

L'identité de l'Analyse Psycho Organique

Jacqueline Besson

Je suis très contente que l'AAPO ait mis en chantier la question de l'identité de l'APO car cette question n'est pas simple à résoudre tant d'éléments brouillent l'image de notre méthode.

Définir une identité implique toujours une relation duelle : un double mouvement, l'un qui vient de l'intérieur : comme ici où les praticiens de l'APO tentent de définir l'APO, l'autre qui vient de l'extérieur : l'APO est aussi définie par le regard des praticiens d'autres méthodes, de ses clients, de la société. Le regard extérieur est complètement nécessaire pour définir l'identité.

Cela dit, je vais parler, moi qui suis de l'intérieur, de ma vision de l'APO.

Les trois niveaux

Je me réfère aux trois niveaux que l'APO distingue : le concept (et les images), les connexions organiques et l'organique profond toujours en interrelation - pour développer quelques idées (Cf. Le Corps de Mots de Paul Boyesen dans le Manuel d'enseignement de l'EFAPO, tome 3 et La part du travail organique de Jacqueline Besson, tome 1, 3ème édition.)

Je dirai que la base de l'Analyse Psycho Organique est organique, je dirai même biochimique. Ce ne sont pas les exercices bioénergétiques de type Lowen qui sont premiers, ni même les massages biodynamiques mais un principe beaucoup plus intéressant : la place du parasympathique (du déflux - dans le sens que Paul Boyesen lui a donné -) dans la régulation psychique. Le psychopéristaltisme n'est certes plus très à la mode aujourd'hui mais pourtant il est toujours enseigné dans le premier cycle de l'EFAPO. C'est une reconnaissance de notre histoire, de nos racines, mais peut-être même un peu plus. Car les neurosciences, qui elles sont très prisées de nos jours, montrent le lien entre représentation psychique et fonctionnement biochimique du cerveau. L'affaire est complexe mais des personnes comme le psychanalyste Christophe Dejour, dans son livre Le corps d'abord avec son concept d'inconscient amentiel différencié de l'inconscient freudien ou de Jean Claude Ameisen, médecin, chercheur en immunologie dans La sculpture du vivant le suicide cellulaire ou la mort créatrice nous donnent quelques pistes de réflexions en nous présentant leur travaux dans un langage accessible. Rien ne peut se transformer sans que ce niveau (que nous appelons l'organique profond) soit sollicité et réorganisé.

Nous n'avons donc pas à avoir honte de nos racines elles peuvent devenir dans les théories scientifiques nouvelles un atout important.

Bien sûr, cela ne nous dit rien quant aux techniques psychothérapeutiques à utiliser pour modifier ce niveau mais il est certain que nous devons sérieusement prendre en compte ces aspects organiques et bien sûr être capable de les mettre en évidence pour rendre notre méthode visible auprès du public. Je trouve donc que le fait d'utiliser le mot organique dans notre nom est intéressant. Il nous différencie bien de corporel qui laisse entendre un travail plutôt de type « bioénergétique » sur la cuirasse musculaire et en corollaire une lecture du corps. Je ne m'appesantirais donc pas trop sur le niveau des connexions organiques, que nous connaissons et sur lequel nous travaillons parfois directement dans notre pratique APO (chaque fois que l'on fait respirer, bouger ou que l'on utilise un exercice de bioénergie par exemple, chaque fois que nous sollicitons l'émotionnel). Car il est vrai que ce niveau donne

l'image d'une méthode psycho corporelle à l'APO et parfois nous n'avons pas envie d'être amalgamés avec des méthodes simplistes ou douteuses à nos yeux. Par ailleurs, il est certain que notre méthode est plus large que ce que signifie le mot psycho corporel. Il est nécessaire que nous puissions l'affirmer clairement auprès des autres méthodes psychothérapeutiques en revendiquant le terme d'organique plutôt que de corporel.

Nous avons en effet développé beaucoup d'outils liés au niveau du concept qui bien sûr retentissent aux autres niveaux ! C'est évidemment ce travail qui a fait dire que l'APO est une méthode qui fait le lien entre les méthodes psycho corporelles et la psychanalyse. Mais en fait comme je le montre pour le corps où nous nous appuyons sur quelque chose de plus large que le psycho-corporel, pour le niveau du concept, nous nous différencions aussi de « la psychanalyse » (Actuellement je dirai que l'APO relie le corps et les représentations (symbolisation)). Tout d'abord bien sûr quant à la manière de travailler (je pense particulièrement à l'utilisation des images au fait l'APO), au cadre (la cure psychanalytique) et même à des conceptions théoriques.

En quoi sommes-nous différents de la psychanalyse sur le plan théorique ?

Quelques pistes non exhaustives :

L'inconscient est situationnel, toujours manifesté en APO par la situation présente dans la séance. La relation thérapeutique prend une forme énergétique. Le psychothérapeute est toujours attentifs à bien sentir l'émergence du changement, de voir comment de nouveaux agencements psychiques sont possibles par cette co création psychothérapeute et client ensemble. Foin de la neutralité bienveillante, cher à Freud. Le psychothérapeute est pris dans la situation qui se déploie (c'est bien pour cela qu'il a toujours besoin d'un lieu de supervision !) même s'il est protégé quelque peu par un cadre, une éthique, des connaissances pratiques et théoriques, une position asymétrique qui l'empêche en général d'être pris dans un maelström émotionnel.

L'APO ne se perd pas dans les méandres historiques d'un client, puits intéressants à explorer mais puits sans fond qu'il faut donc savoir quitter. Nous revenons constamment aux sentiments présents, aux sensations présentes, à la situation présente dans le travail thérapeutique. Cela veut dire que nous utilisons des modèles phénoménologiques comme le « cercle psycho organique » ou « les trois formes » qui décrivent le dynamisme structurel d'une personne.

La régression en APO est essentiellement dynamique, elle est réorganisatrice, lorsqu'un personne va visiter son passé, c'est toujours pour tout d'abord en faire un choix, choix qui peut être réévaluer et aussi pour se donner une chance de voir autrement, non pas de changer l'expérience bien sûr mais d'ouvrir des possibles (c'est là tout le travail de l'énergie conséquentielle !). En APO, tout au long de la vie des moments régressifs sont les bienvenus (énergie unaire, orgonomique).

En psychanalyse, dit vite- la régression est vue le plus souvent comme un reste infantile, mal ou pas digéré, une source de conduites pathologiques. L'adulte sain n'a pas à y revenir.

Nos concepts sont donc originaux, ils sont parfois en accord avec la psychanalyse, ils sont parfois contradictoires. Il me semble donc qu'utiliser le terme de psychanalyse serait réducteur et trompeur pour le public. Par contre, il est juste d'avoir dans notre nom mis simplement analyse.

Mais le mot analyse est adossé à ceux de psycho organique, on ne peut les séparer sans en altérer le sens. Peut-être serait-il encore plus ajusté de trouver un terme qui montre que l'organique retentit sur le psychique, qu'il y a une sorte de synthèse qui réunit les différentes parties analysées. Mais il me semble que ce nom –souvent difficile à retenir pour des personnes extérieures à l'APO – intrigue, retient l'attention, demande des explications et donc qu'il est utile pour présenter l'identité de l'APO.

Après ce long préambule, reste la question faut-il se mettre dans une case comme nous le demande la FFdP ?

Pour ma part, je n'en vois aucune parmi celles que nous a proposées la FFdP qui puisse nous définir. Nous ne pouvons pas perdre une partie de notre identité pour appartenir à un corps social. Ce serait nous trahir !

Et même si on acceptait pour des raisons tactiques –pour défendre notamment le statut des psychothérapeutes en APO – je crois vraiment qu'il faut nous démarquer clairement de la psychanalyse. J'ajoute que se mettre dans une case « analytique » ou « psychanalytique » pour moi c'est socialement pareil car –le terme analyse sera perçu bien évidemment par le public comme équivalent à celui de psychanalyse -.

Je dis donc qu'il faut se démarquer (ce qui ne veut pas dire nier ce qu'on lui doit) de la psychanalyse pour se tourner vers les modèles de l'avenir, notamment de ce que nous apportent les neurosciences (cf. le livre de Gérald Edelman Plus vaste que le ciel, une nouvelle théorie générale du cerveau.) qui ne peut que nous conforter dans le bien fondé de notre base organique.

Nous ne pouvons entrer dans une polémique qui opposerait psychanalyse et neurosciences car il va probablement être nécessaire de faire un saut épistémologique dans les années qui viennent pour comprendre la psychothérapie. Je crois que l'on peut tout à fait travailler comme nous le pratiquons en APO et pouvoir trouver aussi des appuis théoriques dans les neurosciences. Les thérapies des profondeurs ont des liens avec les soubassements biochimiques du cerveau.

J'ajoute que je trouve particulièrement scandaleuse l'attitude des comportementalistes qui s'approprient les neurosciences. De mon point de vue, ils ont fait une OPA sur les sciences cognitives. Dans les facultés françaises, il y a souvent des bagarres entre tenants de la psychanalyse et tenants des thérapies comportementalistes. Je n'ai pas envie d'emboîter le pas à de telles manœuvres.

Pour conclure :

Je ne vois donc pas d'autres solutions que de demander à la FFdP de renoncer à vouloir classer les méthodes et d'indiquer simplement notre nom : analyse psycho organique. A nous de faire en sorte qu'il soit connu largement par nos pratiques, nos publications, nos conférences.

Marignac, mai 2005