 : Et ça, c'est nous, c'est Emilie. C'est la personne que j'ai au fond de moi, qui regarde cela et qui dit « mais qu'est-ce que j'en ai fait de ce bazar là ? Qu'est-ce que je fais avec cela ? »

C25 : Oui, et comment je vais faire pour les faire s'entendre ?

T26 : Quand vous dites cela, vous parlez à partir d'une position qui semble n'avoir aucun pouvoir, par contre les deux autres aspects ont un grand pouvoir, puisque quand vous êtes dans le côté « carré », tout est carré !

C26 : Oui !

T27 : Et quand vous êtes dans le côté « délirant », tout est délirant.

C27 : Oui ! (pleures)... Oui, c'est vrai. Oui c'est vrai que c'est moi qui décide finalement.

T28 : Vous dites que c'est vous qui décidez à partir d'un côté ou de l'autre.

C28 : Oui.

T29 : Vous dites aussi qu'il peut y avoir des circonstances, et là vous touchez au point essentiel, des extérieurs et intérieurs qui font pencher la balance d'un côté ou de l'autre.

C29 : Oui, et c'est quand même moi qui ai la clé !

T30 : Et la clé, c'est de pouvoir apprécier les circonstances, pour aller soit d'un côté ou d'un autre ou de rester au milieu.

C30 : (silence réfléchi)... Oui

T31 : Un peu comme — vous avez le permis vous ?

C31 : Oui.

T32 : Donc un peu comme quand vous conduisez, soit vous décidez de prendre le virage et puis de faire un accident, soit de le prendre d'une manière correcte à la vitesse qui convient pour ne pas déraper ! C'est vous qui êtes au volant de la voiture, ce n'est pas la voiture qui commande !

C32 : C'est moi !...

T33 : Sauf quand la personne est par exemple alcoolisée, où c'est la voiture qui commande... Ce n'est plus la personne quand vous appuyez sur l'accélérateur, la voiture ne va pas vous dire « non, non reste tranquille ! », elle y va !

C33 : C'est marrant ce que vous dites, car j'ai fait un gros accident de voiture, 6 mois après avoir eu le permis...

T 34 : Ah, tiens !? (étonnamment prononcé du T).

C34 : Oui !

T35 : Qu'est-ce qui se passe là ? Comme si tous les deux, nous venions de partager quelque chose que nous avons sentis ensemble...

C35 : Oui... Effectivement, j'ai l'impression que j'ai perdu le contrôle du véhicule. »

Commentaires

Dans cet extrait, je laisse mes impressions (T23, 35, 31 à 35) aller à la rencontre d'un niveau de perception en retrait, comme un regard se portant sur les coulisses de la conscience chez la cliente. Là se trouve un potentiel d'équilibre non encore manifesté (C29), scénario où deux configurations s'éclipsent et se confrontent, où la vérité de la personne ne peut s'exprimer qu'en s'alcoolisant, afin d'échapper à l'écartèlement produit par des référents signifiants intériorisés par la cliente : la grand-mère rigoureuse et la mère fantasque rejouant la scène dans la vie de la cliente (T24, T26 et T29).

Ensuite (C32 et 35), la cliente contacte une énergie de décision, une position, un mouvement d'initiative et de choix repris par l'impression intégrative de la conduite de la voiture (T32), laquelle s'ouvre sur l'intuition de l'accident que la cliente a connu 6 mois auparavant (C35) par le thérapeute (T33).

Extrait n°4

T36 : « Et vous perdez le contrôle du véhicule quand vous ne décidez plus de rien. Vous perdez le contrôle de vous-même quand les conditions de vigilance intérieure et extérieure, quand vous ne prenez plus en compte les informations qui vous permettent de réguler votre vitesse.

C36 : Oui. J'allais trop vite, j'étais étourdie, effectivement j'étais dans une sorte de toute puissance par rapport à cette pluie qui tombait et de me dire que moi, rien ne m'arrive. Je suis partie de la maison en disant à ma mère, qui me mettait en garde « tu feras gaffe ! » et moi : « qu'est-ce que tu veux qui m'arrive ? »

T37 : Et vous avez vu que les deux positions là, sont des positions de toute puissance... : la mère qui veut tout régir, et l'autre partie, complétement déjantée, ce sont des postures de toute puissance qui perdent le contact avec la réalité.

C37 : C'est ça.

T38 : Oui, avec les circonstances, avec le gravier qui est sur la route, avec la pluie, ce sont deux parties qui sont dans la toute puissance qui ne sont plus dans l'échange avec l'environnement extérieur.

C38 : Mais dans les deux cas !

T39 : Oui, dans les deux cas.

C39 : Et même dans les deux cas de ma personne, c'est ça aussi.

T40 : Oui, c'est ça aussi. Ce sont deux postures de toute puissance qui font que vous perdez le contact avec ce qui pourrait venir assurer une régulation et un contrôle intérieur, c'est-à-dire la perception de soi, la perception de l'autre, la perception intérieure de vous-même, les informations qui viennent de l'environnement, etc. on pourrait en trouver des tonnes comme ça.

C40 : Oui, c'est intéressant ça...

T41 : Votre véhicule intérieur perd le contrôle quand vous êtes en posture de toute puissance.

C41 : Oui, mais comment replacer de l'humilité dans tout ça ?

T42 : J'ai l'impression que vous êtes comme ça en ce moment... Je ne parle pas à un mur je parle à une personne qui comprend tout ce que je lui dis, qui est dans l'humilité, qui est dans une position de recul, qui traite les informations, vous voyez ce que je veux dire...

C42 : Oui.

T43 : Qui n'est pas dans la toute puissance.

C43 : Mais c'est plus facile d'être dans la toute puissance, c'est grisant ! (rires)

T44 : Quelque chose peut s'ajouter là, c'est la dimension du plaisir.

C44 : Oui !!

T45 : De l'intensité de la vie...

C45 : En même temps, c'est bien trop fatigant...

T46 : Oui, parce que vous en ressortez... cassée !...

C46 : Oui !

T47 : Déjà, vous cassez une voiture !

C47 : (rires francs) !

T48 : Et puis, après une soirée grisante — d'ailleurs c'est amusant, les gens qui sont ivres, on les met en cellule de dégrisement — en même temps, vous en revenez cassée, vous êtes éreintée. Finalement, les conséquences de la toute puissance ne sont pas très agréables le lendemain !

C48 : Non... Mais est-ce qu'il faut toujours penser au lendemain ? Parce que quand je me mets à penser au lendemain, je ne suis plus dans l'instant présent, c'est le côté carré qui arrive...

T49 : En fait, ce que j'entends, c'est que la toute puissance de ces deux héritages celui qui vient de votre grand-mère et celui qui vient de votre mère, la toute puissance de deux héritages, ce sont des parties de vous-même qui ne pensent déjà pas être dans l'instant présent et qui d'une certaine manière font très peur, ont très peur de l'avenir...

C49 : Ah oui !

T50 : Puisqu'elles veulent tout contrôler !

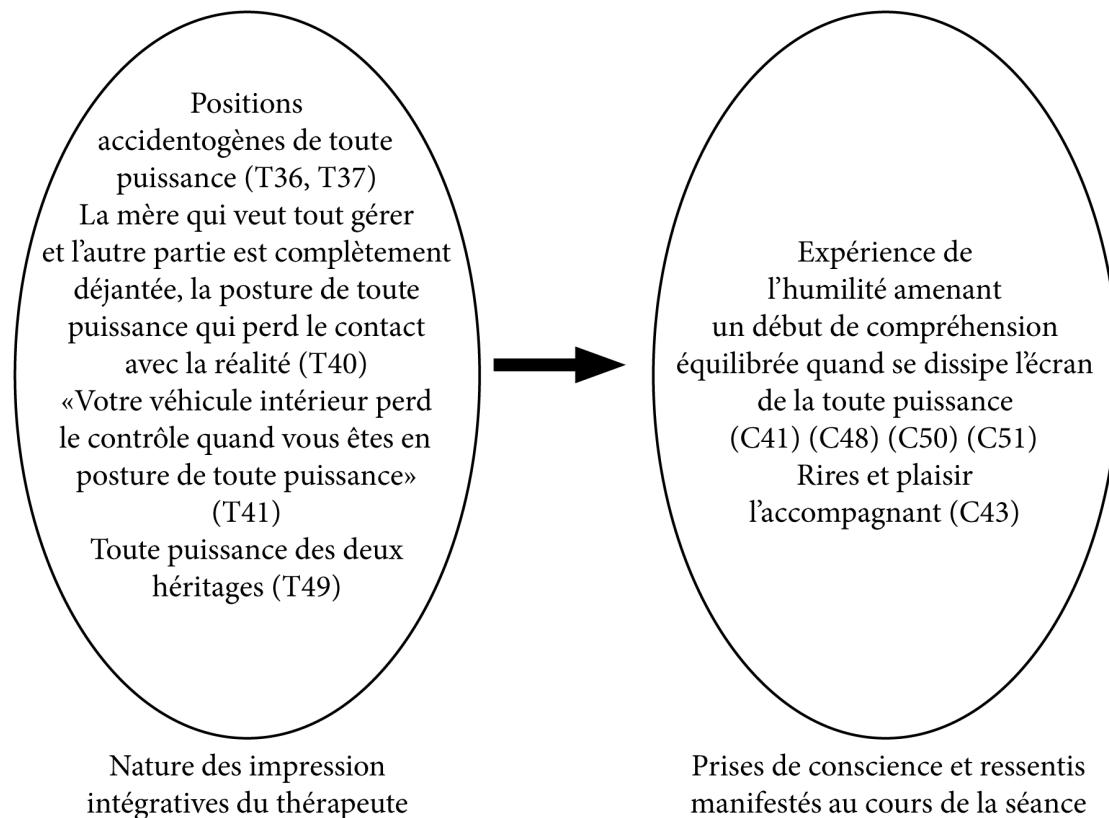
C50 : Oui, c'est ça, c'est qu'elles ont peur de perdre leur place.

T51 : Et de rester autour de la table, même si elles n'ont pas envie d'y être.

C51 : Oui. C'est un sacré héritage que je porte !...

T52 : Et j'entends qu'il est lourd, même s'il peut avoir des côtés grisants, là, vous prenez conscience qu'il vous pourrit la vie... »

shéma proposé :



Extrait n°5

T49 : « J'entends aussi quelque chose en vous, c'est la crainte de l'éparpillement. La crainte de quelque chose qui pourrait se défaire.

C49 : Ah oui ! Complètement...

T50 : Comme chez vos « fous »* !

C50 : Oui, mais c'est ça !

T51 : Qui sont un peu en morceaux. La peur, elle est là. De partir dans une direction ou dans une autre ou d'exploser !

C51 : Des fois, je me fais peur en rentrant du boulot. Des fois, je mets une heure à m'asseoir quoi ! Je pense à 60 trucs en même temps. Je n'arrive pas à fumer une « clope », je suis partout, je mets une heure pour arriver. Mais parce que, ils projettent, ils nous en « foutent plein la tronche », c'est toute la journée, toute la journée, en plus dans un contexte de vie quotidienne.

* Emilie travaille en ce moment dans un institut psychiatrique

T52 : Ce qui est important, c'est d'entendre que toujours, que comme tout à l'heure, il y avait une 3e instance qui regardait les deux autres, les deux parties, là, il y en a une aussi. Parce que vous, vous êtes suffisamment dans le recul pour dire « ils me projettent dessus des trucs ! Attention, cela ne vient pas de moi ». Il y a toujours chez vous une attitude un peu réflexive qui vous permet de garder l'équilibre et de ne pas être dans les excès, tout le temps.

C52 : Vous pensez que c'est ce qui me sauve ?

T53 : Oui, j'en suis convaincu et c'est la 1ère fois que je l'entends. Vous savez, quand vous avez dit « Je voudrais bien moi, mettre de l'équilibre entre ces deux niveaux, entre ces deux héritages » et là, vous me dites : « Moi, j'ai peur de perdre mon équilibre avec ces fous », c'est qu'il y a quelque chose qui en vous est dans le contrôle, dans la maîtrise, dans « fais attention » !

C53 : Oui, un regard quoi !

T54 : Oui. Et ça, c'est vous ; moi, j'ai envie de l'appeler Emilie !

C54 : (rires) !...

T55 : C'est vous cela.

C55 : Ça c'est marrant... Cela me plaît bien.

T56 : Parce que vous n'êtes pas tout le temps explosée, et vous n'êtes pas tout le temps dans l'attitude maternelle, castratrice ou je ne sais pas quoi ! Puisque vous êtes capable de discerner deux aspects de vous-même, c'est bien qu'il y a une posture qui est là pour dire « Attention » ! »

Commentaires

Ici l'impression intégrative du thérapeute considère la partie qui regarde les deux autres (T52 et T53). Celle-ci veut maîtriser en conscience les excès de celle qui « délire » et la rigueur de l'autre qui contrôle. Cette impression c'est E la cliente, perçue dans son intégralité ! (T54)

Je retrouve Maria Bowen quand elle écrit que : « Mon travail est guidé par la croyance que nous possédons en nous-mêmes toutes les ressources nécessaires pour accomplir une vie créative et que nous sommes interconnectés avec l'énergie qui transcende notre égotisme. Je sais que, quand une personne est prête à contacter son soi intérieur, elle va le faire, je ne peux pas la pousser dans cette expérience, mais je peux l'encourager

d'entrer dans le domaine de la conscience qui lui permet de le faire. » (*article cité p. 20*). Les extraits de verbalisations qui vont suivre, et qui terminent la séance, comporteront des interactions d'une grande force. Le trait d'union apparaît entre les impressions intégratives du thérapeute et les niveaux d'expérience de la cliente (T59 – C62).

Extraits de verbalisation n°6

T57 : « Vous savez Emilie ce que j'entends là ? C'est un mouvement intérieur qui consiste, chez vous, à vous donner à vous-même de la valeur. A vous donner à vous-même de l'assurance, une mouvement d'auto-reconnaissance – je n'ai pas d'autre mot – j'ai l'impression que ça va !

C57 : Oui, mais pourquoi je suis obligée de la faire en me comparant quoi ? C'est nul ! Pourquoi j'ai besoin qu'il y ait quelqu'un qui soit moins bon que moi !?...

T58 : (du tac au tac) Parce que vous avez peur que tout le monde soit meilleur que vous ! Voilà !

C58 : (silence d'environ 5 secondes)... ben oui...

T59 : C'est ça, c'est ce qui vous afflige tellement que vous n'êtes pas sûre de votre valeur que quand vous arrivez dans un endroit, vous avez l'impression que les autres sont meilleurs que vous et là, qu'est-ce qui se passe, par réflexe. Vous allez chercher dans votre cœur l'héritage qui est le mieux approprié pour garder le contrôle : la partie maternelle, qui va se faire aimer parce qu'elle sait faire des confitures et parce qu'elle est solide, forte, faire le ménage et planter les haricots !

C59 : Rires !

T60 : Ou alors l'autre partie qui va faire la folle et qui va envoyer tout en l'air !

C60 : Oui !...

T61 : Regardez comme les deux héritages sont des ressources que vous mobilisez quand vous n'êtes pas sûre de vous...

C61 : Oui, c'est vrai.

T62 : Et ils ne sont pas à éliminer ; mais en même temps, ils vous coincent parce que ce sont des excès !

C62 : C'est ça !... Ce sont des excès, et ce n'est pas moi !

T63 : Non, ce n'est pas vous... Par contre, je vous entends être complètement vous-même, ou en tout cas un peu plus vous-même, quand vous avez une sorte de conscience

de vous-même que vous avez de la valeur, même si pour cela il vous faut vous comparer à quelqu'un qui est moins bon que vous. Vous en êtes là... »

Discussion

Les impression intégratives du thérapeute n'ont de valeur que par leurs capacités à organiser :

1. des métaphores multi-plans (sensorielles, corporelles, cognitives, relationnelles, etc.) alliant l'empathie (qui est de rencontrer autrui en éprouvant ses sentiments, son histoire, ses pensées) à l'intuition, laquelle est un focus qui décrypte la pensée avant qu'elle ne soit formalisée et déroulée (exemple le poisson nageant dans les profondeurs, le tremblement de terre, l'héritage mettant en mouvement les niveaux transgénérationnels chez la cliente). Comme si l'intuition était l'empathie de l'inconscient.
2. des patterns de compréhension rassemblant en position de tiers, des parties contradictoires présentes chez la cliente (T49-C50, C51, T52-C53).

V - Conclusion générale

Cette recherche se veut l'illustration d'une avancée conceptuelle, artistique et intégrative s'étant produite chez le thérapeute, suite à la rencontre avec les écrits étincelants de Maria Bowen.

La prise de conscience s'est faite à partir de la lecture de ces lignes, au paragraphe traitant de la rencontre entre le thérapeute et la cliente : « Par ailleurs, dit-elle, la réflexion de sentiments peut ou ne peut pas être une impression intégrative qui facilitera une réorganisation des expériences du client dans une nouvelle conscience. Cela va dépendre si nous, les thérapeutes, partageons le monde intérieur du client au lieu d'être seulement à l'écoute des mots (...). Dans la psychothérapie, le thérapeute introduit ses propres impressions intégratives qui servent de catalyseurs au processus du développement du client. » (article cité p.2)

Ainsi en est-il des mouvements en conflit chez la cliente : « C'est un peu comme si cette part de vous-même qui renfermait une part de vérité et de souffrance, n'aurait pu s'exprimer que dans un contexte alcoolisé. » (T4 extrait 1)

Cette intégration rassemble :

- une symbolique d'émergence d'une vie présente dans les profondeurs (T1 extrait 1).
- un mouvement de balancier allant « d'excès de silence » (T6) vers une « libération d'énergie qui aurait été coincée dans une espèce d'immobilité due à la situation » (T7)
- éclaire un désaccord interne entre un mode d'experiencing enfant et adolescent exaspérant la cliente qui, en 3e position, exprime son aspiration à mieux maîtriser ses relations sentimentales. Nous sommes à la fin de séance.

Extrait n°7

T63 : « C'est un peu comme si vous faisiez vos premiers pas, un peu comme si vous étiez en train de ramer à contre-courant, et vous n'avez pas l'habitude. C'est difficile. Comme un enfant qui fait ses premiers pas et qui tombe.

C63 : Oui, mais je me demande si je vais faire cela toute ma vie ! J'aimerais bien apprendre puis passer à autre chose !

T64 : Un peu comme une étape que vous aimeriez franchir.

C64 : Oui.

T65 : Et qui en même temps vient vous piquer par ce que vous êtes impatiente.

C65 : C'est ça !

T66 : Impatiente de passer à une autre étape de votre vie où là vous pourriez dire les choses sans être obligée de les entasser.

C66 : Oui ! Il y a ça et il y a aussi que... comment dire, que je n'apprends pas de mes erreurs quoi ! En quittant Paul, je me suis dit « Bon, tu ne quittes pas Paul pour de nouveau faire n'importe quoi avec les garçons, et refaire ce que tu faisais il y a 5 ou 6 ans ». Et je recommence quand même !

T67 : Dois-je comprendre que vous mettez le doigt sur une façon d'être qui n'est plus adaptée à la nouvelle personne que vous êtes ?

C67 : Oui...

T68 : Parce que vous êtes une jeune personne qui observe que vous continuer de « fonctionner » comme une jeune adolescente de 15/16 ans

C68 : Oui, ça c'est pas possible.

T69 : C'est n'est plus possible pour la jeune femme adulte que vous êtes maintenant.

C69 : Non, ce n'est plus possible ! C'est rigolo 5 minutes, mais plus maintenant.

T70 : Regardez comme c'est important de voir qu'il y a en vous une manière d'être, une manière d'être avec les garçons qui est en retard, qui ne court pas à la même vitesse, que le restant de votre personne.

C71 : Oui, et je pense que cela ne peut pas aller au juste milieu. »

Et un peu plus auparavant, la personne m'avait déclaré :

C27 : « Oui, c'est vrai que c'est moi qui décide finalement. » (...) oui, et c'est quand même moi qui ai la clé ! » (C29).

Au final, l'impression intégrative du thérapeute comporte cette image de l'équilibration décidée, envisagée, éclairée :

« (T30) Et la clé, c'est de pouvoir apprécier ces circonstances, pour aller soit d'un côté ou d'un autre ou de rester au milieu. »

En d'autres termes, la rencontre avec la cliente met en mouvement, en dialogue, en juxtaposition, ses niveaux d'expérience catalysés par l'expression du « patchwork » de mes compréhensions intégratives. Cette expérience eut pour effet d'en réunir les parties fragmentées donnant naissance à une posture méta, source de choix, et finalement de réconfort pour ma jeune cliente (T67 à C69).

Enfin, La dimension spirituelle de l'Approche Centrée sur la Personne apparaît quand l'expérience de la cliente et celle du thérapeute se fondent en une temporalité nouvelle réécrivant celle de la souffrance et du malaise.

G. Mercier

Octobre 2017

Références bibliographiques

- Bowen-Villas, M. (1994) - La spiritualité et l'Approche Centrée sur la Personne : le phénomène de l'interconnexion dans l'univers et dans la psychothérapie. Communication interne à l'auteur. Center for Studies of the Person. La Jolla.
- Bowen-Villas, M. (1994) – Les trois niveaux de l'Empathie. Communication interne.
- Duchesne, A. et Lépine, G. (2009) – Le processus de psychothérapie : une expérience d'intimité. p. 178 – in « Neurosciences et psychothérapie » (2009). Ed Liber.
- Greenson, R. R. (1959) – L'Empathie et ses phases diverses XXe Congrès international de psychanalyse, Copenhague, juillet 1959. Communication interne.
- Margulies, F. (2007) – Les attitudes de base sont des générateurs psychothérapeutiques sans fin – in : ACP-PR n°5, p. 47. Juin 2007
- Mercier, G. (2004) – Tendances actualisantes et organisation de l'action. La place de la conceptualisation dans le processus thérapeutique – in Person n°2 (2004), pp. 91-101.
- Rogers, C.R. (2009) – Psychothérapie et relations humaines. ESF, p. 56.
- Rogers, C.R. (1968) – Le développement de la Personne. Chapitre V, pp. 86-116 : La psychothérapie considérée comme un processus.
- Tschacher, W. Scheier, C. Grawe, K. Pomini, C. - Ordre et émergence de patterns en psychothérapie. RFCCC. Septembre 2002 – vol. VII, n°3, p. 14.
- Warner, M. (1994) – Empathie et guérison, une étude théorique de l'empathie, du processus et du récit de vie personnel (article présenté lors de la IIIe conférence internationale sur la thérapie centrée sur le client et la psychothérapie expérientielle – Gumunden. Autriche. Septembre 1994. Communication interne.
- Wilkins, P. (2017) – Pour une compréhension centrée sur la Personne, de la conscience et de l'Inconscient. pp.36-47. ACP-PR n°23. Mars 2017.