

L'histoire de la PGRO : une histoire de « champs »

Line GIRARD¹

Résumé

L'auteure retrace l'histoire de la PGRO, la Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objet, une approche gestaltiste des troubles de la personnalité. À travers deux dispositifs conceptuels de l'approche, les liens inter-champs et la réflexion multi-modale, elle évoque les racines développementales de cette approche et ses considérations psychothérapeutiques contemporaines. Dans l'édification de cette approche psychothérapeutique, elle souligne l'importance d'être conscient de l'apport théorique tant des philosophes de l'Antiquité que des philosophes et psychologues contemporains.

INTRODUCTION

La Gestalt-thérapie existe depuis maintenant plus de cinquante ans et son évolution historique est aujourd'hui bien documentée². En un demi-siècle d'existence, l'approche s'est diversifiée, étendant et précisant son champ de pertinence théorico-clinique au groupe, à la thérapie individuelle adulte, au couple, au corps, à l'enfant, au traitement de la dépression, de la toxicomanie et voire même de certains états schizophréniques.

Or, depuis un peu plus d'une dizaine d'années s'est construite au Québec une approche gestaltiste des troubles de la personnalité. Considérant ces pathologies sous leur angle développemental, cette forme particulière de la Gestalt-thérapie s'est alimentée aux théories du développement de la relation d'objet pour se construire en une psychothérapie non seulement du contact, mais surtout du *lien*. Issue des travaux de Delisle (1995 ; 2001 ; 2003) et connue aujourd'hui

¹ L'auteure adresse ses remerciements à Gilles Delisle et Cyrille Bertrand pour leur lecture critique et leurs précieux commentaires sur une version préliminaire de cet article.

² Janine Corbeil (1992), Jean Gagnon (1984), Marie Petit (1984), Serge et Anne Ginger (1987), Marc-André Bouchard, (1985,1990), André Jacques (2000), Joseph Zinker (1977), Erving et Myriam Polster (1973), Louis Guérette (1980), sans parler des biographies de Fritz Perls (Clarkson, Mackewn, 1993) et bien d'autres...

sous le vocable de Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objet ou PGRO, elle est reconnue comme l'un des traitements de choix dans la clinique des troubles de la personnalité au Québec.³

Parce que ses racines sont gestaltistes et psychanalytiques et qu'elle intègre en son armature théorique et clinique autant une ouverture aux neurosciences actuelles qu'une forme de dialogue vouée à l'herméneutique, il devient pertinent de situer la PGRO dans l'histoire de la Gestalt-thérapie et d'en préciser autant les contours que la généalogie. Dans le présent article, je me propose donc de retracer l'histoire tant implicite qu'explicite de la PGRO et d'esquisser, en quelque sorte, le profil de la *personnalité* de cette forme de Gestalt-thérapie. Je le ferai en appliquant à l'approche un élément de son propre appareil théorique, celui des champs expérientiels.

DE L'AILLEURS ET JADIS À L'ICI ET MAINTENANT : UNE IDENTITÉ

S'il est une chose sur laquelle travaille tout psychothérapeute engagé dans la clinique des personnalités pathologiques, c'est bien l'identité et sa création. Que serait une identité sans histoire, une personnalité sans parenté? De même que l'expérience de chaque client s'inscrit dans une histoire et un trajet, les outils expérientiels et réflexifs dont dispose le thérapeute pour porter ce trajet sont, eux aussi, issus d'une histoire et le rattachent à une famille. Une approche de la psychothérapie ne découle pas que de choix parfaitement informés, conscients et raisonnés, mais aussi d'une histoire. Ce processus nous rappelle ce que Carl Jung (1997) rapporte en parlant du phénomène de l'inconscient collectif.

Ainsi, les concepts, les idées, les valeurs et la *personnalité* d'une approche se construisent au fil des décennies à travers des hommes et des femmes influencés par différentes écoles de pensée. Sans toujours le savoir, chacun ajoute quelques pierres à un édifice théorique en gestation, en construction. Tout psychothérapeute engagé dans un dialogue, autant expérientiel que réflexif, actualise une pensée et des valeurs transmises de la plus antique philosophie jusqu'à la psychologie contemporaine.

C'est en quelque sorte un bouquet de compétences réflexives, affectives et interactives maillées à la personnalité du clinicien et nourries à une longue et riche tradition humaniste au sens large, qui

se conjuguent dans le dialogue thérapeutique de la PGRO. Qui sont donc les ancêtres, les grands-parents, les parents, les cousins, les frères théoriques de la PGRO? Qui l'a nourrie et continue de la nourrir réflexivement? Qui sont ceux qui, dans cette grande famille de penseurs philosophes et/ou psychologues, éclairent aussi bien implicitement qu'explicitement ce thérapeute au cœur de l'action psychothérapeutique?

Bref, on peut considérer qu'une approche de la psychothérapie non seulement possède une histoire – parfois oubliée – mais à travers sa contribution, agit sur cette histoire. Ainsi en est-il de la PGRO qui conçoit la Gestalt de l'identité et de la personnalité comme un ensemble figure/fond où alternent et se conjuguent quatre champs dynamiques représentant l'expérience de vie d'une même histoire. Pour les besoins de mon propos, je ne ferai pas l'inventaire de toutes les utilisations possibles de cet appareil conceptuel. Il servira simplement de dispositif d'écriture pour éclairer l'enrichissement théorique de la PGRO à différents moments de son histoire, tant passée que présente.

Voici donc comment se définissent les quatre champs expérientiels de la PGRO dans l'ordre avec lequel ils seront utilisés ici (soit l'ordre chronologique d'apparition de chacun des champs dans une histoire de vie) :

- Le **Champ 4** est celui de l'histoire développementale du sujet : d'où vient-il, quel est son itinéraire, quels chantiers a-t-il pu achever dans son développement ; quelles ressources, mais aussi quelles situations achevées et/ou inachevées cette histoire développementale lui a-t-elle laissés en héritage? J'aborderai le champ 4 du passé développemental dans une perspective que l'on pourrait qualifier de trans-générationnelle, remontant le temps jusqu'aux philosophes de l'Antiquité (les premiers véritables artisans du *dialogos*) jusqu'à la Gestalt-thérapie qui fonde l'expérience première de la PGRO.
- Le **Champ 2** est celui de l'ici (mais pas « maintenant ») soit l'histoire de la situation actuelle en psychothérapie. Ce champ portera sur des éléments de la Gestalt-thérapie de Perls, Hefferline et Goodman, telle qu'elle a été enseignée et pratiquée depuis une cinquantaine d'années.
- Le **Champ 1** est celui autour duquel, historiquement, la Gestalt-thérapie a manifesté son originalité clinique : l'ici et maintenant. Pour la PGRO, c'est « tout » ce qui se passe dans l'immédiateté de la rencontre, dans le lien. Ici, il sera question du vécu présent

³ 2^e Colloque sur Les Troubles de la Personnalité, 11 et 12 mai 2006, Formation Porte-Voix.

de l'approche de la PGRO, de sa personnalité actuelle et de quelques uns de ses concepts.

- L'analyse multi-modale théorisée dans le cadre de cette approche ouvre le dernier champ expérimental de ce modèle, le **Champ 3**. Ce champ recouvre l'ensemble des autres relations actuelles du sujet, celles qui sont présentement significatives pour lui à l'extérieur de la thérapie. Pour les besoins de cet article, je ferai un survol des approches thérapeutiques actuelles et des pratiques contemporaines de la psychothérapie des troubles de la personnalité autres que la PGRO. Cette Gestalt revisitée entretient des liens constants avec ses voisins qui peuvent à tout moment aider à enrichir cognitivement et interactivement le clinicien en action et le sens de l'expérience unique du client.

LE CHAMP 4 : LE PASSÉ DÉVELOPPEMENTAL

À l'aube de la philosophie

Depuis des temps immémoriaux, la parole a fait son chemin. Des disciples de Socrate, Platon et Aristote jusqu'aux gestaltistes, il en a « coulé de l'encre sous les ponts ». Quelle multiplicité de sens et de significations nous pouvons donner aux événements, à une rencontre, à une situation ! Suivons un peu ce parcours à l'aide du schéma qui suit et découvrons les liens que nous pouvons établir entre hier et maintenant !

Imaginons Socrate se promenant avec ses disciples en discutant sur la vie, la politique, les relations et autres sujets. Il semble que Socrate n'aimait pas enseigner, car il craignait le dogmatisme. Sa méthode consistait plutôt à faire découvrir la vérité à ses disciples en les questionnant et en les obligeant à faire face à leurs propres contradictions. Il pratiquait la maïeutique ou « l'art d'accoucher les esprits ». C'est par cet art du dialogue et de la discussion – la dialectique – initié par Socrate, développé par Platon et discuté par Aristote, que l'homme a conféré à l'esprit, la « sensibilité », l'âme, la fantaisie, l'élaboration créative et intelligible (Durozoi et Roussel, 1987). Ces ancêtres philosophes ouvrent la porte à l'homme réflexif, à sa liberté singulière de penser et de s'exprimer différemment, de débattre et de se différencier à travers des courants de pensée.

N'est-ce pas de cette façon que les psychothérapeutes gestaltistes de toute époque travaillent avec leurs clients ? Ils tentent de les aider à trouver leur voie propre, leur vérité singulière, soit leur ajustement

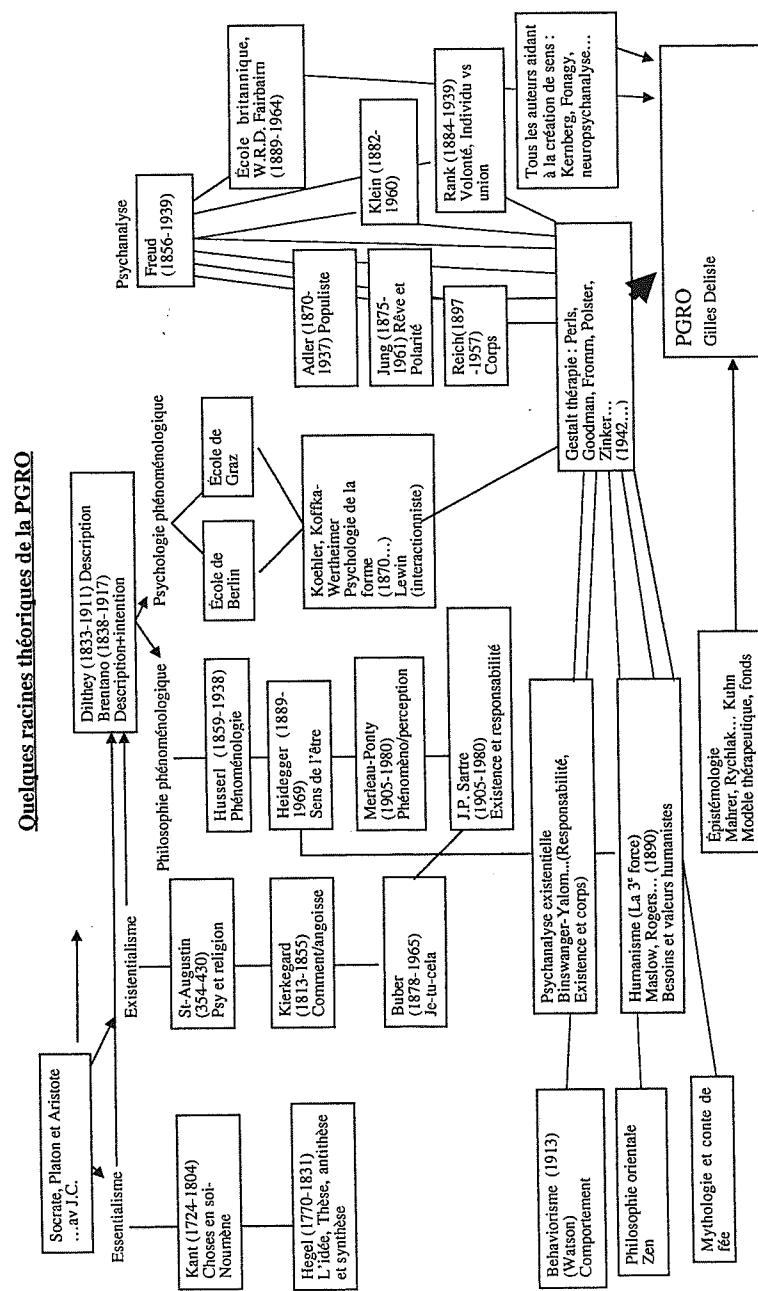


Figure 1 : Quelques racines théoriques de la PGRO (Inspiré de Guérette, 1980)

créateur. Ils le font en les invitant à sentir, à suivre leurs propres émergences, à mettre un sens sur leur expérience et à agir de façon créative. Ainsi, l'idée d'aider la personne à s'ouvrir à elle-même pour trouver sa voie propre traverse le temps depuis Socrate.

De la philosophie⁴ à la psychologie : des philosophes...

Saint Augustin (354-430) est considéré comme le père de la théologie et de la philosophie. Existentialiste, il cherche à rattacher la pensée religieuse à la pensée philosophique ainsi qu'à l'être psychique et physique. En voulant joindre spiritualité, religion, réflexion et conscience, il met à jour un moi divisé par deux forces antagonistes : la liberté de la nature humaine dans toute sa réalité physique, psychique et affective et les aspirations spirituelles de dépassement qui portent au-delà de l'humain. À travers ses *Confessions* (400), qui décrivent en partie son expérience humaine et spirituelle, Saint Augustin réfléchit sur la conscience anticipante, sur l'expérience humaine empreinte de culpabilité, d'inquiétude, d'anticipation et de l'angoisse propre à la condition de mortel.

L'expérience ambivalente du sujet que l'on retrouve dans le travail des polarités en Gestalt-thérapie ou des micro champs introjetés en Gestalt des Relations d'Objets actualise dans la clinique contemporaine ces réflexions augustines sur la nature humaine. L'expérience profonde de l'homme ne peut être que complexe. Les besoins humains fondamentalement contradictoires, les affects de base et le corps désirant ont un impact sur la pensée, le cognitif et le rationnel. L'être humain se trouve souvent divisé et a besoin de bâtir une réconciliation entre ses parties antagonistes. Il a besoin de trouver le point de rencontre de ses ambivalences.

C'est ainsi que Saint Augustin ouvre le chemin à une longue lignée de philosophes qui poursuivront la réflexion sur ces angoisses existentielles. Kierkegaard prolonge ces questionnements en s'intéressant au « comment » de l'expérience, affirmant la primauté de cette expérience sur l'essence (Bouchard, 1985). Pour Kierkegaard, l'existence et les phénomènes existentiels se vivent d'abord dans le concret de la « chair » avant de toucher l'esprit.

La polarité philosophique de l'existentialisme, c'est l'essentialisme. Des essentialistes aux existentialistes, de Kant (1724-1804) et Hegel (1770-1833) à Kierkegaard (1813-1855) et Sartre (1905-1980) se pose le débat de la primauté de l'essence sur l'existence ou de celle-ci sur

⁴ Il est à noter que l'information en lien avec tous les philosophes et psychologues de ce texte a été puisée dans différents textes cités en bibliographie.

celle-là. Avec Kant, nous sommes en présence de « noumènes » par opposition au « phénomène ». Pour lui, les idées déjà formées dans l'esprit précèdent l'expérience. Pour Hegel aussi, la raison n'est pas une qualité de l'esprit humain. Elle existe en elle-même et elle a sa réalité propre. Dans le système hégélien, l'être et l'esprit ne font qu'un.

Mais nul mieux que Sartre mettra en lumière cette dualité de l'existence entre l'« en soi », ce qui est, et le « pour soi », ce que l'on veut être ou ce que l'on désire. Guérette (inédit, 1980) rappelle que Sartre est un ardent défenseur de la liberté de chaque homme et de la responsabilité de chacun face à son essence et à son existence. Pour l'auteur de *L'Être et le néant* (1943), l'homme est l'unique créateur de ses valeurs et il est obligé de faire sens de son expérience, sans le secours de Dieu et sans l'excuse de l'inconscient. L'homme se trouve responsabilisé face à son « être au monde », à sa solitude existentielle et à sa finitude. Il devient ainsi la seule personne ou entité responsable qui puisse décider de ce qu'il est, de ce qu'est le monde en ce moment pour lui et de ce vers quoi il tend.

Heidegger (1889-1969) apporte lui aussi une contribution majeure dans cette interrogation sur le sens de l'être – l'Êtant – et du « cadeau » que représente l'angoisse existentielle. Merleau-Ponty (1905-1980), quant à lui, fait l'éloge d'une troisième dimension dans sa définition de l'ontologie, un domaine médian entre l'être et l'objet qui est l'être même et son « ressenti incarné ».

Chacune de ces perspectives est, à un titre ou à un autre, chère aux humanistes et aux gestaltistes⁵. Responsabiliser la personne face à son existence, l'aider à prendre conscience de ce qu'elle sent et vit à chaque instant tant émotivement que corporellement, lui rappeler sa liberté fondamentale et sa capacité de créer, en équilibre avec elle-même et avec son environnement, voilà des valeurs de santé mentale cultivées très concrètement en psychothérapie gestaltiste.

Chacun des deux points de vue que nous venons d'évoquer, l'essentialisme et l'existentialisme, trouve des formes d'expression dans l'univers de la psychologie et de la psychothérapie. Bien sûr, ces philosophies peuvent coexister, mais certaines pratiques sont fondées davantage sur le déterminisme et l'existence (ce qui est) et d'autres davantage sur l'expérience (l'agir et le faire). D'un côté, un mode de pensée médical/biologique, plus analytique, accordant plus de poids au déterminisme, qu'il soit génétique ou autre, et de l'autre,

⁵ Il est à noter que les références aux gestaltistes dans cette partie du texte (Champ 4) englobent la pensée des pgristes.

un mode plus humaniste, phénoménologique, existentiel et comportemental, plus descriptif de l'expérience humaine.

Ceci nous amène à évoquer le discours de Dilthey (1833-1911) et de Brentano (1838-1917) qui, pour leur part, se sont penchés sur l'importance de la description de l'expérience et sur l'intentionnalité. On reconnaît aujourd'hui en Dilthey le père du contrôle scientifique. Il se réclame de la constitution d'une philosophie compréhensive et descriptive cherchant à définir des styles d'individus, dans leur vécu, et ce, sans les « mutiler ». Dilthey observe sans juger, évaluer ou interpréter. Son point focal: décrire le comportement. Voilà une perspective que l'on trouve aujourd'hui tant chez les chercheurs qui déterminent les catégories diagnostiques du système multiaxial que chez bon nombre de psychothérapeutes gestaltistes. Les uns veulent décrire des comportements correspondant avec fiabilité à des catégories diagnostiques, alors que les autres se font fort pour chaque client de demeurer près du phénoménologique, du descriptif et d'éviter l'interprétation « mutilante ».

À ce concept, Brentano ajoute celui d'intentionnalité. Parmi ses élèves les plus illustres, on trouve bien sûr Husserl (1859-1938), mais aussi un certain Sigmund Freud (1856-1939). Le premier développera la pensée phénoménologique, alors que le second deviendra médecin et consacra sa vie à étudier les causes et le « pourquoi de l'expérience ». Ce sont ces deux lignées génétiques que la PGRO tente de réunir tant dans sa théorie que dans sa pratique.

Dans sa quête de reconnaissance des événements reproducteurs qui surgissent régulièrement chez le client, la PGRO a réintroduit dans sa théorie le concept des enjeux développementaux comme étant au cœur de l'expérience des « dilemmes relationnels » du client et, par le fait même, la notion brentanienne du « pourquoi » de l'expérience. Ainsi, le psychothérapeute PGRiste, en plus de l'étude du « comment ça se passe à la frontière-contact » avec un client, s'interroge sur le « pourquoi ça se passe ainsi » et le « depuis quand ».

Si nous revenons à la figure 1, élaborée à partir d'un tableau inédit de Guérette (1980), nous y retrouvons les auteurs qui semblent représenter l'essentiel du « fond philosophique » de notre approche, avec des thèmes tels: ouvrir le discours; décrire l'expérience; la dualité de cette expérience; le comment se vit cette expérience; la recherche de sens à l'existence, son pourquoi, sa raison d'être...

En plus des philosophes occidentaux, on remarque aussi que certaines philosophies orientales trouvent une résonance en Gestalt. Dans un travail sur *l'awareness*, du « pas à pas » si cher aux gestaltistes,

ne revenons-nous pas à l'enseignement des maîtres bouddhistes et zen voulant qu'une chose en suive une autre et qu'au bout de cette « attention de l'attention (la smrti) », il y aura une émergence nouvelle (Ginger, 1987) ?

En Occident, à la liste des ancêtres et des grands-parents, s'ajoute Martin Buber, en phase avec la pensée orientale et étudiant de façon toute particulière la relation dyadique « je-tu » et « je-cela ». Digne grand-parent de la Gestalt dans sa dimension existentielle et phénoménologique, à la frontière entre la philosophie et la psychologie, Buber focalise son attention sur ce qui se passe à la frontière entre un organisme et son environnement qu'il soit humain ou autre. Gestaltistes d'abord, les psychothérapeutes de la PGRO consacrent eux aussi leur énergie, et ce dès le début de leur formation, à observer les nuances du va-et-vient de l'expérience entre eux et l'autre, puis à les décrire, bien avant de chercher à en construire le sens.

... et des psychologues, des médecins psychanalystes, des psychothérapeutes.

C'est à Kurt Lewin, qui emprunte son modèle descriptif à la théorie physique des champs et à la topologie mathématique, que l'on doit une théorie du champ interactionnel. Lewin décline l'expérience subjective d'une personne en lien avec son environnement autour de quelques principes essentiels. Jean Marie Robine, au fil d'un échange de correspondance avec Gilles Delisle (inédit, 1999-2000), a retenu cinq principes fondamentaux: organisation, contemporanéité, singularité, processus changeant, pertinence possible. Par ce positionnement, Kurt Lewin est l'un des socles sur lequel repose la psychologie de la forme, elle-même à l'origine de la Gestalt-thérapie (avec sa théorie du champ) et de la PGRO.

Pour ce qui est du sens sous-jacent – et pas forcément donné dans l'expérience – Freud (1856-1939) demeure le père non seulement de la psychanalyse mais de toute psychothérapie du sens. Que l'on soit d'accord ou non avec les explications freudiennes, il reste qu'il fut le premier à analyser les significations cachées de l'expérience ressentie et vécue. On pourrait même arguer que bien avant la naissance de l'épistémologie de la psychothérapie, la théorie freudienne satisfaisait aux cinq critères qui, selon Mahrer (1989), définissent une approche psychothérapeutique, soit:

- Une théorie de la pathologie.
- Une théorie du développement.
- Une théorie de la psychothérapie.

- Une théorie de la personne.
- Des techniques thérapeutiques spécifiques.

Que l'on veuille s'en séparer, comme l'ont fait Fritz et Laura Perls, ou que Freud nous interpelle encore par sa capacité d'analyse, il n'en demeure pas moins qu'un siècle après ses premiers écrits, une majorité de psychothérapeutes continuent de penser les dessous de l'expérience du client. C'est tout un patrimoine de diverses traditions idéologiques qui sous-tendent les différentes façons de penser l'expérience humaine, de la pratiquer et de vivre la psychothérapie. Fritz Perls, qui a connu Freud, prendra comme plusieurs de ses contemporains son propre chemin et créera sa propre approche thérapeutique.

Carl Rogers et Abraham Maslow seront quant à eux les tenants de la troisième force en psychothérapie, celle que l'on appelle l'humanisme. Tout le courant existentiel/humaniste est traversé par ces valeurs humanistes :

- Une vision optimiste de la personne.
- L'importance du corps et des sensations.
- L'unicité du sujet.
- La valorisation du potentiel créatif de la personne et sa responsabilité à l'actualiser.
- Une vision systémique de la personne avec son environnement.

Outre ce patrimoine partagé avec l'ensemble du courant existentiel/humaniste, on trouve parfois des passerelles conceptuelles étonnantes entre la Gestalt-thérapie et des auteurs de la tradition psychanalytique. Certaines ont déjà été documentées, soit dans Perls (1942), soit dans Perls et al. (1951), mais d'autres restent à peu près inexplorées.

Dans *Ego, Hunger and Agression* (1942), Fritz Perls, alors en transition entre la psychanalyse et la Gestalt, décrit une façon d'appréhender le monde chez une personne en utilisant une allégorie de l'alimentation et du système digestif. On reconnaît dans cet écrit l'énergie pulsionnelle (cette poussée d'aller vers) tel que décrite par Freud, ce qui n'est pas étonnant puisque Perls a pratiqué la psychanalyse pendant des décennies. Toutefois, on pourrait reconnaître aussi dans cette émergence de « faim » et tout ce processus digestif de destruction des figures et de *réassimilation* dans l'organisme certains rapprochements avec cette pulsion agressive telle que décrite par Mélanie Klein (1882-1960).

Quant au concept de polarité, on le retrouve clairement chez Carl Jung (1875-1961). Le concept jungien d'archétype et de dualité

de la personnalité (ombre vs lumière) se marie très bien au travail de l'ouverture des différentes parties du « concept de soi » tel que figuré par Perls et al. (1951) et élaboré par Joseph Zinker (1977). Par le fait même, le travail sur les rêves en utilisant les parties du rêve comme autant de représentants de parties avouées ou désavouées de la personne, se pare aisément au travail onirique des gestaltistes.

On dit souvent de Adler (1870-1937) qu'il est le créateur de la première psychothérapie « populiste » car il a cherché des moyens de rapprocher la théorie psychanalytique à la vie quotidienne du patient. L'idée selon laquelle la personne crée sa vie et lui donne un sens en lien avec ce qui l'entoure au quotidien, fut-ce au prix de la création de fictions, est au cœur de sa théorie. Il souligne ainsi le lien indissociable existant entre un organisme et un environnement dans une théorie du champ. Il positionne à coup sûr la problématique de ce qui se passe à la frontière-contact sans, bien sûr, la nommer de cette façon.

Pour Otto Rank (1894-1939), la naissance représente la première séparation d'avec la mère et fonde notre désir de retourner dans l'utérus. Voilà encore un exemple d'univers interactionniste où la recherche d'individuation et le besoin d'union s'interpellent à la frontière-contact entre un organisme et son environnement. Cet auteur fut aussi l'un des premiers à parler d'une thérapie active, courte et axée sur le présent.

Cet aperçu en touches impressionnistes de différentes écoles de pensée ne cherche évidemment pas à déterminer qui influence qui, qui a eu la première idée, ou qui a la meilleure. Chaque famille thérapeutique approfondit son propos dans des voies qui lui sont propres, à partir d'un bagage théorique laissé par des ancêtres communs. Chacune s'est développée en fonction de ses intérêts particuliers, de la personnalité de ses pionniers et de l'environnement socio-culturel et clinique dans lequel elle a grandi. On peut ainsi remarquer que les contemporains de Fritz et Laura Perls se sont inspirés ou ont eu des intérêts connexes aux leurs.

Les analystes ont élaboré davantage de théories du développement pour donner un sens aux traumatismes développementaux, alors que les humanistes, les phénoménologues et les comportementalistes se sont surtout attardés à la description de l'expérience et à sa transformation par une expérience nouvelle, créatrice et réparatrice. Les techniques des comportementalistes, la fameuse « chaise vide » de Perls, le travail sur le corps des reichiens et des bio-énergéticiens, le psychodrame de Moreno, sont autant de façons pour les thérapeutes

gestaltistes de notre époque de comprendre et de restaurer la fluidité expérientielle du client.

Que dire plus distinctement des « parents naturels » de la PGRO ? Fritz et Laura Perls ainsi que leurs descendants en Gestalt-thérapie sont le passé thérapeutique de la PGRO. Il n'y a pas si longtemps, les PGRistes étaient des gestaltistes comme l'avaient enseigné les Polster (Erving et Myriam, élèves de Fritz et Laura Perls). Cette Gestalt représente donc le Champ 2 de notre modèle, l'histoire récente et toujours présente de la PGRO.

LE CHAMP 2 : L'ICI ET L'AVANT DE LA PGRO, LA GESTALT-THÉRAPIE.

La Gestalt thérapie est une approche thérapeutique très fortement marquée par la pensée des grands philosophes de l'Antiquité, des premiers phénoménologues et des existentialistes. Fritz et Laura Perls sont les rejetons de cette généalogie. Les deux ont frayed pendant presque vingt ans avec le monde de la psychanalyse, ont été « analysés » et ont vécu la bohème artistique de Vienne et de Berlin. Laura a fait de l'eurythmie et Fritz, du théâtre avec Max Reinhart. Les deux ont travaillé avec les psychologues de la forme. Ils ne pouvaient donc faire abstraction de toute cette culture qu'ils possédaient en fond, dans leur expérience tant réflexive qu'affective et interactive.

André Jacques (2000) rapporte que Laura Perls avait même pensé à donner le nom de « psychanalyse existentielle » à cette nouvelle approche qu'elle créait avec son mari, mais ces « délinquants » de la psychanalyse se sont ravisés. Bien sûr, les Perls se sentaient proches des existentialistes, mais Sartre et Camus n'ayant pas bonne presse dans cette aire de changement social, une voie nouvelle, plus créative et active, s'imposait.

Après avoir fui l'Allemagne nazie et avoir vécu plusieurs années en Afrique, ils émigrent aux États-Unis en 1946. C'est l'aboutissement d'une incubation théorique et d'expériences diverses qui se concrétise dans le projet de leur nouvelle approche thérapeutique. À leur arrivée, ils rencontrent Paul Goodman, un anarchiste libertaire dont on dit qu'il est le Jean-Paul Sartre des Américains. C'est alors la naissance du groupe des sept qui rassemble les Perls, Hefferline, Goodman, Fromm, Shapiro et Weiss.

Ensemble, ils jetteront les bases de la Gestalt-thérapie. Dans leur ouvrage de 1951, Perls, Hefferline et Goodman font plusieurs références à la psychanalyse, mais surtout pour s'y opposer et la reformuler. Lentement, ils créent à leur couleur, avec un bagage venu de

leurs Champs 4 et de leur propre vécu, une approche qui saisit l'air du temps, qui s'éloigne de la pathologie pour s'ouvrir à la santé mentale, à la liberté et à l'expérience. Comme on l'a vu plus haut, on trouve dans cette Gestalt l'influence des philosophes de l'Antiquité, des phénoménologues, des existentialistes et des tenants de la psychologie de la forme avec qui les Perls ont étudié. S'ajoute à cela l'influence de Wilhem Reich, thérapeute de Fritz, qui donne ainsi une place aux sensations et au travail avec le corps.

Avec une volonté de « boucler des situations » bloquées dans des cycles de contact interrompus, les gestaltistes créent et développent une approche puissante qui aide la personne à saisir, à l'intérieur d'elle-même, les trois pôles de son expérience : l'affectif, le cognitif et le sensori-moteur. Ils auraient aussi bien pu appeler cette approche la « thérapie de la centration » ou de la « concentration », tant elle cherche à aider le client à prendre contact avec lui-même de façon juste pour lui et en lien avec son environnement. En outre, lorsqu'on lit dans le texte de 1951 l'importance accordée à la création et les nombreuses références à l'artiste, on ne peut s'empêcher d'y voir la métabolisation des fréquentations artistiques des Perls, mais aussi de l'homme de lettres qu'était Paul Goodman.

C'est la Gestalt-psychologie qui, la première, a mis en lumière le besoin inné d'intégrité de l'expérience perceptuelle, les concepts de situations inachevées, de répétitions à la recherche de la complétion, et de figure/fond. En reconnaissance de ces concepts de base, les premiers auteurs donneront à l'approche le nom de Gestalt-thérapie.

La PGRO est née d'une révision théorique de cette Gestalt-thérapie telle qu'elle est structurée dans le texte fondateur de 1951. À partir d'une compréhension du développement de la personnalité et de la pathogenèse des troubles de la personnalité, nourrie de surcroît des pratiques contemporaines et des connaissances actuelles, la PGRO veut prolonger la théorie et la pratique de la Gestalt-thérapie par la recherche du sens de l'expérience et du « pourquoi » de cette expérience.

Comme Fritz et Laura ont eu besoin d'ouvrir sur d'autres concepts pour créer leur modèle en s'éloignant du « père Freud », la PGRO a quelque chose à reprendre de ce « grand-père » et de ses descendants. Les caractéristiques fondamentales de la Gestalt-thérapie sont nombreuses et plusieurs d'entre elles continuent de vivre au sein de la PGRO :

- Elle est une approche phénoménologique/existentielle et comportementale, sans être comportementaliste !

- Elle s'inscrit dans une relation « ici et maintenant ».
- Elle invite le psychothérapeute à repérer les ajustements conservateurs dans la relation afin qu'ils deviennent créateurs.
- Elle croit en une meilleure fluidité affective, réflexive et sensori-motrice pour cheminer vers une meilleure santé mentale.
- Elle favorise l'étude du processus qui se déploie dans la relation, plutôt que le contenu.
- Enfin, elle a une vision holiste de la personne.

C'est donc avec l'aide de toute cette histoire en Champ 4 et en Champ 2 que la PGRO déploie sa psychothérapie gestaltiste des troubles de la personnalité.

LE CHAMP 1 : LA PGRO, « ICI ET MAINTENANT »

Le Champ 1 des PGRistes représente ce que l'on vit « ici et maintenant », présentement, avec le client dans la relation psychothérapeutique. Essayons donc de cerner à quoi correspond la PGRO comme approche psychothérapeutique.

La Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objets est une psychothérapie du lien qui n'est ni une Gestalt purement classique dans la forme que lui a donnée Perls ni exactement celle que les Polster (Erving et Myriam) ont enseignée à des générations de gestaltistes venus des cinq continents. Il fut une époque où le Québec comptait cinq écoles de Gestalt et certains formateurs seniors, tels Janine Corbeil et Jean Gagnon, perpétuent toujours cet enseignement fondamental et irremplaçable. Il existe encore maintenant plusieurs écoles à travers le monde.⁶

Les PGRistes, quant à eux, travaillent depuis plus de dix ans à la réunion du « Comment » et du « Pourquoi » de l'expérience du client en lien avec les pathologies de la personnalité. Cette volonté de prolongement et de synthèse est portée par quatre questions fondamentales :

- Comment se construit et se maintient l'expérience pathologique et pathogène à la frontière-contact ?
- Qu'est-ce qui se reproduit là, relationnellement, entre le thérapeute et le client, que l'on retrouve en plusieurs exemplaires et en diverses variantes, depuis toujours, dans les divers champs expérientiels du client ?

- Quel est le sens de ces expériences relationnelles, de ces façons d'être en relation, qui semblent indispensables au client et que, pourtant, il déplore ?
- Comment construire le sens de l'expérience du client en lien avec ce dernier en psychothérapie ?

Selon Delisle (2003), la personnalité s'élabore à partir de relations vécues tout au long du développement de la personne. Ainsi, ce sont les échecs à diverses tâches développementales qui installent dans le Self, des « dilemmes de contact » qui devront être revisités en psychothérapie, reconnus et réparés. La mise à jour des affinités thématiques apparaissant dans divers champs expérientiels aide à reconnaître, avec le client, ce qu'il répète inlassablement et qui le garde en souffrance. Ainsi, l'observation à la frontière-contact des relations du client « ici et maintenant » démontre que, souvent, celui-ci rejoue un scénario lié thématiquement à des enjeux développementaux non résolus.

Le client peut en arriver à identifier, à dépasser et à réparer ces « Situations Inachevées » en lien avec la problématique de sa personnalité. Après un diagnostic multiaxial et au fil d'une analyse structurale, le psychothérapeute vit un processus psychothérapeutique unique et singulier avec son client. Au-delà de la posture thérapeutique d'ouverture, d'accueil et de dialogue, il se voit entrer dans l'aventure de cette relation créée par la rencontre où réapparaissent les relations inachevées et introjectées du client.

Le thérapeute se doit donc d'être attentif aux atmosphères, au microclimat affectif que génère le client, à ses propres émotions autant qu'à celles du client. Il porte au non verbal, à la prosodie du client et à son récit narratif cette attention large et pourtant concentrée qui, depuis toujours, est la marque distinctive de la Gestalt-thérapie. Imprégné affectivement de l'expérience avec le client à la frontière-contact, le thérapeute est appelé à mettre des mots sur le sens de cette expérience de contact, puis de lien.

Après une description phénoménologique de ce qui se vit entre lui et son client, le travail du thérapeute consiste à élaborer avec le client le sens des blessures relationnelles de ce dernier. Il ne s'agit pas d'interpréter ou d'analyser l'expérience du client, mais bien de construire avec lui le sens qui représente le mieux cette expérience. Ce procédé s'appelle l'herméneutique et est un élément central de la PGRO (Delisle, 2000 ; 2001 ; 2001b).

Interpellé tant dans ses compétences affectives qu'interactives, les contributions du thérapeute à cette création de sens dépendent pour

⁶ Le regroupement de La Forge initié par Serge Ginger (1987) rassemble plusieurs écoles de Gestalt en Europe et en Amérique du Nord et du Sud.

une partie importante de ses compétences réflexives. Celles-ci correspondent à la capacité relative du thérapeute à accéder, en temps réel, aux connaissances qu'il a accumulées, tant par sa curiosité théorique que par ses expériences cliniques. Le thérapeute au cœur de l'expérience relationnelle avec le client, dans sa lecture affective et réflexive de ce qui se vit dans l'interaction, est encouragé à puiser chez divers auteurs les éclairages propres à activer la conscience expérimentielle et réflexive du client.

Il ne s'agit pas de faire des mariages théoriques aléatoires, mais d'aller chercher dans ses connaissances l'outil qui sera le plus utile à un client particulier pour éclairer une expérience qu'il revit « ici et maintenant ». Tout en maintenant une posture gestaltiste dans le contact, le thérapeute peut, pour un moment de la psychothérapie avec une personne unique, éclairer la démarche thérapeutique avec les « lumières » de ses voisins théoriques ou de ses ancêtres. Le thérapeute demeure ainsi dans une approche à la fois expérimentielle, humaniste, créatrice et génératrice de sens.

Comme l'écrit Delisle (2003, inédit) : « Plusieurs auteurs ont documenté de différentes façons le développement de la personne, nous pouvons donc puiser chez eux pour enrichir le sens de l'expérience de la personne qui consulte. » Ainsi, la PGRO réalise une synthèse théorico-clinique de plusieurs souches conceptuelles, aussi bien humanistes et existentielles que phénoménologiques et dynamiques. Elle vit l'expérience thérapeutique dans l'ici et maintenant et cherche à construire le sens des « impasses de contact » qui se produisent en psychothérapie. De multiples traditions nourrissent le développement de cette approche et le bassin d'auteurs auxquels elle peut alimenter ses recherches de sens et son herméneutique ne cesse de s'élargir.

LE CHAMP 3 : « AILLEURS ET MAINTENANT »

La PGRO a dû puiser principalement chez les auteurs des relations d'objet pour élaborer certains de ses concepts et pour se développer théoriquement. Fairbairn (1889-1964) est l'auteur qui a contribué à la compréhension des objets introjectés et de l'esprit des relations d'objet au sein de ce modèle. Quant au modèle de O. Kernberg (1989), il a fourni les matériaux théorico-cliniques de base au concept de Matrice des Représentations du Champ représentant la vision de soi et du monde du client.

Le Champ 3 représente, pour le client en psychothérapie, ses relations contemporaines ailleurs qu'en psychothérapie. Dans son

ouverture à ce qui est disponible dans le champ, maintenant et ailleurs qu'en Gestat-thérapie et en PGRO, cette dernière propose un dispositif qui est celui de l'ouverture multimodale. Cette fenêtre ouverte sur les contributions d'autres approches contemporaines fait qu'il est possible pour le thérapeute d'utiliser, sans dénaturer la rencontre avec le client à la frontière-contact (comme mentionné plus haut), une formulation ou une compréhension clinique venue d'une approche thérapeutique voisine pour donner du sens à l'expérience qui se déploie entre lui et son client. Présentement, plusieurs mouvements sont en figure pour les gestaltistes des relations d'objets. Certains auteurs comme Boris Cyrulnik (2001) avec son concept de résilience, ainsi que les auteurs concernés par les troubles de la personnalité, le mouvement des neurosciences et une partie du mouvement des données probantes, attirent leur attention.

Avec l'avènement des tiers payeurs, avec l'ouverture d'un soutien psychologique à la population moyennant un nombre restreint de rencontres, les psychothérapeutes sentent le besoin de valider la fiabilité de leurs techniques et de leur pratique.

Le mouvement des données probantes est vaste. Les recherches sur l'efficacité de la psychothérapie et de certaines techniques sont nombreuses. Nous n'avons qu'à penser au traitement avec EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*) pour les traitements des stress post-traumatiques et tous les traitements cognitif/behavioraux en lien avec l'anxiété. Pour l'instant, toutefois, ce traitement a encore relativement peu touché la clinique des troubles de la personnalité.

Bien sûr, comme le rappelle Conrad Lecomte (2006), il faut demeurer vigilant sur la validité de ces recherches. Elles peuvent toutefois nous donner des indications sur la manière d'aider quelqu'un souffrant d'un syndrome clinique. Il peut être utile, pour un psychothérapeute, d'aller chercher au sein des approches stratégiques de court et de moyen terme des techniques thérapeutiques visant le traitement de syndromes spécifiques. Le défi du psychothérapeute PGRiste sera de pouvoir travailler avec ces techniques de traitement à l'intérieur d'un processus relationnel singulier, qui appartient à un client unique. Il doit donc s'assurer que le moment est opportun et que la technique convient à une personne donnée.

Par ailleurs, les neurosciences commencent à mettre au jour les impacts de psychothérapies affectives, interactives, réflexives et relationnelles telle la PGRO. Ces recherches peuvent aider le thérapeute à suivre davantage le processus neurodynamique du client et lui permettre de mieux cibler ses interventions.

Dans la clinique spécifique des Troubles de la personnalité, où se trouvent des propos qui éclairent le développement de la personnalité? Bien sûr, des auteurs comme Freud, Klein, Fairbairn, Winnicott, Mahler, Jacobson et nos « ancêtres » demeurent pertinents dans l'analyse, la compréhension ou l'éclairage qu'ils peuvent apporter sur des expériences développementales vécues et rapportées par les clients. Qu'il s'agisse de relations dyadiques, triangulées, de pulsions agressives, libidinales, d'un Self excité et/ou rejeté, d'un enfant en quête de miroir, d'un besoin de « holding », de rage primitive, de représentations clivées, de mère suffisamment bonne ou d'un besoin de séparation, plusieurs auteurs peuvent prêter leur analyse à une situation bien précise revécue dans le cadre d'une psychothérapie de fond.

Plus récemment, l'étude des troubles de la personnalité a aussi mobilisé O. Kernberg (1989), P. Fonagy (2006), J. Masterson (1997) et certains auteurs du mouvement de l'intersubjectivité (R. D. Stolorow, G. E. Atwood, D. Stern...). Certains de ces auteurs s'interrogent spécifiquement sur des troubles de la personnalité comme la personnalité borderline, d'autres le font sur l'ensemble du développement de ces troubles, sur les blessures et/ou les défenses narcissiques en lien avec leur construction. On rencontre dans ces théories autant d'hypothèses sur les étapes développementales du Self que de suggestions de traitement. Chacun de ces édifices théorico-cliniques en construction offre de quoi nourrir la réflexion du thérapeute PGRiste qui, face à l'univers d'un client unique, doit créer avec ce dernier le sens d'une expérience qu'il vit depuis toujours comme source de souffrance, d'impuissance et qui appelle à la complétion.

CONCLUSION

Ce travail sur les racines de la PGRO permet de prendre conscience de la somme considérable de connaissances en lien avec l'expérience humaine, somme qui se transmet d'une génération à l'autre depuis des temps immémoriaux. Un aperçu de toutes ces pensées ainsi condensées nous fait mesurer l'absurdité de croire en la « connaissance tout azimut ». Le modèle psychothérapeutique de la PGRO dans son existence présente (Champ 1), ainsi que dans son cadre théorique et pratique, donne au thérapeute la liberté de sentir, de penser et de créer, interrogeant le sens de l'expérience du client, là où il se trouve. Les liens qu'elle partage avec ses ancêtres philosophes (Champ 4), ses parents gestaltistes (Champ 2) et ses contemporains (Champ 3) sont autant d'atouts dont elle peut faire profiter un client en psychothérapie.

Les guerres et les rivalités d'école existeront probablement toujours, mais force nous est de constater que les avenues sont multiples pour alléger la souffrance du client, en particulier celui qui souffre d'un trouble de la personnalité. Souvent, la blessure est profonde et très éloignée de la conscience, ce qui devrait mettre en alerte toutes les compétences du thérapeute. Ainsi, en plus de travailler au cœur de la relation, du lien et de la reproduction phénoménologique de l'expérience, les PGRistes doivent alimenter leur réflexion dans divers champs expérientiels pour reconnaître et élucider le sens de cette rencontre unique dans l'ici et le maintenant.

Références

- Buber, M. (1957). *Je et Tu*. Paris: Aubier.
- Bouchard, M.-A. (1985). « L'émergence de la théorie de la Gestalt-thérapie : le contexte intellectuel », *Revue Psychothérapies*, 4, pp. 223-233.
- Bouchard, M.-A. (1990). *De la phénoménologie à la psychanalyse*. Bruxelles: Éd. Pierre Mardaga.
- Clarkson, P. et Mackewn, J. (1993). *Fritz Perls*. London: Sage Publications Inc.
- Corbeil, J. (1992). « L'histoire de la Gestalt au Québec », *Revue québécoise de Gestalt*, 1 (1), pp.3-17.
- Cyrułnik, B. (2001). *Les vilains petits canards*. Paris: Odile Jacob.
- Delisle, G. (1995). *Une révision de la théorie du Self de Perls, Hefferline et Goodman et de ses prolongements cliniques*. Thèse doctorale. Université de Montréal.
- Delisle, G. (2000). Pour un dialogue herméneutique en Gestalt-thérapie. *Revue Gestalt*. Société française de Gestalt. Vol. 13.
- Delisle G. (2001). *Vers une psychothérapie du lien*. Montréal: Éd. du Reflet
- Delisle, G. (2001b). « Le dialogue herméneutique en psychothérapie ». *Conférence à l'Hôpital de Tourcoing, Lille. Actes du colloque de Champ-G*.
- Delisle, G. (2003). Les enjeux développementaux dans le traitement des personnalités pathologiques. Document pédagogique du CIG.
- Delisle G. (2004). *Les pathologies de la personnalité, perspectives développementales*. Montréal: Éd. du Reflet.
- Durozoi, G. et Roussel, A. (1987). *Dictionnaire de philosophie*. Paris: Éd. Nathan.
- Fairbairn, W.R.D. (1954). *Psychoanalytic Studies of the Personality*. New York: Basic Books.
- Fonagy, P. (2006). « The Process of Change and the Change of Processes: What Can Change in a Good Analysis », *Psyche Matters*, www.psychematters.com/papers/fonagy.htm, pp. 1-15.
- Gagnon, J. (1992). « La thérapie gestaltiste », *Guide des nouvelles thérapies*. Québec: Science, pp.76-81.
- Ginger, S. (1987). *La Gestalt, une thérapie du contact*. Paris: Hommes et Groupe éditeurs.

- Girard, L. (1998). « Un essai d'intégration de trois perspectives diagnostiques complémentaires », *Revue québécoise de Gestalt*, 2 (2), pp.59-79.
- Girard, L. (2003). « Réactions à l'article de J.E. Maddux : Pour une réflexion diagnostique responsable et fertile », *Revue québécoise de psychologie*, 24 (3), pp. 9-13.
- Guérette, L. (inédit 1980). *La Gestalt thérapie*. Document inédit remis aux étudiants de psychiatrie de l'université de Montréal.
- Jacques, A. (2000). *Une histoire de la Gestalt-thérapie*. Paris : L'Exprimerie.
- Jung, C. (1997). *La psychologie de l'inconscient*. Paris : Éd. Georg.
- Kernberg, O. (1989). *Les troubles graves de la personnalité : stratégies psychothérapeutiques*. Paris : PUF.
- Lecomte, C. (2006). « Quels sont les facteurs explicatifs de l'efficacité dans le traitement des troubles de la personnalité? » Présentation au 2^e colloque : *Les psychothérapies des troubles de la personnalité, diversité des approches, convergences des intentions*. Formation Porte-voix.
- Mahrer, A.R. (1989). *The Integration of Psychotherapy*. New York : Human Science Press.
- Maslow, A. (1972). *Vers une psychologie de l'être*. Paris : Fayard.
- Masterson, J. F. (1997, Mars). « Les troubles de la personnalité : diagnostic différentiel et stratégies thérapeutiques ». Séminaires de cinq journées de formation, *Une approche développementale, du Soi et des Relations d'objet*. Organisées par l'Institut Victoria de Montréal et le Masterson Institute de New York.
- Perls, F. (1942). *Ego, Hunger and Aggression*. New York : Vintage.
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy. Excitement and Growth in the Human Personality*. New York : Julian Press.
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1979). *Gestalt-thérapie, Vers une théorie du Self: nouveauté, excitation et croissance*. (Traduit par Wiznitzer M.) Montréal : Stanké.
- Petit, M. (1984). *La Gestalt, thérapie de l'ici et maintenant*. Paris : Les Éditions ESF.
- Polster E. et Polster M. (1973). *La Gestalt*. Montréal : Le Jour.
- Robine, J. M. et Delisle, G. (1999-2000). *Vers un nouveau paradigme existentiel-humaniste*. Correspondance inédite.
- Zinker J. (1977). *Se créer par la Gestalt*. Montréal : Éd. de l'Homme
- www.agora.qc.ca
- www.yrub.com/
- www.wikipedia.org/philosophesetpsychologues

Abstract

The author outlines the history of Object Relations in Gestalt therapy, a Gestalt approach to Personality Disorders. Using two of the system's central concepts, cross-field thematic affinities and multi-modal construction of meaning, she underlines its developmental roots and current therapeutic stances. The author calls for increased awareness of the philosophical underpinnings of psychotherapy in general and of Object Relations Gestalt Therapy in particular.