

Perls, psychanalyste...?

Freudien convaincu, PERLS le demeura durant de nombreuses années, sinon toute sa vie, en dépit de ses protestations et de ses affirmations contraires. Dans le contexte psychanalytique de la période allant de 1920 à 1950 durant laquelle la psychanalyse s'appuyait sur les théories des psycho-névroses, il apporta tout d'abord une authentique contribution au mouvement psychanalytique, avec d'autres contemporains de S. FREUD. Devenant progressivement de plus en plus critique à l'égard de certains concepts et de la technique telle qu'elle se développait, rejeté par le maître, méconnu par ses confrères, il rejoignit d'autres dissidents, puis opéra une scission complète. Il remit en question le modèle de développement psychanalytique freudien pour une raison quelconque, sans doute pour être simplement différent des autres¹ ou marquer son opposition à S. FREUD. Nous allons retrouver son long cheminement en empruntant à André JACQUES² des éléments de ce rapide historique

1. Isadore FROM, *Réflexion sur la thérapie gestaltiste*. voir bibliog.

2. André JACQUES, *Historique...*

Historique

Bien que né l'année où FREUD publia avec BREUER, "Du mécanisme psychique des phénomènes hystériques", ce n'est qu'en 1926, à 33 ans, que Friedrich PERLS, pratiquant la neuro-psychiatrie dans les hôpitaux de Berlin, entra en analyse avec Karen HORNEY, alors freudienne orthodoxe, enseignante à l'Institut Psychanalytique de Berlin. Il continua à Francfort avec Clara HAPPEL. Là, il fréquenta le gestaltiste Kurt GOLDSTEIN et rencontra Lore POSNER, étudiante en psychologie. Un peu plus d'un an plus tard F. PERLS se rend dans la Vienne de FREUD, où il fut supervisé par Helen DEUTSCH et Edward HITSCHAM; il fréquenta FEDERN, et devint un temps l'assistant de Paul SCHILDER.

En 1928, F. PERLS revint à Berlin pour continuer sa propre analyse et parfaire sa formation d'analyste. Un an plus tard, épousant Lore POSNER, il "échangeait le divan de la psychanalyse contre le lit conjugal" en s'opposant à son analyste pour qui une décision aussi importante ne pouvait être prise en cours d'analyse.

En 1930, conseillé par Karen HORNEY, il entreprit une autre tranche d'analyse avec Wilhem REICH envers qui, bien que ne partageant pas ses options politiques, il ressentait une grande affinité. Il vécut avec satisfaction son court travail analytique avec lui et en assimila

plus facilement les idées qu'il ne l'avait fait des théories de K. GOLDSTEIN. La méthode de REICH, axée non sur l'exploration du passé mais sur la structure actuelle du caractère du patient, sur ses mécanismes de défense actuels et leur cristallisation dans "l'armure musculaire", venait renforcer chez F. PERLS plusieurs de ses intuitions et acquis face au corps et au mouvement.

En avril 1933, bien que psychanalyste reconnu, il quitta l'Allemagne et se rendit en Hollande où sa famille le rejoignit six mois plus tard. A la fin de cette même année, ils émigrèrent à Johannesburg en Afrique du Sud et s'y établirent sur la recommandation d'Ernest JONES.

Dans ce pays où tous deux étaient les seuls psychanalystes, il fonda en 1935 l'Institut Sud-africain de Psychanalyse dont il était le seul membre, ce qui lui permit d'être invité au congrès de psychanalyse de Marienbad en 1936. A Vienne, il fut très mal accueilli par FREUD. A Prague, sa communication qui se voulait être une contribution à l'édifice analytique, sur "Les résistances orales", fut peu appréciée des quelques participants qui assistèrent à la conférence de cet inconnu expatrié révisant la théorie freudienne de la nature anale de toute résistance³.

Ces déceptions nourrirent son amère détermination à prouver son originalité et son génie à l'assemblée psychanalytique qui l'avait rejeté et ne firent qu'augmenter son attitude rebelle face à toute autorité. Il écrivit "Ego, Hunger and Aggression", conçu et présenté comme "Une révision de la théorie de FREUD et de sa méthode" en étroite collaboration avec son épouse qui lui apporta son appui et sa participation. Dans ce livre paru en 1942, il faisait une synthèse des positions freudiennes et des idées des nombreux penseurs qu'il avait rencontrés jusque-là. Cette approche qu'ils appelaient "Thérapie de la Concentration" se situait à l'opposé de la libre association analytique et consistait à porter une attention concertée sur la structure actuelle de l'expérience.

En 1946, Friedrich S. PERLS quitta l'Afrique du Sud. Il émigra tout d'abord au Canada puis à New-York où Karen HORNEY, émigrée depuis 1932, alors sur le point de fonder le révisionniste "American Institute of Psychoanalysis" avait assuré à son ex-patient qu'il trouverait dans cette ville travail et prospérité. Dès son arrivée, il anglicisa son nom, s'appelant dorénavant Frederick S. PERLS et trouva de l'aide auprès de ses compatriotes. Erich FROMM, qui avait apprécié sa contribution originale à la psychanalyse, l'encouragea, lui assura rapidement une clientèle et le présenta au "Washington School of Psychiatry" où Clara THOMPSON et d'autres membres l'aidèrent à s'installer. Un an environ après son arrivée, sa famille le rejoignit. Lore PERLS changea à son tour de nom pour s'appeler Laura PERLS. Quittant rapidement le "Washington School", F. PERLS, peu enclin à la pensée de Harry Stack SULLIVAN sur les relations interpersonnelles et adoptant un comportement libertaire, noua des contacts avec

3. C'est à cette même rencontre que Jacques LACAN exposa pour la première fois sa thèse sur le stade du miroir. Celle-ci ne fut publiée que de nombreuses années plus tard.

certains membres des marges culturelles. Les PERLS, avec Isadore FROM, ex patient de F. PERLS, étudiant en philosophie, très intéressé par la phénoménologie, rencontrèrent Paul GOODMAN romancier, psychothérapeute et critique social, qui avait attiré l'attention de l'élite intellectuelle new-yorkaise sur les œuvres de W. REICH et s'était lui-même engagé dans une thérapie avec Alexander LOWEN, alors jeune médecin en formation avec REICH. Ainsi se constitua un groupe de personnes intéressées à la nouvelle psychothérapie, toujours appelée "thérapie par la concentration". Cette psychothérapie, dont les concepts furent élaborés et mis en forme par Paul GOODMAN, est l'objet du livre "Gestalt therapy" édité pour la première fois en 1951.



Photo coll. part. Laura Perls

C'est à partir de cette époque que Laura et F. PERLS se situèrent comme gestalt thérapeutes. Dans la clinique, ils se démarquèrent radicalement de la cure psychanalytique de manière fort diverse. Rapidement, F. PERLS innova des techniques, s'écartant ostensiblement de la théorie qu'il avait promu. Laura PERLS quant à elle, développa rigoureusement la Gestalt-thérapie de Paul GOODMAN. Les écrits psychologiques de celui-ci se réfèrent très fréquemment à FREUD. "Bien peu pourraient analyser les implications du modèle freudien du Moi ou le "masochisme primaire" de REICH mieux que lui⁴." La théorie de la Gestalt-thérapie considère la théorie psychanalytique comme acquise. Actuellement encore, Isadore FROM, affirme: "Nous sommes freudiens, nous ne sommes pas psychanalystes".

*F.S. PERLS
1923
aux débuts de sa
carrière professionnelle*

*4. Mickael V. MILLER,
Paul Goodman, Une
poétique...*

"Le Moi, la Faim et l'Agressivité".

Ce rapide historique nous a permis de resituer F. PERLS dans son contexte psychanalytique. Maintenant, nous allons cerner les idées spécifiques qu'il a développées dans son premier écrit actuellement disponible. "Le Moi, la Faim et l'Agressivité" est la traduction française de "Ego, Hunger and Aggression", cité ci-avant. Il fut édité en 1978 dans la collection "Le corps à vivre" dirigée par Jacques DONNARS. Celui-ci, présentant cet ouvrage, constatait l'insatisfaction grandissante qui se faisait jour devant les attermoissements de la psychanalyse classique à l'égard du problème de la guérison. Il mettait l'accent sur de "nouvelles" perspectives par des psychothérapies de groupe et la prise en compte du langage du corps. Dans cette édition, l'énoncé de l'objectif initial : "Une révision de la théorie de FREUD et de sa méthode", fut délibérément écarté. A l'opposé, cet ouvrage fut dédié cette fois "A la mémoire de Max Wertheimer⁵". Par cette dédicace à celui qui a fondé la Gestaltthéorie, F. PERLS, de manière opportuniste, établit rétroactivement un lien théorique ténu avec cette filiation d'emprunt à laquelle il ne se réfère que très superficiellement dans ce livre. Il ne retient de cet auteur qu'une formulation générale de sa discipline concernant l'existence primitive de la formation d'une figure appelée "Gestalt". Dans l'introduction (datant de 1969, année de la réédition de "Ego, Hunger and Aggression", et période à laquelle il avait complètement et délibérément rompu avec la pratique de la cure.) F. PERLS situa son œuvre comme étant la transition entre la psychanalyse orthodoxe et la "Gestalt"⁶.

Reprenant son texte original, il cite S. FREUD et son incomplétude : "la psychanalyse résulte essentiellement de l'observation des faits de la vie mentale; c'est pour cette raison que sa superstructure demeure incomplète et sujette à des modifications constantes". Ainsi autorisé, et s'appuyant sur la théorie selon laquelle un organisme lutte pour maintenir son équilibre il énonça ses buts en tête de l'ouvrage : étudier la névrose en prenant en compte le problème de l'agression par le biais de l'holisme et de la sémantique; examiner les concepts psychanalytiques douteux et étendre le nouveau concept d'instinct de faim à l'assimilation mentale et au caractère paranoïde; substituer à la méthode des associations libres "l'antidote à l'évitement", à savoir la "concentration".

Les références d'auteurs

Dans ce livre, F. PERLS fait une synthèse des idées de S. FREUD et de celles de nombreux penseurs qu'il avait rencontrés jusque là et avec qui il avait travaillé de manière plus ou moins proche, les vénérant ou leur vouant une critique sans merci. Il se réfère aussi à des scientifiques, des philosophes et des gestaltistes chez qui il puise, parfois sans vergogne, des concepts, les remaniant à sa façon pour

5. Psychologue allemand, né à Prague (1880-1940). En 1912, il publia ses "Etudes expérimentales sur la perception du mouvement". Sur le plan technique, son mérite principal fut d'utiliser des systèmes de stimulation simplifiés permettant une analyse détaillée des conditions spatio-temporelles du phénomène. Sur le plan théorique, ses recherches constituèrent le point de départ expérimental décisif de la Gestaltthéorie. En 1943, dans "La pensée créatrice" il développa, après une longue série de recherches expérimentales, le concept de forme comme principe explicatif, à tous les types de comportement, de la simple perception aux opérations mentales supérieures. Le principe essentiel de la Gestaltthéorie est celui de la structuration phénoménale, selon lequel tout champ perceptif se différencie en un fond et en une forme. La partie du champ qui est vue comme forme est celle qui est délimitée phénoménalement par un contour précis qui retient l'attention. Les noms de W. KÖHLER, D. KATZ, et K. GOLDSTEIN sont à associer à celui de Max WERTHEIMER.

6. Rappelons que dans cette période californienne, F. PERLS a enlevé à son innovation ce qui lui était spécifique et a réduit la Gestaltthérapie à la "Gestalt".

alimenter son foisonnement d'idées sans forcément s'inquiéter de leur validité dans ce nouveau contexte. Il s'inspire aussi de Jan SMUTS, (alors Premier Ministre de l'Afrique du Sud), dont le livre "Holisme et évolution"(1926), était à coloration gestaltiste. Un autre auteur l'avait fortement marqué: il s'agit de Sigmund FRIEDLANDER. Entre 1917 et 1920, F. PERLS rencontra ce philosophe dans des cercles marginaux berlinois, après qu'il eut publié "L'Indifférence créatrice". Très influencé par le taoïsme, cet auteur voyait le comportement humain en termes de processus d'équilibration entre pôles opposés. Il envisageait la santé de l'organisme et son potentiel créateur, comme reliés à la capacité de revenir à un "point zéro" ("indifférence"), comme aboutissement de tout ce qu'il pouvait vivre ou entreprendre. Les contacts sociaux et les discussions que F. PERLS eut avec ce philosophe peu connu à l'époque, marquèrent la formation de sa pensée concernant l'évolution des personnes. Ces rencontres constituèrent un important jalon dans l'orientation qu'il prit par la suite dans le domaine de l'analyse.

De W. REICH, il emprunte la technique de la "thérapie de la concentration". Avec celle-ci, il tentait de réduire le temps de traitement de la névrose et d'élaborer une base pour l'approche de certaines psychoses en se concentrant de manière permanente sur le trait de caractère du patient. Il s'inspire de la "cuirasse musculaire" et en retire une compréhension théorique des expressions subtiles du langage corporel ainsi que de toutes les perturbations des fonctions du système moteur comme étant des résistances liées à l'angoisse. Avec F. M. ALEXANDER, il ébauche son idée selon laquelle les dysfonctionnements du système moteur perturbent les fonctions du Moi et de l'instinct de faim. En ce qui concerne la force de l'habitude acquise, F. PERLS préfère l'appeler une gestalt fixée. Face à la pensée historique et causaliste de S. FREUD et la pensée futuriste et le discernement d'ADLER, F. PERLS critique O. RANK et C. G. JUNG et avance une pensée dialectique où les opposés seraient réciproquement complémentaires sous bien des aspects. De K. HORNEY, il reprend la thèse selon laquelle le névrosé est en permanence affamé d'affection. Enfin, il cite entre autres K. ABRAHAM, M. BONAPARTE, FEDERN, S. FERENCZI, A. FREUD, G. GRODDECK, E. JONES .

S. FREUD

Revenons à S. FREUD à qui F. PERLS se réfère tout au long de cet ouvrage. Lui reconnaissant ses inventions, s'appuyant parfois sur elles, il les rejette fréquemment, et les discute systématiquement. Il lui reproche d'avoir privilégié les résistances anales, et contredit l'hypothèse de la théorie de la libido selon laquelle l'évolution de l'instinct sexuel passerait par les stades oral et anal, et que des fixations intervenant lors de ces phases empêcheraient le développement de la sexualité. L'auteur considère que l'oralité et l'analité sont souvent

le résultat d'une navette entre les zones érogènes, des sphincters vers les orifices alimentaires. Il pense que la psychanalyse (replaçons-nous dans le contexte de l'époque), négligeant les résistances orales et génitales, ne s'est jamais intéressée aux diverses formes de résistances liées à ces trois types. Ainsi, toute répugnance à donner, ou toute tendance à retenir des contenus mentaux, émotionnels et physiques, seraient qualifiés de résistances anales. Les résistances orales sont liées à un développement insuffisant des fonctions de morsure comme dans la perte d'appétit, le dégoût, et le refoulement du dégoût. Pour lui, l'utilisation des dents est la représentation biologique première de l'agressivité.

F. PERLS, trouvant les termes utilisés par S. FREUD souvent inappropriés va s'attacher à les redéfinir, les discuter et abandonner certaines théories qui en découlent. Sur la question de l'agressivité, contrairement à S. FREUD, il affirme que loin de disparaître, les énergies réprimées ou refoulées deviennent plus dangereuses hors du champ de conscience. Tout au long de cet ouvrage qui a été écrit pendant la deuxième guerre mondiale, l'auteur s'intéresse au plus près à l'agressivité. Simultanément il se réfère à l'agression et son refus. Celle entre l'individu et la société, entre les divers groupes sociaux d'une part, mène soit à la délinquance soit à la guerre. Les diverses formes de refus de l'agression, notamment le refus de contact pourtant nécessaire à la satisfaction des besoins de l'individu lorsque ceux-ci sont refoulés, mènent à la névrose. F. PERLS attribue au mot énergie l'aspect d'une fonction. Pour lui, l'énergie est immanente à l'événement. Ainsi l'agressivité n'est pas une énergie en soi, c'est seulement une fonction biologique.

Pour lui, les névroses sont l'expression d'un conflit entre l'organisme et l'environnement. Il rejoint S. FREUD et son approche des maladies psychogéniques, dans lesquelles la névrose a un sens en tant que perturbation du développement et de l'adaptation, et où les instincts et l'inconscient tiennent une très grande place. Par contre il réfute l'idée selon laquelle la névrose reposerait sur l'instinct sexuel, le refoulement et le transfert, et pense que S. FREUD a classé les névroses selon les méthodes d'évitement. Les expressions "névrose obsessionnelle" et "hystérie" prouveraient que cette tentative est mauvaise. L'inconvénient de l'évitement serait la détérioration de la fonction holistique.

Sur la question du refoulement, il pense qu'à l'origine ce mécanisme se fonde sur le contrôle des muscles sphincters de la bouche, de l'anus et de l'urètre. Dans le refoulement, le matériau aussi bien que les fonctions du Moi sont déformés ou ont disparu. Ainsi il se réalise par la rétroflexion de l'agressivité qui était à l'origine orientée sur l'objet frustrant, et se voit maintenant dirigée contre le désir propre. Pour lui, il est possible de contrôler les émotions, mais il est douteux de pouvoir les refouler et les repousser dans l'inconscient. Enfin ce

qu'il appelle le retour du refoulé ne serait autre que l'échec à plus ou moins long terme de la projection ou de l'aliénation par le refoulement. Si F. PERLS s'appuie sur ce que la psychanalyse traditionnelle a dit du refoulement, il n'en est pas de même en ce qui concerne les instincts du Moi et les instincts sexuels. Pour lui, la distinction entre eux n'existent que dans une conception dualiste. De son point de vue, la relation entre le Moi et l'instinct sexuel ne diffère pas en soi de la relation entre le Moi et l'instinct de faim. Le Moi n'est pas un instinct, il est une fonction organiciste. Il croit que selon la pensée organiciste, il faut limiter le terme libido au seul aspect psycho-chimique de l'instinct sexuel : c'est la proximité de l'émotion appelée amour et de l'instinct sexuel qui amènerait S. FREUD à l'erreur, alors que l'affection demeure et s'accroît après l'orgasme. Le terme "instinct sexuel" est pour F. PERLS un terme confus et il le considère comme une abstraction pour rester cohérent avec la théorie de S. FREUD. Il pense que celui-ci interprète à tort l'amour de la période précédant le développement sexuel, (stade pré-œdipien) comme étant de nature sexuelle, que les orifices, les zones érogènes orales et anales sont d'une importance fondamentale pour le développement du Moi, et non pour celui de l'énergie sexuelle. Il considère que même s'ils sont rapidement sexualisés, ceux-ci ne présentent à l'origine aucun "investissement libidinal". "Selon moi, avec le terme "libido", S. FREUD a voulu englober à la fois la fonction universelle (énergie de jonction) et la fonction sexuelle organiciste". Alors que ce dernier définit les instincts du Moi comme étant orientés vers l'autopréservation, F. PERLS, abordant les instincts sous l'angle de la survie, considère que l'instinct sexuel est au service de la préservation de l'instinct de l'espèce, l'instinct de faim et l'instinct de défense représentant par contre l'autopréservation. Subséquemment, le Moi et le Self ne sont pas identiques, cependant les fonctions du Moi se manifestent aussi bien dans l'instinct sexuel que dans l'instinct de faim. Si F. PERLS pose ainsi le concept de Self, il ne le qualifie guère que comme "biologique spontané et véritable".

Dans son entreprise critique, F. PERLS reconnaît l'intérêt de nombre de découvertes de S. FREUD, mais n'en partage pas certaines conclusions qui lui paraissent absurdes. Il en est ainsi de la question de la compulsion de répétition. Les répétitions tendant à devenir rigides et inertes comme de la matière organique, s'appuient sur l'existence de l'instinct de mort. De même que la libido organiciste s'exprime par l'amour, l'instinct de mort s'exprime par la tendance à la destruction. Réfutant le caractère de rigidité, l'auteur dissident s'appuie sur K. LEWIN, et considère que la gestalt "compulsion de répétition", contrairement à la théorie de la libido, concerne des problèmes non résolus. Lorsqu'un désir de mort se dissout, que ce soit par la méthode psychanalytique ou par une autre, l'intérêt porté à l'exécution des rites obsessionnels (la "perte" du désir de mort)

passé à l'arrière-plan puis disparaît de l'esprit. L'intérêt se maintient aussi longtemps que la tâche n'est pas achevée, disparaît avec son achèvement, réapparaît pour une nouvelle tâche. La compulsion n'a rien de morbide, de mécanique, elle est au contraire l'adaptation aux possibilités de la réalité.

Ce vocabulaire critique est loin d'être exhaustif. Toutefois nous ne saurions le limiter sans y inclure la question du transfert à propos duquel F. PERLS fait preuve d'un rejet trop peu nuancé. Il veut démontrer quel rôle sélectionné et relativement peu important ce concept joue dans le complexe global, et pense qu'il résume le point de vue historique de S. FREUD. Il comprend que c'est le discrédit porté au présent qui a nécessité l'introduction du "transfert". Lorsqu'aucune place n'est laissée à l'attitude spontanée et créatrice du patient, il devient alors nécessaire de rechercher des explications dans le passé. Par ailleurs, F. PERLS n'a trouvé aucune remarque démontrant "comment" les interprétations de l'analyste sont acceptées par le patient dans le "transfert positif". Il en est de même au sujet des résistances qui empêchent la digestion de la nourriture mentale, notamment l'hostilité soudaine qui, répondant à une insatisfaction, est attribuée au "transfert négatif" alors que cette réaction est une impulsion défensive spontanée. Il faut non seulement que le psychanalyste comprenne le patient, mais que la réciproque soit possible. Dans la psychanalyse orthodoxe où tout contact personnel avec le patient est tabou, l'analyste ne traite pas les projections comme telles mais comme des phénomènes de transfert. L'analyse du noyau paranoïde ne peut avoir lieu. De manière différente, l'analyste "humain" est non plus seulement un écran de projection, il développe le contact avec la réalité plutôt qu'un pseudo-contact avec les projections.

Les concepts de F. PERLS

Pour étayer ses élaborations, F. PERLS utilise un lexique personnel. Hormis l'usage de mots très particuliers qui lui sont spécifiques comme hanging-on bite (mordre et tenir) qui signifierait "fixation orale", employé pour désigner de manière caricaturale des concepts psychanalytiques reconnus, l'auteur nous familiarise avec un certain nombre de termes que nous retrouvons plus élaborés dans "Gestalt therapy". Il en est ainsi de la confluence, de l'introjection de la projection et de la rétroflexion⁷ qu'il considère ici comme les inhibitions principales. Il utilise pour la première fois dans ce livre le terme de confluence avec l'idée de "couler" (confluence venant du latin "fluere": "couler"). Il explique que le seul problème du bébé, au départ, est l'obtention du lait quand il a faim. L'activité du nourrisson se réduit à la "morsure-crampon" (hanging on bite) qui établit la confluence entre la mère et l'enfant. Cette confluence correspond au stade préédental et à l'absence de limites du Moi. Pour illustrer la confluence, F. PERLS utilise la métaphore d'un château dont les murs présente-

7. La traduction est erronée, il faut remplacer réflexion par rétroflexion.

raient une grande brèche à la place de la porte. La personne ayant un problème de confluence ne sait donc pas utiliser ses dents, c'est à dire, agresser, assimiler, puisqu'elle ne sait pas prendre ce qui lui est nécessaire et rejeter ce dont elle n'a pas besoin ou qui lui serait toxique. Dans sa typologie, la personne confluyente laisse toujours un espace entre ses dents de devant, ou bien se promène avec la bouche entrouverte ou, soigneusement fermée par hypercompensation. Il a particulièrement peur d'être un individu, ou bien veut se prouver ou prouver aux autres qu'il est un individu, avec une opinion propre, même si elle consiste à s'opposer à tout ce qui existe. Il est effrayé ou incapable de modifier son environnement et sa propre personne, même si cela s'avère nécessaire. Il ne sait pas dire "non", par peur de voir la bienveillance se transformer en antagonisme. Il ne peut acquérir le sentiment de son individualité, qui exige la prise de conscience des limites. L'utilisation des dents permet de sortir de la confluence.

En ce qui concerne l'introjection, F. PERLS reconnaît les découvertes importantes de S. FREUD, notamment lorsque celui-ci décrit la mélancolie comme tentative infructueuse de détruire un objet d'amour introjeté. Par contre, contrairement à lui et à K. ABRAHAM, il considère l'introjection non pas comme un processus normal, mais comme un phénomène pathologique opposé à l'assimilation. L'introjection correspond à la préservation des choses absorbées alors que l'organisme réclame leur destruction. Dans l'introjection totale, le matériau introjeté reste étranger à l'organisme, ayant été avalé sans contact avec les dents, sans agressivité, et donc sans destruction. Ceci est proche de l'incorporation et renvoie au stade prédentaire. L'évitement de la destruction empêche l'assimilation et laisse la situation inachevée. Dans l'introjection partielle, il s'agit d'un matériau étranger dans la personnalité du patient (conscience ou objet perdu de la mélancolie). C'est le stade du "mordilleur". L'assimilation correspond à la phase du "masticateur" (stade molaire). L'assimilation correcte de la nourriture solide nécessite une concentration continue et consciente sur la destruction, le goût et le "senti" du matériau ingéré qui se modifie en permanence.

Si la projection est un concept qu'il utilise fréquemment, F. PERLS n'en fait pas une élaboration spécifique. Il reste très près du sens freudien, et s'intéresse toutefois plus particulièrement à ce qui en est projeté, comme l'agressivité par exemple, et à son résultat et devenir. Ainsi, il est fréquent de rencontrer la projection des matériaux dans le passé et sur le monde extérieur. Dans le caractère paranoïde, les projections permettent d'éviter la solution de l'attitude ambivalente; les fonctions du Moi s'hypotrophient et deviennent hallucinatoires. Dans la projection, le matériau totalement inchangé, glisse du champ interne au champ environnemental et les transforme tous deux totalement. Dans la pratique de la cure, après avoir pris conscience

de l'existence des projections comme partie intégrante de la personnalité, il est nécessaire de les assimiler, d'aller à la signification de chacune d'elles. De cette manière, F. PERLS, apporte une guérison réelle à toutes les tendances paranoïaques.

Pour désigner la rétroflexion, l'auteur avait envisagé d'utiliser le terme "introversion", ce qui aurait amené à une confusion avec la caractérogie jungienne. La rétroflexion renvoie à l'auto-destruction et consiste à s'infliger une punition réelle pour des actes imaginaires. Elle est une fonction du Moi oblitérée par les refoulements et les projections, ce qui signifie qu'une certaine fonction, à l'origine orientée vers le monde par l'individu, modifie sa direction et retourne à son créateur occasionnant une perte de contact avec l'environnement. Dès que l'usage d'un verbe s'accompagne d'un pronom réfléchi nous pouvons rechercher une rétroflexion. Le mépris et la haine envers soi, le contrôle de soi, l'introspection sont des exemples de rétroflexion. Ce mécanisme est lié à l'embarras, aux tabous moraux, aux interdits, à la peur du contact. Dans cette inhibition, très peu de matériel se perd et les fonctions restent assez largement intactes, le self est remplacé par un objet pour éviter les contacts apparemment dangereux; la décharge émotionnelle est inadéquate. La rétroflexion, selon sa nature, se base toujours sur une scission de la personnalité en une partie active ou passive. Si l'agression est rétrofléchie, les expressions et les fonctions des parties soumises et passives se détériorent. Il est toujours possible de s'occuper de la partie consciente de la personnalité, (Moi ou partie active) qui dirige ses activités contre une autre partie, (ce qui reste du self, ou la partie passive). L'organisme est surtout actif. La thérapie de la rétroflexion exige une réorientation des besoins et des conflits. Conduisant à l'identification de ses propres exigences, elle permet de les rééquilibrer avec celles d'autrui. Le sens de la confluence, de l'introjection, la projection, et de la rétroflexion, paraît assez proche de l'élaboration ultérieure. Pourtant il en diffère fondamentalement dans la mesure où il renvoie tantôt à une méta-psychologie freudienne lorsque l'auteur parle du Moi comme instance psychique, tantôt au processus de contact défini plus tard dans la "théorie du self" de P. GOODMAN lorsqu'il en parle comme fonction de contact. Le terme contact en est la démonstration: fréquemment utilisé dans cet ouvrage, il n'acquiert pourtant qu'une valeur descriptive des comportements, attitudes, affects liés au fonctionnement psychique. L'apport consiste ici dans la mise en évidence en termes d'opposés de rapports, de niveaux et registres différents, dans une référence à la Gestalt-théorie (dont la situation inachevée) et à l'holisme. Par exemple, dans le chapitre "Le moi, fonction de l'organisme", nous trouvons des termes qui sont largement repris dans la théorie actuelle et pourtant, F. PERLS dans sa "conception personnelle du Moi" -se référant au Moi freudien qui commanderait le système moteur- l'oppose en tant que fonction de

contact à une confluence, qu'il définit comme nous l'avons déjà présenté, comme absence de limite du Moi.

Les résistances orales

Après avoir précisé les auteurs auxquels F. PERLS s'est référé ainsi que ses emprunts, après avoir esquissé son adhésion et sa dissidence d'avec S. FREUD, nous avons rapidement évoqué son apport illustré dans sa propre terminologie. Maintenant nous allons cerner davantage sa contribution aux résistances orales et son concept d'instinct de faim. Voici ce qu'il dit de lui : "Mes observations psychanalytiques ont été influencées par mon propre sous-développement oral. Croyant au départ à la théorie de la libido (et plus particulièrement à l'idéal reichien du caractère génital) sans bien prendre conscience de ses implications, je m'en fis une sorte de religion phallique, rationalisée et justifiée par ce qui semblait être un fondement scientifique solide. Cependant, à mâcher les théories psychanalytiques et à ruminer tout morceau indigeste, je suis devenu de plus en plus capable d'assimiler ses éléments valables et de rejeter ses erreurs et ses constructions artificielles ."

Le terme "instinct" est un symbole pratique pour désigner certaines manifestations complexes de l'organisme. A la différence de S. FREUD qui le considérait comme une réalité et comme *prima causa*, l'auteur reconnaît l'existence des instincts parmi tous les besoins permettant la tendance fondamentale de tout organisme à tendre vers l'équilibre. Pour lui, l'instinct sexuel lié à la procréation ne pourrait durer longtemps s'il n'y avait aucun instinct d'auto-préservation, de faim qui maintienne cet équilibre.

F. PERLS met l'"instinct de faim" en avant plan, et s'intéresse au processus de consommation de nourriture. Il met en évidence des stades du développement de l'individu dans sa capacité à absorber, détruire et assimiler la nourriture, permettant ainsi la survie de l'espèce : prénatal (avant la naissance), prénéonatal (nourrisson), incisif (morsure) et molaire (mastication). Après que l'embryon ait obtenu sans aucun effort tous les aliments dont il avait besoin par le placenta et le cordon ombilical, (nourriture préparée et oxygène), le fœtus à la naissance doit commencer à respirer et assimiler la nourriture. Dans ce rôle actif et conscient, la fonction de contact se limite à la "morsure-crampon" le reste de l'alimentation ne serait que de la confluence. Plus tard, il en serait de même chez le mangeur impatient : le remplissage de la bouche est une "figure" puissante. Elle ne recule pas à l'arrière plan, ce qui empêche le plaisir de déguster et de détruire la nourriture de devenir une "figure". A la phase suivante, les dents de devant offrent une première possibilité d'attaquer la nourriture solide, leur tâche est d'en détruire la structure globale. Le mamelon du sein de la mère devient une chose à mordre. L'activité du nourrisson se réduit à la "morsure crampon" qui n'est pas synonyme de "morsure du

sein", mais qui établit une confluence entre la mère et l'enfant. Les sanctions de la morsure vont plus ou moins entraîner son inhibition qui aboutit à l'attitude-crampon ou à l'attitude-substitut⁶, et celle des fonctions de l'agressivité qui y sont liées, d'où la rétroflexion, la projection. Le dernier stade est la mastication qui est, par le broyage des aliments, la meilleure préparation mécanique à une digestion correcte. Pour apprécier la valeur, la qualité et la saveur d'un aliment, il faut être capable de le mastiquer soigneusement.

L'absorption du monde présente trois phases différentes: l'introjection totale, l'introjection partielle et l'assimilation, correspondant aux phases du nourrisson, du "mordilleur", et du "masticateur". Les individus qui gardent une attitude de morsure-crampon manquent d'individualité. Ils n'arrivent jamais à l'indépendance car la confluence avec son environnement reste aussi désirable qu'elle l'est pour le nourrisson à l'égard de sa mère. A l'opposé, la résistance totale à la confluence, la fermeture de la bouche conduit à la solitude, au manque d'intérêt et à l'ennui par le refus de tout contact avec le monde. Les résistances orales comme la perte d'appétit et le dégoût, sont liées à un développement insuffisant des fonctions de morsure. Le dégoût est une puissante émotion ou sensation. Il se forme comme protestation lorsque l'appétit normal est contrarié. Afin d'éviter le dégoût, le vomissement et la punition, nous rencontrons la frigidité orale puis la stimulation artificielle.

Le danger de l'introjection est d'engloutir des éléments physiques et mentaux voués à demeurer des corps étrangers à l'intérieur de l'individu. Pour comprendre et assimiler le monde, il faut employer les dents au maximum et perdre l'habitude de grignoter et de déchiqueter sinon la tendance destructive, qui devrait avoir son débouché dans l'utilisation des dents, reste non gratifiée. La fonction destructive, instrument de l'instinct de faim, se trouve détournée de l'objet "nourriture solide". Elle se manifeste alors de manière pernicieuse, par les tueries, les menaces de guerre, la cruauté etc. ou, lorsqu'elle emprunte les voies de la rétroflexion, par l'auto-torture, voire l'auto-destruction.

"Planned Psychotherapy"

(Jalons pour la psychothérapie)

Après avoir présenté les racines et la position critique de l'auteur à l'égard de la psychanalyse par la discussion de certains concepts-clé et l'exploration de ce qu'il définit comme les principales inhibitions, nous allons poursuivre la clarification de ce "fond" sur lequel la personnalité de F. PERLS "psychanalyste" s'est développée et étayer notre recherche sur un témoignage plus récent. Laura et Frederick PERLS gardèrent la désignation de psychanalystes jusqu'en 1950 et pratiquèrent en cabinet un travail encore proche de la psychanalyse

traditionnelle. Laura PERLS toutefois portait une attention peu classique à la respiration et aux tensions musculaires de ses patients. Ce que nous savons de leur pratique est étayé par ce que Laura PERLS et Isadore FROM en disent encore actuellement. Un texte rare et peu connu, figurant parmi les meilleurs écrits de F. PERLS nous renseigne sur sa pratique. Il s'agit de "Planned Psychotherapy".

La méthode

Vers la fin de 1946 ou au début de 1947, probablement invité par Clara THOMSON, F PERLS prononça un discours au "William Alanson White Institute" alors que celui-ci était le premier institut de formation psychanalytique à New-York. Il y développe sa méthode. En ce qui concerne l'"Ici et Maintenant"⁹, il demande au patient de commencer chaque phrase par ces mots pour mettre l'accent sur la situation présente où se manifestent les souvenirs, les ressentiments ainsi que les sensations corporelles. La réalité est ce qui est présent. L'expérience n'a lieu que dans le présent, mais ceci ne signifie pas que le passé et l'avenir sont dénués de sens. Les souvenirs et les projets font partie du présent, mais n'ont de sens que s'il y a eu une expérience passée et si l'avenir est possible. Le passé ne présente un intérêt que parce qu'il contient des situations inachevées, comme par exemple des expériences non digérées. Cette formulation laisse ensuite la place à la règle de base. Le patient doit l'informer de tout ce qu'il expérimente intellectuellement, émotionnellement et physiquement, en ne retenant rien délibérément. Ceci permet de se confronter à la censure et de discuter les différentes formes de résistances émotionnelles, comme l'embarras, la peur, le dégoût, la politesse, etc. . Nous pouvons remarquer comment ces "injonctions" venaient modifier celle de tout dire à l'analyste en associant librement et rejoignent la contribution reichienne du travail des résistances.

Exemples cliniques

Au cours de cette conférence, il illustra ses propos d'exemples cliniques qui nous permettent actuellement de reconstituer le cadre, l'originalité de ses séances. L'utilisation du divan est clairement nommée et s'accompagne de l'usage d'accessoires comme, par exemple, une couverture de laquelle le patient se recouvre. Des discussions d'ordre théorique ou personnel émaillent la séance, semblent contribuer à créer un climat d'échange et susciter une alliance tout en alimentant les résistances de l'un et de l'autre. Le langage du corps, par les mouvements et leur évolution est pris en compte et interprété au patient. De manière complémentaire à l'étude de la personnalité humaine, F. PERLS recommande entre autre l'approche de l'école de Charlotte GINDLER. Laura PERLS avait fait ce type de travail à Berlin et continua par la suite du travail corporel

9. Ce concept est emprunté à Otto RANK dont l'influence sur la théorie gestaltiste n'est guère reconnue. Avec Isadore FROM, nous considérons que l'ici et maintenant inclut également le phénomène de transfert.

similaire pendant des années. Elle remet en cause cette adhésion: "A cette époque Fritz était encore trop analyste et ne pouvait pas du tout s'intéresser au travail corporel". En ce qui concerne l'utilisation du divan, nous savons de quelle manière outrancière il critiquait S. FREUD de s'asseoir derrière les patients, lui reprochant d'être trop paranoïaque pour supporter leur regard. Où F. PERLS se mettait-il pour observer leurs mouvements? Au sujet de la durée de la cure, il voulait raccourcir le temps nécessaire à une psychanalyse et augmenter son efficacité. Il gardait tout le temps à l'esprit l'idée de maintenir la précision. "Mes propres expériences avec l'école freudienne et les nombreuses années que j'ai perdues m'ont appris comment éviter de nombreuses erreurs".

La cure

Ici et là, il donnait des détails quantitatifs qui peuvent nous donner une indication sur la durée des séances et peut-être nous éclairer en ce qui concernait le déroulement du traitement. Ainsi il décrit ses séances en termes de "quatorzième heure avec moi", ou bien "après la première demi-heure". Pour lui, certains patients ont un syndrome qu'il est plus facile d'aborder par des exercices à la maison. Ces exercices sont un facteur important pour raccourcir la durée du traitement et ne semblent pas très éloignés de ce que des post-kleinien ont pratiqué et que quelques uns pratiquent encore. Plusieurs exemples montrent que la voix est une indication précieuse pour le psychanalyste mais aussi pour le patient. Pour l'un d'entre eux, lui faisant écouter sa propre voix, il l'amène à prendre conscience de la manière dont il évite d'exprimer son agressivité à autrui et d'être en contact avec cette personne. Certains détails peuvent aussi nous laisser imaginer la pathologie de ses patients: sujet au "délire" d'être né pour de hauts desseins dans la vie, schizoïde, impuissance sexuelle, convoiter des idéaux, personnalité "comme si", sentiment de grand vide, ennui chronique, caractère obsessionnel surtout conscient de la peur du ridicule, toujours justifier son existence. Nous pouvons penser qu'il reconnaissait chez ses patients américains essentiellement des problématiques narcissiques.

La névrose

Tout ceci s'organise sur la définition du névrosé selon laquelle il est une personnalité dissociée souffrant du dualisme soma et psyché, bon et mauvais, Surmoi et Ça, esprit et nature, Eros et Thanatos, individu et société. F. PERLS ne s'en tenant qu'au névrosé, remarquait que ses contemporains n'avaient pas encore appris à considérer de tels dualismes comme des dualités ou différents aspects d'un même organisme, plutôt que des contradictions. Par une réintégration de la personnalité et de ses relations intrapersonnelles, la conduite de la cure devait alors amener la personne à repérer et

éliminer ces dissociations pour elle-même et chez les autres. C'est ainsi que F. PERLS écarta la théorie de la libido qu'il considérait imprécise, incohérente, et rechercha des fonctions, délibérées, spontanées, plutôt que des énergies. S'appuyant sur l'approche de la Gestalt-psychologie, il établit une relation entre la formation figure-fond et les fonctions d'orientation, de manipulation, toutes deux dirigées de l'organisme vers l'environnement pour la satisfaction des besoins. De cette manière, l'intégration est un moyen d'assimilation et de contact, l'agression est une fonction de manipulation surtout au service des besoins alimentaires. La conception inconsciente ou consciente de tout traitement, dictée par la "Weltanschauung" (conception du monde, idéologie), et les réactions du thérapeute, (que nous travaillons maintenant sur un plan contre-transférentiel) vont ainsi contribuer et favoriser ou non la prise de conscience des situations non résolues ou inachevées, des émotions inexprimées, du refoulement de l'expression et de la satisfaction des instincts.

Dans cette étude, nous avons tenté, par un rapide historique de la vie de F. PERLS, de le resituer dans sa formation de psychanalyste, dans ses attaches avec d'autres contemporains de S. FREUD, et dans sa pratique clinique jusque dans les années 1950. En dépit de ses déclarations, il fit toute sa carrière de psychiatre-psychanalyste sous l'égide de la psychanalyse, discipline qu'il avait plus subie qu'assimilée, et pratiqua le divan. Nous référant ensuite à deux de ses écrits, "Le Moi la Faim et l'agressivité", où il reprend sa contribution sur les résistances orales au congrès de Marienbad d'une part, "Planned Psychotherapy", discours qu'il prononça peu après son arrivée à New-York, d'autre part, nous nous sommes attachés à montrer son adhésion et sa dissidence d'avec S. FREUD. Ainsi, gardant à l'esprit la structure organiciste sans sous-estimer le rôle analytique de l'instinct sexuel, il considère que la psychanalyse a surestimé la causalité, le passé, et la libido, négligé l'importance de l'intentionnalité, du présent et ne fait qu'effleurer l'instinct de faim et l'assimilation normale. C'est ce que nous avons essayé de montrer en synthétisant ses références et emprunts à divers penseurs d'une part, sa terminologie critique des positions freudiennes, d'autre part et enfin son apport original d'instinct de préservation, de faim.

Bibliographie

Isadore FROM,
"Réflexions sur la thérapie gestaltiste", *The Gestalt journal*, Vol VII,
N°1, 1984. Traduction : Document Institut de Gestalt, Bordeaux 1988.

André JACQUES,
HISTORIQUE DE LA GESTALT-THERAPIE, Document Institut de
Gestalt, Bordeaux.

Michael V. MILLER,
"Paul GOODMAN: une poétique de la théorie", *The Gestalt journal*,
Vol II n° 2, 1978. Traduction : Document Institut de Gestalt, Bordeaux
1989.

F. PERLS,
"EGO, HUNGER AND AGGRESSION, a theory and method FREUD's
revision", (1942) (1969). Trad. franç. "LE MOI, LA FAIM ET L'AGRES-
SIVITE", *Le corps à vivre*, ed. TCHOU, Paris, 1978.

F. PERLS,
"Planned Psychotherapy" (1947), *The Gestalt journal*, Vol II, n° 2,
Automne 1979. JALONS POUR LA PSYCHOTHERAPIE, Traduction
: document Institut de Gestalt Bordeaux, 1990.

Bernard VINCENT,
"Découvrir Paul GOODMAN", *Revue Esprit*, avril 1973.
"Paul GOODMAN et le paradigme perdu", *id.*, avril 1974.