

Les pratiques de groupe

Date de publication : 10 Juin 2008

Quelle est la particularité d'une psychothérapie psychanalytique de groupe en Sophia-analyse ?

C'est un **lieu de parole dans un espace protégé**. Dans ce cadre, chacun peut explorer son histoire personnelle et, avec l'aide des autres membres du groupe, contacter des aspects méconnus de lui-même.

Une séance se déroule en trois temps.

· **Le premier temps :**

C'est *un temps de la libre parole*, durant lequel les participants échangent et réagissent sur les thèmes de leur choix. Ils choisissent de parler de leurs difficultés et de leurs problèmes actuels, liés à leur histoire personnelle.

Cet agir dans le groupe, équivalant à la libre association, témoigne d'une communication où conscient et inconscient des participants sont en étroite collaboration. En actualisant leur problématique dans le groupe, les participants peuvent reconnaître les réactions et décisions inconscientes prises dans le passé.

· **Le deuxième temps :**

C'est *le temps de l'interprétation* durant lequel les thérapeutes proposent alternativement une interprétation du processus dynamique du groupe donnant du sens et unifiant le vécu du groupe.

A travers un thème souvent développé à plusieurs niveaux (selon les parties historiques impliquées, selon les points de vue dynamique et topique, selon les référents psychanalytiques et sophia-analytiques), les thérapeutes vont analyser et faire émerger les solutions envisagées par le groupe et proposer des pistes d'élaboration.

· **Le troisième temps :**

C'est *un temps personnel* où chacun, sans interagir avec les autres, peut s'adresser aux thérapeutes en s'appropriant la partie de l'interprétation correspondant à son élaboration par rapport à son histoire et à sa problématique. Il peut leur faire part de son vécu, de ses émotions, de ses prises de conscience ou de sa perplexité. Chacun peut ainsi recevoir une aide individualisée.

Qu'apporte la participation à ces groupes ?

La participation à ces groupes s'adresse à toute personne désireuse d'engager une recherche personnelle et peut être le complément ou l'écho d'une psychanalyse ou d'une psychothérapie individuelle.

Cet espace privilégié favorise l'émergence des parties inconnues ou oubliées de chacun. Avec l'aide du groupe et des thérapeutes, les participants vont élaborer des propositions face aux conflits familiaux, de couple ou professionnels. Un processus d'élaboration personnelle et relationnelle va s'engager.

(Voir également l'article sur les groupes dans la rubrique : Filiations)

© Copyright AFSA 2008. Tous droits réservés.