

INTRODUCTION A LA PSYCHANALYSE CORPORELLE

Santé Nos patients ont souvent bien d'autres maux que ceux signifiés par leur corps. Combien de fois ne nous arrive-t-il pas de réveiller sous nos mains les confidences de leur vie, transformant bien malgré nous, notre table de massage en un divan de psychanalyste ?

Interpellés par cet évènement si ordinaire de nos journées de travail, n'aurions nous pas tout intérêt, pour le patient comme pour nous-mêmes, à écouter ce qu'il se dit et à considérer de près ce que cela signifie pour le kinésithérapeute ?

Conscients de cet état de chose et pour une profession si proche des gens, est-il encore possible de faire l'impasse de cette réalité évidente et quotidienne de notre métier ? Dans notre intérêt et dans un souci d'actualisation de la profession, n'est-il pas l'heure de se questionner sur cette dimension psychique et de se doter d'une vraie compétence d'accompagnement de la personne ?

A n'en point douter, cette réponse très attendue de nos patients serait bénéfique en termes de qualité des soins et de reconnaissance de notre métier. De même qu'elle serait pour le kinésithérapeute, dans son exercice complémentaire et non conventionné, un vrai second souffle professionnel allié bien évidemment d'une satisfaction financière et répondant de surcroît à la fatigabilité de notre métier [1].

La psychanalyse corporelle que vous allez découvrir, n'a pas la prétention d'être LA réponse à cette interpellation mais une contribution de confrères à confrères à cette réflexion qui concerne l'ensemble de la profession. Cette méthode, issue et fondée par des professionnels du corps, repose sur plus de 25 années de recherche, d'archivages minutieux et dont les hypothèses et les fondements théoriques comme pratiques présentés dans cet article, s'appuient sur plus de 60000 séances faites à ce jour et sur l'étude de cinq cent quarante dossiers. Nous allons aborder la spécificité et le but de la psychanalyse corporelle, ses concepts théoriques tels que la notion de traumatisme psychique, sa méthodologie pratique avec le lapsus corporel et les 7 niveaux de lapsus corporels auxquels correspond 7 niveaux de mémoire psychique.

Définitions et but de la psychanalyse corporelle

La psychanalyse corporelle est une méthode d'investigation du passé à médiation corporelle. Retrouver son passé pour donner du sens à nos comportements présents est le principe même de la psychanalyse traditionnelle telle que le fabuleux pionnier Freud l'a fondée [2]. Cependant la psychanalyse corporelle sollicite la mémoire du corps qu'elle associe à l'expression verbale. Elle repose sur le principe de lapsus corporel et en cela son approche se différencie de la psychanalyse traditionnelle.

Ainsi cette nouvelle discipline, alliant le corps et l'esprit, permet donc à chacun de revivre corporellement les inévitables traumatismes psychiques qui façonnent nos personnalités, de la naissance à l'adolescence, et ce, dans le but de se réconcilier avec son histoire, sa famille, pour au final mieux vivre au quotidien. En effet, combien de

petits « mal être », de petites douleurs si présents en nous, polluent nos journées ? Et n'est ce pas de toutes ces souffrances psychiques dont il est question dans nos salles de soin ?

Cette connaissance profonde de notre passé apporte un nouvel éclairage sur notre personnalité et offre l'opportunité d'accepter celui ou celle que nous sommes devenus aujourd'hui, avec nos maladresses, nos « boiteries » à bien vivre pourrions nous même dire ! (Re)-comprendre son passé, c'est important pour mieux avancer au temps présent.

Origines de la psychanalyse corporelle

La psychanalyse corporelle est née voici trente ans dans un cabinet de kinésithérapie. Elle a été fondée par Bernard Montaud, kinésithérapeute et ostéopathe, ainsi qu'une équipe de collaborateurs composée essentiellement de confrères mais aussi de psychanalystes traditionnels. C'est un évènement inattendu au cours d'une séance d'ostéopathie crânienne qui sera le point de départ de cette recherche. En effet, et comme cela se passe parfois, une patiente va manifester des émotions associées à des mouvements instinctifs du corps. La psychanalyse corporelle n'est donc pas partie d'une connaissance sur le psychisme mais bien d'une connaissance du corps qui au fil des années a amené à une connaissance sur le fonctionnement psychique de l'individu. Et c'est en s'intéressant à cet évènement, en cherchant à le comprendre, à le réveiller, que peu à peu il s'est révélé que le corps contient une mémoire capable de ramener des instants précis, subconscients, du passé de la personne. Il n'est pas possible ici de retracer l'historique complet de cette méthode mais l'ouvrage « Allô mon corps... Fondements de la psychanalyse corporelle » [3] pourra renseigner le lecteur sur les années d'élaboration de cette méthode, enseignée aujourd'hui sur 5 années et dont l'exercice, précisons-le, obéit à un code déontologique strict.

Notion de traumatisme psychique en psychanalyse corporelle

C'est donc une véritable « grammaire » de la personnalité traumatique qui est apparue. Les traumatismes [3], au sens de la psychanalyse corporelle, sont ces évènements clefs, décisifs, que nous traversons tous et qui structurent notre personnalité. Ce sont ces instants, sommets de douleur psychique, où l'enfant va garder son équilibre intérieur en décidant d'une manière particulière de se comporter. Et ce comportement, choisi par l'enfant d'hier, habite encore l'adulte d'aujourd'hui.

A l'heure actuelle de nos connaissances, la psychanalyse corporelle dénombre quatre traumatismes que nous distinguons en deux catégories : un traumatisme primordial, qu'Otto Rank [4] a lui-même approché, et trois traumatismes secondaires. Le premier semble déposer un message que les trois autres ont pour fonction de répéter, chacun à leur tour, aux différents âges de l'existence, un peu comme un vaccin est suivi de trois rappels.

Le premier, le traumatisme périnatal, que nous avons qualifié de « primordial » programmerait chacun de nous dans une personnalité, c'est-à-dire dans une façon toute personnelle de se comporter dans la vie, dans ses bonheurs comme dans ses souffrances. Tandis que les trois autres – celui de la petite enfance, de l'enfance et de l'adolescence, constitueraient des rappels, réactualisant le programme initial selon les

conditions spécifiques de chaque âge.

Le lapsus corporel

La psychanalyse corporelle sollicite la mémoire du corps qu'elle associe à l'expression verbale. Concrètement cette méthode repose sur le lapsus corporel. Il est la base de ce travail. Le lapsus corporel est un sursaut du corps, conscient mais involontaire. Tout au moins au départ, car peu à peu il va évoluer en tensions physiques, souvent douloureuses, qui engendrent les images du passé. Ainsi le corps, en dehors de toute volonté, va s'exprimer dans une série de lapsus d'intensité croissante, qui vont réveiller, en parallèle, des couches de mémoire psychique de profondeur croissante. Ainsi nous allons assister progressivement aux films de nos différents traumatismes.

Le lapsus corporel agit comme ces vieux tubes musicaux qui nous replongent instantanément dans l'ambiance de leur époque. A la question «qu'avez-vous fait l'été 1982 ?», un effort intellectuel est nécessaire pour trouver la réponse. Par contre, il nous est tous arrivé un jour, au volant de notre voiture, à la simple écoute d'un succès ancien qui passe à la radio, de revisiter les séquences de notre propre histoire, comme si les pages de notre album photo intérieur se tournaient, sans effort. Ainsi ces mouvements, issus de notre subconscient, vont amener le corps à se lâcher vers des tensions de plus en plus grandes et révéler peu à peu à notre conscience, l'origine de nos comportements.

Expression du corps en séance : 7 niveaux de lapsus corporels et tension lapsusale

C'est en traversant 7 niveaux de lapsus corporels auxquels correspondent 7 couches de mémoire psychique, que la personne va, pas après pas, découvrir ce qui lui est arrivé 30 ou 40 ans plus tôt. Plus la personne progresse dans les niveaux de lapsus, plus elle revit précisément ses scènes traumatiques, d'abord de façon symbolique, puis de façon très concrète.

Pour être plus précis et sans pouvoir être exhaustif, il nous faut introduire la notion de tension lapsusale. La tension lapsusale est une tension corporelle qui produit des lapsus subconscients c'est-à-dire des mouvements archaïques du corps capables de ramener des souvenirs du passé. Cette tension, qui apparaît en début de séance, va se spécialiser au fur et à mesure que la personne progresse dans les 7 niveaux de lapsus, en deux familles de tension physique. Ce sont les mouvements d'intensité et les mouvements d'images.

Les mouvements d'images, sont des mouvements logiques évoquant des détails de la situation concrète du traumatisme. Ils ramènent à la conscience de l'adulte ce que l'enfant voit, fait et dit dans sa scène traumatique. Les mouvements d'intensité, ramènent les informations relatives à la douleur psychique que l'enfant traverse dans sa scène traumatique. Ce sont des mouvements illogiques allant au conflit articulaire et qui sont toujours la trace de l'intensité de cette souffrance.

Nous pouvons citer le cas de Jacques dans un extrait de sa séance. A ce moment, son corps s'exprime dans sa main qui mime un mouvement de préhension. Puis peu à peu ces doigts se crispent intensément enroulant le poignet en hyper flexion douloureuse. Dans sa verbalisation d'après séance, il racontera avoir ouvert de sa petite main la porte

du couloir en tournant la poignée ronde après avoir entendu du bruit. C'est à cet instant qu'il tombe des nues devant son père embrassant sa tante (images issues du mouvement de préhension). Sa main s'accrochant alors à cette poignée de porte comme à une bouée de sauvetage (douleur du poignet en hyper flexion) tellement ce secret, qu'il partage désormais, le plonge dans une situation inextricable aux conséquences irrévocables sur le couple de ses parents. Ainsi l'association de ces deux types de mouvements amène un revécu corporel au détail près de la situation traumatique. D'un côté toutes les images de l'action et de l'autre, toute l'intensité sonore du drame sans laquelle le revécu intime serait impossible.

La psychanalyse corporelle n'a donc pas la vocation d'interpréter à la place de la personne l'origine psychique de leur symptôme douloureux mais de l'aider à trouver elle-même, et à l'aide de son corps, le sens profond des douleurs de son histoire :

c'est cette connaissance intime de son passé qui lui permet ensuite, accompagnée par le psychanalyste corporel, d'apprendre pas-à-pas à mieux vivre dans son présent.

En conclusion, les professionnels de la santé sont les témoins d'une demande croissante de leur patientèle : celle d'un mieux être psychique. Pour certains, c'est une vraie interpellation qui soulève la question d'une nouvelle utilité. Cette remise en question est saine car elle initie la force d'acquiescer de nouvelles compétences et aboutit à l'innovation. Il serait pertinent et gage de pérennité que des équipes de recherche et de pratique continuent d'exister et se développent dans tous les domaines de notre métier. La psychanalyse corporelle est un des exemples de ce que peut apporter notre profession à nos concitoyens.

Jean-Michel LASBOUYGUES

Kinésithérapeute, psychanalyste corporel,

Président de l'Institut Français de Psychanalyse Corporelle (I.F.P.C)

Bibliographie :

[1] www.carpimko.com. Enquête sur la pénibilité du travail auprès des auxiliaires médicaux réalisée sur un échantillon de 1500 auxiliaires médicaux. (consulté en janvier 2008).

[2] FREUD, S., Psychopathologie de la vie quotidienne, Paris, Gallimard, 1997.

[3] MONTAUD, B., et DURET, J.-C., Allô mon corps... fondements de la psychanalyse corporelle, Saint Nicolas de la Balerne, Edit'as, 2005.

[4] RANK, O., Le traumatisme de la naissance, Paris, Petite Bibliothèque Payot, 2002. **

En savoir plus sur

http://www.salonreeduc.com/site/FR/FMT_Mag/Recherche_dossiers/Dossier,Introduction_a_la_psychanalyse_corporelle,15878,Zoom-afc7324d3efc32fac977922d20d5a4c3.htm#T7DjvFHFGotytTfx.99