

# EXEMPLE D'UN PROCESSUS DE RÉPARATION AU COURS D'UNE SÉQUENCE DE THÉRAPIE

Gérard MERCIER

« Même l'analyse méticuleuse d'un cas unique est une source permettant l'émergence de la connaissance et génératrice d'hypothèses »

*Carl Rogers (1986) « Carl Rogers et le développement de / l'Approche Centrée sur la Personne »  
in:« A.CP. Pratique et Recherche », n° 8, p. 52, déc. 2008.*

## **Résumé :**

L'hypothèse présentée propose que le mouvement d'actualisation tisse un maillage étroit et complexe entre la réparation et l'émergence de ce qui était excavé. Plus la réparation se manifeste, plus apparaissent dans la thérapie des manifestations provenant de la profondeur de la blessure. Je montre ici comment la tendance à l'actualisation va chercher dans l'ombre des matériaux relatifs à la peur, la prédation, au refoulé de l'abus.

La réparation est d'autant plus fondamentale que ces émergences proviennent d'une géologie d'un niveau sans cesse plus profond. La réparation est le processus par lequel le trauma est travaillé, assoupli, « pétri » par la tendance actualisante qui en extrait des chemins d'expérience jusqu'alors en stase, lequel acquiert un sens explicite pour la personne.

**Mots-clés :** circulation, dissociation, émergence, présence, réorganisation, réparation, traumatisme.

## **1 - Introduction**

Dans cet article, je développe le point de vue selon lequel le mouvement de réparation procède de l'émergence progressive de niveaux de sédimentation liés au trauma. Cet affleurement est réorganisateur. Les matériaux remontant seraient transformés en support de résilience dans le creuset de la relation thérapeutique ; la présence du thérapeute en étant le catalyseur. Mon observation, résumée ici, s'appuie sur deux vignettes cliniques à cinq ans d'intervalle (avril 2013 - septembre 2018), issues de l'accompagnement d'une jeune fille, Pascale\* 23 ans (18 ans au début de la thérapie) ayant subi un abus sexuel à l'âge de 14 ans ½.

## **2 - L'hypothèse d'un double mouvement de convexion caractérisant la réparation**

J'appellerai ici réparation la métamorphose progressive, au cours du processus thérapeutique, de niveaux de blessures ayant affecté le versant psychosomatique, développemental et relationnel de l'identité de la personne.

Plus la réparation se fait sensible, extensive, plus la convexion<sup>(1)</sup> ira toucher et fera remonter des niveaux de trauma profondément sédimentés. Le latent se fait manifeste, l'ombre brûle la peau, le contact devient problématique, l'évitement un mode de vie, le calme se trouvant perturbé par une fébrilité insécure. La circulation verticale altère la surface. La reviviscence se traduit par des régressions signifiantes. S'instaure une tension entre la faiblesse et la force, un échange entre la vulnérabilité et la sensibilité que médiatise la présence du thérapeute.

## **3 - Pertinence de la notion de réparation dans l'Approche Centrée sur la Personne (A.C.P.)**

Pas clairement conceptualisée, la réparation est cependant un organisateur très présent dans l'A.C.P. Elle est une trame qui ouvre à la compréhension de ce qui se transforme, une maturation inhérente au client et un déroulement, un partage, quand d'opportunes configurations, versus thérapeute, établissent un dialogue de guérison avec celles-là, blessées, chez l'autre personne.

La réparation devient alors rencontre. Comme une conséquence, une résultant de la 4<sup>e</sup> condition dont parle Rogers (1986) : « ma simple présence est efficace et bienfaisante ».

Maintenant, et succinctement, il est nécessaire de davantage paramétrer cette notion si je veux l'adosser au champ théorique de l'A.C.P. Le thésaurus de la langue française lui amène déjà un sens commun : action de remettre en état. D'où les synonymes les plus immédiats de « rénovation », « remontage », « restitution », et autres prédicats accompagnés du préfixe « re » indiquant un second bouclage, la réflexivité d'un feed-back sur les causes premières, comme une seconde chance ayant valeur de cicatrisation.

---

(1) <sup>(1)</sup> Au sens de direction, vers un but représentant le mouvement de l'attention.

\* Prénom modifié

C'est aussi un écho, comme le mouvement inversé de la blessure.

Le traumatisme ou plus précisément ici, le psycho trauma, a acquis une notoriété sombre depuis la reconnaissance des lésions invisibles qui se manifestent dans l'après-coup de l'accident, de l'abus et autres effractions éprouvées. Le qualificatif « éprouvé » vint souligner l'aspect réactif du choc, le retentissement qui affecte sélectivement les différents plans de la construction de la personne. Ici, le versant cognitif avec les phénomènes d'amnésie constatée, là, l'émotionnel avec les manifestations dépressives post-traumatiques, et encore le somatique avec les négligences et béances que l'on observe notamment chez les jeunes filles abusées.

Bien évidemment, mais n'en ayant pas la place, il me faudrait étendre la discussion à des notions voisines proches de la notion de réparation. Y figurerait celle de restauration qui, sémantiquement, renvoie à celle de rétablissement, et qui, dans le courant psychodynamique, signifie la reconstruction de l'attention affective à soi-même (restauration narcissique).

La notion de résilience est en seconde proximité. Elle est cette capacité de se réadapter et de se reconstruire dans et en dépit de l'adversité, de « fonctionner » d'une façon compétente après avoir été confronté à une situation traumatique.

La réparation est une ligne de force plutôt transversale, en compréhension à l'édifice conceptuel de l'A.C.P., notamment à la structure de la personnalité de l'article de Rogers de 1959, et en extension quand on lit l'exposé de Margaret Warner portant sur « L'Approche Centrée sur la Personne et la Psychopathologie » de 2006.

### ***a - La réparation, lue en filigrane de la « théorie de la thérapie de la Personnalité et des relations interpersonnelles selon le cadre centré sur le client »***

La lisibilité des inférences<sup>(2)</sup> que Rogers (1951) déploie m'amène à énoncer que le noyau de sa théorie finalise, en tout cas argumente, l'ensemble des propriétés de la notion de réparation.

Particulièrement, les articles 6 à 8 du « processus thérapeutique » lui donne sens et contenu.

Si, comme je l'ai posé ci-dessus comme hypothèse, l'ampleur du mouvement de réparation s'observe par l'expression et la remontée de matériaux antérieurement enfouis, alors « la réalisation durable des conditions (précédentes) déclenche un processus dont l'orientation générale présente chez le client, les caractéristiques suivantes :

6 - *un contact intime et conscient*<sup>(3)</sup> avec les sentiments dont il avait, dans le passé, refusé de prendre conscience, ou qu'il avait déformés.

---

(2) <sup>(2)</sup> du type : si les conditions sont présentes et actives, alors un changement est observable, au sens aussi d'une remontée des conditions à leurs conséquences.

(3) <sup>(3)</sup> J'ai mis en italique ce qui dans cette partie se rapporte selon moi, aux émergences traumatiques réorganisées pendant la réparation.

7 - une réorganisation progressive de l'image qu'il a de lui-même, permettant l'assimilation et la prise en compte des expériences vécues ;

8 - au fur et à mesure que cette réorganisation de la structure du moi se poursuit, la congruence entre cette structure et l'expérience totale s'accroît constamment. *Le moi prenant en compte des éléments d'expérience qu'il avait jusqu'alors jugés trop menaçants pour s'en donner une pleine conscience* » (Rogers 1959).

Je note qu'ici la prise de conscience se produit à partir de perceptions s'enracinant dans l'organique (ce versant offrant au moi une zone de lisibilité inflammatoire et douloureuse).

Pour le client, exprimer des sentiments qui sont des retentissements de l'éprouvé émotionnel ancien, va contribuer à la réorganisation de son image et semble déjà constituer de sérieuses balises pour une compréhension réparatrice.

Plus loin maintenant je l'enrichirai avec les compléments suivants (Rogers, pp. 276 et 277).

Article 1, rubrique C : « Des progrès dans la congruence, ou concordance intérieure, et dans l'ouverture à l'expérience personnelle vécue, accompagnés d'une attitude moins défensive ». La réparation ciblant la discordance entre le moi et le vécu.

Article 1, rubrique J<sup>(4)</sup>: « L'inversion du processus de défense, c'est-à-dire la symbolisation consciente et pertinente et l'intégration à la structure du moi d'une expérience vécue d'habitude comme menaçante » - 2D : « La satisfaction (des conditions 2a<sup>(5)</sup> et 2b<sup>(6)</sup>) réduit la menace, inverse le processus de défense et permet à la fois la symbolisation correcte et l'intégration à l'image de soi des expériences habituellement menaçantes ».

Pour l'étude que je poursuis ici, « la symbolisation et l'intégration à l'image de soi des expériences habituellement menaçantes » précise le mouvement de remontée des matériaux enfouis précédemment dissociés du champ habituel de l'expérience. Ceux-ci s'organisent en un réseau vertical de significations historiquement marquées du sceau du trauma remanié. La réparation ciblant la discorde entre ces deux niveaux.

### ***b - La réparation selon Margaret Warner***

Avec cette auteure, je préciserai maintenant à quelle étendue du concept de réparation s'appliquent ces considérations.

La lecture qu'en propose Margaret Warner porte plus particulièrement sur la gestion de l'expérience et la réduction progressive des processus de dissociation.

---

(4) <sup>(4)</sup> p. 284 – Rogers « Le processus de réintégration ».

(5) <sup>(5)</sup> 2a : « La perception d'un regard inconditionnellement positif requiert un contexte de compréhension empathique ».

(6) <sup>(6)</sup> 2b : « La perception de ce regard inconditionnellement positif minore ou supprime les conditions auxquelles est subordonnée l'estime de soi » - p. 284.

Dans un fondamental article<sup>(7)</sup>, elle écrit que « confrontés à des traumatismes qui les submergent complètement et privés des voies plus complexes qui permettent aux enfants plus âgés de gérer les expériences, nos clients semblent avoir eu recours à la dissociation comme solution ».

La dissociation ici peut se concevoir comme une capacité naturelle de « séparer les expériences entre elles qui se développent et fonctionnent de manière dramatiquement différente quand des enfants ont été précocement sujets d'abus sexuels ou physiques répétés » (Warner, op. cité).

Il s'agit dès lors de comprendre comment la réparation va chercher dans l'ombre les parties et expériences dissociées que la cliente éprouvera au niveau :

- somatique : douleurs, irruptions cutanées, lésions ;
- émotionnel : peurs, phobies ciblées ;
- cognitif : représentations d'un environnement ayant des tendances invasives et menaçantes.

M. Wamer remarque que, comme des souvenirs commencent à se frayer un chemin vers la surface de manière urgente, le morcellement des clients risque d'augmenter et de devenir plus visible et ceux-ci deviennent plus conscients des parties dissociées qui essaient désespérément de garder l'expérience sous contrôle.

L'émergence stratifiée de parties dissociées porte la signature du mouvement de réparation quand l'accroissement de la profondeur signale la proximité d'un traumatisme se transformant, en remontant, dans le creuset de la relation cliente-thérapeute.

La tendance actualisante répare le profond en l'amenant à la surface, et met à l'épreuve de l'intelligence les manifestations liées à la dissociation, afin d'éviter les répétitions et autres automatismes. Ceux-là qui auparavant exposaient la cliente à des effractions abusives<sup>(8)</sup> (dans le travail, les études ou encore dans les relations amoureuses).

### ***c - l'hypothèse de l'aspect réparateur de la relation client-thérapeute***

La réparation se produit dans un cadre précis. Celui où le thérapeute installe un climat facilitateur que tisse sa qualité de présence. Les articles 2a et 2b cités plus haut (Rogers - Rubrique J - Le processus de réintégration) amène quelque éclairage. Nous savons que l'installation des 6 conditions princeps (Rogers, 1959) initialise le mouvement d'actualisation de la cliente (notamment les conditions 2, 3, 4 et 5 : respectivement la congruence, le regard positif inconditionnel et la compréhension empathique du client).

J'ai posé plus haut l'hypothèse d'un creuset relationnel principalement adossé à la qualité de présence du thérapeute (devenue plus tard chez Rogers la 4<sup>e</sup> condition).

---

(7) <sup>(7)</sup> « Les processus de dissociation-communication interne » séminaire AFP-ACP, 14-15 octobre 2006, Paris.

(8) <sup>(8)</sup> S'agissant ici de comportements asociaux, pulsions irraisonnées de tous ordres : sexuelles, violences...

En ce lieu, les blessures du trauma et leurs remontées se transforment en fondements existentiels, qui, sous l'action d'une cicatrisation consciente, peuvent complètement infléchir un parcours de vie.

Je soutiens que la présence du thérapeute est réparatrice quand :

- sa posture devient peu à peu un support de résilience pour la cliente ;
- il occupe une position androgyne, tour à tour masculine et féminine, lui conférant une capacité d'accueil inconditionnel par rapport au vécu d'autrui, notamment quand les blessures sont enkystées sur le versant de la construction sexuelle de la personne ;
- il offre une fonction paternelle à l'enfant blessé.

Enfin, quand sa congruence est aussi et surtout une congruence pour l'autre, quand *c'est dans son corps à lui* que s'enracinent le refus de l'autre et pour l'autre et la protection que la cliente sait y apercevoir. Ces éléments, agis, offerts, constituent pour moi des conditions fondamentales contribuant à la construction de ce « lien alchimique » - la relation cliente-thérapeute - où se réalise la réparation.

Il est question ici d'ouvrir un vaste chantier et je ne pense pas que cet article corresponde à sa véritable ampleur. Cependant, je suis de plus en plus convaincu qu'il existe un lieu significatif entre la réparation, les manifestations du trauma et la présence du thérapeute, selon différents degrés de congruence, en des dimensions comportementales, cognitives, émotionnelles, parentales et asexuées conférant à sa présence un caractère curatif, puis préventif.

#### **4 - L'entrée dans la thérapie et la suite ...**

Nous sommes en mars 2013. Pascale a 18 ans et fréquente la classe de terminale d'un lycée de ma région, se préparant pour juin à l'examen du baccalauréat, section lettres et sciences. Ce fut sa mère qui porta au début la demande d'aide en raison de problèmes récurrents d'insomnie, de dérèglement alimentaire et de crises de tétanie affectant sa fille. Sa mère l'accompagnera durant 3 séances. Pascale vint seule ensuite, à raison d'une séance hebdomadaire, réglant en argent liquide, le sien, remplaçant peu à peu les chèques que sa mère lui donnait.

Pascale a un jeune frère, d'un an son cadet.

La thérapie durant l'année scolaire 2013-2014 fut très largement occupée par le travail sur la relation fusionnelle que Pascale vivait avec sa mère. Puis les séances s'arrêtèrent un an après, alors qu'elle avait entrepris une 1<sup>ère</sup> année de psychologie à B. (Pascale obtint sa licence, je l'appris après, en juin 2016).

Début 2017, Pascale reprend contact avec moi. Elle a 22 ans, a arrêté ses études de psychologie, conséquence d'un comportement relevant d'une phobie sociale brutalement apparue. Celle-ci l'a aussi empêchée de poursuivre un séjour en Espagne au cours duquel elle rencontra un homme plus

âgé qui commença de nouer avec elle une relation où le dédoublement était fortement ancré (rôle de soubrette quasi prostituée et soumise qui se continua quelque temps après son retour en France via « MSN »).

Fin 2016, Pascale rencontre un étudiant avec qui elle s'installe en couple.

Début 2018, elle s'isole encore davantage ; sa phobie s'enflammera au point de ne plus pouvoir prendre le bus, fréquenter la foule, les amphithéâtres, etc. Elle s'inscrit au Centre National d'Enseignement à Distance (CNED) pour une remise à niveau en biologie, après avoir arrêté une formation de traductrice en Espagnol. Elle préparera un Brevet de Technicien Supérieur (BTS), option nutritionniste dès la rentrée 2019. Pascale mettra alors en travail un lourd traumatisme jusqu'alors inconnu de moi lié à un abus sexuel subi quand elle avait 14 ans ½ vécu au cours de l'été 2009 à la piscine. Aucun signalement n'avait eu lieu, et derrière cet épisode se révélèrent des attouchements commis par un grand-père alors qu'elle avait 7 ans.

L'abus se dessinera alors dans un paysage trans-générationnel du côté féminin, sa propre mère ayant elle-même subi des attouchements quand elle était enfant de la part d'un cousin. Pascale progressivement organisa son travail autour d'une volonté de mettre un terme à la répétition des abus, notamment par rapport à d'éventuels enfants auxquels elle ne désire pas transmettre la marque d'un trauma implicite.

### *La double hélice du mouvement de réparation*

J'ai peu à peu compris qu'au fur et à mesure de l'avancée du processus thérapeutique (à raison de 2 séances par mois depuis début 2018), Pascale exprimait un mal être sans cesse plus intense, comme si s'actualisaient des « remontées » chaque fois plus spectaculaires selon la profondeur du niveau où elles semblaient endormies.

Double mouvement donc. Et inversé. Enroulement vissé dans le soma et remontant le long d'une conscience courageuse et élargie.

Je notais aussi chez Pascale des inflammations cutanées, psoriasis, et autres marqueurs somatiques tels que l'aménorrhée, des douleurs abdominales, etc. s'amplifiant au fur et mesure que le scénario de l'abus se profilait, se détaillait, s'élaborait.

Ainsi, pour moi, la profondeur du processus de réparation aurait un corollaire : la remontée, l'émergence de matériaux et de sensations enfouies, donnant au traumatisme une représentation verticale, corporelle, quasi sédimentaire.

Je cherchai ensuite à valider le mouvement thérapeutique par la mise en évidence de cette double circulation transformatrice entre ce qui se répare en profondeur et ce qui émerge et vient s'arrimer au regard positif inconditionnel offert dans le creuset de la relation thérapeute-cliente. Ce serait pour moi comme une transmutation du trauma en un dallage de pierres de touche existentielles

pouvant mettre un terme aux répétitions abusives. Repérage, évitement, puis compréhension de la dynamique relationnelle, de l'infraction venant terminer une lignée de femmes marquées par cette violence jusqu'alors ni énoncée, ni dénoncée.

### *Aspects méthodologiques*

Ce que je souhaite mettre en évidence et décrire, ce sont les « outils » au moyen desquels Pascale « se répare ». Ceux-ci sont comme des leviers par lesquels elle décide, choisit, contourne et relie le fragmentaire en une mosaïque prenant son sens selon des significations curatives.

Mes descripteurs, quoi que grossiers, auront cette ambition : observer le travail du soin venant recoudre le vécu, afin de ne pas y laisser s'y enkyster les germes de la répétition. J'illustrerai mon propos par des verbalisations illustrant des catégories d'indicateurs ci-après présentées.

Celles-ci recouvrent un large spectre de reconnaissances et de manifestations, allant du somatique blessé à des domaines de conduites portant la trace progressive de l'abus selon que la personne se sent contrainte de limiter son champ d'activité, d'installer par des rituels établis des protections contre l'extérieur, certes, mais aussi contre un adversaire intérieur, comme une sorte d'automatisme aliénant l'initiative et les choix pour se déplacer (phobies) ou encore se former (recours à la formation à distance). Les catégories élaborées se devaient d'intégrer tant la signature des processus dissociatifs que s'ouvrir sur le frémissement à peine repérable du changement, ces « insight à effets de levier » - comme l'écrit Irvin Yalom (1980) - c'est-à-dire quand la cliente retrouve sens et maîtrise dans le creuset relationnel.

J'ai constaté six catégories d'indicateurs :

1 - manifestations de marqueurs somatiques. Celles-ci regroupent les mouvements, les douleurs, les sensations exprimées.

2 - Les rituels, peurs et pensées récurrentes illustrent les mises à distance, les défenses qui résultent de l'impact de l'infraction.

3 - Les dissociations d'avec l'expérience immédiate concernant les évitements relationnels, les prises de distance d'avec les affects. Mon expérience clinique me fait souvent rencontrer cette précarité affectant le traitement de l'expérience : l'isolement, l'enkystement du ressenti composant une stase largement déniée dans ce genre de situation.

4 - La symbolisation de relations significatives entre le malaise, les marqueurs somatiques d'un niveau sans cesse plus profond et précis (l'abus) ouvrant la voie au changement. Comme un lien entre l'implicite de la blessure et le signifiant élaboré. La signification se dégage par une relation exprimée selon « la qualité particulière qui en émerge » (Gendlin, 1984). La décision enfin peut se faire jour. Choix et volonté sont ici embryonnaires. J'appellerai :

5 - « appuis affectifs, supports intellectuels, refus de répétition des infractions et des automatismes relationnels » ces ruptures d'avec un déterminisme précédemment subi dans le cadre général des relations homme/femme, adulte/enfant, mère/fille, etc. Cette catégorie d'indicateurs va de pair avec :

6 - « l'autodétermination d'un scénario de vie inédit et unique (personnalisation), indiquant le début - ou l'installation d'une décision « fondée sur un changement de perspective » comme le dirait William James.

Enfin, je préciserai que ce mouvement s'instaure dans la relation thérapeute-cliente. J'ai émis l'hypothèse que la posture du thérapeute comporterait quelque caractéristique agissant comme un catalyseur, en rapport avec l'acceptation inconditionnelle telle que l'activation de configurations androgynes et asexuées dont les conséquences sont de laisser s'établir une proximité ajustée au foyer traumatique, l'abus, en la circonstance.

J'ai déjà pu constater, au cours d'une précédente expérience clinique, à quel point la posture thérapeutique devient efficace quand se manifestent des configurations métissées entre le féminin et le masculin, internes au thérapeute. La cliente y répondant par une sorte d'apprivoisement relationnel non défensif.

J'ai entrepris alors de comparer une première vignette clinique datant de 2013 (enregistrement d'une séance du début de l'accompagnement - avril 2013) avec une seconde de septembre 2018.

A cette époque - 2013 - Pascale en était à sa 5<sup>e</sup> séance. Jusqu'alors, elle évoquait avec minutie son travail scolaire, son besoin d'organisation massif la poussant à ranger, prévoir, planifier, constitutif de véritables rituels s'imposant à elle.

#### *A - Exemples de verbalisations significatives reflétant le mouvement de convexion lors de la séance d'avril 2018*

A1 - Pascale : « *je sais qu'il y a... ce sont des rituels, des habitudes, c'est parce que je me dis, si je ne fais pas dans le même ordre, il va m'arriver quelque chose ou je vais moins bien dormir, ma journée va moins bien se passer, et une fois que j'ai fait par exemple quelque chose et qui n'est rien arrivé d'horrible, ça devient une habitude, j'ai du mal à l'expliquer par exemple, si une fois je vais vouloir changer quelque chose et qu'après ma journée se passe mal, ça va être à cause de ça, donc faudra pas que je fasse comme ça, c'est comme si je programmais une journée en fonction par exemple de ce que je faisais le matin, l'ordre selon lequel je m'habillais* ».

A2 - Th. : « *Et selon cet ordre, c'est comme une sorte de protection contre ce qui peut vous arriver ?* »

A3 - Pascale : « *oui, une sorte de garantie.* »

A4 - Th. : « *Il y a en vous comme une tendance un peu magique qui dit ça, ça déclenche cela...* »

A5 - Pascale : « *oui, de la même manière que par exemple, quand on dit « après l'effort, le réconfort », quand on travaille, on a une récompense, et là, c'est pareil, c'est toujours une relation de cause à effet, ça me fait penser à la fatalité [...] c'est pouvoir prévoir, si j'arrive à faire, si je fais ça, ça et ça, ça va se passer comme ça. »*

Autres exemples de verbalisation (même séance – avril 2013)

A6 - Pascale : « *c'est comme des sensations. En fait un peu extrêmes. En fait, on se fait peur, mais on est content de se faire peur, je ne sais pas comment dire [...] Physiquement, j'aime pas, sauf que c'est dans ma tête. »*

A7 - Th. : « *Comment vous ressentez cela, toujours plus ? »*

A8 – Pascale : « *C'est comme si c'était toujours plus de connaissances, on va dire, pour élargir un peu. C'est comme si j'avais plein de cases, de petites cases en moi avec tout ce qui, avec toutes les expériences possibles, toutes les connaissances possibles, puis, ça se remplit petit à petit. »*

A9 -Th. : « *Et vous voulez développer toutes ces parties ? »*

A10 – Pascale : « *Tout ce qui ... Créer, c'est ça, c'est créer, avec l'imagination. »*

A11- [...] Th. : « *La routine vous fait peur et vous aimez bien que vivent en vous toutes les partitions à parts égales, hein ? »*

A12 - Pascale : « *C'est pour m'épanouir, comme si c'était toutes, tous des pétales de la même fleur [...] C'est un peu tout petit à petit, donc, ça met du temps, mais au moins je suis sûre de tout faire au même niveau. Je suis sûre de faire tout pareil. »*

A13 - Th. : « *C'est un peu redonner la liberté aux différents pétales pour qu'ils puissent pousser sans forcément être surveillés. »*

A14 – Pascale : « *Oui, oui, c'est ça, c'est comme un parent ... Comme si, voilà, j'étais toujours derrière mes enfants à les regarder grandir ... »*

Commentaires : à cette séance, la dissociation se caractérise par la mise sous tutelle par l'intellect, qui construit, structure, organise la distance et le silence d'avec le trauma. Rien n'est encore en mouvement, l'horizontal prédomine en une partition où la visibilité rend monotone le paysage d'une blessure encore silencieuse.

### B - Exemples de verbalisations significatives lors de la séance de septembre 2018

Ici, la proximité d'avec le traumatisme est manifeste.

B1 - Pascale : « *La peur, c'est le, oui là, c'est sur moi, en tout cas, c'est le moyen absolu de me manipuler, c'est de me faire peur. L'agression, la peur de l'agression [...].*

*Pour l'instant, je peux pas ne plus avoir peur des gens qui abusent. La peur des gens fous ...*

Les marqueurs somatiques, la symbolisation de relations significatives entre le malaise et le trauma en signent l'expression.

B2 - Th. : « *et ils vous internent, vous avez peur qu'ils vous internent* »

B3 - Pascale : « *Oui, oui, me rend incapable de sortir oui, oui, c'est ça, moi je suis dans ma camisole de force dans un appartement et même à l'intérieur encore, on vient me regarder.* »

B4 - Th. : « *J'ai l'impression qu'il y a quelque chose qui converge chez vous ; c'est la peur de l'abus et la peur de la folie.* »

B5 – Pascale : « *Oui, la peur de la folie, oui, c'est pareil pour moi, parce que pour abuser, c'est comme s'il fallait être fou.* »

Un peu plus loin.

B6 - Th. : « *Il\* perd un peu de pouvoir sur vous, là.* »

B7 - Pascale : « *oui.* »

B8 - Th. : « *et quel rapport vous faites avec votre bouton de fièvre ?* »

B9 – Pascale : « *Ben, c'est arrivé ce jour-là, moi, je le prends comme une distance, on peut pas s'embrasser ... y avait déjà une distance d'ordre sexuelle parce... il avait plus, il était...* »

Pour terminer, je soulignerai l'apparition massive de la catégorie : refus de répétition des infractions et des automatisations relationnels (homme/femme) s'appuyant sur la symbolisation et l'opérationnalisation de relation entre le malaise, les marqueurs somatiques et le trauma avec une forte diminution des rituels, peur et pensées récurrentes.

Exemple de verbalisation (toujours septembre 2018)

B10 - Pascale : « *Oui, j'ai appris quelque chose à tout ça, et euh... et quand ça arrive à quelqu'un d'autre et bien finalement, je peux le rassurer. Je peux, je sais pas comment dire, mais oui, j'ai pu être là sans, sans prendre sur moi, parce que j'ai jamais fait attention, mais j'ai vu il n'y a pas longtemps que prendre sur soi, ça veut dire prendre une partie de soi en fait [...] c'est comme si j'avais pu... enfin crier. C'est comme si justement là, **mon foie, il avait pu réguler, entreprendre, pas faire un blocage, prendre ce qui est, écouter, mais sans tout prendre. C'est comme si ça avait filtré, voilà, c'est ça, c'est le bouclier dont je parlais la dernière fois, pas l'absence totale de bouclier qui fait qu'on prend tout et on est en fusion, pas le bouclier complètement fermé, en tôle, en métal, qui fait qu'on prend rien, là, c'était un bouclier semi-perméable. Voilà, je l'ai mis en œuvre là, dans quelque chose qui aurait pu énormément me toucher, qui aurait pu me faire m'émouvoir, ça m'a***

---

\* Pour la 1<sup>ère</sup> fois, Pascal évoque ici le nom de l'abuseur.

*ému pour elle, mais vu qu'il n'y avait pas de non-dit, elle savait, elle\*\* connaît mon histoire, elle sait ce qui m'est arrivé, j'en ai déjà parlé, et bien c'était plus simple. »*

B11 - Th. : *« Voulez-vous dire que l'absence de non-dit ou le fait qu'elle connaisse votre histoire aurait évité des résonnances qui se seraient exprimées d'une manière... »*

B12 – Pascale : *« Par une angoisse, par une envie de pleurer... »*

Un peu plus loin.

B13 - Th. : *« L'autre n'est plus vécu comme un adversaire, comme un danger, mais comme une personne dès l'instant que vous pouvez parler, lui parler... »*

B14 – Pascale : *« Voilà, c'est ça. Dès qu'on peut échanger avec des mots et clairement. »*

B15 -Th. : *« C'est d'ailleurs la raison pour laquelle l'abus que D. a vécu, vous avez pu le métaboliser, le mettre en mots. »*

B16 -Pascale : *« parce qu'elle m'en a déjà parlé avec des mots, moi je lui en ai parlé avec des mots et là, elle m'a dit ce qu'elle ressentait et là j'ai pas essayé de... oui, y a pas eu de détours, des choses détournées. Moi j'ai essayé, en fait j'ai eu l'impression en face d'elle d'être très ferme, et de lui dire que... ni cet homme du bus, ni son cousin, n'avaient le droit, n'avaient le pouvoir de remettre en cause sa relation aux hommes et certainement pas la relation qu'elle est en train de construire, la relation merveilleuse qu'elle commence à peine à construire et qu'ils n'avaient pas le droit ni le pouvoir de faire ça. J'ai l'impression d'avoir été très ferme et euh... »*

B17 - Th. : *« Moi je vous sens là, en train de vous complimenter en ce moment... »*

B18 - Pascale : *« Oui (rire), je suis presque fière de moi »*

B19 - Th. : *« Il y a ... il y a dans vos yeux quelque chose qui ressemble à une sorte de fierté euh... juste. »*

B20 - Pascale : *« Oui, pas... pas de l'orgueil... pas du côté « ah ben je suis exprès là pour elle », non être fière, mais par rapport à moi de me dire, on peut me parler d'abus sexuel sans que je me mette à fondre en larmes ou éviter le sujet ou que je me sente mal ou euh... et...  **finalement, je peux... avoir la bonne distance, la juste distance. »***

B21 - Th. : *« Oui... et je me demande si ça ne se traduirait pas en même temps et ailleurs en quelque chose qui vous fait sortir de la fusion avec votre mère, qui vous fait sortir de la fusion avec Paul\* qui vous renvoie en collusion, je ne sais pas... »*

B22 - Pascale : *« Oui, oui, tout à fait, j'étais pas en fusion avec D. Je comprends ce qu'elle vivait, ce qu'elle me racontait, c'était plus intellectuel, je le vivais pas dans mon corps ce qu'elle me racontait, je me sentais pas abusée, je ne sais pas comment dire, vous voyez... et puis je me suis dit*

---

\*\* Pascale parlera au cours de la séance, d'une amie rencontrée qui elle aussi a subi un abus.

\* Paul son ami (prénom modifié).

*« mais est-ce que ça veut dire que je suis insensible à ça ? ». Non je suis pas insensible à ça, je suis touchée par ce qui lui arrive et je m'en fiche pas, mais c'est juste que ça me... ça vient plus me... me... je sais pas comment dire, en fait, moi j'imaginai un chemin et j'imaginai une grosse bourrasque qui me fait aller un peu dans le décor, dans un arbre... voilà... j'imagine un peu ça. Et ben là, c'est pas venu encore me faire aller... me frapper encore et... »*

B23 - Th. : *« Vous semblez dire qu'il y a une capacité, ou une tendance à rester sur le chemin, euh... qu'est-ce que c'est ? »*

B24 - Pascale : *« Je sais pas mais... l'impression d'être... enfin... que j'appelle ma vie, enfin je sais pas comment... expliquer mais... ce que j'appelle la vie j'ai l'impression que... qu'elle est bien là et que... un jour Paul m'a dit « toi t'as la vie chevillée au corps », je pense qu'il a raison et... j'ai fait des séances de réflexologie et j'ai fait ma dernière il y a pas longtemps, et en partant, pourtant y avait déjà eu les problèmes avec Paul là, en partant, je me dis « celui qui me détruira, il est pas encore né » et c' est devenu, pas une amie, mais quelqu'un avec qui je suis proche, elle a rigolé, elle m'a dit « je suis très contente, c'est une très belle conclusion » et je le pense, parce que j'ai voulu travailler sur les chakras, et puis euh... y a pas eu besoin, parce qu'elle m'a dit avant, elle m'a dit qu'elle vérifiait un peu où en étaient mes chakras et puis tout allait bien, alors que même pas une semaine avant y avait Paul qui m'avait dit « on peut pas être ensemble » et pis même ça, il a pas réussi à me déstabiliser. Moi, je me suis dit oh la la, au niveau de mes chakras, énergétiquement, je dois être dévastée ... même pas. »*

B25 - Th. : *« J'ai l'impression que vous êtes beaucoup moins éponge qu'avant... »*

B26 - Pascale : *« Oui. »*

B27 - Th. : *« Parce que vous m'avez bien dit, et là ça se sent, que les problèmes de Paul restent les problèmes de Paul, que les problèmes de cette fille restent ses problèmes à elle. »*

B28 - Pascale : *« Oui ... oui, oui, parce que tolérer ça, euh ... là j'ai envie ... enfin ... de reprendre un slogan ... le slogan de tolérance zéro, j'ai envie de le reprendre complètement pour moi, pis ... bon, il vient de personne ... »*

B29 - Th. : *« Il vient de vous. »*

B30 - Pascale : *« Voilà ... voilà, on va dire qu'il vient de moi »*

B31 - Th. : *« Oui »*

B32 - Pascale : *« C'est pas la tolérance zéro politique ... voilà ... j'ai pas forcément d'affinité euh... moi, dans ma vie... au niveau des abus, maintenant c'est ça, c'est tolérance zéro et le moindre petit abus, je le tolérerai pas. Donc j'ai envie de ... ; »*

B33 - Th. : *« J'ai l'impression que vous auriez reconstruit des ... peut-être bien des défenses militaires contre des situations abusives et j'aimerais vérifier si au niveau du corps, au niveau de la peau, y aurait ... comment ça se passe ? »*

B34 - Pascale : « *Ben y a quelques temps, j'ai eu l'impression d'avoir moins de boutons puis c'était un peu revenu ... mais... ça...* »

B35 - Th. : « *Permettez-moi de vous dire, y a une chose qui est quand même bien présente dans tout ce que vous dites, c'est que votre destinée ... votre ligne de vie, je ne sais comment appeler ça, votre existence, c'est la vôtre, elle vous appartient.* »

B36 - Pascale : « *Oui* »

B37 -Th. : « *Elle n 'appartient à personne* »

B38 -Pascale : « *Non, et ben là ça devint concret* »

B39 - Th. : « *Et vous n'acceptez plus que les chaos, les perturbations des autres viennent, comment dirais-je, atténuer, viennent abîmer, tordre cette ... vie* »

B40 -Pascale : « *Non, personne n'a le droit* »

B41 -Th. : « *Personne non* »

B42 - Pascale : « *Pis j'ai l'impression que personne n'y arrive, enfin si, y a des gens qui ont réussi, bien sûr mais que là, de voir que ... ben que au niveau énergétique, j'ai à nouveau pris des sacrés coups pis ça n'a rien perturbé, tout allait bien... enfin, oui tout allait bien quoi, ça servait à rien de faire une séance pour remettre tout ça, réharmoniser, c'était déjà harmonisé, c'était déjà harmonieux, c'était fou, et lui demander de me faire un massage ... oui ... c'était euh ...* »

B43 - Th. : « *Je vous sens beaucoup moins impliquée dans la résolution de problèmes qui ne sont pas les vôtres* »

B44 - Pascale : « *Oui, et d'ailleurs même avec D., je lui ai dit, je lui avais conseillé d'aller voir une sexologue et je sais qu'elle va la voir* »

## **Conclusion**

La réparation est le mouvement de convexion qui ramène, au cours de la thérapie, les blessures du trauma dans la relation transformatrice avec le thérapeute. Autant que celui-ci, en la circonstance d'un abus, puisse adopter une position androgyne, asexuée, rendant l'expérience de l'infraction non seulement partageable, mais davantage comme une pierre de touche existentielle acceptable, transposable et traduisible en comportements de non répétition pour la cliente.

Il y a une réorganisation signifiante de l'abus. Je l'ai montré par les verbalisations choisies ci-dessus. Cette réorganisation non seulement pose des limites, mais elle guérit par la construction de la distance, par l'extinction de la double équation mortifère fusion  $\square \square$  abus.

La relation thérapeutique devient alors le creuset expérientiel où la tendance actualisante propose la réparation par la séparation, la non adhérence affective, constituant un paradoxe curatif où l'être intime est en même temps distant, où le va-et-vient entre la surface et la profondeur apporte une réponse par le corps. L'androgynie circonstancée du thérapeute en serait une des conditions. Il s'agit

ici d'un effacement, d'une mise entre parenthèse du sexe de l'autre, quand l'attention se porte sur la personne comme totalité et non comme sexe. S'ouvre ici une piste de recherche, d'autant que la position androgyne donne à voir, ou plutôt à imaginer l'homme-thérapeute aussi comme un « bon père », car c'est autant dans l'imaginaire que dans le réel que se situe la réparation, un peu comme si les conditions 4 et 5<sup>(9)</sup> faisaient sentir leurs conséquences jusque dans l'imaginaire<sup>(10)</sup>. Ce qui remonte est également ce qui va descendre au cœur (j'allais dire au foie - cf. verbalisation B10) pour s'inscrire dans un scénario de personnalisation. L'abus n'est pas éliminé, ni refoulé, il est l'élément constitutif d'un barrage mettant fin de manière décisive à la fusion primordiale et répétitive.

---

(9) <sup>(9)</sup> C'est-à-dire : « 4 : l'existence chez le thérapeute d'une considération – ou d'un regard inconditionnellement positif.

5 : L'existence chez le thérapeute, d'une compréhension empathique du système de références propres au client et la volonté de lui faire partager cette compréhension ». (Rogers-2001-p. 255)

(10) <sup>(10)</sup> Cette instance remplissant une triple fonction :

- d'abord de préparation directe de l'action, pensée, anticipée, évaluée,
- de prévision, de prospection et d'anticipation,

- enfin de compensation. Cette dernière fonction engendre les productions les plus variées, où peuvent vivre les désirs, les idéaux, et les aspirations de toute nature.

L'imaginaire laisse aussi transparaître et évoluer sur un autre plan, une autre scène, les qualités et les significations d'expériences porteuses d'éventuelles révélations sur soi et les autres.

## Références

- Gendlin, E. (1984), *Focusing : au centre de soi*, Le jour, éditeur.
- Mazet, M. (2003), *L'enfant qui a mal. Les blessures nécessaires. Les blessures à éviter*, Desclée de Bronwer.
- Mercier, G. (2012), *Les propriétés intersubjectives et interrelationnelles de la Tendance Actualisante. Perspectives thérapeutiques*, A.C.P. Pratiques et Recherches, n°16, déc. 2012, pp. 25 – 34.
- Rogers, C.R. (2001), *L'Approche Centrée sur la Personne*, Editions Randin.
- Rogers, C.R. (1968), *Le Développement de la Personne*, Dunod.
- Schmid, P. (2009), *Interpellation et réponse. La psychothérapie centrée sur la personne : une rencontre de personne à personne*, A.C.P. Pratique et Recherche n°9, juin 2009.
- Warner, S.M. (2007), *Vers une théorie globale centrée sur la personne du bien-être et de la psychopathologie*, A.C.P. Pratique et Recherche n°5, juin 2007.
- Warner, S.M. (2006), *Processus précaire. Les processus de dissociation*, séminaire du 14 et 15 octobre 2006 de l'A.F.P.-A.C.P. Paris (communication interne).
- Yalom, I. (2008), *Thérapie existentielle*, Galaade Editions.