

Colloque Lettonie du 1^{er} au 4 juillet 2010.

« Amour, relations, transformation en psychothérapie » !

Comment nos patients nous transforment !



La main et l'ouverture du cœur.

G. Homme, la quarantaine, IMOC, quadriparésie spastique prédominant aux membres inférieurs, déficience intellectuelle, troubles du comportement.

La 1^{ère} fois que je rencontre Georges sur son lieu de vie, alors que je viens de serrer la main à toutes les personnes qui vivent avec lui afin de me présenter en tant que nouvelle psychologue sur la structure, je suis prise d'une impossibilité à lui tendre la main. Je me vois alors faire un mouvement de recul, je ressens un profond mal être et il est bien évident qu'il me faut prendre rapidement conscience de mon dégoût lié à ce mouvement de recul.

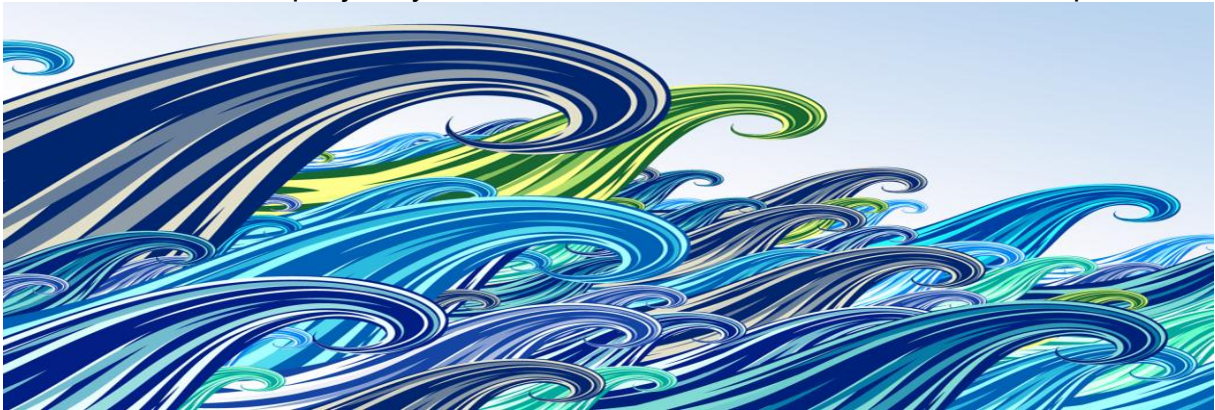
George me regarde avec un œil pétillant, il fait un très gros effort pour relever sa tête dans ma direction ainsi que pour se redresser. Il me sourit. Je suis envahie par mon ressenti. Non ce n'est pas possible je ne peux pas lui tendre la main, je ne peux pas le toucher. Mon corps se tord à l'intérieur dans une impossibilité structurelle. Mon enveloppe corporelle dit non. Mon psychisme dit non. Je me rigidifie.

J'essaie de le regarder. Sa bouche me montre un spectacle désolant, ses gencives saignent, il est encombré par sa salive. George continue à sourire.

Puis, tout doucement il déploie son épaule, son bras puis sa main pour enfin me la tendre.

Je suis désespérée. J'ai envie de fuir très vite. Le contact n'est pas possible. Sa peau est rouge avec des desquamations.

George pousse un son rauque comme un rire étouffé. Je suis sûr qu'il perçoit mon malaise. Il semble me défier avec son sourire. Puis soudain, sans que je m'y attende, les autres autours de moi n'existent plus.



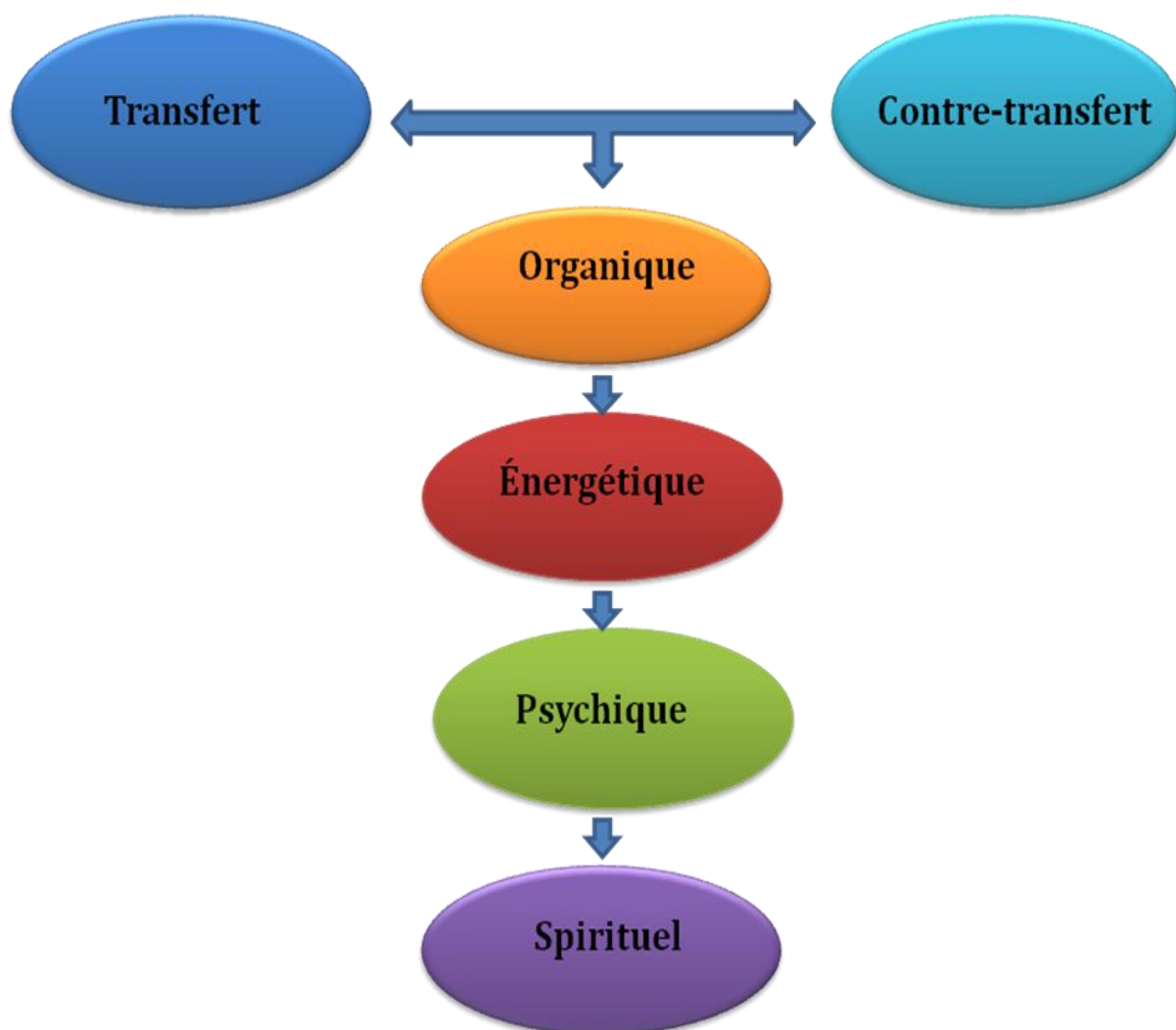
Je sens alors une vague qui m'emporte. Je plonge dans l'unaire. Il fait sombre à l'intérieur de moi, il fait froid. Je suis dans ma caverne. Je me replie, j'ai peur, j'ai envie de hurler mais aucun son ne peut sortir de ma bouche. Tout mon corps résiste. La peur s'installe avec l'énergie qui va avec : vaincre ou mourir. Je commence à ressentir ma colonne vertébrale, remontée d'énergie dans le vertical, je suis dans le duel, (la forme), **je me défends contre mes dragons internes.** L'affrontement est douloureux. Il me faut rester en contact avec cette douleur c'est cela qui va me faire réagir. Au loin je perçois comme un murmure...



J'ouvre les yeux, je vois George qui me sourit et qui me tend sa main. Mon regard croise alors son regard, intense, profond, d'un bleu qui me transperce. Ma respiration se calme : « *là, tout n'est qu'ordre et beauté, luxe, calme et volupté* », voilà ce que

j'entends. Puis tout devient comme magique, je me sens transportée par ce regard, transcendée. Je me sens alors en contact profond avec son être, non plus la personne, mais l'être, cet au-delà de la personne. Je sens ma main qui tout doucement se lève vers lui et va à la rencontre de la sienne. Je ne sens plus de résistance, je suis apaisée, ma peur, mon dégoût ont disparu. Parce que j'ai accepté de nommer l'impensable, de le ressentir et de l'accueillir, en terme psychothérapeutique un contre transfert négatif, tant organique que psychique, un rejet, un dégoût, alors l'ouverture du cœur a pu se faire et nos mains ont pu se rencontrer, puis se joindre pour un simple bonjour, tout simplement !

Ce qui se passe dans cette situation montre comment le psychothérapeute APO travaille avec la lecture du corps, le concept du signal-mouvement. Par l'observation, la prise de conscience du transfert contre transfert qui se joue dans la relation, autant au niveau psychique qu'organique, du passage du ternaire d'une relation socialisée, un simple bonjour impossible au départ d'une main tendue, à un rejet, forme duelle de la relation, l'autre différent, puis à une fusion indifférenciée dans l'unaire permettant de rencontrer l'autre et soi même afin de ré accéder à la relation ternaire, et parce que George n'a pas failli dans son désir de me rencontrer, parce qu'il a continué à me sourire et à me tendre sa main, il m'a permis de franchir et de dépasser l'obstacle de la relation.



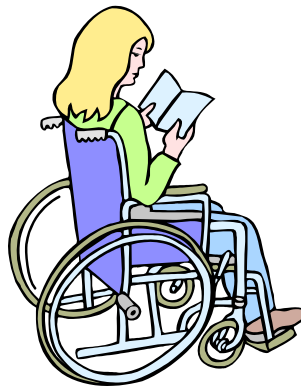
Renaitre ou l'ouverture à la vie.



Nicole. femme, la quarantaine, cérébro-lésée, se déplace en fauteuil électrique.

Renaitre après l'accident ou tout simplement réapprendre à vivre après des mois de coma et d'immobilité. Retrouver enfin le goût de vivre, se sentir de nouveau femme malgré toutes les séquelles ! Un pari non conscientisé au départ puisque d'abord il s'agit de survivre. Et puis vingt ans après et de nombreuses années passées dans des institutions diverses et variées, redevenir un tant soit peu acteur de sa vie !

Vivre le reste de sa vie en fauteuil roulant. Rester malgré tout dépendant des soins de nursing ! Mais être !



Je me sens touchée par cette femme qui a réappris tout doucement à vivre et qui ne manifeste aucune haine contre l'auteur de l'accident, aucune rancœur contre la vie. Au contraire cette re-naissance lui a été bénéfique dans la prise de conscience d'elle-même et de ses capacités, de ses limites aussi. Les mots ont du mal à sortir de sa bouche, dans sa tête cela se bouscule. Alors je lui propose d'abord de penser le mot, puis de le mettre en image et ensuite d'essayer de le prononcer. (Concept, représentation, symbolisation puis expression y compris à l'aide d'un crayon pour tracer la première lettre du mot). Le geste aide à la parole.

Nicole a réappris à écrire même si l'écriture reste difficile. **Elle a réappris à lire**, à parler. Elle est partie à la reconquête d'elle-même mais aussi à la conquête de la vie !



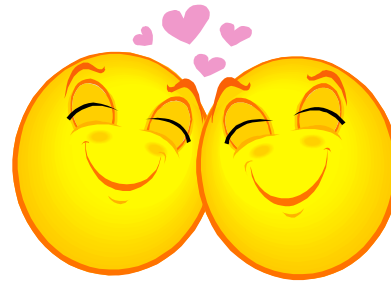
Elle a découvert ses talents d'artiste, elle a été accompagnée dans cette démarche pour les mettre en valeur. Aujourd'hui Nicole dessine, peint et prend des cours de dessin. Quand elle ne peut mettre en mot, elle crayonne, alors comme par magie le mot arrive, la phrase se construit, l'émotion suit.

Découvrir l'amour, la relation à l'autre, aux autres, apprendre à vivre en collectivité tout en se préservant dans son intimité. Nicole montre une extrême douceur dans la relation. J'ai conscience qu'il s'agit aussi d'inhibition liée au syndrome frontal. Il y a aussi la peur de déplaire. Je l'invite au fur et à mesure des entretiens à s'autoriser à s'affirmer, à prendre confiance en elle. Elle me remercie pour chaque découverte qu'elle fait sur elle-même. Elle me remercie pour ce qu'elle arrive maintenant à comprendre d'elle. Elle est capable d'élaboration mentale et de conceptualisation même si parfois cela se bouscule. Aujourd'hui c'est à moi de la remercier pour tous les sourires qu'elle est capable de me donner, pour toutes ces paroles qui touchent mon cœur et mon âme. C'est à moi de la remercier pour tous les bouleversements qui s'opèrent en moi sans qu'elle le sache au fur et à mesure de nos entretiens. Nicole me permet de sentir et de comprendre ma place en institution. Si parfois je peux me sentir inutile, confrontée à la solitude de ce travail, avec elle je sais ce que veulent dire qualité de relation, qualité de présence, présence à soi et à l'autre, qualité d'expérience. Tout se joue dans la relation. Alors simplement merci Nicole.

Si le thérapeute donne il a aussi besoin de recevoir. Le travail autour du cercle psycho organique concerne autant le patient que le psychothérapeute dans la relation thérapeutique, mais si le thérapeute n'est là ni pour nourrir le client ni pour se nourrir lui quant à son besoin, il peut cependant éprouver dans cette relation un profond amour, donné et reçu, et cet échange, ce partage, donnent sens à la relation thérapeutique et à ce métier qu'il est parfois difficile d'exercer, métier fait de souffrance, de joie, de peine, de tristesse, de petits bonheurs qu'il nous faut savoir accueillir et recueillir !



Le point 1 du cercle psycho organique : le besoin (d'amour)



Le point 8 : le sentiment

Alice et les oiseaux :



Cela pourrait être l'histoire d'Alice au pays des merveilles ! Elle parle le langage des oiseaux, quand je la croise devant la cage elle est entièrement tournée vers eux, à les nourrir, à nettoyer leur cage. Elle sourit, elle chante !

Elle ne sait pas que discrètement je l'observe. Quand elle rentre dans la cage, quelque chose se passe. Elle devient oiseau à son tour. Alice est toute petite, la quarantaine avec un visage d'enfant. Elle marche sur la pointe des pieds en trottinant quand elle se déplace. Elle aime aussi les plantes, les fleurs dont elle s'occupe à merveille. Les dessins du bonhomme et de la maison sont ceux d'une enfant de 7-8 ans. Elle aimerait avoir un lapin dans une cage, pour le caresser. Elle a un fiancé mais personne ne le sait.

Quand je la vois j'ai simplement envie de la protéger comme avec une petite fille. J'ai envie de courir vers elle, de la prendre dans mes bras, de lui donner de l'affection et de déverser sur elle ma tendresse. Je crois qu'elle doit le sentir car elle me couvre de sourires. Et moi je soupire de ne pouvoir m'autoriser à laisser vivre cet élan. Alors je lui dis simplement quelques mots gentils, je lui parle de ses oiseaux. Comment vont-ils ce matin ? Ont-ils bien mangé toutes les graines ? Ont-ils assez d'eau ? N'ont-ils pas trop chaud ou trop froid ? Et toi Alice es-tu heureuse ici ? Cette dernière question restera à

l'intérieur de moi. Pourtant Alice montre toujours au dehors une joie de vivre, un entrain, elle s'accommode assez facilement des situations.



Es tu triste ?



Es tu heureuse ?

Cartes à jouer : Alice plonge dans sa cage et je la regarde plonger pour plonger et nager avec elle. Je suis au loin, loin du rivage, libre dans mon corps, libre dans ma tête. Petite fille pourquoi ris-tu ! Petit oiseau devenu poisson, où vas-tu ? Comme c'est bon ! Le temps passe et semble éternel. Je t'observe, je te guette, je te suis. « La vie est un long fleuve tranquille ». Est ce que tu crois vraiment cela ! Tu remontes tranquillement le cours du fleuve, le long du rivage, tu sors de ta cage. Le petit oiseau va s'envoler.

Nos regards se croisent alors. Je sors de mon petit nuage.

Bonjour Alice, comment vas-tu ? Bien ?

Ah tu rentres déjà, les oiseaux ont eu ce qu'il fallait. Tu refermes délicatement la cage, tu t'en vas et moi je te regarde partir, toi la petite fille qui a déjà la quarantaine...



J'étais sur un nuage au-delà des cieux

J'ai observé tes gestes, écouté tes rires, vu tes sourires, entendu ton chant, j'ai écouté tes paroles. La maman oiseau était avec les anges et sans que tu le saches

je t'ai accompagnée. Ce voyage intérieur m'a momentanément transformée moi aussi en petit oiseau et j'ai pu goûter aux joies de la liberté retrouvée.

D'un patient à l'autre, je vole à tes côtés, devant toi, ou derrière toi. Je t'accompagne mais toi aussi tu m'accompagnes parfois sans le savoir. Mon intention thérapeutique est d'être simplement là dans une qualité de présence où les mots amour, compassion, accueil, font résonance et permettent à la relation de se vivre à cet instant T de la rencontre.

Je ne demande rien, je n'attends rien, je ne veux rien, je suis juste là, en face de toi. C'est cela qui me transforme, car cela développe en moi une qualité d'écoute exceptionnelle qui ne se rencontre pas dans la vie de tous les jours, dans mon quotidien, dans ma réalité. Ce sont des moments précieux de rencontre à l'autre et à moi-même. Le danger en est que le reste de ma vie puisse me sembler fade. Alors il m'appartient de cultiver aussi mon jardin au dehors de cette vie professionnelle si nourrissante et enrichissante !

Ode à la vie !

Lorsque je t'écoute tu sembles me parler de moi. Tes inquiétudes me rappellent les miennes. Ton absence de désir et de plaisir me confronte dans mes manques et mes besoins. Femme comme moi tu es. Mais tu ne sais plus où est ton féminin. La cinquantaine t'a rattrapée et ton corps a pris son envol mais pas dans le sens que tu souhaitais. D'ailleurs tu ne sens plus ton corps, tu n'habites plus ce corps, tu ne le reconnais plus. Tu n'arrives plus à te projeter dans l'avenir, ton passé semble te rattraper et tu t'y engouffres parfois avec volupté, mais aussi avec une certaine morbidité. Tu ne sais plus ce que tu veux, tu ne te reconnais plus.

Où est la femme ?

Quelle est cette nouvelle femme ?



Tu ne l'a pas encore rencontrée, tu la cherches, tu l'interpelles dans le vide de ton corps, dans le non désir, dans la dépression.

Tu la cherches mais tu en as peur !
Peut-elle seulement encore exister ?



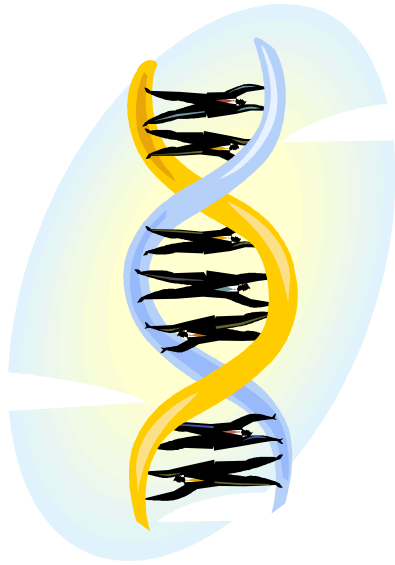
Tu pleures la petite fille que tu as été.

Sans pouvoir accepter la femme que tu es devenue aujourd'hui.



Je fais seulement le chemin avec toi, en t'accompagnant. Ton questionnement interpelle le mien. Je te donne la main, mais sans le savoir toi aussi tu me donnes la tienne. Nous sommes comme deux âmes égarées, nos solitudes se rencontrent. Compagnes de route, sœurs de la cinquantaine, nous aurions pu nous rencontrer ailleurs. Mais c'est ici dans cet espace thérapeutique que nous faisons la route ensemble. L'as-tu deviné toi qui est ma patiente et moi ta thérapeute !

Grace à toi j'ai découvert une artiste de renommée, si tu savais comme je t'en sais gré ! Et lorsque je l'écoute c'est à toi que je pense et à toutes ces femmes qui ont dépassé la cinquantaine et se remettent en question dans leur vie, leur corps, leur cœur de femme. Je me sens en lien. Alors merci à toi.



En conclusion : je ne suis pas une scientifique mais plutôt une philosophe, un poète qui questionne la vie, la relation humaine. Une artiste, un écrivain qui rend compte de ses états d'âme. Si je suis psychothérapeute c'est bien parce que ma foi en l'Homme, en la vie, en Dieu, me porte et me transporte. Mon métier s'exerce bien au-delà d'une simple profession. Artiste de la vie, artiste de la relation, nos patients nous transforment au travers de cette qualité d'expérience que représente la relation thérapeutique. Si je mets le sentiment et l'émotion au cœur de cette relation c'est bien parce que le changement passe par le point 8 du cercle psycho organique de mon point de vue en tous cas, sans ignorer les autres passages bien entendu. Et cela demande beaucoup d'éthique ainsi que de se référer à une certaine déontologie.

Voilà ce que je voulais partager avec vous aujourd'hui dans le cadre de ce colloque.
Merci à vous.

Martine Papinot

avril 2010