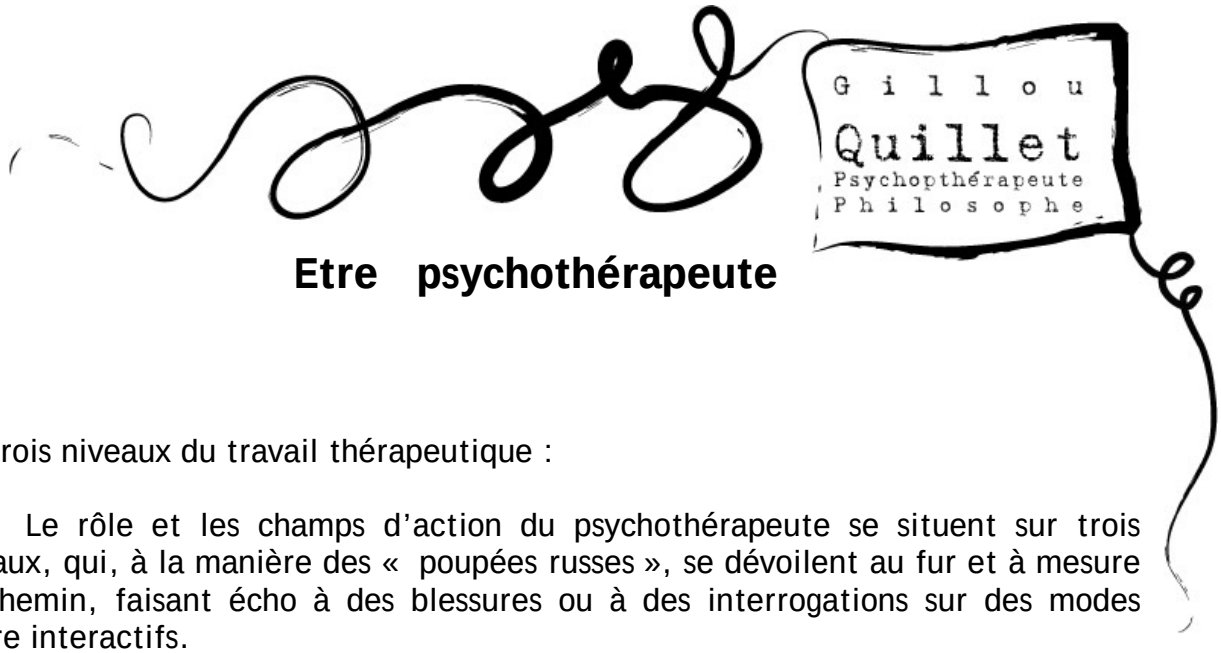
Gillou
Quillet
Psychopthérapeute
Philosophe



Etre psychothérapeute

Les trois niveaux du travail thérapeutique :

Le rôle et les champs d'action du psychothérapeute se situent sur trois niveaux, qui, à la manière des « poupées russes », se dévoilent au fur et à mesure du chemin, faisant écho à des blessures ou à des interrogations sur des modes d'être interactifs.
Au plan le plus manifeste, le thérapeute et son client « signent l'alliance ». Tendus dans un effort similaire, le thérapeute « s'engage à engager » son client vers une réappropriation de lui-même. Il s'agit ici de permettre l'émergence de nos chemins individuels, de nos traumatismes, de nos bonheurs oubliés aussi, afin de se poser comme individu libre. La restitution du passé ; la réappropriation de celui-ci nous permettant d'agir dans la saisie et la présence de soi ; des autres, du monde.
Au –delà de nos histoires d'homme, de nos existences particulière, le psychothérapeute peut ouvrir un champ de réflexion plus large.
En effet, je pense qu'en aval de nos premières épreuves, naissance mise à part, nous effectuons une première mise à distance de nous-même
L'apparition et la saisie de l'autre en tant qu'autre, différent, nous basculons dans les jeux et les enjeux d'une dialectique relationnelle où nous nous éloignons de nous pour conquérir, conserver l'amour de l'autre.
Autrement dit, le « Je idéal », cette intuition que nous avons de nous-même, qui constitue notre puissance d'être au monde, d'individu libre et agissant, va basculer dans une aliénation qui prend racine dans le désir de l'autre, désir pour l'autre, dans la peur du manque. Ceci dans la mesure où, venant au monde dans un état d'immaturité physique et affective, nous sommes pendant un temps certain dépendant d'autrui.
Ainsi, à un moment donné, pour ces raisons, en gage de notre amour en tout cas ; la plupart d'entre nous s'éloignent d'eux-mêmes pour satisfaire au désir réel, pressenti, senti, imaginaire de l'autre.
Pour satisfaire au désir de l'autre, nous faisons taire le nôtre, inaugurant ainsi le chemin du renoncement à soi.
Nous condamnons au silence cette partie de nous qui sait, intuition, voix de nôtre être, pour entrer dans une dialectique relationnelle conforme aux attentes de ceux qui nous entourent, qui nous ont permis de vivre.
Alors nous perdant à nous-même, nous « cédons sur notre désir en tant qu'il est métonymie de notre être ». Le deuil de soi reste à faire. Il est bien difficile à mon sens, de renouer avec cette partie de nous dont nous sommes pourtant enquête,, qui se manifeste également au travers de divers signes.

Il s'ait donc pour le thérapeute de permettre la réémergence de ce désir. Permettre au client de se donner naissance, de ressaisir ce qu'il y a de fondamentalement riche et créateur en lui. Bref de créer l'espace permettant au client de recréer l'alliance et l'adéquation à lui-même. Je pense que ce travail ne peut s'effectuer que par le biais d'une approche de type socratique, la maïeutique restant un des instruments privilégiés quand il s'agit d'accompagner dans le respect le plus grand, l'éclosion d'une virtualité bridée.

Enfin vient le plan métaphysique.
En tant qu'être actualisé, incarné, nous sommes pourvus d'un corps. Celui-ci, élément matériel, animal est lié à la nature, partie plus vaste d'un « même tout ».
Cette nature à laquelle nous appartenons nous invite à saisir certaines évidences immédiates pour peu qu'on y regarde (cycles naissance/mort, présence à soi, émerveillement, élans spirituels…), et pourtant, nous devenons de plus en plus étrangers voire hostiles à ce qui nous est donné à entendre.
D'ailleurs l'évolution de nos civilisations et cultures, la mise en place de nouvelles valeurs, incitent à un éloignement grandissant, à un oubli des « vertus » fondamentales et humanistes.
Ainsi, éloignés de la nature, nous avons désappris à être seul. Les brouhahas extérieurs tentent de dissimuler le ronronnement intérieur de ceux qui savent jouir du silence, de la solitude pour se nourrir et gardent la conscience d'appartenir à l'univers en tant que partie où chacun à sa place.
Exilés, comment être à l'écoute de cette nature, comment percevoir cette appartenance primordiale ?
Nous avons également, mis à part notre capacité à « être attentif », de l'attention de l'enfant, ou de celui qui sait ne pas savoir, peuvent porter sur les choses les plus simples et d'où naît l'émerveillement au monde.

L'engagement du psychothérapeute s'inscrit également pour moi à ce niveau, en tant qu'invitation à saisir l'importance de notre place, et notre appartenance à ce tout.
Renouer avec la nature permet de renouer avec soi-même, permet de nous appréhender au sein d'un univers qui nous constitue autant que nous le constituons, permet au travers d'une compréhension instinctive de saisir notre place et notre nécessité.

Etre attentif, c'est évoluer dans un rapport différent à soi, aux autres aux choses, au temps.
Il est question ici de présent, de présence.
Dés lors, il ne s'agit pas en tant que thérapeute d'apporter des réponses, mais de proposer un lieu d'émergence à soi-même, de proposer la mise en place d'un mouvement excentrique permettant d'actualiser ce qui nous sommes au sens nietzschéen . L'appréhension intuitive de notre place, cette nécessité à être là, s'effectuant dans un rapport à la nature,, nous nourrit de sens ; l'émergence de notre être permet l'actualisation de ce que nous sommes et enfin le travail sur nos blessures nous réconcilie avec nous-même.
Cette approche peut, je pense, ouvrir la voie à un « retour à autrui » en tant qu'individu libre, autonome unique et créateur.
Ainsi donc le travail du psychothérapeute ne peut à mon avis se détacher d'une approche philosophique de l'existence.

Gillou Quillet Janvier 2000, in « les ateliers du changement »

Le contenu de ce site est interdit à toute reproduction sans autorisation de l'auteur.