

L'ALLIANCE
THERAPEUTIQUE
Le lien qui libère



Sophie Pasquet

L'analyste ne peut emmener le patient où il n'est pas allé lui-même.

Barbara Houbre,
Le modèle psychanalytique de l'alliance (Cairn)

Table des matières

Chapitre 1 : Les différentes approches de l'alliance thérapeutique

L'alliance comme condition de la cure

Freud, le pacte et « la guerre civile »

Ferenczi et la technique active

L'alliance comme cure elle-même

« Et aujourd'hui, entre nous c'est comment ? »

SOS Amitié et l'alliance non thérapeutique

L'alliance au service de l'abréaction : la psychanalyse active

L'alliance thérapeutique et la psychanalyse active

Les outils de l'alliance en psychanalyse active

Chapitre 2 : L'alliance du côté du patient : la confiance dans le lien

Love at first sight ?

L'alliance imaginée

Le cadre, la base de l'alliance : « je serai là »

“Déménager” (psychiquement) en sécurité

Les mots de l'alliance : « tout dire ? »

Une rencontre humaine, affective et unique

Chapitre 3 : L'alliance du côté du psy : le contre transfert à la manœuvre

S'entendre sur le cadre

L'annonce faite au patient

Empathie ou neutralité bienveillante ?

La maîtrise du contre transfert

Du côté de chez soi

Liquidier l'alliance, vraiment ?

Introduction

Quelle étrange relation que celle qui conduit une personne à se rendre dans un cabinet, s'allonger sur un divan, se raconter, pleurer, crier, rire avec quelqu'un qu'elle ne connaît pas, se relever, payer, partir... et revenir la semaine d'après.

Cette relation mystérieuse est souvent décrite comme étant essentielle à une analyse réussie sans pour autant être l'analyse elle-même. Psy et patient la construisent ensemble mais pas de la même façon. Confiance envers le thérapeute, sentiment de sécurité pour l'un, expérience des conflits psychiques et écoute professionnelle pour l'autre. Les ingrédients d'une alliance « qui fonctionne » sont nombreux : rationnels et irrationnels, conscients et inconscients, tacites ou verbalisés... et, sûrement, propres à chaque rencontre.

Quelle place prend l'alliance thérapeutique dans une cure réussie ?
De quoi est-elle faite ?

L'alliance thérapeutique soigne-t-elle vraiment ? Est-elle précoce ou bien se construit-elle sur le long terme ?

A l'origine de ces questionnements, un mémoire réalisé dans le cadre de la phase didactique de la formation à la psychanalyse active au sein de l'Institut Français de Psychanalyse Active.

Le choix du sujet reflète le désir de mieux comprendre l'alchimie de la rencontre entre une demande d'aide et une proposition de soin, l'envie d'étudier la rencontre entre deux corps et deux inconscients. C'est sans doute également, une façon de se demander quelle psychanalyste on veut être.

Conclusion

Aujourd'hui, en cette rentrée 2023, suite aux chroniques d'une psychothérapeute sur la première radio de France (France Inter), neurosciences et psychanalyse se livrent une nouvelle guerre dont elles ont le secret. Une seule chose semble les mettre d'accord : une cure, quelle qu'elle soit, à toutes les chances d'aboutir si l'alliance est « suffisamment bonne ».

En psychanalyse active, les ingrédients semblent être les suivants : psy et patient s'entendent sur le cadre et les buts de la cure, il existe un accord sur le travail analytique à fournir pendant la thérapie (sincérité, réécoute des séances, production de mails...), le psy est actif et dirige la cure à l'aide de ses connaissances et de la maîtrise de son contre transfert, les deux « parties » (psy et patient) reconnaissent une dimension affective à la relation (en dehors de tout contact physique), même si l'adjectif reste un épouvantail dans le milieu de la psychanalyse.

Quand la cure se termine que devient l'alliance ? Il semble qu'elle peut être à l'œuvre longtemps après la fin de la thérapie, comme une relation que l'on peut emmener avec soi, une trace ou une pensée qui prend forme lors de moments de liberté ou de lucidité retrouvées. Le pas de côté quand nos monstres intérieurs restent tranquilles face à des situations qui les auraient jadis déchaînés...

L'alliance peut aussi soutenir un désir de « devenir psy ». Il me paraît évident, aujourd'hui plus qu'hier, qu'être psychanalyste s'apprend sur le divan d'abord, dans une relation d'aide, d'apport et d'alliance avec le psychanalyste didacticien. Ce mémoire a également été une façon d'en clarifier les enjeux afin de mieux connaître les contours qu'une jeune pratique devra dessiner.