

# La confluence

*Confluence, tel un fleuve où se rejoignent  
différentes rivières dont les eaux se mélangent,  
plates en surface, uniformes et sans vague,  
elle noie tout ce qui vient au passage.*

*Pourtant, elle ne donne aucun signe apparent  
des remous intérieurs, des turbulences des profondeurs.*

*Enlisée dans les sables mouvants,  
quelles seront donc les traversées à parcourir  
pour qu'enfin cette forme puisse émerger,  
rencontrer d'autres passagers sans avoir peur toutefois de les quitter,  
et rejoindre le vide du grand large ?*

Par les voies de la théorie que différents auteurs ont empruntées, l'orientation de cet article sera de rassembler leurs concepts et de revisiter cette théorie dans la pratique du thérapeute. Etudier la confluence sous ses différents aspects (sain et pathologique), mettre en relief la démarche utilisée pour passer de la confluence à la rencontre puis au contact, en seront les aboutissants.

## DÉFINITIONS

Noël Salathe l'a définie ainsi : " *La confluence est un état, plus qu'un mécanisme, un état où la frontière contact est peu perçue*".

La confluence désigne dans la théorie de la Gestalt-thérapie, l'indifférenciation de la figure et du fond et ceux-ci coulent ensemble sans qu'on puisse les distinguer. Gilles Delisle précisera : *"la confluence est un brouillage de la frontière contact telle que celle-ci n'est en fait pas éprouvée. Il n'y a pas de représentation nette de ce qui est moi et non-moi. Il s'agit souvent de confluence quand la personne est incapable de cerner sa propre expérience et quand elle fusionne avec quelqu'un sans que cela ne soit délibéré"*. (3)

La frontière serait presque inexistante entre le fond et la forme, l'intérieur et l'extérieur, le sujet et l'objet, estompant ainsi tout contact. Perls et Goodman bien auparavant l'avaient décrite comme telle : *"la confluence est définie comme la condition de non-contact (pas de frontière du self), bien que d'autres interactions importantes continuent à se dérouler, par exemple le fonctionnement physiologique, la stimulation environnementale."*

Elle ne saurait être considérée au même titre que les autres résistances qui vont interrompre ou perturber ce qui se passe à la frontière contact puisque cette dernière est inexistante. Elle sera saine ou pathologique selon la manière dont elle favorise ou entrave le bon déploiement du self. La confluence jouerait donc un rôle important tout au long du cycle de formation et destruction des figures avant que ces dernières rejoignent le fond. Les questions qui surgissent alors : *"comment favorise, escamote ou empêche-t-elle le passage d'une étape à l'autre ? En résumé comment assure-t-elle la poursuite de l'expérience en cours ?"*

Trop longtemps, il me semblait que la confluence saine était réservée au moment du plein contact mais en fait elle fait partie intégrante du cycle et assure sa fluidité.

Pierre Coret précise : *"la confluence a dans tout phénomène de champ, une dimension saine qui correspond à ce minimum d'ouverture de frontière contact en début de cycle qui va permettre de penser qu'il peut exister un espace commun de complicité indispensable pour initier la mise en action du processus vers le plein contact. Au moment culminant du plein contact, la confluence saine est alors à son comble mais l'expérience ne pourra s'inscrire valablement dans le processus de croissance de l'individu que si ce dernier est capable d'opérer un retrait."* (1)

Le ressenti face à cette confluence (indifférence, bien-être, peur ou angoisse...) et le versant (sain ou pathologique) qu'elle présente dépendront du vécu phénoménologique de chacun.

Ainsi, l'individu va sans cesse s'ajuster à la frontière-contact entre organisme et environnement, ce qui engendrera la disparition de celle-ci (tel est le cas de la confluence). Il peut donc se produire des perturbations tout au long du cycle qui se manifesteront sous forme d'interruptions ou d'atténuations du contact. Elles ne permettront plus l'émergence d'autres figures, réduiront le champ des possibles et maintiendront la situation dans une phase stationnaire.

Comment alors différencier la confluence saine de la confluence pathologique ? A mon sens, deux paramètres me semblent importants et leur conjugaison apportera des éléments d'indications qui seront mis en exergue dans le tableau ci-contre. Ces deux paramètres sont les suivants :

- La réaction ou l'attitude face à l'absence de contact.
- Le ressenti ou l'état procuré par cette confluence.

Je m'appuierai essentiellement sur les trois confluences citées par Noël Salathe (14) :

*Confluence 1* : c'est celle qui consiste à refuser de sortir du retrait et prendre conscience d'un nouveau désir et se maintenir ainsi dans l'état indifférencié précédemment évoqué ;

*Confluence 2* : celle qui consiste à la mise en conformité, à la confusion de son désir avec celui de l'autre, celle de l'homogénéisation du champ ;

*Confluence 3* : celle du refus de la séparation, l'incapacité de se retrouver avec ses frontières pour assimiler et intégrer l'expérience : celle qui fait que je veux rester dans, m'accrocher à, la spontanéité euphorisante de l'interaction bien après la décharge de l'énergie.

Mais je tarderai toutefois à développer la position de retrait.

## **LA CONFLUENCE SAINE**

### L'ÉMERGENCE :

La confluence s'estompe, elle est saine dans la mesure où elle correspond au temps nécessaire pour qu'une forme émerge, pour que la personne puisse trouver l'énergie et puiser dans ses ressources. L'état qu'elle procure n'est pas anxiogène. Pourrait correspondre à l'état contacté lors des rêves éveillés.

### LE CONTACT :

#### **L'awareness**

#### **L'orientation**

La perte momentanée des frontières peut être un choix permettant une écoute empathique : il s'agit de se centrer sur la personne et son univers et d'être en fusion.

L'empathie est donc à bon escient une confluence adaptative consciente. Elle perdra son caractère de confluence saine si la personne n'arrive plus à se différencier et à passer à la différenciation pour retrouver son individualité.

#### **L'accomplissement**

La confluence saine se déroule lors du plein contact, moment où il y a interaction entre l'organisme et l'environnement, où le Je et le Tu se fondent dans un Nous (Buber). Au moment du contact final, l'objet et la pulsion ne font momentanément qu'un.

"Il n'y a pas de frontière entre l'objet du désir et le désir" (J.M. Robine) (12). Cette confluence est non consciente et se déroule au moment de l'accomplissement. Ainsi le jeune nourrisson est en confluence normale avec sa mère, ils sont tous deux en état symbiotique de même que dans toute relation intime comme peuvent l'être l'amant et l'amante.

Lors de l'acte sexuel, les frontières sont inexistantes entre les deux êtres qui restent alors en fusion.

### LE RETRAIT :

Vide créateur

La personne éprouve une certaine unité et sérénité.

Dans les philosophies orientales, ce vide est synonyme de vacuité, état d'ouverture suprême, de l'ordre de l'indicible, de l'indéfinissable, de la non dualité.

## LA CONFLUENCE PATHOLOGIQUE

### **Confluence 1 :**

"C'est celle qui consiste à refuser de sortir du retrait et prendre conscience d'un nouveau désir et se maintenir ainsi dans l'état indifférencié" (N. Salathe) (14)  
Il n'y a pas de figure qui se détache du fond. La personne évite la montée du désir. Elle utilise son énergie à ne pas prendre conscience, donc à rester coincée dans cette étape-là, il n'y a plus fluidité mais fixation. N'arrive pas à identifier ses besoins.

Incapacité à faire émerger une forme : " je ne peux donner de frontières".

### **Confluence 2 :**

Désirs et émotions émergent mais sont mal définis.

Au moment de l'awareness, la personne confond son désir avec celui de l'autre. Elle agit en fonction de ce qu'on attend d'elle et ne discerne pas son expérience de celle des autres. C'est le Nous ou le Tu dans le Nous qui prime au prix de l'effacement du Je. Pas de frontière entre sujet/objet où la personne s'inclut dans les frontières de l'autre.

Tendance à s'identifier à la personne, et à rester dans le cadre de référence de la personne sans trouver son individualité. Evite toute confrontation souvent synonyme de séparation ou de rejet : la frontière est perçue mais la personne ne se sent pas en capacité d'être dans la différence.

### **Confluence 3 :**

La personne reste accrochée au plein contact. Elle ne veut pas quitter ce "sans frontière" du plein contact de peur de ne pas le recontacter. Il y a difficulté à passer au retrait pour assimiler et intégrer l'expérience. Refus de séparation : "je ne veux pas retourner au sans frontière". Vide angoissant vécu comme catastrophique. Il peut y avoir perte d'identité. La personne n'a plus de repère. Je ne peux plus supporter ce "sans frontière".

Comme nous avons pu le voir, cette confluence sera plus ou moins ajustée à l'étape du cycle, mais elle sera pathologique en fonction des réactions face au matériel angoissant, comme pour toutes les résistances (tel que le définit Noël Salathé dans son livre "Psychothérapie existentielle, une perspective existentielle")

### LES ASPECTS PATHOLOGIQUES

Le névrosé, dit Perls dans *Gestalt Approach*, est "une personne qui s'adonne de manière chronique à l'auto-interruption".

Il met alors en place une réponse systématique qui le protège de l'angoisse : en ce sens, cette résistance devient fonctionnelle. Mais cette réponse névrotique devient rigidifiée et ne s'ajuste plus aux fluctuations de l'environnement engendrant un rétrécissement énorme des interactions et des champs d'expériences possibles. Le névrosé évite, réprime, inhibe les différentes étapes dans le bon déploiement du Self, et la répétition des Gestalts inachevées vient troubler le fond. Il renonce ainsi à son propre processus de maturation par crainte de souffrir. Selon Marie Petit "cette réponse constitue une défense contre l'angoisse", et "la crainte de cette souffrance ou celle de vivre une expérience nouvelle amène le névrosé à bloquer physiquement les sources de son excitation et peut l'empêcher de se mobiliser vers l'action ou de répondre de façon ajustée à la situation". (11)

Ainsi, face à une colère qu'elle ne peut exprimer, Hélène inhibe son besoin en avalant des sucreries ou en engouffrant les aliments à sa disposition : colère et faim sont confondues et il n'y a pas de figure séparée des besoins. Hélène perd ainsi la capacité de manifester sa colère et d'apprécier l'aliment en question qui ne répond pas à un besoin de faim. Au fil du temps, ce comportement est devenu chronique et inconscient. Lorsqu'on lui impose une tâche qui lui déplaît et qu'elle ne conteste pas, elle se surprend à ouvrir la porte du réfrigérateur. Elle ne peut plus organiser ni même envisager les différentes solutions : il y a glissement avec escamotage de la prise de conscience de l'awareness et du choix. Il n'y a plus de symbolisation, d'élaboration par rapport au sens en tant que signification, mais passage à l'acte direct automatique.

Mais parfois ce procédé qui réduit le champ et les possibilités d'interaction à la frontière contact organisme-environnement, devient inefficace et n'évite plus l'angoisse. L'échec de ce système est tel que la vie devient insupportable.

Pour Perls, "*L'homme qui est en confluence pathologique bloque ses besoins, ses émotions et ses activités en un paquet de confusion totale jusqu'à ce qu'il ne soit plus conscient de ce qu'il veut faire et de la manière dont il s'empêche de le faire. Une telle confluence pathologique se cache derrière bien des maladies maintenant reconnues comme psychosomatiques*". (9\*\*)

L'angoisse est définie par Goldstein comme "*le résultat de l'attente des catastrophes*" ou par Perls "*La tension entre le présent et le plus tard*".

Ainsi dans le cadre de son travail, François doit exécuter une tâche que son chef de service lui a transmise par écrit. Il conteste vivement cette décision mais l'idée de faire part de son désaccord au chef de service lui procure angoisse et panique. Le moment venu, il est incapable d'exprimer son opposition. Aucune manifestation n'est possible : il se fige et annule son ressenti en laissant place au silence. Sa colère refoulée lui procure des spasmes à l'estomac et provoque une migraine. Il s'agit là de rétroflexion par incapacité à rompre la confluence.

Ainsi ses capacités à éprouver ses sensations sont anesthésiées, et son activité motrice devient inadéquate. Au lieu d'être utilisée comme moteur pour entraîner un changement, elle se manifeste sous forme de malaise diffus, de gaucherie, de paralysie, d'arrêt de la respiration ou par la rigidité du corps.

Le passage de la phase des sensations à la symbolisation tel que le définit Gilles Delisle dans le cycle de l'expérience est impossible. La personne est incapable de prendre conscience ou de mettre en mots les émotions qui l'accompagnent telles que peur, panique, honte, culpabilité, gêne... car le franchissement de l'étape suivante signifierait une rupture de la confluence. Ce qui l'amène à dire avec du recul "*j'étais comme paralysé, je ne pouvais rien dire*".

Cette confluence pourra se manifester dans le cadre de la thérapie. La personne sera plus ou moins consciente de son fonc-

tionnement, ou peut-être, mettra-t-elle en avant les éléments qui perturbent sa vie au quotidien et dont le degré de tolérance peut s'échelonner sur un continuum allant du juste supportable à l'intolérable.

Quel que soit le degré de conscience, il sera intéressant de travailler avec ce matériel que le client va présenter et qui constituera les signes apparents de son dysfonctionnement.

Les exercices d'awareness et d'amplification vont favoriser ces prises de conscience "qu'est ce que tu ressens, qu'indique ta main en ce moment ?" Mais très vite, on peut en atteindre les limites car la majeure partie du temps, la personne dirige son énergie à ne pas ressentir.

A cette question basée sur le mode émotionnel "qu'est ce que tu ressens ?", la personne peut basculer sur le registre cognitif. Essayer alors de comprendre le message l'empêche de ressentir, elle se cramponne à cet état et maintient la confluence.

Toutefois ce type de question créant un effet de surprise, peut déstabiliser momentanément la personne qui apprend à se centrer sur elle-même et à découvrir une autre manière d'être au monde et de réagir.

Cette sensibilisation progressive favorise une prise de conscience de son mécanisme et constitue des repères, des points d'appui sur lesquels la personne va pouvoir s'appuyer pour qu'une forme puisse émerger.

Mais ce n'est pas toujours le cas, car dans des situations de stress ou d'urgence, cet état est maintenu rendant impossible tout établissement du contact.

Alors, pour la personne confluyente comment sortir de cet engourdissement et mobiliser son énergie ? Ceci est très difficile et elle va dépenser une énergie importante à ne pas vouloir ressentir ou à éloigner toute tentative, ce qui augmente d'autant plus le capital-énergie nécessaire pour qu'une forme émerge, pour passer du "je ne sens rien", à la sensation. Donner cette orientation demande une énergie insoupçonnable afin de restaurer le contact avec soi, avec ses besoins ou avec autrui !

J'aimerais, pour illustrer, apporter le témoignage de Julien qui le retranscrit ainsi :



*" Je suis dans le brouillard le plus complet, c'est comme si les messages, les paroles ne me parviennent pas. Je suis incapable de saisir les mots, les phrases ; ils défilent le long de mon corps. J'assiste à la scène mais tout me semble à distance et lorsqu'on m'interpelle, je suis incapable d'émettre mon opinion, pourtant tout s'agite à l'intérieur de moi.*

*Ma passivité extérieure ne reflète en rien les remous intérieurs, je suis pris comme dans un tourbillon qui m'enivre et dont je ne peux ressortir. Je me sens mal ! Le thérapeute me pointe que je suis crispé, mes poings sont fermés, j'essaie de comprendre ce qu'il me dit, je réfléchis, essaie de trouver quelque chose à dire mais au fond je ne sais que répondre. S'il savait seulement ce flou, ce malaise intérieur qui m'envahit, je veux le mettre de côté mais il revient sans cesse alors comment en sortir ? Les questions me dérangent, elles menacent mon semblant de sécurité, je préfère rester seul et à la fois j'aimerais que quelqu'un m'aide à en sortir. Prise dans ce dilemme, je suis comme paralysé. Je ne veux plus ressentir, pourtant il y a parfois des embryons de colère ou de peur mais je n'en fais rien, je suis statique".*

Ce flou qui marque ainsi l'état de confluence s'accompagne de rétroflexion qui est au service de la confluence : il y a donc enchaînement des résistances. Les questions ou remarques du thérapeute qui pourraient faire lever la rétroflexion et faire émerger une figure sont dérangeantes pour le client car elles menacent la confluence.

Alors dans cette phase où se situe le client, dans cet état qualifié de brouillard impénétrable, comment entrer en contact avec cette personne et redémarrer la Gestalt immobilisée, quelle porte d'entrée utiliser, aussi paradoxal soit-il puisque toute frontière est inexistante? La Gestalt propose plusieurs possibilités mais quelle sera celle la plus ajustée à cette situation ?

Voici celles qui ont retenu le plus mon attention :

La reconnaissance par le thérapeute de ce qui se passe intérieurement chez son client me semble capitale dans la mesure où elle va établir un lien qui peut permettre à la personne de sortir de la confluence "je ne vois rien qui émane de toi mais j'imagine que cela peut être agité à l'intérieur"

Le thérapeute va alors mettre sa propre confluence que l'on appelle empathie au service de la personne "être à la fois présent au client et avec le client dans son monde intérieur". Alors écouter et nommer la souffrance qui a été si longtemps étouffée, c'est permettre à une figure d'émerger. En la mettant en avant, en la citant, il lui donne corps, il lui donne des frontières, chose que la personne ne peut faire car noyée dans ses émotions.

Il peut être aussi intéressant que le thérapeute utilise son contre transfert "Qu'est ce que le client induit chez moi ? Je me sens imprégné de ce malaise, créant chez moi ennui et passivité". En lui faisant alors part de son ressenti, il lui restitue "je me sens dans un brouillard, je ne me sens pas très bien, est ce que cela pourrait dire quelque chose de toi, de ton intérieur ?"

Le malaise, figure floue mais suffisamment élaborée peut-être nommé et servir de tremplin pour permettre les prises de conscience. "Comment ce malaise se manifeste-t-il à l'intérieur de moi, quelles sont les indications qu'il peut m'apporter ?" Alors s'appuyer dessus, voire l'amplifier, c'est en faire un levier pour sortir de la confluence.

On peut poursuivre en faisant préciser la métaphore de départ "je suis dans le brouillard" : quelle est sa couleur, son épaisseur, sa forme, peux-tu apercevoir quelque chose, y a t-il des bruits... ?"

On pourra être aussi amené à développer un des pôles dont parle Gilles Delisle dans l'approche des trois pôles d'organisation de l'expérience : le sensori-moteur, le cognitif et l'émotionnel. Bien souvent, le fonctionnement actuel n'étant plus suffisamment satisfaisant, il apparaît qu'un des pôles est hypotrophié.

Si une personne sous investit le pôle sensori-moteur, il sera intéressant de proposer des exercices de concentration sur soi ou des exercices corporels qui invitent à des prises de conscience et qui pourraient au fil du temps constituer une sorte d'apprentissage pour faire confiance aux messages que peut lancer le corps : " je sens une crispation, un noeud au niveau de mon estomac, que peut-il donc me signifier, est ce qu'il se joue quelque chose de particulier en ce moment ?"

«Ce questionnement a pour effet de provoquer une nouvelle

émotion, une nouvelle énergie mobilisatrice qui m'amène à me focaliser sur mon ressenti.

Et par phénomène de loupe, j'amplifie ce malaise et simultanément je favorise une prise de conscience et permets de redémarrer cette Gestalt qui s'était figée.»

Alors sortir de la confluence indique bien une idée de mouvement, "cet aller vers" assimilable à un starter, un coup de pouce. Laura Perls le mentionne sous les termes de "faire contact" : "*faire contact se situe à l'avant plan alors que l'on est alerte éveillé; faire contact requiert un awareness spécifique c'est à dire un objet spécifique pour une action spécifique, c'est un organe ou un sens spécifique qui se charge d'orienter et de manoeuvrer vers une activité structurée*". (10)

En effet, la personne après prise de conscience aura identifié son besoin mais est-ce pour autant qu'elle va agir en conséquence, peut-être abdiquera-t-elle à la dernière minute pour s'effacer devant le désir de l'autre ?

Ainsi Angèle, plutôt que de manifester ses désirs ou son opposition à son conjoint, va continuer à anesthésier ses émotions ou emmagasiner des sentiments désagréables. Elle dit à ce propos : "*J'évite ainsi de devoir faire face à ses colères impulsives. Me centrer sur ses exigences et négliger mon avis, tel est le contrat implicite établi dont le profit s'adresse essentiellement à un des bénéficiaires, mon mari.*

*Me positionner, exprimer mes besoins, émettre un avis divergent, c'est courir le risque d'une rupture fatale que je ne suis pas capable de surmonter. Parallèlement, je préfère garder l'espoir que la relation avec mon partenaire devienne un jour satisfaisante, ce qui me permet de ne pas mettre fin à cette relation".*

Dans cette situation, Angèle est consciente de son fonctionnement (la frontière est donc perçue) mais elle ne peut s'affirmer ou nommer ses désirs face à son mari. Elle anesthésie tout et la frontière disparaît, car il lui est difficile d'assumer sa différenciation. Il semble bon d'explorer alors quelle est la fonction de cette confluence qui parasite sa manière d'exister dans la relation avec son conjoint ?

Ces questions pourront contribuer à découvrir le pour quoi :

“qu'est ce qui se passe si tu manifestes ton désir ou simplement si tu dis non ?”

On arrive très rapidement à cette interrogation “quel est donc cet imaginaire catastrophique qui empêche la personne de sortir de la confluence et de subvenir à ses propres besoins ?” Pour Angèle, oser transgresser les lois, c'est prendre le risque d'être rejetée et de recontacter cette angoisse d'abandon : la prise de position pourrait déboucher sur un conflit et provoquer la rupture avec son mari, mettant en évidence sa donnée existentielle de solitude. Cette peur du rejet pourrait être doublée de la peur de la violence, de l'agressivité comme elle l'avait connue dans son enfance.

Mais ces fantasmes s'avèrent être parfois le fruit de sa propre imagination et sont relatifs à des éléments du passé. En effet, Angèle prend conscience de ceci : *“j'ai toujours désiré me rapprocher de mon père, pourtant froid et distant, pour qui l'expression des sentiments a toujours été proscrite. Implicitement, il me recommandait vivement de répondre à ses exigences et d'être fidèle à l'image de l'enfant parfait.*

*J'ai appris au fil du temps à me soumettre à son autorité, assimilant toute remarque à des consignes. J'ai développé sans cesse qualités, compétences pour obtenir reconnaissance, amour et approbation, et éviter ses colères explosives, menaçantes pour mon bien-être”*.

Poursuivre alors l'exploration de cette fonction pourra déboucher sur plusieurs introjects : “fais ce qu'on te dit, sois sage et ne te révolte pas”. Bien souvent ces derniers sont sous-tendus par un introject de base comme “n'existe pas”.

Les différentes possibilités qu'offre la Gestalt peuvent contribuer à la mobilisation de l'énergie :

“S'occuper de ses sensations, exprimer ses désirs à haute voix, affirmer ses différences” peuvent être considérées comme le premier pas pour sortir de la confluence. “Faire contact” pour enfin “être en contact”. Laura Perls précise *“Le contact n'est pas quelque chose que l'on possède ou que l'on est, un état dans lequel on demeure ou dont on s'écarte. Si on s'y attarde trop longtemps, il peut y avoir confluence. Si on se retire trop vite, il peut y avoir isolement. Il ne s'agit pas d'un état mais d'une activité fluctuante.*

*Nous faisons contact lorsque nous reconnaissons l'autre, que nous nous l'approprions, nous reconnaissant ainsi dans un nous. Il s'agit d'un mouvement constant de va et vient, d'oscillation entre moi et l'autre." (10)*

Il serait intéressant de voir au delà de cette définition, quelle représentation peut avoir la personne du contact, que signifie-t-il pour elle ?

Si en effet, le plein contact est assimilé à quelque chose de nocif alors elle va le retarder ou tout simplement l'éviter.

Pauline confie *"je ne veux pas laisser monter en moi le désir de caresser mon enfant car j'ai peur d'être envahi alors je le laisse tourner autour de moi. Je préfère ne pas sentir et calfeutrer mon élan à son égard. Lui apporter mon affection, c'est contacter à nouveau mes sensations d'enfant : dès que ma mère m'approchait, j'avais l'impression qu'elle m'étouffait de ses caresses"*.

Florent déclare *"à la fois, j'ai très envie de cette fusion, mais j'ai aussi peur de me perdre dans l'autre et de ne plus retrouver mes propres frontières"*. Conscient de son ambivalence, il préfère ne rien sentir ou repousser ces moments de proximité. Il a en fait introjecté que toute confluence est pathologique.

L'expérimentation peut d'une part s'avérer appropriée pour apprivoiser le plein contact. Elle permet d'expérimenter une autre manière d'être, de faire : "qu'est ce que cela me fait, qu'est ce que je découvre de moi, de mes capacités, de mes peurs?". Ainsi la personne va pouvoir se chercher et puiser dans ses ressources parfois insoupçonnées.

L'expérimentation permet d'autre part de transgresser les interdits fixés depuis toujours et servir de nouveau repère sur lequel la personne peut s'appuyer.

Semblable à des expériences pratiquées en laboratoire, elle va permettre d'ouvrir le champ de possibles en milieu sécuritaire. Mais j'ajouterai qu'il importe d'être vigilant sur la nature et le dosage de l'expérimentation proposée. Se soumettre au désir du thérapeute, c'est renforcer la confluence et empêcher la personne de tenir compte de ses besoins.

Bien souvent la Gestalt va proposer de repousser les limites "aller au delà de ce qu'elle a l'habitude de faire" mais peut-être

faut-il s'assurer des limites qu'elle est capable de supporter sans se perdre dans les limites d'autrui.

Les Polster affirment "*les antidotes de la confluence sont le contact, la différenciation, l'articulation. L'individu doit commencer à expérimenter ses choix, ses besoins, ses sentiments qui ne doivent pas nécessairement coïncider avec ceux des autres gens. Il doit apprendre à affronter la terreur d'être peut-être séparé de ces gens tout en restant vivant*". (11)

Le risque est que le thérapeute peut savoir ce qui est bon pour le client qui va davantage se centrer sur le désir du thérapeute et s'y soumettre, le bénéfice secondaire est alors de ne pas prendre d'initiative.

Ne risque-t-on pas de renforcer la confluence par l'introjection ? L'introjection de ce que propose le thérapeute sans avoir été passé au crible du choix (à la mastication) va maintenir la confluence ou être au service du maintien de la confluence :

"Si j'avale le message du thérapeute, je fais comme si cette partie était mienne et les frontières disparaissent en moi". Il n'a plus conscience que ça appartient à l'environnement et pourtant ça n'est pas assimilé. Les messages sont alors introjetés sans être intégrés et vont se révéler inadéquats.

Si de nombreux auteurs décrivent la confluence comme interruption du processus de construction/destruction des Gestalts, pour une personne confluyente, inverser le processus qui devient destruction/construction me paraît plus adéquat. Car la crainte du post contact altère la formation d'autres figures : la personne va mettre de multiples stratégies en place pour ne pas accéder à la phase du retrait ou pour maintenir un pseudo contact dans sa vie quotidienne comme dans la relation thérapeutique. Cela pourra se manifester par des questions importantes posées en fin de séance, des appels téléphoniques ou courriers envoyés entre les rendez-vous, une impossibilité à se relaxer, le départ retardé au maximum après les thérapies de groupe...

Différentes propositions comme les exercices de contact-retrait, de lâcher-prise, d'abandon pourront favoriser la prise de conscience du rôle de la confluence.

Ainsi comme le précise Noël Salathe "*La confluence consiste à*

*refuser de sortir du retrait, prendre conscience d'un nouveau désir et se maintenir ainsi dans l'état indifférencié". (14)*

Il me semble alors important d'explorer cette phase et de la différencier en trois grands points "Retrait Vide Emergence" sans les amalgamer dans un premier temps pour ensuite étudier les liens ou voir comment ces étapes se succèdent. Cette démarche me semble être source de renseignements précieux et d'indications sur le processus utilisé "comment je procède, à quoi ça me sert et qu'est ce que j'évite ?".

Chacun va y inscrire sa manière d'être et ses réactions par rapport à la crainte, l'appétit, le désir ou le besoin de cette confluence dans l'une et / ou l'autre de ces trois étapes.

*Face à une même situation :*

- Soit la personne peut s'agripper à un pseudo accomplissement au delà du temps de satisfaction réelle, évitant le passage au retrait : elle retarde la séparation pour éviter de se retrouver seule dans cet appartement où tout lui signifie la dure réalité de la solitude,
- Ou, elle se retrouve face au vide (donc là elle est déjà dans le retrait) et le comble en devenant hyperactive courant après le temps, et, faisant d'elle la stressée à l'affût de ce qu'elle redoute le plus, les moments creux, tel celui qui guette un danger pour mieux l'éviter.

Ce vide devient le lieu propice au remplissage par tout introject.

- Ou, enfin elle décide de se détendre et très vite arrête ce temps de relaxation, car aussitôt apparaissent à vitesse délirante des images incohérentes mais si belles ! Au lieu d'utiliser ce matériau dans la créativité comme la peinture, elle le réprime pour ne pas contacter la peur de la folie, folie si présente dans le milieu familial, folie qui a bercé toute son enfance.

Sous l'attention et le regard du thérapeute, le processus de répétition peut-être mis en lumière.

Pour faciliter la prise de conscience, le projecteur pourra alors être dirigé sur ces mécanismes utilisés qui deviendront peut-être de ce fait voués à l'échec.

Mais en même temps, la personne va se retrouver face à ce qu'elle

redoutait le plus, cet état indifférencié que Perls, en référence à Friedlander nomme "vide fertile", mais qui peut prendre les couleurs du "vide catastrophique", devenant source d'angoisse totale.

D'où l'intérêt d'inviter le client à le décrire pour l'appivoiser, le mettre en mots : le thérapeute l'invite dans ce monde presque irréel et l'incite à préciser cette métaphore "quel est son aspect, sa couleur, que vois-tu, que ressens-tu, et toi où es-tu ?" ou à préciser s'il a dessiné sur papier un contour au vide : "peux-tu voir ce qu'il y aurait à l'intérieur, et si tu mettais trois éléments à l'intérieur, ce seraient lesquels ?"

Le thérapeute sera à la fois témoin et accompagnateur dans cette traversée balayée par la souffrance qui va pouvoir jaillir au grand jour. Peut-être jusqu'ici, la personne l'avait-elle enfouie pour ne pas la ressentir, ou, dans ce désert stérile, elle s'en était fait l'unique compagne qui au moindre incident l'emmenait très rapidement dans ce cercle infernal dont elle ne connaissait pas l'issue.

Marine après une séance de thérapie put enfin la mettre en mots, voici son récit :

*"Seule, seule, je me sens terriblement seule !"*

*Quand la douleur atteint le désespoir, le corps n'a plus assez de ses mots pour crier sa torpeur. A travers les maux qui se déchirent de son corps et de son âme, il clame un cri du plus profond de lui-même qui s'évanouit dans le vide car pense-t-il personne ne peut entendre et comprendre cette douleur. Elle part à l'infini et faute de ne pouvoir être accueillie et recueillie, elle s'évapore dans l'indicible et l'invisible laissant quelques gouttes d'amer, d'amertume, tue, tue-me, tumeur et meurt ainsi mon coeur de n'avoir pu pleurer et extirper, arracher ce mal indéfinissable et insoutenable.*

*Alors mourir à soi-même est parfois devenu la seule issue possible pour sortir du tunnel qui dans cette pêle-mêle confiture de désespoirs conduit au "plus d'espoir". Finitude rime alors avec l'actuelle existence, versant inexorablement vers l'inexistence".*

Dans cette descente aux enfers, la personne en état de détresse est extrêmement seule et ne me semble pas dans cette attente magique d'un sauveur potentiel qui la prendra sous son aile protectrice, répondant ainsi à ses besoins, comme on a pu le dire pour la personne confluite.



Ce témoignage met donc en relief les différentes données existentielles auxquelles la personne est confrontée et la manière dont elles s'articulent, formant ainsi différentes strates :

"Je me retrouve face à cette solitude éprouvante" (donnée existentielle de solitude) qui sous-tend "je suis angoissée par le vide qui me renvoie à la mort et je plonge dans le désarroi le plus complet" (donnée existentielle de finitude).

Il me semble important d'accueillir la personne avec toute sa souffrance qu'elle est seule à connaître, la nommer, la partager, lui donner des frontières pour qu'elle puisse en être extraite. Le thérapeute devient le contenant de ces émotions.

Etant donné l'intensité de cette phase, un soutien adéquat en milieu sécuritaire doit pouvoir être maintenu car à défaut resurgirait massivement l'angoisse d'abandon si présente chez la personne confluente. Le client doit être assuré qu'ils seront deux pour y aller mais que le thérapeute ne sera pas contaminé par cette chute dans le vide qui pourrait aussi l'engloutir.

Si le thérapeute peut être à la fois dedans et en dehors, alors le client peut espérer ressortir lui aussi vivant et indemne dans cette prise de risque. Il s'agit bien d'une prise de risque pour abandonner les reliquats du fonctionnement habituel et pour que puisse s'élaborer l'étape du deuil.

Marine témoigne : "très longtemps, j'ai recherché désespérément à reconstituer le paradis perdu avec ma mère, puis j'ai décidé de faire le deuil de cet Amour que je n'aurai jamais, ce qui a soulevé rage et désespoir. J'ai été confrontée aux dilemmes -fusion-isolement, attachement-séparation-".

Et comme le dit Marie Petit : "*La conscience de cette séparation d'avec l'autre est la condition sine qua non du contact et là nous ne sommes plus dans la confluence*". (11)

Mais par cette séparation, Marine précise "je n'ai plus de repère, je suis perdue !". Ces dures constatations l'amènent à remettre en question son identité qui pourrait être assimilée à un faux self dans la mesure où, comme elle le dit elle renonçait à faire vivre toutes les parties d'elle-même, ses polarités pour répondre à l'image réelle ou imaginaire définie par les autres, cachant sa vie secrète au plus profond d'elle-même.

Cette figure en avant-plan "qui suis-je ?" confronte la personne aux manques, à la solitude, à la recherche du sens de son existence, phase douloureuse qualifiée par Dominique Lismonde "de position dépressive qui va obliger le sujet au remaniement de la fonction personnalité du Self". (7)

Cette étape profonde de la thérapie est un moment à privilégier pour que puisse s'inscrire un changement. Comme le précise Jean-Marie Delacroix "L'attitude thérapeutique juste est alors une attitude à la fois de présence et d'effacement. Présence accompagnant le processus intérieur, effacement laissant le champ libre" (2), ce champ libre où le fond prend toute la place pour que puissent enfin émerger de nouvelles formes qui permettront de métamorphoser ce vide existentiel en vide créateur.

«Du rien, je peux passer au possible, cet espace de questionnement sur la recherche de ma nouvelle identité : mais qui suis-je vraiment, quel sens vais-je donner à ma vie ?».

Et Marine précise "confluence, symbole des états fusionnels que j'ai longtemps recherchés et où je n'avais pas mon identité, je peux maintenant te quitter. Par la rupture des eaux qui ont fait couler beaucoup de mes larmes, je peux me faire naître et établir mon passeport à la vie -Marine sortant des eaux-".

## ET POURTANT

Il s'avère qu'après un travail de thérapie en profondeur, les bénéfices secondaires ne soient pas totalement écoulés. Malgré une modification certaine dans leur manière d'être au monde, certains clients reviennent car les vieux démons refont surface, et plus particulièrement avec certaines personnes, donnant l'impression que tout ce qui avait été fait jusqu'ici n'était qu'utopie : "j'ai beau avoir conscience de mon mécanisme, il réapparaît toujours"

Que se passe-t-il donc pour que la personne n'arrive pas à sortir de cette confluence dont elle est plus ou moins consciente ? (la question n'est pas spécifique à la confluence, elle se pose de la même manière pour les autres résistances). "Qu'est ce qui me pousse à toujours reproduire le même comportement ?"

Gilles Delisle précisera dans sa thèse (4), "*ça se produit comme ainsi depuis 35 ans*" et la personne va essayer de reproduire des situations pour alimenter des Gestalts inachevées en attente de sens qui cherchent naturellement à se compléter et en même temps à se reproduire. "*En même temps que le client a l'espoir que cela change, en même temps, il fait tout pour que cela continue*". (4)

A maintes reprises, il va remettre en place des situations pour alimenter cette grande Gestalt inachevée et renforcer une situation originelle.

Le refoulement de la situation inachevée est tel qu'il ne peut y avoir accès mais cette dernière va se rejouer ou s'infiltrer dans la relation réelle.

Découvrir l'origine permet une prise de conscience de la fonction qu'a pu avoir la mise en place de la résistance à un moment où elle n'en était pas encore une : il s'agissait alors plutôt d'un ajustement créateur, mais qui le protégeait de quoi ? Quel sens et quelle fonction prend-il dans son actualité ?

Ainsi, Charline ayant été privée trop tôt d'un amour maternel suffisamment bon va rechercher cette symbiose au travers d'un besoin constant de confluence avec son entourage, et en particulier avec son thérapeute, pour essayer de satisfaire son besoin de tendresse jamais assouvi.

Parallèlement, elle va rechercher l'animosité du thérapeute qui sera renforcée par l'attitude frustrante de celui-ci, réveillant ainsi cette période douloureuse de la petite enfance.

Au travers de ses récits et des échanges familiaux, Charline se perçoit comme un bébé qui pleurait beaucoup (elle aurait changé huit fois de lait). La mère désappointée, ou par manque d'empathie n'aurait pas su répondre de manière ajustée aux besoins de son nourrisson : la réponse unique face aux pleurs était de donner un biberon de lait qui ne correspondait pas au besoin de tendresse.

Petit à petit, l'enfant aurait appris à ne compter que sur lui-même. Au moment où la mère aurait voulu se rapprocher de son enfant, ce dernier aurait tout fait pour l'éloigner "ne me touche pas", entraînant incompréhension de part et d'autre.

Peu à peu se forme une représentation interne de la relation où Charline est mauvaise et qui contamine son environnement. Elle se manifeste lors de l'adolescence par le reproche adressé par son père "tu ne vois pas le mal que tu fais à ta mère".

Persuadée de son pouvoir, elle contacte sa toute puissance puisqu'elle peut détruire l'autre par son agressivité mais elle s'empresse de refouler ce sentiment inacceptable.

Ainsi dans sa vie d'adulte, au lieu de manifester son mécontentement ou son opposition, elle se retranche derrière une attitude passive, rétrofléchissant sa colère sous forme de migraine.

Deux attitudes réduisent son champ de possibles pour ne pas réveiller ses blessures anciennes :

- ou Charline va chercher à entrer en confluence avec d'autres,
- ou elle va s'arranger pour que les autres rentrent en confluence avec ses désirs, sa manière d'être dans un phénomène d'identification concordante ou de proflexion.

Envahie par l'angoisse de la différence, elle prend conscience qu'elle ne peut exister à part entière, exister différente à côté des autres. La confrontation est chose difficile car cela la ramène à cette partie intolérable "tu es mauvaise".

Ainsi dans la relation thérapeutique, Charline va rechercher cette confluence pour nourrir son intérieur, et, l'empathie du thérapeute sera sollicitée pour éviter toute confrontation ou toute remise en question de son fonctionnement.

"Si je suis en confluence, je contacte la partie bonne de l'autre, et par conséquent la mienne, puisque je ne suis pas contestée. Emettre un avis différent, laisser monter ma colère, c'est prendre le risque de me voir confirmer cette conviction intérieure "tu es une mauvaise fille", qui d'ailleurs a pris ce sens au fil du temps "tu es incompétente".

Si toutefois, elle y parvient surgissent culpabilité et honte, signifiant rupture de la confluence.

A ce propos, Jean-Marie Robine en fait la distinction suivante :  
*"La culpabilité implique un acte qui appelle la punition compte tenu d'une loi ou d'une règle interne alors que la honte renvoie à certaines qualités de l'identité qui ont été mises en question... Le sen-*

*timent de culpabilité est lié à l'acte alors que le sentiment de honte est lié à l'être". (12)*

Charline se sent donc coupable d'avoir osé transgresser les interdits en se rebellant et devient honteuse car elle ne correspond pas à l'image de la bonne fille à laquelle elle devrait répondre.

Une parenthèse pour dire qu'il me semble important d'accueillir ces différents sentiments car très vite la personne va rechercher cette confluence en s'excusant ou en demandant pardon : "tu peux être celle qui a honte et être acceptée face à moi dans cette honte".

Lors d'un groupe de thérapie animé par un couple, Charline inconsciemment va solliciter un rapprochement chez le thérapeute femme tout en le refusant le moment venu, recontactant "*l'absolument indispensable et l'absolument intolérable*" (Gilles Delisle). Au même instant, elle va susciter la désapprobation du père pour confirmer qu'elle est vraiment mauvaise.

Les relations prendront à ses yeux la forme de dominant/dominé, de persécuteur/victime, mieux/moins bien que, engendrant des relations de pouvoir.

Ainsi, le tour est joué pour recontacter cette angoisse d'abandon. Charline peut projeter que les autres sont mauvais et veulent la coincer, voire l'anéantir, ce qui va avoir pour effet de nourrir les rancœurs du passé et l'amener à se retrancher. Elle préfère s'isoler dans une souffrance, pourtant inacceptable que d'être en contact avec les autres membres du groupe qui ravivent rancœurs et jalousies familiales d'antan.

Ainsi ce qui avait commencé dans son enfance continue en grandissant. Par des événements qu'elle va tenter de reproduire, elle va réactiver son passé, cette corde sensible sur laquelle ces Gestalts inachevées se balancent et se mettent à vibrer.

Gilles Delisle précise "*A travers les rôles que doit jouer le thérapeute se profile le triple enjeu de la relation ; reproduction, reconnaissance, réparation... La destination de l'itinéraire thérapeutique, c'est la réparation*" (4), alors comment y accéder pour restaurer le contact ?

Concernant Charline, cette question pourrait prendre la forme suivante : "comment agir, montrer ma différence sans que ce soit nocif pour moi ?" et plus précisément "comment me différencier

sans me faire rejeter, sans recontacter le toxique "tu es mauvaise" et préserver ce qui pourrait être nourrissant pour moi ? Je peux alors me montrer différente et être acceptée comme telle".

Cette décision sollicite à mon sens une certaine dose d'agressivité non pour détruire mais pour aller vers ou transformer. Comme le préconise Chantal Masquelier - Savatier " *Si l'agressivité s'exprime, il y a message vers l'extérieur, donc tentative d'échanges. Le travail thérapeutique permettrait de trouver des moyens inédits pour gérer cette agressivité de façon créative*". (8)

A travers le vécu de l'expérimentation de la relation thérapeutique et à l'extérieur, la personne va pouvoir contacter son agressivité et la mettre au service de la relation, modifiant peu à peu la représentation du schéma relationnel de base.

Avant de pouvoir s'ajuster de façon créative dans cette démarche innovante, la personne passera peut-être d'une attitude de réserve à des excès, des débordements de colère ou des passages à l'acte.

## ET LE THÉRAPEUTE ?

On peut penser que dans son propre parcours, il a élucidé de nombreuses problématiques mais il n'en demeure pas moins que dans cet espace, cet entre deux entre le client et le thérapeute peuvent resurgir des événements qui remettent le thérapeute face à ses zones d'ombre.

Quels seront donc les points d'éclairage qui pourraient être guides pour un thérapeute prédisposé à être confluent ?

*Percevoir les projections :*

Le danger pour un thérapeute confluent est qu'il ne détecte pas ce qui est projectif dans le vécu de son client, la frontière entre lui et son environnement étant abolie. S'il développe cette capacité à percevoir, il devient alors conscient d'être une surface à projections réelles ou imaginaires et permet au client d'aborder le sens et la fonction de cette résistance dans le processus du contact.

*La définition du cadre :*

Celui-ci peut présenter un aspect sécuritaire dans la mesure où il évite de se perdre et d'être diffus. Le cadre précisant la fréquence, le coût, le lieu, les horaires, les règles... présente des repères pour

vérifier d'une part, si le thérapeute ne se laisse pas emporter par les désirs du client, et, d'autre part de clarifier avec le client les éléments qui l'ont poussé à dépasser ou à rompre le contrat : quel est alors le sens de cette attitude dans son histoire et dans son processus de fonctionnement avec l'environnement ?

*Doser son côté nourricier et oser la frustration :*

Le thérapeute de type confluent aurait tendance à être hautement nourricier, ce qui aurait pour effet de renforcer chez le client le besoin accru d'introjeter, et, de renforcer sa dépendance affective en ne pouvant plus mobiliser son agressivité à l'instant voulu pour accéder à la phase de différenciation.

Il s'agirait donc de développer la frustration au service du client. Perls précise d'ailleurs *"la méthode est de frustrer le patient de telle façon qu'il est obligé de développer son propre potentiel"*. (9\*)

Or, en tant que personne confluyente, j'ai toujours été très interpellée par le côté intolérable de ce type d'intervention qui soulève de nouveau l'angoisse de rejet et d'abandon.

Même si elle apparaît intéressante dans la mesure où elle met la personne face à ses blocages, où elle peut faire débusquer une colère jusqu'ici réprimée ou contacter cette phase douloureuse du vide, j'y apporterai quelques réserves.

La frustration en stades ponctuels pour des personnes qui ne sont pas suivies en thérapie ou qui n'ont pas d'autres perspectives en collectif peut engendrer plus de mal que de bien. Laissant les plaies à vif, comment va donc pouvoir se faire la réparation ?

La frustration peut prendre pour le client la signification suivante : le thérapeute représente "le mauvais", et du coup il clive un peu plus. Mais il me semble important dans ces circonstances qu'il puisse découvrir à la fois le "côté mauvais et bon" de ce dernier. Or personne n'ignore que le contact avec certains clients est plus ou moins facile et que réfléchir ce manque d'affinité peut être adéquat.

Si jusqu'ici les mises en garde ont été prononcées, la confluence peut avoir aussi des effets appréciables au service de la relation. Le thérapeute peut réduire cette distance qui le sépare de l'autre, bénéficiant parfois d'une fantastique intuition. Il peut plus facile-

ment rentrer en confluence momentanément avec le client et son univers intérieur, capter ses émotions, être en fusion puis passer à la différenciation pour retrouver son individualité. Mais le risque bien sûr est de ne pouvoir s'en détacher alors il peut s'agir d'identification qui devient une confluence inadaptée et inconsciente pouvant entraver la relation d'aide. Le corollaire est un manque de recul par rapport à la situation.

Le thérapeute peut alors développer cette position de sympathie définie ainsi par Serge Ginger, *"le thérapeute est présent en tant que personne dans une relation actuelle "JE / TU" avec son client. Il éveille l'awareness de ce dernier à son interrelation avec l'environnement (qui est ici, le thérapeute) et il exploite délibérément son propre contre-transfert comme moteur du traitement. Ainsi il s'intéresse à son partenaire et il est "centré sur le client" mais on peut tout aussi bien dire qu'il est centré sur lui-même", attentif à ce qu'il ressent personnellement dans l'instant, face à son patient, et n'hésitant pas à partager délibérément une partie de ce ressenti avec lui"*. (6)

Mais faut-il encore que le thérapeute enclin à être confluent soit suffisamment à l'écoute de son ressenti corporel et émotionnel ? Cette dernière réflexion fait ricochet chez moi et je contacte au même instant une certaine tristesse qui m'évoque le renoncement : "on ne peut supprimer totalement cette confluence car elle fait partie intégrante de la personnalité". Comme le disent les Polster *"La résistance mérite d'être prise en considération; car elle n'est pas un mur à abattre mais une force créatrice dans l'approche d'un monde difficile"*. (11)

L'idée est donc bien de faire avec, d'aller dans le même sens pour que cette amie parfois collante devienne créatrice. Cette confluence constitue l'expérience sur laquelle le thérapeute peut créer son style. Continuer d'exploiter, d'approfondir cette résistance indique alors comme le précise Marie Boutrolle *"comment faire pour garder nos points tendres et ne pas rompre sous le poids de nos fragilités ?"*. En effet, précise-t-elle, *"nous sommes choisis par les clients non point en fonction de nos points forts, mais de nos points tendres...qui permettent le contact et l'échange"*. (O)



Cette dernière réflexion m'indique ainsi que cet article touche à sa fin. Emportée par mon élan à vous parler de la confluence, je réalise que de nombreux points n'ont pas été abordés. J'aurais pu peut-être "comment aider une personne qui a un appétit pour la confluence pathologique à passer au contraire à la confluence saine ?", ou vous parler de l'égotisme, qui pourrait être considéré comme l'opposé de la confluence, voire la formation réactionnelle à la confluence.

J'y ai surtout développé la pathologie par excès mais non par défaut. Mais qu'en est-il de celui qui ne peut pas s'abandonner par manque de confluence, comment lui permettre l'accès à la confluence saine ?

Le champ reste ouvert !

Dans le flot de mes idées, je me suis laissée aller, alors est venue l'étape du retrait.

*Ne plus rien laisser émerger pour gagner reposée cet état indifférencié...*

Ne rien mobiliser pour qu'ensuite puisse germer toute créativité.

## BIBLIOGRAPHIE

0) Boutrolle Marie, *Intuition, empathie, et observation clinique*, Bulletin de liaison SFG n° 30/31, 1993

1) Coré Pierre, *Approche des états limites en Gestalt-thérapie*, Bulletin de liaison SFG n° 34

2) Delacroix Jean-Marie, *A propos du vide*, Revue Gestalt n° 2, SFG, 1991

3) Delisle Gilles, *Les troubles de la personnalité*, Les éditions du Reflet, 1991

4) Delisle Gilles, *Révision de la théorie du Self de Perls*, Hefferline et Goodmann, 1996

5) Draut Elisabeth, *Compte rendu d'un atelier : Comment évitez-vous le plein contact ? Ou les résistances, à quel prix*, Document IFEPP, 1990

6) Ginger et Anne Serge, *La Gestalt, une thérapie de contact*, Editions hommes et groupes, 1987

- 7) Lismonde Dominique, *La dépression, au regard de la théorie de la relation d'objet*, 1994
- 8) Masquelier Chantal, *Eloge de l'agressivité*, Revue de la SFG n°4, 1993
- 9) Perls Frederick, *Le Moi, la faim, l'agressivité*, Tchou, 1942
- 9\*) Perls Frederick, *Rêves et existence en Gestalt thérapie*
- 9\*\*) Perls Frederick, *The Gestalt approach*, 1976
- 10) Perls Laura, *Vivre à la frontière*, Les éditions du reflet
- 11) Petit Marie, *La Gestalt thérapie de l'ici et maintenant*, ESF Editeur 1991
- 11) Polster Erving et Myriam, *La Gestalt. Nouvelle perspectives théoriques et choix thérapeutiques et éducatifs*, Le jour éditeur, 1991
- 12) Robine Jean-Marie, *La honte, rupture de la confluence*, Revue SFG n°2, 1991
- 13) Rogers Carl R., *Le développement de la personne*, Dunod, 1961
- 14) Salathé Noël, *Précis de Gestalt Thérapie*, Amers, 1987
- 15) Salathé Noël, *Psychothérapie existentielle une perspective gestaltiste*, Amers, 1992
- 17) Zinker Joseph, *Se créer par la Gestalt*, Les éditions de l'homme, 1977



*Dépendante des origines  
dans ce bleu lointain,  
parmi des reliefs de sable  
l'arche du jour s'installe.  
Tout le ciel acceptant pétrit la voute.*

*Débordant un enfer à l'aube secrète,  
et par l'accalmie du faux-bourdon  
l'or du matin réapparaît :  
Epi de glace dans l'augure.  
Mais de toute partie émerge la légèreté.*

*Une respiration de glace,  
des larmes qu'une perte  
encore brûlante décide.  
Sur les parois à vif  
- un ordre contre soi.*

*Reffet d'apparente façon  
- apprise en quelque  
meurtrissure immanente ;  
d'où vient la rupture et  
la démesure hostile*



