

LE MALENTENDU, ORGANISATEUR D'UNE POSSIBLE MALTRAITANCE

Marie Léon

Société française de Gestalt | « Gestalt »

2012/1 n° 41 | pages 55 à 64

ISSN 1154-5232

Article disponible en ligne à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-gestalt-2012-1-page-55.htm>

Distribution électronique Cairn.info pour Société française de Gestalt.

© Société française de Gestalt. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Le malentendu, organisateur d'une possible maltraitance

Marie LÉON

*Psychothérapeute,
Gestalt-thérapeute,
superviseuse et formatrice.
Exerce à Paris. Membre titulaire
de la SFG.*

marie.leon@wanadoo.fr

Nicole, une patiente qui depuis quelques années vit seule, me relate comment, une fois de plus, elle s'est fait éconduire par un homme. Cela se passe lors de sa dernière soirée dansante.

Elle est invitée pour une valse. Elle a déjà dansé avec cet homme et elle en avait éprouvé un grand plaisir. Ce plaisir elle le retrouve dès les premiers mouvements. Plusieurs fois au cours de la soirée, il lui renouvelle son invitation. Elle note qu'il ne danse qu'avec elle.

Je m'imagine que cette constatation la remplit de joie, mais la perception de Nicole est tout autre. La sensation de plaisir, au fil des invitations, se fait tension. Au bout d'un certain temps cette tension, par son insistance, prend alors toute la place et elle se dit qu'il ne danse qu'avec elle que parce qu'elle danse bien.

Ce **que** m'est dit avec force et conviction.

Cette pensée se fait certitude et, un rien provoquante quoique attentive à placer de l'humour comme pour tempérer son agressivité latente, elle lui demande s'il se souvient de son prénom.

L'homme s'avère quelque peu déstabilisé, bafouille et lui dit que non.

Sourire de Nicole, sourire qu'elle a encore, là maintenant, en me le racontant.

« Je l'ai piégé » me dit-elle.

Je pense : piégé, elle piège les hommes !

Je dis : « piégé... ? »

« Oui, ajoute t-elle, je ne suis jamais... »

J'entends quelque chose comme le mot milieu, peut-être parle-t-elle du juste milieu, je ne sais pas, j'ai décroché, je suis ailleurs. Lorsque je reviens, c'est pour l'entendre me dire sur un ton mi-contrarié, mi-reprochant un : « vous n'êtes plus là ! ».

Comment ça, je ne suis plus là ? Bien sûr que je suis là !

Cependant, en toute bonne fois, je sais bien que dans le moment précédant son signalement, je n'étais plus avec elle et j'imagine qu'elle l'a bien perçu.

Je décide de lui faire part de mon expérience : « Je vous ai quittée effectivement, je suis d'abord partie sur le mot piégé, le mot milieu m'a fait revenir, j'ai imaginé que vous parliez de juste milieu et j'ai à nouveau décroché. Oui Nicole, vous avez bien perçu, je n'étais plus là avec vous ».

Je choisis de valider la justesse de sa perception car, très souvent, soit elle doute de la véracité de ses impressions, soit elle en fait une certitude à laquelle elle s'accroche. Aussi, à mon sens, ne pas reconnaître cette justesse serait maltraitant car la thérapie ne lui donnerait pas l'occasion de comprendre ce qui dans son attitude tient l'autre à distance ou l'amène à décrocher.

Nicole réagit aussitôt avec un sourire de provocation : « Ah ! Je vous ai piégée aussi ».

Je ne réponds pas à sa remarque et je lui propose, dans un premier temps, de me parler de la nature de son vécu lorsqu'elle s'est aperçue que je n'étais plus avec elle.

Nicole : « Oui, je me suis dit... »

Elle rationalise, comme à l'accoutumée, le mode personnalité reprend le dessus. Dans ce mode, elle explique le pourquoi de sa posture. Il y a une raison, une cause « c'est parce que... ». Elle m'explique le présent par le passé et c'est ainsi « la cause » que j'ai à entendre et à considérer. Elle justifie sa manière d'être et de faire comme pour échapper à une accusation ou à un rejet. Cette justification, me semble-t-il, est aussi un moyen pour contrôler, en l'occurrence me contrôler, contrôler une possible interprétation de ma part qui risquerait de la déstabiliser et/ou de la blesser.

Cependant cette protection est organisatrice d'ennui, probablement de mon ennui présent. L'ennui est nourri du sentiment que rien d'inédit ne peut apparaître car elle ne fait, à mon sens, aucune place à la singularité de l'instant présent.

Moi : « Oui, mais avant de vous dire que... Avez-vous éprouvé quelque chose de particulier ?

Nicole : « Ben... heu... non... oui, peut-être... une tension, là, à l'intérieur ». Elle place la main sur sa poitrine et progressivement elle me décrit son sentiment de ne pas être intéressante, son impression d'être ennuyante puis sa sensation d'être seule, si seule... abandonnée, forcément abandonnée.

Dans ces circonstances, Nicole me quitte. Tout notre vécu – deux ans de travail ensemble – disparaît alors à sa conscience. Elle se tient à la seule chose qui lui fait certitude, c'est que « je n'en ai rien à faire d'elle ». Elle ne peut, à cet instant, croire à mon engagement. Elle en a la preuve : je m'ennuie et je ne suis plus là.

Pourtant, dans la situation présente, nous entrevoyons que sa manière de faire n'est plus tout à fait la même. Auparavant, soit elle fuyait, soit elle niait ce qu'elle ressentait ou encore, elle ne donnait aucun crédit à ce qu'elle observait. Aujourd'hui elle attaque et elle piège. Elle piège pour ne pas être en danger en s'exposant désirable. Elle s'en garde car elle sait, de par ses expériences antérieures, qu'il y a un risque de souffrance ou de déception.

Moi : « Vous voulez savoir ce que j'ai vécu face à votre phrase : je vous ai piégée ? ».

Nicole : « J'ai envie de dire oui, mais j'ai peur d'écouter ».

J'attends et elle semble sensible à ma patience. Après un temps d'hésitation, elle pose un : « oui, je veux vous entendre ».

Je perçois chez elle comme une crainte mêlée de curiosité. Je suis alors particulièrement attentive à la soutenir en maintenant un contact-regard pour ainsi étayer l'alliance thérapeutique.

Moi : « Lorsque vous avez souligné que je n'étais pas là, je me suis sentie presque coupable puis j'ai ressenti de l'agacement et de l'irritation contre vous et la manière dont vous me preniez en défaut. J'ai été tentée de verser dans la mauvaise foi en niant la justesse de votre perception puis j'ai senti comme une pointe de

tristesse avec l'envie de me retirer de la relation face à votre : je vous ai piégée ».

En entendant le déroulé de mon expérience, Nicole a les yeux humides, son souffle semble court. Ma respiration me semble passablement entravée par l'intensité de l'instant.

Moi : « Oui, Nicole ! ».

Nicole, troublée : « C'est difficile d'entendre ça... mais oui, je vous en voulais et j'avais envie de vous faire mal. Je n'en avais pas conscience comme cela à ce moment-là. Maintenant je conçois clairement que ma question avait pour but de vous mettre mal à l'aise et ainsi de vous piéger. De plus tout cela renforce ma conviction que je ne peux pas faire confiance. Je cherche alors les preuves et je finis toujours par les trouver ».

C'est ainsi que Nicole me quitte. Elle abandonne la relation en entrant dans un discours qui la protège mais qui de fait m'amène à la délaisser car bien vite je suis ennuyée par son bavardage. Ce bavardage vient faire écran à l'authenticité de ce qu'elle vit et de ce qu'elle est dans le moment de la rencontre. Elle tient ainsi à distance ce qui lui manque le plus et qu'elle désire tout en le redoutant : l'intérêt de l'autre, des autres.

Petite, elle recherchait cet intérêt auprès de ses parents mais ces derniers, trop occupés par la bonne marche de l'entreprise familiale, étaient peu attentifs à ses besoins de reconnaissance. Elle avait une bonne santé, elle avait des notes correctes à l'école et cela suffisait à les rassurer. Elle se refusait à les inquiéter et elle apprit à se faire discrète en contenant au mieux ses attentes, ses frustrations et sa colère. Elle se savait accommodante, ce qui expliquait selon elle qu'on l'acceptait mais en contrepartie elle se pensait et s'éprouvait insignifiante et inintéressante. Elle a ainsi, depuis fort longtemps, le sentiment de passer à côté de sa vie et de ses aspirations.

En écoutant mon expérience, elle prend alors conscience de la manière dont elle organise mon retrait. Elle me lâche comme pour se protéger de mon intérêt, de ma curiosité. Ainsi, je ne remarquerai pas l'inconsistance de sa personne par un dévoilement qui lui échapperait. Et si je ne suis plus là elle peut de surcroît m'adres-

ser des reproches. Nous identifions de quelle façon le processus infernal se met alors en place. Dans les situations délicates, elle s'éprouve impuissante, se définit comme victime et met en place des mécanismes de protection malmenant l'autre perçu comme un agresseur potentiel. Les plaintes et les reproches qu'elle exprime participent à la culpabilité de son environnement qui peut alors soit se confondre en excuses, soit l'agresser ou pire s'en éloigner.

Nicole : « Je suis terrible, je ne laisse aucune chance à l'autre, je lui demande d'être là et lorsqu'il est là, je pars ou je l'attaque, c'est rude comme façon de faire ».

Elle repense à son danseur et établit quelques parallèles avec la situation présente.

Elle ne pouvait s'appuyer sur ce qui était là : le plaisir de la danse, le désir de cet homme de danser avec elle, son plaisir d'être choisie par cet homme qui ne la laissait pas indifférente.

Elle ne pouvait percevoir qu'elle était, à ce moment-là, une personne qui lui apportait du plaisir. Plaisir qui vraisemblablement le poussait à revenir l'inviter. L'énergie mise en œuvre pour retenir son contentement plaça progressivement une certaine gêne dans la relation.

Elle perçut alors ce qui lui sembla être une amorce de retrait de son danseur. Elle reconnaissait les signes et pour ne pas être abandonnée elle créa un piège. Ça lui était plus facile de gérer un rejet en étant odieuse ou en étant déplaisante. Elle se pensait ainsi moins menacée dans son intégrité. Cela est étonnant comme façon de procéder, mais c'est ce qu'elle a, jusqu'ici, trouvé de mieux pour sortir de son impuissance à exister librement et pour se protéger d'une inévitable douleur.

Dans le dépliage de cette situation elle découvre qu'en tentant de juguler l'angoisse de la nouveauté elle avait fini par éteindre son sentiment d'existence et sa vie lui apparaissait alors comme absurde. Quel sens peut avoir une vie où « rien » ne se passe, une vie où le futur doit être toujours déjà connu ?

Elle saisit avec une meilleure acuité que toute nouvelle expérience s'ouvre, inévitablement, sur de la nouveauté jamais encore vécue et toujours à inventer d'instant en instant, à partir de la

singularité de l'expérience, en reconnaissant ce qui « est » plutôt que ce qui « devrait être » ou ce qui « sera » de toute façon comme à l'accoutumée.

Cette conscience nouvelle lui demande cependant de faire face à la finitude, c'est-à-dire accepter que la situation connue soit terminée pour s'ouvrir en toute disponibilité à la possibilité suivante non-connue. L'acceptation de la finitude permet ainsi au figé et au retenu de se dissoudre pour faire place au mode moyen c'est-à-dire cette « présence à », qui fait que les choses se déroulent d'elles-mêmes.

Concevoir la finitude c'est aussi faire avec la question du manque. Il est important de ne pas chercher à combler absolument ce manque car il est nécessaire, indispensable à l'émergence du désir.

Pour Nicole, dans la séance, il lui fallut se tenir (et cela ne pouvait pas se faire sans un certain courage) dans le manque et la frustration à être pour se choisir en une Nicole présente à ce qui construisait là dans la relation avec moi. Jusqu'ici elle œuvrait à la pacification de ses tensions intérieures. Par cette pacification elle se maltraitait en trahissant ce qui poussait en elle et, dans le même mouvement, elle malmenait l'élan de l'environnement à son endroit en se déroband sous diverses formes.

Sans doute recherchait-elle une tranquillisation afin d'atténuer la menace à exister. Néanmoins, la tranquillisation, en maintenant la sécurité intérieure, entretient un sentiment de soi impropre, décalé de ce que l'on se sent être au plus profond de soi. Ce besoin de réassurance face au non-connu finit par donner une impression de vie inauthentique car définie à partir des valeurs des autres.

Aussi, pour poursuivre cette sortie de l'inauthenticité à exister, il lui faudra persévérer dans la reconnaissance et l'accueil des réjouissances qui s'offrent à elle. Il lui faudra apprivoiser sa crainte du regard de l'autre la percevant animée et portée par ses élans de vie. Il lui faudra aussi se distancier du souvenir des moqueries blessantes et des injonctions familiales contraignantes : « Tiens-toi, tiens-toi bien, ne montre pas que tu as envie, fais attention aux hommes, retiens-toi, ne t'affiche pas, etc. ».

POUR CONCLURE

Ma visée dans ce travail était d'ouvrir la conscience de ma patiente à son éprouvé afin qu'elle puisse constituer différemment son expérience en accueillant la nouveauté, certes source d'angoisse, mais aussi source de croissance. Autrement dit pouvoir se constituer à partir, par exemple, du plaisir à danser avec un homme qui reviendrait l'inviter plutôt qu'à partir de ce qu'elle croit connaître des hommes et de leur désir. Pouvoir se choisir et se constituer, à partir des indications de son corps, en une Nicole heureuse de danser avec un partenaire agréable. Pouvoir bien-traiter la situation en la contextualisant dans l'ici et maintenant et se risquer à autre chose.

Dans ce travail j'ai dû tenir à distance la tentation d'être une thérapeute rassurante, évitante voire paresseuse, pour me choisir en une thérapeute faisant part de son expérience au risque de déstabiliser et de fragiliser la relation.

Il s'agissait donc, pour chacune de nous, de devenir ce quelqu'un là qui se détermine pour ce quelque chose là, à ce moment-là et cela ne se fait pas sans une certaine angoisse dont la liberté en est alors le corrolaire. La liberté qui est comme un mouvement qui ne s'essouffle pas, découvert à partir du refus d'une tranquillisation à propos de toute chose.

En fin de séance, Nicole me dit son sentiment de ne plus être tout à fait comme celle qu'elle était en début de séance. Elle a le sentiment de commencer à se prendre pour quelqu'un face à un autre quelqu'un, ensemble et différenciée. Je lui souris, je suis heureuse de notre traversée, sensible à l'énergie qu'elle dégage lorsqu'elle apparaît pleinement.

BIBLIOGRAPHIE

BLAIZE J. : *Ne plus savoir, phénoménologie et éthique de la psychothérapie*, L'expresserie, 2001.

PERLS F., HEFFERLINE R. et GOODMAN P. : (1951), *Gestalt-thérapie*, traduction Jean-Marie Robine, L'expresserie, 2001.

VERGELY B. : *Heidegger ou l'exigence de la pensée*, Édition Les Essentiels, Milan, 2006.

Mais où est-elle ?

Elle est là... au fond... dans le noir ; elle tremble...

Elle attend.

L'oreille à l'affût, elle attend...

Elle respire.

Son cœur, de panique est trop bruyant...

Elle attend.

S'est-il calmé ? Est-il allé se coucher ?

Que s'est-il passé ?

Elle ne s'en souvient plus, dans sa mémoire : seuls, les coups.

Elle est là, assise, recroquevillée ; tout contre son dos, la baignoire.

Ses larmes coulent sur le carrelage froid.

En tombant, elles font comme de jolies petites mares de sang.

Elle ne sait plus, elle est perdue.

Où est-elle ? Est-ce le jour ? La nuit ?

Est-ce sa vie ?

Elle entend, son cœur, sa poitrine.

Contre la porte, les coups reprennent, de plus en plus forts.

Et cette porte ?... Va-t-elle tenir ?? !!

La nausée...

Alors, elle fuit, au plus profond d'elle-même.

Et elle entend, comme au loin, les hurlements.

Qui hurle ?

Il frappe, ordonne :

«Ouvre-moi cette porte !!... Je vais te tuer !»

Cet homme qui est-il ? Le père de ses enfants ? Son père à elle ?

Et elle ?

Qui est-elle ?

Tout se mélange... tout ce mélange ; elle ne sait plus.

Elle est là... au fond, dans le noir ; elle tremble...

L'oreille à l'affût. Sans faire le moindre bruit.

Elle respire.

Elle entend, au rythme de son cœur, sa panique.

Maria Do Couto