

Colloque international Psy au Palais des Congrès à l'initiative de l'École de la Cause Freudienne

Paris, dimanche 11 janvier 2004.

Manifeste pour une psychothérapie sociétale

par **Serge Ginger, psychothérapeute en Gestalt, secrétaire général de la Fédération Française de psychothérapie (FF2P)**

Je vais parler ici en tant que *psychothérapeute*, représentant la *Fédération Française de Psychothérapie* (FFdP) — mais surtout à titre *personnel*, en tant que fondateur de l'*École Parisienne de Gestalt* (EPG).

Je vais développer rapidement une idée simple : la nécessité d'ouverture de la psychothérapie :

- ouverture aux *cinq dimensions principales de l'Homme* ;
- ouverture à *cinq niveaux possibles de la psychothérapie*.

* * *

Le 30 octobre dernier, j'ai été sollicité pour un débat télévisé de 50 minutes sur la *Chaîne parlementaire* et je me suis brutalement trouvé confronté à trois types de pouvoirs :

- *le pouvoir politique* — symbolisé par Monsieur Accoyer, député de droite, auteur d'un amendement, désormais tristement célèbre ;
- *le pouvoir médical* — symbolisé par le Dr Cléry-Melin, psychiatre, auteur d'un rapport au Ministre de la santé, fondant le pouvoir des psychiatres ;
- *le pouvoir de la parole* — symbolisé par Jacques-Alain Miller, psychanalyste, auteur de plusieurs manifestes à l'opinion éclairée.

Et moi ?... Et moi ?... Où allai-je donc puiser mon propre pouvoir ?

Mon engagement depuis 30 ans dans la philosophie et la pratique gestaltiste m'incitait d'emblée à considérer la situation *dans son ensemble* — ensemble " irréductible à la somme de ses parties " : l'avenir de la psychothérapie et de la psychanalyse ne pouvait être détaché du *contexte social*, culturel et politique du moment.

Il me fallait prendre de la distance face à ma pratique de cabinet : passer de l'écoute respectueuse à l'affirmation agressive, de l'effacement à *l'assertivité*.

Le temps est venu, en effet, de sortir du confort douillet de nos cabinets, réfugiés dans une " extra-territorialité " artificielle, et de prendre nos responsabilités dans la vie sociale de la communauté tout entière.

Le temps est venu de dépasser la *parole individuelle* du psychothérapeute-spécialiste pour accéder au *discours collectif* du psychothérapeute-citoyen, passer du déchiffrement progressif du *texte* à l'analyse engagée du *contexte*.

En réalité, depuis trente ans, j'avais déjà entamé ce mouvement : après plusieurs années de psychanalyse traditionnelle, j'avais décidé de m'investir dans la

psychothérapie contemporaine, dans la *Gestalt-thérapie* — que j'ai importée en France au tout début des années 70.

Pourquoi la Gestalt ? Parce qu'elle m'était apparue riche de *créativité*, échappant en partie à la pesanteur de la *compulsion de répétition*, au déterminisme aliénant de la petite enfance, et qu'elle mettait chacun face à sa responsabilité existentielle de l'instant, individuelle et sociale.

En paraphrasant Jean-Paul Sartre, je répétais alors volontiers :

" L'important n'est pas ce qu'on a fait de moi, mais ce que je fais **moi-même** de ce qu'on a fait de moi "

Et j'ajouterais aujourd'hui :

L'important n'est pas simplement ce qui se passe **en moi**, mais ce que je fais de ce qui se passe **autour de moi**.

La Gestalt ne considère l'homme qu'inséré dans son milieu, elle se concentre sur les *phénomènes de frontière* entre l'individu et son environnement. La vie intime s'éclaire et s'enrichit de la relation à l'autre, non seulement l'autre comme élément *transférentiel*, nourri du passé, mais aussi l'autre comme individu réel, *dans l'ici et maintenant* de la relation actuelle, avec tous ses signifiants.

Ainsi, le thérapeute en Gestalt ne se réfugie pas dans une *neutralité bienveillante* et patiente, mais il prend le risque d'une *implication contrôlée* où il s'expose — prudemment — avec son propre vécu, en partie contre-transférentiel, mais en partie aussi personnel, afin d'analyser — *au bénéfice de son patient* (ou " client ", c'est à dire celui qui demande et choisit librement) — d'analyser les réactions émotionnelles, intellectuelles, voire sociales, en jeu à chaque instant... dans leur aspect vécu chez chacun des partenaires, sans négliger l'interaction systémique des personnes en présence, dans le cadre de l'environnement local, mais aussi de l'environnement plus large : social et culturel.

* * *

Et voici qu'aujourd'hui, d'une manière inattendue, nous nous retrouvons côte à côte, Jacques-Alain et moi, dans ce combat engagé :

- un psychanalyste, spécialiste de l'exploration des profondeurs intimes...
- et un psychothérapeute gestaltiste, spécialiste de l'analyse des liens *entre l'interne et l'externe*, de la frontière entre l'individu et son environnement — l'individu, fruit partiel de son passé, mais immergé dans son présent et riche de son futur, embarqué dans l'exploration de sa vie " en 4 x 4 " : poussé par son passé, et tiré par son avenir...

Cette alliance entre la psychanalyse lacanienne et la psychothérapie est-elle une alliance tactique ou politique provisoire, un mariage blanc ou " contre nature ", ou bien traduit-elle les prémisses d'un rapprochement plus profond et durable, d'un métissage exogamique fertilisant, d'une pollinisation croisée qui assurera la fécondité future du jardin psy interdisciplinaire ? Nul ne le sait encore...

Le combat politique a catalysé les énergies, relativisé les clivages et transformé les passerelles d'urgence en viaducs avenants. Il se pourrait même que la circulation s'y fasse bientôt à double sens. : de la psychothérapie vers l'analyse et de l'analyse vers la psychothérapie.

Voici que je me sens si proche de Jacques-Alain Miller que je me demande par moment ce qui nous sépare :

- Pourquoi ne suis-je pas lacanien — nourri par *le manque et le langage*?
- Est-il possible qu'il ne soit pas gestaltiste — aiguillonné par les *Gestalts inachevées* et persuadé de la richesse d'une approche *globale* de l'être humain dans toutes ses dimensions existentielles ?

Mais quelles sont donc ces *cinq dimensions existentielles principales* qui animent l'être humain et que j'ai souvent symbolisées par le *Pentagramme de la Gestalt* ? Ce sont :

- la dimension *physique*, celle du corps, du corps réel et incarné ;
- la dimension *émotionnelle* ou affective, celle du cœur ;
- la dimension *intellectuelle* ou cognitive, celle de la tête ;
- la dimension *sociale*, celle de notre environnement culturel ;
- la dimension *spirituelle* — dans une acception large du terme — celle du sens de notre vie.

Si je fonctionne d'une manière harmonieuse et intégrée, il y a une cohésion évidente entre ce que je dis (la tête), ce que je sens (le cœur), ce que je fais (le corps), et mon unité interne tient compte de l'environnement humain (social) et de l'environnement plus large : l'écosystème général, ma place dans ce monde et le sens de ma vie pour moi — ce que j'appelle la dimension " spirituelle ", faute d'avoir trouvé un terme moins polysémique.

Voilà donc, d'après moi, et pour rester bref, l'approche que je privilégie dans mon travail psychothérapeutique, fort éloigné, on le voit, d'une focalisation naïve sur la résolution des *symptômes* du mal-être — lesquels seraient plus facilement mesurables et évaluables selon les critères franco-qubécois des autorités politiques et sanitaires...

* * *

J'avais annoncé les cinq dimensions de l'être, mais aussi les *cinq dimensions de l'intervention psychothérapeutique*. De quoi s'agit-il donc ?

Il s'agit là, dans mon esprit, de la possibilité, voire de la *nécessité*, d'élargissement du *setting* ou du cadre général, non plus de la cure classique, mais de l'intervention thérapeutique — au sens plus global du terme, tel qu'il a été esquissé notamment par Adler, Anna Freud, par des néo-psychanalystes de l'école britannique et américaine, ainsi que par Fritz Perls, le fondateur de la Gestalt-thérapie.

La frontière entre psychothérapie profonde et prise de conscience éducative, philosophique, voire politique, s'estompe, mais il s'agit bien pourtant d'aller puiser au fond de son être, les ressources personnelles disponibles pour enrichir son être-au-monde, sa conscience de soi, mais aussi des autres, dans une démarche à la fois *intra-psychique et inter-psychique*.

Je distingue ainsi, arbitrairement, *cinq niveaux possibles d'intervention* :

1. la thérapie individuelle, ou plutôt duelle ;
2. la thérapie de couple ou de famille ;
3. la thérapie *en* groupe ;
4. la thérapie *de* groupe ou institutionnelle ;
5. l'approche sociétale.

Je ne m'arrêterai pas sur les deux premières variantes, bien connues de tous.

Je dirai simplement quelques mots — pour terminer cette brève communication — sur les trois dernières approches évoquées ici.

Je distingue la thérapie *en* groupe de la thérapie *de* groupe :

3 • La thérapie individuelle *en situation de groupe* est assez couramment pratiquée en Gestalt-thérapie : il s'agit de se centrer successivement sur un client qui explore devant un groupe restreint son vécu — transférentiel et actuel — envers son psychothérapeute, mais aussi ses transferts et contre-transferts latéraux avec les autres partenaires du groupe thérapeutique — lesquels peuvent intervenir, le cas échéant, sur sollicitation du client ou du thérapeute. Un client pourra ainsi analyser à chaud ses attitudes et son vécu intime face à des personnes de l'autre sexe, ou encore son besoin de briller ou, au contraire, de se faire oublier... et, bien entendu, il évoquera les associations qui surgissent à ce propos, tirées de son passé : de ses expériences, de ses désirs et de ses craintes...

4 • En thérapie *de* groupe, par contre, le client principal est *le groupe lui-même*. On analyse à chaud, la dynamique de ce dernier : les jeux de pouvoir, de séduction, la lutte des places (Gaulejac), les manipulations conscientes et non conscientes de chacun, et cela avec les outils spécifiques de la Gestalt-thérapie, prenant en compte les mécanismes de *résistances*, l'ambivalence et les *polarités* des comportements, les réactions émotionnelles et leur discrète traduction corporelle, et ainsi de suite... Bien entendu, cette approche — que j'ai baptisée ailleurs la " socio-Gestalt " — est applicable dans les groupes *institutionnels* : au bureau, à l'école, à l'hôpital et même, avec certaines transpositions, dans les entreprises industrielles et commerciales.

5 • Et nous voici arrivés, pour terminer cette rapide introduction, à la 5^e modalité d'intervention " thérapeutique " : il s'agit de l'approche que j'appelle " *sociétale* ". Elle vise à la modification à terme des rapports de société : des structures de pouvoir, d'évaluation et de contrôle, des prises de conscience de nos besoins et de nos désirs de citoyens — *partiellement* libres et responsables, mais conditionnés et enlisés dans un carcan culturel sous-jacent, qui est loin d'apparaître toujours au premier plan. Il s'agit bien d'une " *psychothérapie sociétale* ", dont l'objectif est une prise de conscience individuelle et collective, suivie d'une transformation progressive — dont les échos raisonnent au fond de chaque être, contribuant à *sasanté*, si tant est que " La santé n'est pas l'absence de maladie ou d'infirmité, mais un état de complet bien-être physique, mental *et social* " (préambule de l'OMS).

Dans notre société contemporaine de précaution, stérilisant toute initiative par peur du risque potentiel de la vie, *l'heure est venue* d'éveiller la conscience de chacun sur les périls de la mondialisation des normes et du contrôle, sur l'idéologie de l'évaluation permanente selon des grilles préétablies, sur le " pouvoir gris " des experts (Yves Charles Zarka) qui nous envahit à notre insu. Il s'agit bien d'une action *préventive et thérapeutique*, à l'échelle sociétale.

Cette nouvelle étape de la psychothérapie emprunte les voies traditionnelles de l'art et de la culture (journaux, revues, cinéma) mais aussi les voies nouvelles des technologies contemporaines, telles que la télévision, la vidéo et surtout *l'internet*— qui permet à chacun de communiquer à tout instant avec chacun, en toute liberté d'expression, incarnant le " cerveau planétaire " qu'annonçait déjà, en 1986, Joël de Rosnay. Quelle sera la place spécifique des psychothérapeutes dans cette société naissante du XXI^e siècle ?

L'heure est venue de sortir de nos cabinets douillets ; *l'heure est venue* de sortir dans le brouillard tourmenté de la ville ; *L'heure est venue* de nous interroger sur notre rôle face à la peur qui nous paralyse, à la standardisation qui nous rabote, à l'évaluation généralisée qui nous engrillage.

La Gestalt, dont les racines historiques sont profondément libertaires, voire anarchistes, la Gestalt qui répugne à toute normativité, pour qui — selon la formule de Goldstein (1934) — " Le normal doit se définir, non par l'adaptation, mais au contraire, par la capacité *d'inventer* de nouvelles normes ", la Gestalt, que son fondateurs avait baptisée la " thérapie des normaux ", est fort bien placée, pour cette thérapie salutaire à grande échelle — cela en collaboration, bien sûr, avec sa cousine rebelle, la psychanalyse lacanienne.