

# **L'Analyse Psycho-Organique : une pratique psychanalytique, psycho-corporelle et existentielle.**

## **Une illustration clinique : les polarisations.**

**Marc TOCQUET**

### Résumé :

Dans cet article, je montre de quelles façons l'Analyse Psycho-Organique participe conjointement de la psychanalyse, des thérapies psycho-corporelles et de l'approche humaniste existentielle de la personne.

Paul Boyesen, en créant l'Analyse Psycho-Organique, a fondé une méthode thérapeutique nouvelle avec ses propres concepts et ses façons de faire cliniques spécifiques. J'illustre cette spécificité par une pratique thérapeutique originale que nous appelons « polarisation ». Les polarisations constituent un moyen adapté de réparation des manques du narcissisme primaire et c'est toute la dimension de ce que nous appelons la « régression positive » dont il est question ici. C'est aussi une occasion supplémentaire de montrer comment l'attention portée à la richesse et à la variété des sensations corporelles ouvre une possibilité de symbolisation et de subjectivation pour nos thérapeutes.

### Abstract:

In this article I show the ways in which Psycho-Organic Analysis contributes simultaneously to the psychoanalysis, the psycho-corporal therapies and the existential-humanistic approach of the person.

In creating Psycho-Organic Analysis, Paul Boyesen founded a new therapeutic method with its own concepts and specific clinical procedures. I illustrate this specificity by means of an original therapeutic practice that we call 'polarization'. Polarizations form an appropriate instrument for repairing the deficiencies of primary narcissism, and the subject matter here is what we call 'positive regression' in its entirety. It is also a further opportunity to demonstrate how the attention given to the richness and variety of corporal sensations gives people following a therapy an opportunity for symbolization and subjectification.

### Mots-clés :

Analyse Psycho-Organique, Psychanalyse, thérapies psycho-corporelles, approche humaniste existentielle, narcissisme primaire, polarisation, régression positive, symbolisation, subjectivation.

Key words:

Psycho-Organic Analysis, Psychoanalysis, psycho-corporal therapies, existential humanist approach, primary narcissism, polarization, positive regression, symbolization, subjectification.

Il n'est pas possible de donner une priorité à l'une de ces trois approches, psychanalytique, psycho-corporelle, existentielle, dans la théorie, ni dans la pratique de l'Analyse Psycho-Organique. Dès le départ elles sont indissociablement liées. Ce qui me semble remarquable dans ce qu'a conçu Paul Boyesen, c'est qu'à partir de ces origines, il a façonné une pratique et une conceptualisation absolument nouvelles, forgeant ses propres concepts pour rendre compte de la réalité psycho-corporelle de la personne, structurant une méthode clinique originale à partir d'une vision nouvelle du processus thérapeutique.

De la psychanalyse, nous conservons l'édifice métapsychologique. Ce même édifice qui a structuré l'essentiel des approches psychothérapeutiques de ces dernières décennies, depuis que Freud a théorisé l'Inconscient, le Préconscient et le Conscient, les pulsions, les abréactions, le Moi, le Ça et le Surmoi, les défenses psychiques, sans compter l'approche révolutionnaire en son temps de la psychopathologie qu'il nous a donnée, avec notamment ses conceptualisations de la névrose, de la psychose et de la perversion.

Bien d'autres découvertes freudiennes sont aussi les jalons de notre pratique : le transfert, en tout premier lieu, comme outil thérapeutique majeur, l'importance de l'infantile et de la sexualité, la fonction du symptôme, et bien d'autres choses.

C'est cette base psychanalytique qui, conjointement aux concepts précis et spécifiques de l'Analyse Psycho-Organique, nous permet d'élaborer et d'articuler notre pratique.

Ce n'est pas le lieu, ici, de souligner combien la psychanalyse a transformé radicalement les pratiques thérapeutiques qui existaient avant son apparition, ni de démontrer comment elle a progressé, cheminé, évolué, dès son origine, permettant, en arborescence, une riche et constante évolution d'elle-même. Eric Champ et moi-même avons cherché à démontrer cela dans un article récent<sup>1</sup>, où nous mettons en évidence ce que l'on peut appeler un paradigme psychanalytique autorisant l'utilisation de ce même mot de psychanalyse au travers de toutes ces évolutions, de S. Ferenczi à D. W. Winnicott, de M. Klein à J. Lacan, sans oublier la psychanalyse de l'enfant.

L'Analyse Psycho-Organique s'inscrit clairement dans ce paradigme psychanalytique, que Freud lui-même avait annoncé en écrivant en 1922 : « *L'affirmation relative à l'existence de processus mentaux inconscients, le ralliement à la théorie de la résistance et du refoulement, l'importance accordée à la sexualité et au complexe d'Œdipe : tels sont les points essentiels dont traite la psychanalyse, et aussi les fondements de sa théorie. Qui ne les accepte pas globalement ne saurait se compter au nombre des psychanalystes* ».

---

<sup>1</sup> « De la psychanalyse freudienne vers une psychanalyse intégrative » in *Les fondements des psychothérapies. De Socrate aux neurosciences*, sous la direction de M. Vinot-Coubetergues et E. Marc, Dunod, 2014

L'Analyse Psycho-Organique, cependant, « qui s'inscrit dans le grand courant de la psychanalyse »<sup>3</sup> a une véritable spécificité au sein de cette pratique.

Contrairement à ce que l'on entend souvent, le corps est en fait très présent sur le divan d'un psychanalyste, même lorsque ce divan est celui d'un praticien que l'on pourrait, sans doute trop rapidement, dire très « classique » : contacter ses processus inconscients dans la relation transférentielle mobilise, en effet, beaucoup de sensations corporelles.

Cependant, en psychanalyse, habituellement, on ne s'adresse pas d'emblée au corps, on ne l'utilise pas directement comme un lieu ou un moyen d'expression, et encore moins, en tant que corps, comme un vecteur possible de transformation. C'est ce qu'il peut nous arriver de faire, nous, au contraire, en Analyse Psycho-Organique.

En effet, à la suite de la vision de W. Reich, de G. Boyesen, d'A. Lowen nous considérons le corps comme un lieu d'engrammation et d'expression des conflits psychiques, et nous savons la possibilité, en s'adressant à lui, par une approche parfois purement corporelle, que puissent s'exprimer et se résoudre ces conflits.

Ces propositions de travail corporel, nous cherchons cependant la plupart du temps à pouvoir les associer à une élaboration psychique. Pour nous, la seule abréaction corporelle ou physique n'est pas le vecteur toujours suffisant d'une transformation durable<sup>4</sup>.

Nous constatons, en effet, que c'est dans le lien entre le vécu corporel et une situation, un souvenir, une réminiscence associés à ce vécu corporel, que peut s'agencer une mise en conscience durablement transformationnelle. Cette élaboration transformationnelle s'opère à partir de la création de ce lien, et fait l'objet en Analyse Psycho-Organique de plusieurs approches techniques, comme celle du PIT<sup>5</sup> par exemple.

Enfin, l'Analyse Psycho-Organique est infusée aussi de l'approche humaniste existentielle. Cela est très important pour moi, c'est elle qui donne ce que j'appelle le « style » de l'analyste psycho-organique, cette façon d'être, chaleureuse et accueillante, que les personnes venant nous voir perçoivent immédiatement.

---

<sup>2</sup> S. Freud. 1922. S. E., XVIII, p. 247.

<sup>3</sup> Paul Boyesen lors du collège des formateurs du 30 mai 2015.

<sup>4</sup> Cette nécessaire élaboration psychique me semble avoir aussi l'effet d'éviter les fréquentes dépendances que l'on observe à une approche uniquement corporelle et abréactive.

<sup>5</sup> Le PIT, initiales de Primary Impulse Training que l'on peut traduire par Travail sur l'Impulse Primaire, est notre méthode de travail de base en Analyse Psycho-Organique. Ce PIT se divise en PIT élémentaire et en PIT avancé. Le PIT élémentaire consiste essentiellement à créer les conditions pour que le thérapeute puisse appréhender différemment des situations de son histoire en se positionnant autrement par rapport à elles, notamment à partir d'une ouverture à son ressenti organique et émotionnel ainsi que par un travail d'expression. Le PIT avancé s'appuie principalement sur des images que nous appelons symboliques, images que chacun de nous possède en soi, porteuses de nos attentes et supports de notre désir de vivre. J'en donne ici des définitions très rudimentaires et j'invite le lecteur à consulter l'ouvrage *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, ouvrage collectif sous la direction d'E. Champ, A. Fraisse, M. Tocquet. Ed. L'Harmattan, 2015, pour prendre connaissance du concept et de la pratique du PIT.

L'approche existentielle prend en compte, en effet, l'expérience subjective de la personne.

Elle affirme que les mécanismes de fonctionnement d'un être humain dépendent de la spécificité de son individualité et que les façons d'être d'une personne n'ont de sens que rapportés à l'identité particulière, unique, d'un individu<sup>6</sup>. Dès lors, la relation à la personne elle-même devient fondamentale.

Cette approche existentielle en psychothérapie a émergé de la rencontre aux Etats-Unis, dans les années soixante, de psychologues universitaires<sup>7</sup>, de psychothérapeutes, mais aussi de psychanalystes, qui refusaient d'une part le comportementalisme (*behaviorism*) pour qui l'esprit est une « boîte noire » (la seule chose considérée étant le comportement, sans s'occuper de la subjectivité de la personne, ni de la question du sens), mais qui ne se reconnaissaient pas non plus, d'autre part, dans la seule psychanalyse, trouvant la théorie freudienne trop déterministe, faisant de l'homme le produit exclusif de ses pulsions et de son histoire.

Ils se sont donc regroupés autour de valeurs communes comme la spécificité de l'individu, sa capacité de liberté et de choix, la valeur de l'intentionnalité tout autant que celle de la causalité.

« L'existence précède l'essence » comme l'écrit Sartre dans « L'existentialisme est un humanisme »<sup>8</sup> peut, d'une certaine façon, résumer ce positionnement de la psychologie existentielle.

La force et la présence constante de la créativité en Analyse Psycho-Organique, sont, selon moi, un des effets très positifs de l'assemblage de ces différentes approches. Cette créativité, présente tant du côté du thérapeute que de celui du thérapeusant, qui est une particularité remarquable de notre méthode, dont il faudrait un article entier pour en développer les spécificités, les modes d'expression, la façon dont nous l'utilisons, ainsi que, bien sûr, les effets thérapeutiques.

Je propose d'illustrer ici la synthèse des approches psychanalytiques, psycho-corporelles et existentielles que constitue l'Analyse Psycho-Organique, par une des pratiques que nous pouvons utiliser dans le cours d'un processus thérapeutique, à savoir les « polarisations ».

De quoi s'agit-il ?

Une polarisation est ce que nous appelons un « expérientiel », c'est-à-dire un dispositif que nous proposons au thérapeusant de vivre dans le cadre de ses séances<sup>9</sup>. Quand il nous semble approprié de proposer un expérientiel, avant toute chose, nous le présentons au

---

<sup>6</sup> Signalons que par son étymologie même, le mot existence, (*exister*, Ciceron : *sortir de, se tenir en dehors de*) porte cette notion de se tenir en dehors d'un lieu, sortir d'un endroit défini qui serait déterminant pour la personne.

<sup>7</sup> Comme A. Maslow, K. Goldstein, R. May, H. Ellengerger, C. Rogers, H. Feifel, G. Allport.

<sup>8</sup> Sartre J.-P., *L'existentialisme est un humanisme*, Paris, Gallimard, 1996, p. 32.

<sup>9</sup> Un expérientiel est un dispositif proposé au thérapeusant afin qu'il puisse se relier à son ressenti organique et émotionnel ou le mobiliser, contacter et s'ouvrir à son monde inconscient, réparer les manques de ce qu'il a vécu, au travers d'images ou de situations qu'il explore, dans une très grande variété de façons de faire, au fil de son processus thérapeutique.

thérapeute, nous lui expliquons en quoi il consiste. Son accord pour pratiquer cette expérience est, bien sûr, toujours sollicité.

La pratique d'un expérimentiel s'inscrit ainsi dans un cadre particulier de notre cadre analytique. Nous prévenons que nous allons faire un expérimentiel, qu'il aura une certaine durée, qu'il se composera de tels et tels éléments, et qu'il s'agit donc d'une expérience limitée que nous proposons à la personne de vivre, au cours d'une ou de plusieurs séances.

Ainsi cette expérience est clairement définie, et, bien sûr, elle sera reprise, et intégrée dans le cadre du processus thérapeutique. Nous proposons toujours au thérapeute de nous faire part de ce qu'il s'est passé pour lui au cours de cet expérimentiel, de ce qu'il a vécu, et comment cette expérience est porteuse de sens, de compréhension, et, éventuellement, de transformation pour lui. Le thérapeute peut exprimer cela directement à l'issue de cet expérimentiel ou, éventuellement, selon les situations, au cours de la ou des séances suivantes.

Pour ce qui concerne les polarisations, après avoir sollicité l'accord de la personne, et lui avoir précisé qu'elle peut interrompre l'expérimentiel dès qu'elle le souhaite en levant simplement la main, nous l'invitons à se tourner sur le côté<sup>10</sup> en ramenant ses jambes vers elle. L'analyste psycho-organique se rapproche alors de son thérapeute et pose une de ses mains par exemple sur le haut de son dos et son autre main au bas de sa colonne vertébrale. Il invite alors son thérapeute à accueillir ce qui se passe en lui.

On peut accompagner ce positionnement des mains par des paroles comme : *vous explorez cet espace qui est là, qui est un espace de contact avec vous-même. Sentez-bien ce qui se passe en vous. Vous pouvez vous ouvrir à la circulation de la vie en vous, être là simplement à écouter la vie en vous. Et puis vous accueillez ce qui émerge, les sensations, les images, les affects, les émotions.*

Bien sûr, la présence absolue du thérapeute est requise, une présence entière, qui répare l'éventuelle non-présence de la mère à elle-même, et à son enfant, présence du thérapeute qui se perçoit dans ses mains, dans l'adéquation du toucher, suffisamment fort pour soutenir, contenir, suffisamment souple pour ne pas être oppressant, ni intrusif.

Les polarisations entrent pour moi dans le cadre de la réparation des manques du vécu du narcissisme primaire que bien des thérapeutes sont amenés à contacter dans le cours de leur processus thérapeutique. C'est toute la dimension des besoins du narcissisme primaire, de leur réparation, et de l'établissement du support de l'avènement du narcissisme secondaire qui se retrouve là.

Nous proposons donc les polarisations lorsque le thérapeute se trouve à un de ces moments clés de son processus, et il fait partie de l'art d'être thérapeute que de percevoir ce moment, précisément adéquat, pour proposer cette médiation thérapeutique.

Une polarisation dure au moins 15 minutes. C'est la durée qui apparaît minimale pour qu'une expérience puisse se déployer et s'inscrire corporellement.

Plusieurs positions des mains sont possibles pour le thérapeute :

Haut du dos - Bas du dos

Haut du dos - Pieds

Arrière de la tête - Pieds

Haut du dos - Ventre

---

<sup>10</sup> De préférence sur le côté gauche.

## Point du cœur dans le dos - Bas du sternum

Remarquons que dans ces polarisations, nous maintenons une topologie du corps, ce qui constitue un repérage pour la personne au cours de sa régression, ainsi qu'une base éventuelle de structuration minimale de l'image inconsciente du corps.

Il me semble souhaitable aussi de proposer au thérapeusant de nous dire laquelle de ces différentes positions des mains lui convient le mieux, ainsi que de lui demander s'il souhaite des changements dans la pression exercée. Un meilleur ajustement de la position des mains du thérapeute permet au thérapeusant de mieux se laisser aller à ressentir le « bon » que peut lui procurer cette expérience. Cela lui permet aussi de mieux laisser venir les choses et d'approfondir ce qui se passe pour lui, en n'étant pas gêné par les sensations désagréables, ni par les commentaires conscients que peut induire la sensation de quelque chose de mal adapté.

D'autre part, dans le cadre de la régression importante qu'induisent ces polarisations, le fait que le thérapeusant puisse nous dire sa préférence et que nous nous y adaptions, a aussi des effets thérapeutiques quant à son pouvoir de transformer « l'objet » (comme le définit la psychanalyse, ici essentiellement sa mère) : le désir du thérapeusant a un effet sur l'autre, l'enfant est entendu et reconnu dans son besoin ou son désir, l'autre en tient compte et peut, à partir de là, modifier son comportement.

Enfin, par cette possibilité de nous dire ce qui lui convient le mieux, le thérapeusant devient partie prenante de l'expérience, il devient acteur de cet expérientiel. Ceci limite notamment les phénomènes de dépendances au « bon » qui peuvent parfois être ressentis durant ces expérientiels, ainsi que des dépendances à la personne du thérapeute qui peuvent se produire lorsque le thérapeusant est soumis passivement à des pratiques où il est question du plaisir régressif du corps.

Par cet exemple des polarisations en Analyse Psycho-Organique, il me semble que l'on peut percevoir combien notre travail constitue une articulation entre psychanalyse, approches psycho-corporelles et psychothérapies humanistes existentielles :

- Notre positionnement est humaniste dans le fait d'expliquer au thérapeusant que nous lui proposons une expérience, que nous créons un cadre thérapeutique spécifique dans le cadre de la séance et du processus thérapeutique. Nous sollicitons son accord. Nous l'informons qu'il peut interrompre cet expérientiel, très facilement et simplement, s'il le souhaite, qu'il peut aussi de lui-même favoriser ou améliorer l'expérience. Nous nous adressons donc à la personne que nous avons devant nous, nous situons le statut de cette expérience thérapeutique, qu'elle a le choix d'accepter ou de refuser.

- Par ailleurs, la notion même de régression, sa pratique clinique sont issues directement de la pratique de la psychanalyse. Le processus de régression a été mis en évidence et théorisé par Freud. C'est lui qui a montré son intérêt thérapeutique, tout comme il a démontré l'importance du vécu infantile, notamment au plus jeune âge, et dégagé ce que sont le narcissisme primaire et le narcissisme secondaire, ainsi que leur portée dans la constitution du moi.

- Enfin, l'approche psycho-corporelle est là, bien sûr, dans le protocole lui-même, dans la façon dont nous faisons appel au vécu corporel du thérapeusant dans cet expérientiel. Nous ne recherchons pas, d'ailleurs, à récupérer immédiatement ce vécu corporel par une mise en sens

de la part du thérapeusant, encore moins par une mise en discours qui contraindrait la richesse du vécu organique<sup>11</sup>. Nous constatons que ce vécu organique est réparateur en lui-même, grâce au vécu corporel bienfaisant de cette régression, que nous appelons, à la suite de Gerda et de Joëlle Boyesen, une régression positive. Généralement cette régression est en relation avec le plaisir organique : quelque chose se répare dans le cadre de la relation transférentielle, quelque chose en relation avec la sécurité du lien à l'objet primaire, en relation aussi avec une sécurité ontologique et existentielle dans le corps.

Ceci est aussi l'occasion de souligner combien, pour nous, le corps, tout particulièrement par l'intermédiaire de la présence à la richesse et à la variété des sensations corporelles, est un lieu de symbolisation et de subjectivation<sup>12</sup>.

Il peut arriver aussi que cette régression amène le thérapeusant à vivre, ou à revivre, une situation difficile, qui ne lui apporte pas du « bon ». Pour autant, cette expérience a, bien sûr, tout son sens et constitue alors un support d'analyse et de symbolisation de ce qui se passe pour le thérapeusant à cet endroit là. Elle ouvre à la recherche de ce qui peut conduire, dans le transfert, à la réparation de ces moments premiers de la vie.

La pratique d'expérientiels se fait de façon adaptée, toujours en phase avec le thérapeusant au travers des problématiques qu'il développe dans son processus et de ses modes singuliers d'élaboration psychique.

Toujours il s'agit en effet, pour moi, de laisser au thérapeusant la possibilité de déployer son propre espace thérapeutique, de lui donner la possibilité de mettre en jeu l'intensité et souvent l'âpreté de ce qu'il veut réparer.

C'est l'indispensable et constant travail de supervision qui nous permet de percevoir cette adéquation, en prenant conscience notamment de ce qui se joue dans le lien transférentiel et contre-transférentiel et d'élaborer ainsi, dans l'ouverture et la rigueur, la justesse de notre pratique thérapeutique.

## BIBLIOGRAPHIE

Boyesen J. (2004), « Régression et symbolisation », *Manuel d'enseignement de l'EFAPO* n° 7, pp. 293-317.

Boyesen P., Huber H.-G. (1993), *Pour qui je me réveille le matin ?*, Paris, Les éditions Adire.

---

<sup>11</sup> C'est pour cette raison que cette mise en sens ne se fait pas obligatoirement tout de suite après l'expérientiel lui-même, mais peut être proposée au cours de la séance suivante par exemple.

<sup>12</sup> Je rejoins ainsi ce que F. Dolto a conceptualisé sous forme d'« Image inconsciente du corps » dont l'importance, comme moyen de subjectivation, demeure bien au-delà de la petite enfance.

Champ É. (2012), « Le présent amplifié », *DIALOG, International Journal of Psycho-Organic*, Paris, EAPOA, pp. 38-44.

Champ É. (2015), « L'éthique de l'Analyse Psycho-Organique », *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan, pp. 275-291.

Champ É., Tocquet M. (2014), « De la psychanalyse freudienne vers une psychanalyse intégrative » in *Les fondements des psychothérapies*, ouvrage collectif sous la direction de M. Vinot-Coubetergues et E. Marc, Paris, Dunod.

Champ É., Fraisse A., Tocquet M. et al. (2015), *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan.

Dolto F. (1984), *L'image inconsciente du corps*, Paris, Seuil.

Ferenczi S. (1932), *Journal clinique*, Paris, Payot, 1985.

Fraisse A., Tocquet M. (2015), « Les fondements de l'Analyse Psycho-Organique », *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan, pp. 25-38.

Fraisse A., Tocquet M. (2015), « Les concepts de base de l'Analyse Psycho-Organique », *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan, pp. 81-112.

Freud S. (1922), Standard Edition, XVIII.

Maslow A. (1971), *Être humain*, Paris, Eyrolles, 2006.

Sartre J.-P. (1945), *L'existentialisme est un humanisme*, Paris, Gallimard.

Tocquet M. (2015), « L'inconscient en Analyse Psycho-Organique » in *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan, pp. 39-64.

Tocquet M. (2015), « La psychothérapie des adolescents en Analyse Psycho-Organique » in *L'Analyse Psycho-Organique. Les voies corporelles d'une psychanalyse*, Paris, L'Harmattan, pp. 319-358.

Tocquet M. (2016), *La créativité en Analyse Psycho-Organique*, Sofrapsy, <http://www.sofrapsy.fr>

Winnicott D. W. (1953), *Jeu et réalité. L'espace potentiel*, Paris, Folio Essais, Gallimard, 1975.