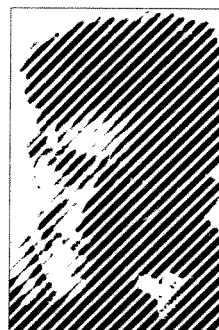


Après Paul Goodman
*Recherches
contemporaines*



La contribution d'Isadore From à la théorie et à la pratique de la Gestalt-thérapie

Au moment où la Gestalt-thérapie célèbre ses 50 ans d'existence, il me paraît important de situer les contributions respectives des fondateurs. Il est quelque peu surprenant que, même un demi-siècle après, il n'ait pas encore été étudié comment Laura Perls, par exemple, a pu contribuer au développement de la théorie et de la pratique de la Gestalt-thérapie. L'influence de Paul Goodman sur la conception de la Gestalt-thérapie est également une question qui reste encore ouverte.

Qui a apporté quoi, dans la réalisation d'une pratique cohérente et profonde de la psychothérapie à partir des hypothèses et des intuitions nouvelles de Fritz et Laura Perls ? Ce que nous connaissons aujourd'hui en tant que Gestalt-thérapie, c'est très clair, n'est pas l'œuvre d'une seule personne, et je crois qu'en étudiant les différentes contributions individuelles de ceux qui ont inventé et de ceux qui ont développé la Gestalt-thérapie, nous pourrions en même temps faire pénétrer quelques intuitions supplémentaires au sein de nos propres différences professionnelles.

Une de ces forces pourtant élémentaires qui sont derrière la Gestalt-thérapie, et l'un de ceux dont la contribution n'est pas pleinement comprise ni reconnue est Isadore From. Il est l'un des «fellows» originaires du cercle New-Yorkais fondateur de la Gestalt-thérapie(2). Il y a quelques années, il a pris sa retraite après 35 ans de pratique et d'enseignement de la Gestalt-thérapie. Il vit à New-York. La riche connaissance de la théorie et de la pratique de la Gestalt-thérapie, basée sur les écrits de Paul Goodman, qu'il a rassemblée et développée durant ses 35 ans de pratique thérapeutique, il l'a transmise à plusieurs générations de Gestalt-thérapeutes des Etats-Unis, et aussi à quelques Européens.

Isadore était un professeur brillant. Il est donc stupéfiant qu'il n'ait jamais rien publié. Lorsque je lui ai demandé pourquoi, il m'a répondu :

«Je ne suis pas écrivain. Je viens d'une tradition de la parole. J'ai des difficultés à imaginer dans l'abstrait. J'ai besoin de

Bertram Müller est psychologue, Gestalt-thérapeute directeur de l'Institut de Gestalt-thérapie de Düsseldorf, membre fondateur de la DVG. Directeur artistique de Die WERKSTATT, centre de danse et théâtre de Düsseldorf.

traduit de l'anglais par Jean-Marie Robine

quelqu'un à qui parler. J'ai peur de transformer en quelque chose d'imprimé ce qui peut être faux.» (6)

Cette peur semble partagée par ses étudiants, et par les Gestalt-thérapeutes en général. Parmi d'autres raisons, la cause de cette situation est certainement à rechercher dans leur conscience que *Gestalt-therapy* a réellement apporté un certain nombre de nouvelles prétentions théoriques sur la nature de la psychothérapie, et qu'il est nécessaire d'approfondir la recherche et leur développement avant de pouvoir en écrire quelque chose de substantiel.

Tout ce que je veux faire ici, c'est vous présenter les six thèmes que je considère comme éléments importants de la contribution d'Isadore From, en relation aux écrits de Paul Goodman. Mes réflexions sont basées sur mes notes prises pendant mes six ans d'apprentissage avec lui, sur l'entretien bien connu qu'il a eu avec Edward Rosenfeld et qui est publié dans «An Oral History of Gestalt-therapy», sur une conférence faite par Isadore From et intitulée «Un Requiem pour la Gestalt», ainsi que sur des enregistrements de conférences de From et sur un entretien que j'ai eu avec lui au cours de l'été 1991.

Isadore From, enseignant et chercheur en Gestalt-thérapie

La carrière d'Isadore From comme thérapeute et enseignant de Gestalt-thérapie a commencé en 1952. Plusieurs psychologues cliniciens de Cleveland avaient entendu parler des nouvelles idées intéressantes des psychanalystes Fritz et Laura Perls, et de leur petit groupe de discussion à New-York. Ils ont invité Fritz Perls et le Dr. Paul Weisz à donner un séminaire à Cleveland. Tous les deux ont dû réellement impressionner les psychologues dès cette toute première fois, parce qu'ils ont demandé une formation en ce qui avait été développé à New-York sous le nom de «Gestalt-thérapie».

Dès que ce premier groupe, hors New-York, de formation en Gestalt-thérapie fut sur le point de se constituer, Isadore From y fut envoyé par Fritz Perls pour y assurer les bases et la continuité de ce qui s'était développé, à ce moment-là, sous le nom de «Gestalt-thérapie».

Introduit à la théorie de la Gestalt-thérapie par les soirées de discussion des membres originels New-Yorkais autant que par une thérapie individuelle avec Fritz, mais surtout avec Laura Perls, Isadore From était aussi préparé par ses études philosophiques, et surtout phénoménologiques, à prendre en charge cette tâche.

Pendant plus de 10 ans, il s'est rendu à Cleveland deux fois par mois, y restait quelques jours et surtout, en plus des séminaires théoriques, offrait aux candidats gestalt-thérapeutes une ou deux séances individuelles au cours de chaque week-end. Erv Polster se souvient de cette situation :

« Avec Isadore, nous avions de la substance et de la continuité. Il ne jouait pas au sorcier-guérisseur. Pendant ces années avec lui, nous nous sommes épanouis. Je sentais que la sensibilité d'Isadore était loin d'être stéréotypée. Je ne me souviens guère qu'Isadore ait pu me demander quoi que ce soit que je n'aie pas été capable de faire. Quand il me demandait de faire quelque chose, c'était plus comme s'il libérait un oiseau de sa cage. » (8)

Il est presque impossible de décrire une thérapie avec Isadore avec plus de justesse. Le style thérapeutique d'Isadore se distingue par son attention constante à l'intégrité de l'individualité du client. J'ai l'expérience de lui comme excessivement créatif dans ses interventions thérapeutiques, mais en même temps, sensible et clair dans le choix de ses mots et de ses illustrations.

Comme enseignant, il mettait en avant son expérience pratique et vous pouviez sentir qu'il l'avait complètement critiquée dans le cadre des nouvelles conceptions Gestalt-thérapeutiques.

Il pouvait aussi parfois être étrangement conservateur comme professeur. Le cœur de ses cours de Gestalt-thérapie consistait à lire à haute voix des parties du livre qu'il s'amusait à appeler « la Bible » et dont il disait : « Ce n'est pas un texte que vous pouvez introjeter facilement. Il vous faut le mastiquer. Il vous faut l'assimiler. Mot après mot. Vous réaliserez alors qu'il n'est pas plus difficile que le sujet qu'il décrit. Et chaque fois que vous reviendrez à ce texte, vous ferez des découvertes, tout y est : il suffit de le lire » (5)

De telles lectures faites par From, complétées directement par des exemples pratiques et des commentaires théoriques, n'étaient pas seulement des expériences d'écoute des plus excitantes et riches d'information pour un futur gestalt-thérapeute, mais éveillaient toujours également certaines dimensions politiques.

Imaginez la situation au début des années 70 : la Gestalt-thérapie est devenue populaire au milieu du « Flower Power » et du mouvement du potentiel humain. La devise de Perls, à l'époque, c'était : « Loose your mind and come to your senses ». Les discussions des concepts théoriques tombaient sous le verdict de « mind-fucking » (*Se branler les méninges*). « Ma tête est l'une des meilleures parties de mon corps », répondait Isadore From, provocateur.

Plus sérieusement, il disait « La Gestalt-thérapie devrait plus énoncer ce qu'elle fait, et pourquoi elle fait ceci et non pas cela. » (4)

Il était tout à fait convaincant lorsqu'il citait Kurt Lewin : «Rien n'est plus pratique qu'une théorie». Parce qu'une bonne théorie vous donne une orientation sur ce que vous avez à faire ensuite. Et il le démontrait avec un exemple vivant.

La base de l'orientation théorique gestaltiste d'Isadore From n'était rien de moins que le second volume de *Gestalt-therapy*, principalement écrit par Paul Goodman (10). Rien de moins, mais aussi pas beaucoup plus. «Ce dont la Gestalt-thérapie a besoin, c'est de moins emprunter aux autres techniques et méthodes, et de plus développer les siennes propres» (4) disait-il sévèrement et directement à Fritz Perls.

Depuis les années 70, Isadore From est devenu pour la Gestalt-thérapie, quelque chose comme un avocat, pour protéger et renforcer ce qu'il considérait comme les deux meilleures idées de Fritz Perls, à savoir : l'utilisation de la Gestalt-Psychologie dans la théorie et la pratique de la psychothérapie, et «le désaccord de F. Perls avec le concept de sur-moi et sa conception du sur-moi comme reste des introjects précoces, ce qui a rendu nécessaire une nouvelle thérapie.» (4)

La critique faite par Perls de la psychanalyse, et ses nouvelles idées sur la psychothérapie, ont rendu nécessaire de trouver également une nouvelle approche méthodologique qu'Isadore From a résumée dans la question suivante : «Comment rendre le patient capable d'expérencier pour lui-même, ce qui autrement devrait être interprété, comme on le fait en psychanalyse.» (4)

Une autre tâche consistait à développer une terminologie qui soit cohérente avec la nouvelle théorie de la Gestalt-thérapie ou, comme l'exprime Isadore From :

«En tant que Gestalt-thérapeute, vous avez même le droit d'avoir des difficultés, mais si vous avez un vocabulaire, vous êtes même capable de surmonter ces difficultés» (4)

La principale clef ouvrant l'accès à cette tâche, c'est la compréhension de la théorie du self. Pour Isadore From, cela veut dire avant tout : «S'occuper de comprendre les différentes fonctions de l'organisme humain animal (dans un champ particulier) et leurs perturbations»

Après 35 ans de recherche, il était en mesure de dire : «Toute intervention en Gestalt-thérapie peut être expliquée en référence à cela : les fonctions moi, ça ou personnalité» (4) Je vais donc poursuivre en élucidant avec plus de précisions comment Isadore From a compris de manière unique ces trois fonctions.

Sa contribution à la théorie du self, de la fonction-moi, -ça, et -personnalité

Pour Isadore From, l'utilisation précise des mots était quelque chose de crucial. Il indiquait que toutes les écoles de thérapie ont affaire aux mêmes phénomènes. C'est pourquoi il y a des points de ressemblance. Mais dans la subtile différence dans la manière dont les mots sont compris, résident souvent les différences théoriques décisives, et surtout pratiques. La différence fondamentale par rapport aux autres écoles réside dans ce que la Gestalt-thérapie veut dire par le terme «self».

En psychanalyse, le self signifie fondamentalement le ça (le subconscient).

La néo-psychanalyse entend par la notion de self l'interpersonnel et la personnalité en tant que tels.

En Gestalt-thérapie, «le self» avant tout signifie le moi, ou la fonction-moi.

Perls et Goodman considéraient ces catégories, moi, ça et personnalité, comme simplement différents aspects du self, comme «les trois stades majeurs de l'ajustement créateur» (10), II, X, 5).

Dans le chapitre XV de *Gestalt-therapy*, toutefois, c'est la perte de la fonction-moi que Goodman et Perls évoquent en tant que cause majeure de la névrose. (10), II, XV, 1). Mais Perls et Goodman n'ont pas été plus loin dans leur examen de l'ensemble des conséquences de ce que pourrait être la perte de la fonction-moi ni de la façon dont cela pourrait affecter les fonctions ça et personnalité. C'est Isadore From qui s'est consacré à cette tâche et qui a développé ses découvertes en un système de théorie et de méthode de premier ordre. Il a d'abord insisté sur l'idée que le moi, le ça et la personnalité ne sont pas des réalités susceptibles de recevoir une définition topographique, mais des abstractions fondamentales de la formation figures/fonds du champ de l'organisme-humain-animal.

C'est pourquoi il les appelle «fonctions». Les trois fonctions du self consistent à identifier :

- ce dont j'ai besoin, au sens le plus basique, immédiat (fonction-ça)

- ce que je veux et ce que je ne veux pas (fonction-moi)

- ce que je suis ou ne suis pas (fonction-personnalité).

Isadore From éclaire la différence qualitative entre les trois fonctions. Il souligne la position première de la fonction-moi en relation aux fonctions ça et personnalité, parce que dans la perte

de la fonction-moi réside le déclencheur de toute souffrance psychologique. Cette perte signifie que le self perd sa capacité de diriger. Dans ce contexte, Isadore parle de «perte de fonction-moi, pas de mé-fonction ou dysfonction-moi, parce que nous ne corrigeons ni ne critiquons le patient. Nous le rendons seulement capable de s'identifier à cette fonction» (4).

A la différence de la fonction-moi qui peut être perdue, Isadore From considère que ce n'est pas pareil pour les fonctions ça et personnalité : «Leur perturbation est le résultat de la perte de fonction-moi. La perte de fonction-moi entraîne la perturbation de la fonction-ça et la perturbation de la fonction-personnalité, et c'est ce que nous pouvons observer à la frontière-contact» (4)

Cette différenciation a beaucoup d'impact pratique parce que la perturbation des fonctions ça et personnalité informe le thérapeute du «lieu» où faire les observations. En thérapie, là où nous avons à commencer le travail, c'est avec la fonction-ça ou avec la fonction-personnalité. C'est après cela que vous découvrirez comment est faite cette perturbation. Elle est faite par et découle de la perte de fonction-moi, qui est possible de quatre façons : confluence, réflexion, introjection, projection. Ce qu'il vous faut garder présent à l'esprit, c'est que projection, introjection etc., ne sont pas des formes de comportement. Ce sont des manières spécifiques selon lesquelles une personne s'expérimente dans son environnement.

En raison de la logique de la conception d'un champ organisme/environnement, il n'y a que quatre modes d'expérience de base. Sur ce point, From diffère de Goodman et des Polster. Il dit : «Vous pouvez faire l'expérience que quelque chose est à l'intérieur alors qu'il appartient à l'extérieur. Ceci signifie introjection.»

«Ou bien, vous pouvez faire l'expérience de quelque chose à l'intérieur alors que ça appartient à votre organisme. C'est la projection.»

«Ou encore, vous pouvez faire l'expérience d'une absence de frontière entre votre organisme et votre environnement. C'est la confluence.»

«Vous pouvez faire l'expérience d'une frontière fixée, sans échange fluide. Ceci signifie réflexion» (5)

Le problème avec ces découvertes théoriques abstraites est le suivant : comment un thérapeute peut-il les convertir en une pratique thérapeutique ? Dire au client : «Vous êtes en train de projeter (ou d'introjecter) n'est pas une intervention Gestalt-thérapeutique des plus élégantes.» Un mode plus cohérent serait de soutenir le client et de l'aider à faire l'expérience de la façon dont

il projette ou introjette à un moment donné de la formation figure/fond. Est-il possible de le faire sans interpréter et de ce fait courir le risque que le client introjette le point de vue du thérapeute ?

Le modèle établi par Isadore From en termes de fonctions-moi, -ça et -personnalité procure une structure pour ce type de communication en thérapie. Il met en rapport les trois niveaux essentiels de l'intervention thérapeutique les uns avec les autres, et leur affecte certaines catégories de questions.

Ainsi, la *fonction-ça* informe le self des besoins spontanés de l'organisme. La question pertinente est : Que sentez-vous, qu'est ce qui vous excite ?

La *fonction-personnalité* «signifie que la personne est consciente et a assimilé son histoire et l'est devenue. C'est mon habitude, ma pensée etc.». La question pertinente est alors ; Qui êtes-vous ? Qu'êtes vous devenu ?

La *fonction-moi* lie les fonctions ça et personnalité et demande : Qu'est ce que je veux faire ? Comment puis-je réaliser cela ?

Un exemple va permettre d'illustrer cela.

Un client dit : «J'ai besoin de thérapie» et manifestement retient sa respiration. Une intervention thérapeutique est concevable aussi bien aux niveaux du moi, que du ça ou de la personnalité.

Au niveau de la *fonction-ça*, la réponse pourrait être : «Que ressentez-vous dans votre poitrine ?»

Au niveau de la *fonction-moi* : «Est-ce que vous voulez une thérapie ?»

ou au niveau de la *fonction-personnalité* : «Est-ce que vous voulez être un client ?»

On peut imaginer, à partir de cet exemple tout à fait abstrait, que ce type d'approche donne une orientation, mais aussi qu'il donne au client plus de liberté pour réagir ou rejeter l'intervention du thérapeute que ne le ferait une approche interprétative.

Combiné avec le modèle en quatre phases de Paul Goodman, le modèle des moi, ça et personnalité d'Isadore From fournit un outil méthodologique subtil et efficace. Le modèle en quatre phases développé par Paul Goodman fournit la structure *chronologique* de l'orientation dans la formation figure/fond, rendant plus facile de reconnaître à quel moment est perdue la fonction-moi.

Le modèle des fonctions moi, ça et personnalité de From, toutefois, informe *comment* la fonction ego est perdue et procure une aide à la navigation, en facilitant au thérapeute l'organisation de son langage et la structure de son intervention thérapeutique. C'est seulement en appliquant ce modèle de pratique thérapeutique que vous pourrez réaliser l'impact méthodologique de cette profonde contribution théorique. De plus, cette conceptualisation est parfaitement pertinente à des fins diagnostiques.

Esquisses d'Isadore From pour le diagnostic en Gestalt-thérapie

L'énoncé suivant, écrit par Paul Goodman, peut être pris comme prémisses sur lequel est basé le diagnostic en Gestalt-thérapie.

«*La situation réelle est toujours un exemple de toute la réalité qui a été ou qui sera. Nous pouvons donc poser à notre client la question habituelle concernant la structure de son expérience et de son comportement : comment fait-il l'expérience de ou fait-il face à : son organisme, son environnement, la satisfaction de ses besoins ?*» ((10), voir II. XV, 2). Dans un contexte clinique, la question générale du diagnostic serait : «Quelle perturbation du contact (*contact-making*), quelle perte de fonction-moi, ont rendu possible ou nécessaire cette expérience ?»

Durant plus de 35 ans de travail, Isadore From a élaboré et «développé une typologie de l'expérience de l'organisme humain animal en situation (clinique) réelle». Pour ce faire, il a utilisé la notion et la structure en 4 phases du concept de Goodman autant que le modèle des fonctions ça, moi et personnalité qu'il a lui-même développé et qui est décrit plus haut.

Je vais donner quelques exemples de cette typologie tout à fait différenciée bien qu'incomplètement développée.

Selon From, une personne de **structure d'expérience «narcissique»** peut être décrite, en termes gestaltistes, comme quelqu'un qui fait l'expérience de la *confluence saine* comme d'une menace, spécialement au niveau du plein contact. On peut faire remonter la structure narcissique de l'expérience à une perte de fonction-moi due à une peur qui a été instillée, et donc à une confluence menaçante, dans la phase de plein contact. Cette peur est essentiellement *évitée par réflexion*, de plus ou moins grande intensité. Ceci est, à son tour, submergé par des niveaux ultérieurs de formations réactionnelles.

Une telle peur devient facilement manifeste lorsque, par exemple, on demande à quelqu'un de structure d'expérience narcissique d'utiliser le mot «Nous». Il va se trouver confronté à une tâche impossible. Par la force des habitudes, le client va soutenir ses structures du moi avec une vigueur disproportionnée.

Cette inaptitude à tolérer la confluence est aussi la raison première, dit From, qui fait que la psychanalyse classique n'était capable de traiter les structures de personnalité narcissique qu'en lassant de côté sa méthodologie, puisque de telles personnalités

sont difficilement capables d'établir le transfert requis par la méthode analytique. Au contraire, elles réagissent par la fuite ou l'agression comme défense contre cette proximité et ce lien mental.

Ce qui est fascinant à propos de cette esquisse de diagnostics en Gestalt-thérapie, c'est que les catégories diagnostiques de From sont, premièrement, cohérentes terminologiquement avec la théorie de la Gestalt-thérapie, et deuxièmement, elles fournissent des lignes directrices pour la procédure thérapeutique. L'exemple suivant va le démontrer.

Isadore From affirme qu' une **structure d'expérience psychopathique**, c'est quelqu'un dont la fonction-ça est perturbée de manière cruciale de la façon spécifique suivante : «Un psychopathe ne peut pas faire l'expérience du besoin des autres et ainsi ne se sentira ni coupable, ni anxieux» (4) Le «signal stop» naturel des frontières d'autrui a perdu, à l'évidence, sa validité.

S'il réalise cela, le Gestalt-thérapeute ne va pas essayer de rendre ce patient capable de faire l'expérience du besoin d'autrui, mais de réaliser que ces besoins d'autrui peuvent le rendre anxieux. Pour rendre le patient capable de faire l'expérience de cette anxiété, la meilleure possibilité consistera à travailler avec ses rêves. De même, pour les psychopathes, souligne From, la psychanalyse classique ne peut pas marcher parce que, pour une thérapie psychanalytique, on a besoin d'un Sur-moi. Selon le point de vue de la Gestalt-thérapie, le psychopathe, par définition, n'en a pas. Les personnes de structure psychopathique ont tendance à perdre le sens de la frontière-contact des autres.

Les **structures d'expérience hystérique** sont également descriptibles selon les termes caractéristiques de la Gestalt-thérapie. Selon From, l'expérience et la structure de comportement hystériques s'originent dans une perte de la fonction-moi qui se produit lorsqu'il y a agitation plus manque de soutien avant la confrontation. L'anxiété, à ce moment de la phase de mise en contact, amène à introjeter. Si cette séquence d'événements devient habitude, c'est la confluence qui est expérimentée à un moment où l'expérience des frontières de contact serait nécessaire.

Les structures d'expérience et de comportement hystérique sont donc caractérisées en particulier par des structures d'expériences confluentes.

Les gens qui développent de telles structures ont tendance à sauter d'une chose à une autre. Ils sont prompts à assimiler les sentiments des autres. Ils transfèrent facilement. Ils avalent les

affirmations et interprétations des autres, mais s'avèrent incapables de les contredire directement. Ils manquent d'un sentiment de sécurité qui leur permettrait de dire «non». Ils n'ont pas le soutien suffisant qui leur permettrait de demander plus d'informations. Il leur faut découvrir dans l'action ce qu'ils ne peuvent demander directement.

Dans ce contexte, l'intervention thérapeutique consistera à donner au client le temps et le soutien nécessaire pour qu'il pose des questions, etc.

La signification centrale du concept méthodologique de «soutien» en Gestalt-thérapie est bien illustrée par la conception d'Isadore From des **structures d'expérience borderline** (états-limite).

Dans sa conception, les structures sous-jacentes de l'expérience borderline sont essentiellement enracinées dans une incapacité à avoir une quantité appropriée de confiance en ce qui vient de l'extérieur. Leurs intentions et expériences précoces ont rencontré un manque fatal de soutien de la part de personnes de référence importantes, qui l'exprimaient par exemple en termes de «Tu ne veux pas cela, n'est ce pas ?»

En recevant ces réactions génératrices de confusion de la part du monde extérieur, leur impulsion à agir a perdu sa forme assurée, son aptitude circonstanciée, et provoque au lieu de cela une profonde méfiance. Mais contrairement à la structure de l'expérience schizophrénique, la faculté de perception, dans le type d'expérience structurée de façon borderline, reste amplement intacte dans des circonstances menaçantes.

Dans le cas des structures d'expérience borderline, il est donc thérapeutiquement vital de confirmer le client à chaque exemple d'expression d'un moi et d'une fonction personnalité volitifs et actifs.

En élaborant une typologie des structures de l'expérience humaine dans la sphère clinique, Isadore From a œuvré dans un vaste domaine. Son travail n'est pas achevé. Il donnait plus d'importance à l'approfondissement qu'à l'achèvement. Mais il a démontré qu'il est possible d'établir une typologie des structures de l'expérience qui soit cohérente avec la Gestalt-thérapie et qui puisse être utilisée à des fins thérapeutiques et diagnostiques.

Ce travail nous a rendus aptes à communiquer avec les collègues des autres écoles sans abandonner pour autant notre propre terminologie ni nos points de vue théoriques.

Travailler avec les rêves en Gestalt-thérapie

En relation avec le cœur de la méthode psychanalytique classique, à savoir l'utilisation des rêves en psychothérapie, Isadore From a amené dans le débat une alternative à la compréhension psychanalytique et également à la conception de Perls.

Il est bien connu que Fritz Perls considérait fondamentalement le rêve comme une projection ou, comme il disait : «un message existentiel».

Pour Isadore From, le problème avec cette conception, n'est pas tant de savoir si l'hypothèse «projection» est cohérente d'un point de vue théorique, que de connaître les conséquences de cette hypothèse pour la pratique thérapeutique.

Le travail de rêve lié à une compréhension du rêve comme projection place trop facilement le thérapeute dans un rôle de metteur en scène : il lui faut se distancier d'un contact direct avec le client dans l'ici et maintenant, de façon à apprendre au patient à s'identifier avec le sujet du rêve, avec les caractéristiques qu'il contient, ou à engager un dialogue mutuel avec ces éléments du rêve. Le problème qui surgit, à partir de cette conception, c'est que par cette méthode l'interprétation est réintroduite par la porte de derrière, alors que c'est un concept méthodologique que la Gestalt-thérapie s'est efforcée d'abandonner.

De la sorte, le client n'est pas guidé en direction du présent, il n'est pas non plus amené à faire face un autre «Tu» réel, qui dans le cas qui nous occupe est le thérapeute. Au lieu de cela, il est amené au loin, hors du contexte réel, en direction d'une construction onirique, de souvenirs et du passé.

Une autre violation cruciale des concepts théoriques de la Gestalt-thérapie s'opère par le déplacement du centre du rêve dans un retour sur le contenu, le quoi, au lieu du comment, de la structure de l'expérience réelle.

La structure présente de l'expérience est le foyer principal de la procédure Gestalt-thérapeutique qui, dans ce cas, est le thérapeute et le client travaillant sur un rêve, et non le contenu du rêve en lui-même.

Isadore From suggère de voir les événements du rêve non pas comme un projection, mais comme une rétroflexion. Quelles sont les considérations qui l'ont poussé à comprendre le rêve, il le disait carrément, comme «rétroflexion par excellence», et en particulier de considérer le fait de dire le rêve comme un signe de la volonté de résoudre cette rétroflexion ?

Il part d'un argument de Freud : «La fonction du rêve est de préserver le sommeil du rêveur. L'oubli est une fonction du rêve.

La question, dans la situation thérapeutique, et seulement dans la situation thérapeutique, c'est : «Pourquoi le patient s'en souvient-il ?» Rêver et s'en souvenir sont des choses qu'il fait essentiellement pour lui-même. Mais en thérapie, c'est aussi pour le thérapeute parce que, s'il s'en souvient, il le racontera au thérapeute.»

(5)

Ainsi, Isadore From fait du souvenir et de la narration du rêve le point focal de l'intervention thérapeutique. Il explique : «En se souvenant et racontant le rêve dans la situation thérapeutique, il y a, enchâssée, une rétroflexion véritable qui se défait. La personne nous dit, par l'intermédiaire d'un rêve, ce qu'elle n'était pas capable de nous dire autrement, de façon directe. Au service de la thérapie de quelqu'un, rêver et dire le rêve est pour lui la façon la moins anxiogène de défaire une rétroflexion.» (4) Isadore From insiste sur les rêves qui précèdent ou qui suivent une séance de psychothérapie : ils sont particulièrement significatifs à ce niveau «parce qu'avant et après une séance de thérapie, le rêveur se dit quelque chose à lui-même qu'il ne peut exprimer au thérapeute.»

(5)

Le préalable, pour ce type d'approche du rêve et du souvenir du rêve de la part du client, c'est qu'il «réalise et identifie que c'est lui qui a fabriqué le rêve, lui qui se souvient du rêve, et lui qui décide de dire le rêve au thérapeute. De cette façon, la rétroflexion devient consciente et ainsi s'ouvre à nouveau à l'influence. C'est identique à une récupération pas à pas de la fonction-moi, dans la mesure où c'est le client qui dit : «Je suis celui qui a fait ce rêve ; je suis celui qui veut dire ceci ici-maintenant (fonction-moi), et c'est moi qui suis responsable du sens que j'ai à dire (fonction-personnalité).»

L'effet de cette approche du maniement du rêve du client constitue un changement de l'attention en revenant à la relation même client-thérapeute, dans l'ici et maintenant. C'est un lieu unique pour étudier la véritable structure de l'expérience du client. Isadore From donne donc ce conseil au thérapeute : «Ne regardez pas seulement le rêve et les fantaisies du patient, regardez-vous aussi vous-même. Ce que vous découvrirez souvent dans les rétroflexions du patient par l'intermédiaire d'un rêve, c'est le désaccord, la critique, la plainte, mais aussi des sentiments positifs que le patient n'a pas pu dire directement mais qu'il peut dire au travers d'un rêve.» (4)

Si un client, par exemple, rêve d'un rat, pour reprendre un des exemples favoris de From, l'intervention thérapeutique ne serait pas «Identifiez-vous à ce rat !» mais serait plutôt : «Au cours de la dernière séance, comment étais-je semblable à ce rat de votre rêve ?»

Vous admettez facilement qu'une intervention de ce type puisse aider le client à relâcher les pensées et sentiments retenus et à communiquer directement avec le thérapeute, plutôt qu'à l'entraîner encore plus loin dans une préoccupation pour lui-même, ou à être submergé dans un monde de fantasmes et, de la sorte, intensifier sa réflexion.

Avec sa compréhension des rêves comme réflexion, Isadore From a introduit dans le débat une compréhension authentiquement nouvelle à appliquer aux rêves. Il n'a pas seulement conçu un moyen supplémentaire de travail des rêves, mais il a aussi développé une approche pour travailler les rêves qui s'harmonise avec la théorie de la Gestalt-thérapie. Il a ainsi empêché la Gestalt-thérapie encore en phase de développement de retomber dans des techniques interprétatives.

La psychanalyse a découvert l'analyse des rêves comme «voie royale» de la psychothérapie vers l'inconscient, sa signification et vers le passé. On peut dire qu'Isadore From a trouvé une voie non moins royale pour revenir d'une démarche qui déterrait le sens et le passé, et mener vers le présent et l'expérience immédiate de la formation de structures de refoulement.

Gestalt-thérapie et psychanalyse

Isadore From ne laisse subsister aucun doute sur sa conviction selon laquelle la Gestalt-thérapie est fortement enracinée dans la tradition psychanalytique.

Une anecdote peut l'illustrer. Lorsqu'on lui a demandé si une salle de l'Institut de Cleveland pourrait porter son nom, Isadore a consenti à condition que les portraits de Freud, de Rank et de Reich soient accrochés au mur de la pièce. Dans les cercles gestaltistes des années 70, c'était un type de geste pour le moins inhabituel.

Malgré l'estime d'Isadore vis à vis de Fritz Perls, il n'a jamais pu se réconcilier avec une des caractéristiques particulière de Perls qui, comme Isadore From le rappelle, «déclarait chaque jour que la découverte du jour précédent était périmée.» Comme si, ripostait Isadore From, le travail de Freud sur l'interprétation des rêves ou celui de Reich sur l'analyse caractérielle étaient devenus produits jetables et sans valeur ! Isadore From a combattu jusqu'à la fin de son activité professionnelle cette attitude d'ignorance qui est reflétée de façon symptomatique dans l'autobiographie de Perls : «Ma Gestalt-thérapie, une poubelle vue du dedans et du dehors».

Sur un mode un peu plus indulgent, From en vient à l'essentiel : «La Gestalt-thérapie est née d'une tentative de dépasser certaines des limites de la forme dominante de psychanalyse de l'époque» (4) Mais malgré toutes les différences entre la Gestalt-thérapie et la psychanalyse classique ou les autres écoles, qu'Isadore From a également éclairées, il s'est inlassablement efforcé de montrer où résidaient les similitudes et les accords avec les autres écoles.

Sur un point, la probité scientifique d'Isadore From est frappante : comme nul autre, dans le champ psychothérapeutique, il a insisté sur l'importance d'Otto Rank pour la poursuite du développement de la psychothérapie en général, et de la Gestalt-thérapie en particulier. Perls et Goodman ont réduit leur reconnaissance de l'influence de Rank à une simple note en bas de page ((10) II, 11, 6)

L'œuvre de Rank était connue des fondateurs de la Gestalt-thérapie, mais le biographe de Paul Goodman, Taylor Stoehr, a été le premier à souligner que l'influence d'Otto Rank sur *Gestalt-therapy* a été au moins aussi importante que celle de la Gestalt-Psychologie ((9), introduction).

C'est Otto Rank qui a mis l'accent sur la possible utilité de se concentrer sur le *présent*. C'est lui qui, dès les années 20, a utilisé l'expression «*ici et maintenant*» dans un contexte psychothérapeutique. C'est Rank qui a amené la signification centrale du *moi* au premier plan du système théorique. C'est lui qui a questionné de façon radicale le terme de «*maladie*» et la distinction entre «sain» et «malade». Otto Rank a mis la *volonté créatrice* de récupérer au premier plan de sa thérapie. C'est lui qui considérait que reconstruire le passé était une «aide à la névrose» et demandait plutôt que ce soit ce qui était *présent, nouveau et voulu* qui puisse être le facteur du traitement, au premier plan de la situation thérapeutique.

Même si les développements théoriques de Perls ont pu évoluer partiellement ou totalement indépendamment d'Otto Rank, il reste incompréhensible que la communauté Gestalt ne puise pas plus de cette source. Pour moi, il ne fait aucun doute que *Gestalt therapy* ne peut guère être compris sans une conscience d'Otto Rank comme part essentielle de son arrière-plan.

Isadore From, un défenseur qui nous alerte

Le développement de la Gestalt-thérapie des années 70 et 80 a préoccupé Isadore From. C'est devenu évident, par exemple,

lorsqu'il a fait la chose qu'on aurait le moins attendu de lui : il a parlé en public.

Peu avant de terminer sa carrière professionnelle, il a prononcé un discours aux Etats Unis et, plus tard, également en Europe. Dans ce discours, il parle d'une manière inhabituelle et pointue contre ce qu'il a vu comme erreurs sérieuses dans le développement de la Gestalt-thérapie. Une des cibles de son désaccord, c'est la liaison de la Gestalt-thérapie et du travail corporel. Rien que la façon dont il a prononcé les mots «travail corporel» en disait beaucoup sur ce qu'il en pensait. Puis, moins tendu, Isadore a exposé que la Gestalt-thérapie avait été conçue principalement pour renoncer aux frontières entre le corps et l'esprit. Et il a ajouté : «Nous y avons réussi!»

Aux yeux d'Isadore, le travail corporel peut trop facilement mener à «un renforcement de la séparation entre le corps et l'esprit sous des apparences de développement» (4), ce qui constitue un pas en arrière inexcusable.

Et avec une argumentation plus théorique : «Changer la posture ne change rien d'autre que la posture. La posture est une fonction de la personnalité !» La posture de quelqu'un est ainsi fonctionnelle dans son expérience présente et ne peut être changée par simple modulation ou manipulation corporelle. La structure de l'expérience qui est exprimée dans cette posture exprime qui on est en ce moment.

Et, étant donné que le travail corporel combiné à la Gestalt-thérapie est proposé en se servant de Reich comme «bon» argument, Isadore From s'élève contre cette erreur historique. «La Gestalt-thérapie travaille sans modèle de bonne ou mauvaise posture. Wilhelm Reich nous a appris la signification de la réflexion mais ce sur quoi nous sommes en désaccord c'est sur la question de la manipulation directe de l'organisme, parce que cette attitude constitue la relation thérapeute-client. Parce que, *une fois de plus*, quelque chose est fait à quelqu'un et en tant que tel forme un caractère.» (4)

Il est peut être dû aux propos insistants d'Isadore que la nouvelle se répande que Gestalt-thérapie et Bioénergie ne soient pas facilement conciliables. Mais il s'est aussi inquiété d'autres développements !

L'affinité notoire entre la Gestalt-thérapie et les «centres de développement» représentent à ses yeux le déclin de la Gestalt-thérapie. La Gestalt-thérapie ne s'occupe pas de la croissance, dit-il, mais des perturbations de la croissance. «La thérapie est une discipline mineure et banale, pressante mais banale. La fonction de l'animal humain, c'est de survivre. Pour survivre, il croît. Cela va de soi dans un champ nourrissant.

Ainsi, la Gestalt-thérapie n'est pas une méthode d'auto-réalisation; ce n'est pas un moyen de former la personnalité ni d'atteindre la béatitude. C'est simplement un soutien à la résolution des obstacles à la croissance, pas un ensemble d'instructions pour la croissance.

Il y a encore un autre point qui rencontre volontiers incompréhension et résistance chez les Gestalt-thérapeutes. Selon Isadore From, la Gestalt-thérapie n'est pas prioritairement une thérapie en groupe. Parce que le travail thérapeutique en groupe tend à repousser la résistance du client.

De plus, il reste trop de choses irrésolues entre les individus. La thérapie individuelle dans un contexte de groupe ne peut se justifier que si le thérapeute prend un soin extrême à donner son attention à chacun des individus. Par dessus tout, il est crucial qu'il doive s'assurer que le client ne se trouve pas avoir à faire, dans le contexte groupal, une expérience de ce qui était si douloureux pour lui dans sa famille d'origine.

Isadore nous mettait inlassablement en garde contre une mécompréhension de la signification de l'expérimentation gestaltiste. «Nous ne changeons pas le comportement, disait-il. Nous n'essayons pas que le client fasse quoi que ce soit, qu'il réalise un exercice. Nous rendons possibles des expériences dans une zone où il ressent de l'anxiété au lieu de l'excitation. La raison pour laquelle nous appelons la Gestalt-thérapie «thérapie expérimentale» c'est parce que nous évitons les introjections de la part du client. Nous faisons des propositions, rien de plus que des propositions, de façon à ce qu'il fasse l'expérience de ce qui, sinon, aurait à être interprété.»(4)

A propos de ses efforts pour clarifier la terminologie, permettez-moi de vous donner un dernier exemple. Au grand étonnement de nombreux gestalt-thérapeutes tout à fait qualifiés, Isadore soulignait avec force que la Gestalt-thérapie n'est pas une «thérapie orientée vers le processus». C'est parce que «nous ne pouvons ni observer ni faire l'expérience des processus ! Ce que nous observons, c'est une frontière changeante ; nous appelons cela "frontière-contact". Elle ne cesse de bouger. Projeter, par exemple, n'est pas un processus, c'est une façon de faire l'expérience du champ organisme/environnement. La Gestalt est produite de façon active par les expériences, d'instant en instant. Elle n'arrive pas «comme ça» !» (4)

Les efforts d'Isadore From au regard d'un usage explicite de la terminologie n'a rien à voir avec la panique, chargée d'anxiété, d'un «doyen» de la Gestalt-thérapie qui se retire de la vie professionnelle. Isadore connaît le pouvoir des mots et sait comment

dans leur usage de vieilles traditions et erreurs peuvent s'infiltrer dans la pratique. Ces efforts pour un langage explicite de la Gestalt-thérapie permettent la conservation et la possibilité de développements ultérieurs de l'héritage qui nous a été confié. La raison essentielle de cet engagement puissant de sa part pour un langage et une théorie clairs réside, à mon sens, dans son expérience de la Gestalt-thérapie, dans sa gratitude envers la validité de la méthode et de son caractère aidant, spécialement lorsqu'on en applique l'essentiel.

Isadore From a pratiqué et enseigné plus de 35 ans. A la fin de sa carrière professionnelle, il disait qu'il ne lui semblait pas nécessaire de chercher autour de lui quelque chose de nouveau et meilleur que la Gestalt-thérapie, comme sont forcés de le faire, à son grand regret, tant de gens qui ne sont à l'aise qu'avec ses techniques et méthodes. A son avis, ils laissent ainsi échapper la source, d'une richesse inestimable, de la Gestalt-thérapie qui pourrait leur être spécifiquement révélée s'ils se concentraient sur les idées théoriques centrales et fondamentales.

A l'instar de la définition de l'intellectuel de Paul Goodman, Isadore From est un véritable intellectuel : il insiste sur l'articulation de son savoir avec son expérience personnelle. Par dessus tout, cela voulait dire une pratique quotidienne de la psychothérapie pendant toutes ces années. Cela voulait dire de la recherche de correspondance entre les nouvelles abstractions théoriques et les phénomènes qui apparaissent dans la réalité thérapeutique. Cela voulait dire un travail d'une précision de filigrane aussi bien qu'un réaménagement de la richesse infinie des phénomènes.

Ce ne fut pas une œuvre pour publicité tapageuse, mais la fondation discrète d'une pratique Gestalt-thérapeutique solide.

Cinquante ans plus tard, il ne fait aucun doute que Fritz et Laura Perls aient découvert pour nous les racines de la Gestalt-thérapie. Paul Goodman a participé à des fondations théoriques amples et systématiques. Isadore From, comme nul autre, mérite d'être crédité pour avoir systématiquement développé la Gestalt-thérapie dans la pratique clinique.

Notes

1. Cet article est une version légèrement développée d'une communication faite par l'auteur au Congrès Européen de Gestalt-thérapie, à Paris, Mai 1992, qui avait pour thème «50 ans de Gestalt-thérapie». Merci à Renate Bernhard et Hojo Horst pour leur aide à le traduire de l'allemand en anglais, et spécialement à Hunt Cole pour son travail de correction et d'«éditeur».

2. Les collègues des origines étaient : Paul Weisz, Paul Goodman, Elliott Shapiro, Frederick Perls, Isadore From et Sylvester Eastman. (Voir Oral History)

3. FROM I. *Un Requiem pour la Gestalt*
trad Franç. Doc. Inst. de Gestalt. n° 24

4. FROM I. *Enregistrement, 1985*

5. FROM I. & MÜLLER B. *Notes de formation 1977-1983*

6. FROM I. & MÜLLER B. *Entretiens, France 1991*

7. FROM I. & ROSENFELD E. *An Oral History of Gestalt-therapy, The Gestalt Journal, N.Y. 1982*

8. POLSTER E. & M. & WYSONG J. *An Oral History of Gestalt-therapy, The Gestalt Journal, N.Y. 1982*

9. GOODMAN P. *Nature Heals*

10. PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN *Gestalt-therapy*
Julian Press, N.Y

11. GOODMAN P. *Little Prayers and Finite Experience*
Harper & Row, N. Y., 1972