

Dans une rencontre amoureuse, il s'agit autant de deux adultes qui se rencontrent que les deux enfants qu'ils ont été. Ces « enfants-dans-l'adulte font beaucoup de grabuge. La part adulte de notre personnalité est assez plastique, mais la part infantile ne vit pas très bien ces métamorphoses ». Nous, thérapeutes, ne sommes donc pas trop de deux pour être attentifs « aux deux adultes, à leurs interactions, mais aussi aux deux enfants qui perdurent en eux ».¹ Anne Dufourmantelle

Un Dispositif particulier de thérapie de couple : la coanimation

Il était une fois un couple de thérapeutes, Karine et Jean, qui s'étaient rencontrés lors d'une formation en psychothérapie. Karine prit l'initiative de proposer à Jean le projet de coanimer de la thérapie de couple. Séduit...par l'idée, Jean eut besoin de temps et de continuer à asseoir sa pratique en thérapie individuelle. Ce fut donc deux ou trois ans plus tard que la collaboration devint concrète.

Nous nous sommes senti des affinités : Une façon de penser qui évite de pathologiser les problématiques des patients, une sensibilité aux processus à l'œuvre dans les relations au-delà des contenus, et last but not least, un sens de l'humour partagé, qui permet de relativiser et prendre du recul. Un peu comme un vrai couple en somme ! Nous racontons en quelques mots la petite histoire de notre collaboration car le lecteur comprendra dans ce qui va suivre que cela est fondateur du dispositif de coanimation.

Nous recevons les couples pour des séances de 75 minutes. Le rythme des séances est en moyenne de toutes les 3 semaines ; mais cela peut varier en fonction de l'avancée de la thérapie ou des périodes de crises traversées par le couple. Il nous arrive de recevoir les partenaires en séance individuelle ; chacun des thérapeutes rencontrant un des partenaires, puis nous inversons au rendez-vous suivant. Nous proposons aux couples des cycles de 6 séances. Ceci permet de contractualiser un engagement réciproque des 4 personnes qui constituent ce système thérapeutique.

1- La demande initiale : ce que le couple exprime comme demande, comment se représente-t-il sa thérapie ?

Nous pourrions qualifier la demande initiale de beaucoup de couples comme "Le tango des paradoxes" : Le couple demande à changer ce qui le fait souffrir, ce qui dysfonctionne mais avec l'espoir de ne surtout rien changer, de revenir à un état antérieur de la relation dont chacun des partenaires ne veut pas faire le deuil.

Illustration clinique : Chacun rencontre son Aladin...

Téo et Manuela sont en couple depuis 15 ans et sont parents de 3 enfants. Ils ont respectivement 45 et 43 ans. Ils traversent une période de grosses tensions et ne trouvent pas de moyens d'en sortir par eux-mêmes. Téo se présente comme rationnel, peu ouvert à la psychothérapie. Pourtant, il dit venir volontiers car il se sent déphasé de ce qu'est devenu leur couple par rapport à l'idéal qu'il s'en fait. Il se sent perdu et coupable : « *Qu'est-ce que j'ai fait pour en arriver là ?* ». Manuela dit ne plus avoir confiance dans le couple pour trouver seuls les ressources. Elle parle de sa peur de ce qui va s'ouvrir, peur des émotions qu'elle a contenues et qui pourraient s'exprimer violemment.

Afin de comprendre avec quelles représentations du couple est chacun des partenaires, nous proposons au couple, en nous inspirant du travail de Michel Maestre, une séance avec des figurines. Nous demandons à chacun des partenaires du couple de choisir une figurine qui représente leur conjoint au début de leur relation. Dans le cas que nous présentons, les deux personnes ont choisi la

¹DUFOURMANTELLE A., LETER L., (2017) *Se trouver, Dialogue sur les nouvelles souffrances contemporaines*.

même figurine pour représenter leur conjoint : Aladin. Ce qui a pu se dire autour du choix de cette figurine a été très précieux pour les aider à comprendre ce qui faisait les fondements de leur couple, mais aussi ce qui pouvait avoir besoin d'être transformé, complété, pour le couple qu'ils forment aujourd'hui et la famille qu'ils ont construite. Ce que chacun des partenaires a pu exprimer de l'image qu'il garde de la rencontre a mis en évidence que ce couple possède un mythe fondateur fort, ce qui représente une base solide de la relation. Pour ce couple, Aladin évoque l'énergie, le dynamisme, la légèreté, le voyage, l'exotisme, la découverte, l'ouverture, etc.

Toutefois, le fait qu'ils aient choisi la même figurine nous a également permis de pointer une forte symétrie dans leur couple, chacun ayant donc pour mission d'apporter de l'exotisme à l'autre. En partant de ce constat, nous avons pu faire émerger une compétition dans le couple. Qu'est-ce qui peut faire la spécificité de chacun s'ils ont la même fonction dans le couple ? À quel endroit se marchent-ils sur les pieds pour remplir leur mission ? Est-ce cette compétition qui les a amenés en thérapie ? Par ailleurs, comment chacun entretient-il son jardin secret ? Comment chacun cultive-t-il ce qui lui est cher, ce qui le nourrit, le stimule en n'étant « que » l'Aladin de l'autre ?

Et quand Aladin devient maman et papa ? Cela produit quoi ? Est-ce encore possible d'être l'Aladin du conjoint quand les responsabilités parentales s'en mêlent ?

Ce travail leur a permis de réfléchir à la manière dont ils voulaient prendre soin de ce qui a fait la base de leur relation, mais aussi de mener une réflexion pour trouver ce qui pourrait permettre de faire évoluer la relation vers davantage de complémentarité et moins de symétrie, donc moins de compétition en ayant chacun son domaine de "compétences". Chacun des partenaires peut alors se positionner en disant ce qui est important pour lui de vivre, en dehors du couple, en étant rassuré que cela ne vient pas mettre la relation en danger.

En d'autres termes, c'est tout un travail de différenciation qui a pu se faire à partir de ce choix d'une même figurine. Chacun des partenaires prend conscience de ce qui lui est propre et qui peut être ressource pour le couple ; tout en identifiant ou en rappelant les valeurs communes, une vision commune de la vie qui leur permettent d'avancer dans la même direction. « Il n'existe pas d'amour sans égalité de partenaires, étant entendu que l'égalité n'est pas l'identique, mais la possibilité pour chacun d'être soi-même ». S'instaure alors une véritable « coopération amoureuse » au sens de Jean-Claude Kaufmann² (2016).

Comme l'explique Harville Hendrix³, la thérapie de couple nécessite de faire émerger le contrat inconscient du couple. Il correspond à une attente inconsciente de chacun des partenaires à ce que l'autre lui apporte ce dont il a pu manquer dans sa famille d'origine. Téo a très peur de la différenciation. Dans sa famille, il se sent toujours loin de ses parents et de sa fratrie. Il a le sentiment de devoir « briser la glace » à chaque fois qu'il les retrouve. Il cherche donc auprès de sa femme une proximité de tous les instants qui étouffe cette dernière. Manuela a le sentiment de ne jamais « faire assez » dans sa famille. Cela se rejoue avec Téo qui a sans cesse besoin d'être rassuré sur le lien, comme si Manuela ne lui montrait jamais assez son amour.

Dans ce chapitre nous mettrons en évidence en quoi un dispositif de coanimation peut répondre à des demandes spécifiques de la part des couples souffrants.

2- Un dispositif particulier : la coanimation.

a) Un temps particulier de notre travail de coanimation : le débriefing, ou battre le fer tant qu'il est chaud ...

Les temps de débriefing font partie intégrante de notre travail d'accompagnement des couples. Ce sont des temps définis, structurés par le moment où ils ont lieu et l'objectif que nous leur fixons. En revanche, ils sont souples dans la forme qu'ils peuvent prendre. Nous y exprimons « à chaud » ce qui nous a paru important pendant la séance, dans ce qui a été dit, agi, les émotions qui ont pu y être exprimées par le couple, etc... Mais peut-être que le plus important n'est pas là ? Souvent, les

²KAUFMANN J.C. (2016), *Les chantiers de l'amour conjugal*

³HENDRIX H. (2014), *Le couple, mode d'emploi*

éléments qui vont nous aider pour la suite de l'accompagnement du couple concernent ce qui s'est passé pour nous, thérapeutes, individuellement et dans notre relation, pendant la séance de thérapie. C'est ce que Kaës⁴ nomme l'intertransfert : « État de la réalité psychique des psychanalystes en ce qu'elle est induite par leurs liens dans la situation de groupe ». Nous sommes alors à l'écoute de nos émotions, des sensations physiques, des idées qui nous ont traversés et des attitudes que nous avons pu avoir. Tous ces éléments sont une mine d'informations qui resteraient non exploitées si nous ne prenions pas ce temps de débriefing ; une grande partie de ce matériau aurait disparu si nous ne le fixons pas dans l'instant. En effet, cela nous informe sur le processus relationnel du couple ainsi que le nôtre, la problématique qui émerge dans le non-verbal, les points aveugles du couple et les nôtres. Y a-t-il un interdit implicite à aborder certains sujets que nous n'ayons pas conscientisé ; et qui fait que nous nous interdisions d'explorer certaines zones de la relation alors que nous avons remarqué quelque chose d'important ?

b) Où il est question de processus parallèle

Et entre nous, comment c'était ? Nous sommes-nous sentis en contact ? Éloignés à certains moments ? Avons-nous eu l'impression d'être en compétition avec des idées différentes ? Pas pris en compte par notre collègue ? Ou bien au contraire un de nous a-t-il été en retrait à un moment de la séance ?

Bien sûr, nous avons à regarder en quoi nos vécus peuvent parler d'éléments qui sont propres à nos histoires personnelles. Et si tel est le cas, nous remettons ces éléments en arrière-plan pour nous en occuper plus tard, dans notre sphère privée, dans notre thérapie personnelle ou en supervision.

Au-delà de ce qui nous est propre, nous pouvons interroger ce que ces informations sont venues nous dire du couple que nous accompagnons.

Ainsi, nous nous laissons d'abord impacter par le couple, l'éprouver, pour ensuite déchiffrer l'impact qu'il a sur nous et pouvoir le comprendre. Nous allons dans ce quart d'heure que dure cet échange, penser une complexité qui est la complexité même du couple que nous recevons. Les clés de compréhension que ce cheminement nous procure vont pouvoir être mises au service du couple dans les séances suivantes en confirmant, invalidant, précisant... notre stratégie thérapeutique. Il s'agit du processus de perlaboration, qui relance les processus de remaniement de la personnalité de chacun des partenaires. Nous imaginons « une interprétation, qui se comporte « comme une pensée d'attente » ». Cela permet de « préparer le terrain pour rendre possible et « frayer » un retour du refoulé ».⁵ Puis, comme l'explique Roussillon, « le travail se déroule fragment par fragment » en s'appuyant sur ces pensées d'attente » pour que les contenus refoulés émergent à la conscience.

Ce processus nécessite un engagement de notre part. En acceptant nous-mêmes d'être proches, d'exprimer entre nous deux nos besoins, nos émotions, mais aussi nos désaccords, nous permettons qu'une communication authentique soit possible. Nous acceptons aussi et surtout de nous laisser prendre malgré nous dans ce qui pourra être compris plus tard comme un processus parallèle : rejouer entre nous et inconsciemment quelque chose de la crise que les deux membres du couple vivent entre eux. Nous utilisons ici le terme de processus parallèle et non de résonance chère à Mony Elkaïm sur lequel nous aurons l'occasion de revenir. Le processus parallèle, est un concept utilisé au départ selon André Renaud et Nicole Labbe pour nommer « d'une part, la mise en scène, dans l'espace et le temps de la supervision et dans la relation du supervisé au superviseur, de ce qui se vit dans la relation psychothérapique et, d'autre part, par choc en retour, la contagion de la relation psychothérapique par les éléments vécus dans la relation superviseur/supervisé. »⁶ Dans le processus parallèle nous sommes attentifs à l'effet miroir d'un processus relationnel entre le couple et nous. Nous empruntons donc un concept d'habitude utilisé en supervision pour illustrer l'expérience émotionnelle que nous vivons parfois dans nos échanges post-séances qui, de fait, se rapprochent d'une « auto-supervision ». Un peu comme si les partenaires du couple n'avaient pas d'autre moyen de nous communiquer leur mal-

⁴KAES R. (1994), *Intertransfert et analyse intertransférentielle*

⁵René ROUSSILLON (2008), *La perlaboration et ses modèles*

⁶RENAUD A., LABBE N., (1999) *Le processus parallèle en supervision*

“Un dispositif particulier de thérapie de couple: la coanimation” par Karine Renou et Jean Razous

être qu'en nous le refaisant jouer. Moment inconfortable certes, voire confrontant, et probablement désagréable mais au combien précieux !

2b1 "Ce n'est pas la fin du monde"

Nous acceptons que notre relation, considérée aussi comme un miroir de la relation du couple qui consulte, soit mise à mal. Nous intégrons alors, que lorsque le lien est attaqué, il existe une autre option dans son devenir que les représailles ou le retrait. Nous reprenons ces deux concepts de Donald Winnicott tels que René Roussillon a continué de les développer. « L'objet doit "survivre" à l'attaque destructrice. "Survivre" signifie ici, pour Winnicott, ne pas exercer de représailles, ne pas se retirer. » Et R. Roussillon ajoute : « j'ai proposé d'ajouter que les deux propriétés relevées par Winnicott s'éprouvaient quand l'objet était atteint mais restait "créatif". L'objet doit être atteint et en accuser réception, faute de quoi le sujet a le sentiment que l'attaque portée glisse sur lui et la destructivité est exacerbée. »⁷

Comment le comprendre dans notre lien de co-thérapeutes ? La crise du couple que le processus parallèle nous fait rejouer entre nous, bien malgré nous, parle de cette destructivité du lien. Sommes-nous tentés alors d'opérer des représailles envers l'autre dans une escalade pour savoir qui a raison par exemple ? ou d'agir sur un mode défensif qui prend la forme de réactions passives/agressives ? Ou bien alors de se soumettre à l'autre, sur un mode plus dépressif, synonyme d'impuissance, autrement dit « se retirer » ? Qu'advierait-il de notre relation alors dans ces deux cas ? Rupture, questionnement sur la poursuite de notre coopération, ressentiment, abandon ? Mais n'est-ce pas ce que le couple vit (et nous donne à vivre) dans sa crise ? C'est pourquoi identifier le processus parallèle après l'avoir éprouvé, nous permet de penser ce qui n'était qu'émotionnel et (potentiellement) agi, de s'en détacher, de remettre chacun à sa place. Un des écueils serait de prendre personnellement ce qui s'agit(e) entre nous. Donc de méconnaître le processus parallèle. Nous pouvons ensuite revenir vers le couple, nous avons survécu à la/leur crise. Comment faire alors ? René Roussillon dans son analyse sur la survivance de l'objet l'explique : « On ne peut par ailleurs définir la survivance uniquement en disant ce qu'elle n'est pas, pas retrait ni rétorsion ou représailles ; il faut aussi en formuler les conditions positives, l'objet doit continuer de rester créatif, c'est ainsi qu'il témoigne du fait qu'il reste "vivant". Autrement dit : "ce n'est pas la fin du monde". »⁸

2b2 Recréer un contact

Pour ne pas tomber dans les écueils que sont les représailles et le retrait, il s'agit d'inventer la reprise de contact. Cela convoque les capacités de créativité de chacun dans un processus de cocréation.

Mélanie Klein définit la créativité comme étant « une impulsion chez le bébé à réparer l'objet primitivement clivé en bon et mauvais, et attaqué lors de la phase paranoïde. La fonction créatrice est donc d'abord réparatrice, mais elle va de pair avec la représentation d'un objet unifié. C'est donc une reconstitution du Moi et de l'Objet qui ont été simultanément détruits et subsistent vides ou mutilés. »⁹ Winnicott considère quant à lui que « cette créativité permet le développement du sentiment de soi et il l'oppose à la soumission au monde extérieur. Elle pourrait être considérée comme la sortie du narcissisme originaire avec la création de l'espace transitionnel. »¹⁰

Les modalités concrètes de cette cocréation passent autant par la manière d'être de chacun de nous pendant les séances, que par l'utilisation de différentes médiations thérapeutiques. Le travail avec des supports imagés (dessins, photos) ou avec des figurines comme nous l'avons mentionné en préambule en sont des exemples.

⁷ROUSSILLON R. (2009), *La destructivité et les formes complexes de la « survivance » de l'objet*

⁸Ibid.,

⁹KLEIN M.& al (1966)., *Développements de la psychanalyse*

¹⁰WINNICOTT D.W. (1975), *La créativité et ses origines*, in *Jeu et réalité*

“Un dispositif particulier de thérapie de couple: la coanimation” par Karine Renou et Jean Razous

3- Illustration clinique

Manon et Anthony sont en couple depuis 5 ans et ont une petite fille de 3 ans, Léa. Manon a 32 ans et Anthony 35 ans. Lors de la première séance nous apprenons qu'ils se voient rejouer depuis quelques temps les mêmes choses dans leur couple : trop parents, pas assez amants. Véritable boule d'énergie, la petite Léa accapare son papa et sa maman. Ces derniers sentent que leur relation conjugale s'est effacée derrière leur rôle de parents omniprésents pour leur fille en plus de responsabilités professionnelles énergivores. Manon, qui était réfractaire à l'idée même de thérapie se rend compte maintenant qu'il y a quelque chose à faire mais « elle ne sait pas quoi ». Elle a le sentiment de s'isoler tout en isolant Anthony. De son côté, ce dernier veut reprendre sa place d'homme dans le couple mais se sent infantilisé.

Lors d'un débriefing, après quelques semaines de thérapie, Karine exprime un malaise, se sent impuissante à aider ce couple. C'est quelque chose de lourd, de pesant. Nous décidons de faire une séance de supervision. Beaucoup de points de réflexion et d'analyse intéressants sont abordés. Pourtant, le même ressenti revient au cours de la supervision : sensation de pesanteur, oppression, impuissance, avec une incapacité à penser. Karine l'exprime. Jean associe avec son vécu ; un peu d'inquiétude devant l'inconfort de Karine voire de la culpabilité : « ai-je loupé quelque chose ? » Nous nous parlons à nouveau tous les deux directement alors que les paroles ne passaient que par le superviseur en début de séance; et cela remet de l'air dans le processus.

Un peu avant la séance suivante de thérapie avec Manon et Anthony, Karine fait part à nouveau de son impression de lourdeur. Le même processus de confusion mêlé à une sensation d'étouffement se rejoue là. Nous traduisons cela en termes de processus parallèle. En effet, pendant la séance de thérapie, Anthony et Manon expriment tous les deux comment ils se sentent embarqués dans un rythme qui ne leur convient pas sans parvenir à libérer du temps, de l'énergie pour leur couple.

Ils « étouffent » ... et nous revoilà avec cette idée de mettre de l'air !

Qu'est ce qui peut les aider à remettre de l'air dans leur relation ? Manon émet l'idée de davantage programmer les séances en fin de journée : arrêter de courir en sortant de la séance, rester ensemble pour diner et se parler... Mais ces changements pourraient susciter de la culpabilité vis à vis de leur enfant, de penser à eux et se faire plaisir, ...

4- Ce qui fait thérapie de couple avec la coanimation

a) Lien aliénant vs lien soutenant

Philippe Robert distingue le lien aliénant du lien soutenant : « Le lien aliène à partir du moment où nous sommes fixés, sidérés sans possibilité de dégagement et de mobilité psychique. Il nous soutient comme une base de sécurité à l'intérieur de laquelle nous pouvons laisser libre-cours aux allers et retours entre le dedans et le dehors ; la qualité de l'enveloppe permettant une perméabilité interne ». ¹¹ La supervision a permis d'intégrer un tiers dans notre relation de co-thérapeutes, à un moment où nous sommes avec le risque de reproduire le processus relationnel aliénant que nous amène le couple. Il nous semble que le vécu de Karine pendant la supervision est en lien avec ce que Philippe Robert nomme être « fixé, sidéré, sans possibilité de dégagement et de mobilité psychique » ¹². Karine signifie à Jean et au superviseur qu'elle se sent bloquée, sans possibilité d'accéder à leurs échanges. Cela nous permet ainsi de nous recentrer tous les trois sur le processus. À partir du moment où la parole recommence à circuler entre nous deux, cause et conséquence d'une mobilité psychique retrouvée, la sensation de blocage disparaît. Nous revenons à un lien soutenant car comme l'explique Ph. Robert « nous pouvons laisser libre-cours aux allers et retours entre le dedans et le dehors » ¹³

¹¹ROBERT P. (2005), *Les liens de couple*

¹²Ibid.

¹³Ibid.

c'est-à-dire entre nos ressentis personnels (le dedans) et le processus relationnel entre les thérapeutes pendant la supervision (le dehors).

b) Être à deux : un travail d'équipe !

Nous sommes comme deux cyclistes qui se relaient lors d'une sortie à vélo : celui qui est devant mène la course, et les rôles changent pendant le parcours de façon régulière. L'effort est ainsi partagé. Lorsque l'un des deux est plus à l'aise dans certains reliefs il prendra la main, l'autre va le suivre, pour ensuite mieux reprendre la tête. C'est donc aussi une aide réciproque que d'être à deux. La destination/objectif a été préparé au départ ce qui n'empêche pas de prendre parfois une route différente de celle prévue, si le terrain y invite ou l'exige, mais toujours ensemble. Mais il ne s'agit pas d'un tandem : en effet, chacun est libre de pédaler à son rythme, prendre un peu de distance avec son co-équipier, richesse de nos différences.

Ce travail d'équipe permet aussi un double regard. Lorsque l'un d'entre nous échange avec Monsieur, l'autre, en retrait actif, va pouvoir observer les réactions non verbales de Madame à ce qui est dit. Quel impact les mots de Monsieur ont-ils sur elle ? Parfois le non verbal en dit plus qu'un long discours, et notre double regard permet d'interroger ce qui est en train de se dérouler, hors champ de la caméra principale. Un peu comme ces plans de coupe lors d'un débat politique télévisé qui permettent de voir en même temps la personne qui parle et les réactions non verbales de son interlocuteur.

Enfin, ce travail d'équipe est protecteur. En effet pendant la séance, il est plus simple pour celui qui n'est pas dans l'interaction, d'avoir une position méta. Cela lui permet de repérer ce qui se joue dans le processus relationnel du couple qui consulte, et dans lequel le collègue thérapeute peut être happé. Le thérapeute qui est observateur à ce moment-là pourra intervenir simplement en décrivant le processus qu'il constate pour pouvoir le questionner. C'est une protection : éviter de répéter avec le couple les processus dysfonctionnels qui les ont amenés dans notre cabinet.

c) Être à deux pour faire un tiers léger

La répétition pourrait aussi se jouer du côté des thérapeutes selon le concept de tiers-pesant défini par Edith Goldbeter-Merinfeld. Il est communément admis que le choix de notre profession de thérapeute est lié à la mission que nous nous sommes donnée dans notre famille depuis notre plus tendre enfance. Nous avons eu la folle ambition de vouloir rééquilibrer le système familial dans lequel nous vivons, c'est-à-dire, de jouer cette fonction de tiers-pesant : « celui dont la présence (...) est quasi indispensable à la « bonne » équilibration des relations à l'intérieur d'un système »¹⁴. Toujours selon l'auteure, les thérapeutes peuvent avoir tendance à « aller à la rencontre d'autres systèmes familiaux pouvant leur offrir une place de tiers-pesant » afin de trouver l'occasion de « réparer leur propre famille »¹⁵.

En étant deux thérapeutes auprès du couple, nous avons plus de possibilités d'intervenir en tant que tiers-léger. La fonction de tiers est indispensable aux remaniements du couple. Pour que ce tiers soit « léger » la fonction doit être « remplie par plusieurs personnes selon le moment (...), il s'agit d'une fonction que chacun de nous peut remplir transitoirement, mais dont il peut se dégager ou être déchargé rapidement et facilement ».¹⁶

Edith Goldbeter-Merinfeld s'appuie ici sur le concept de résonance défini par Mony Ekaïm : « la fonction d'une résonance à l'intérieur du système humain dont les membres se mettent à vibrer, (...)

¹⁴GOLDBETER-MERINFELD E. (2017), Le deuil impossible, la place des absents en thérapie familiale

¹⁵Ibid.

¹⁶Ibid.

est de renforcer les croyances profondes des membres de ce système. »¹⁷ Autrement dit : à quel type de relation nous invite le client ? Cette invitation, si nous n'y prenons garde, aura pour fonction de répéter un type de relation connu pour le client et à l'origine de son problème et ainsi de renforcer ses croyances scénariques. Mais le thérapeute est un membre actif de la relation thérapeutique : il n'est pas neutre. Lui aussi ressent des émotions liées à son histoire et qui entrent en résonance avec le vécu du client.

Ainsi la résonance entre le vécu du couple et celui de chacun des thérapeutes est possible, mais avec un espace de décalage qui permet que cette rencontre soit thérapeutique, c'est-à-dire qu'elle soit source de compréhension et de changements.

d) Un homme et une femme chabadabada....

4d1 Mais qu'est-ce que ce couple ?

Decobert et Soulé¹⁸ en 1972, posaient très justement cette question : « oui, mais qu'est-ce que ce couple ? Un couple fait d'un homme et d'une femme, non mariés, ne portant pas le même nom, qui se vouvoient comme dans le XVI^e, et dont les participants partent chacun de leur côté le travail accompli ? ».

Il nous semble que le fait d'être une femme et un homme sollicite « des fantasmes de séduction, de scène primitive et de couple parental ».

En étant parfois couple parental, parfois couple identificatoire, nous permettons que les remaniements du couple soient plus simples ou plus apaisés, car nous les travaillons en amont et en aval des séances. Comme dans la séquence clinique sus-citée, où le couple prend conscience qu'il a besoin d'air dans sa relation, ce qui fait suite au processus parallèle identifié en supervision.

Quand se rejouent dans le couple des problématiques de fratrie, cela peut être l'occasion de traiter des problématiques de positionnement des parents dans l'histoire de chacun des partenaires. Nous avons accompagné un couple dont chacun des partenaires avait vécu des épisodes de grande violence psychologique et physique avec leur frère aîné respectif pendant l'enfance. Pour ces deux personnes, les parents avaient été défaillants en termes de limites protectrices pour leurs enfants. Notre rôle a consisté, sur ce point précis, à mettre des mots sur les maltraitances subies enfants de la part de leurs frères et sur les défaillances parentales. Quand nous en parlions en debriefing nous nous sommes rendu compte que nous étions comme deux parents qui parlaient de leurs enfants. Ce que leurs parents ne faisaient probablement pas, laissant les enfants agir leurs pulsions destructrices un peu comme ce couple le faisait devant nous. Et c'est à cette occasion que nous avons ressenti notre difficulté à asseoir un cadre suffisamment protecteur pendant les séances. Nous avons pris conscience de cette problématique grâce à notre debriefing. Nous avons alors eu à adopter une attitude plus normative envers chacun des partenaires en les aidant à mieux définir les contours de la violence, à poser des interdits et à les aider à désescalader progressivement pour trouver un niveau de communication plus sain. Cela a été une réelle prise de conscience pour eux de comprendre qu'ils jouaient la problématique de fratrie dans leur couple. En comprenant qu'ils réactivaient les processus pervers de leur histoire, les partenaires ont fait le choix de se séparer. Eric Berne¹⁹ a formulé cette issue ainsi : le couple « n'a pas vu d'intérêt à rester ensemble une fois les jeux psychologiques* éliminés entre eux ; il choisit le divorce ».

Le fait que nous soyons une femme et un homme peut aider l'un et/ou l'autre des membres du couple à se sentir mieux compris, plus protégé, ou davantage incité par l'un d'entre nous lorsqu'il évoque la

¹⁷ELKAIM M. (2004), *L'expérience personnelle du psychothérapeute, approche systémique et résonance*

¹⁸SOULE M., DECOBERT S. (1972), La notion de couple thérapeutique : à propos de l'expérience de thérapeutes dans un groupe de couples

¹⁹BERNE E. (2001), *Analyse Transactionnelle et Psychothérapie*,

sexualité au sein de leur couple. Comme l'explique Anne Dufourmantelle, cette possibilité offerte à chaque membre du couple de « faire alliance avec le thérapeute de même sexe (...) permettra de voir ce qui fait communauté ».

L'intérêt de la complémentarité homme-femme peut être illustré par un échange avec Manuela et Teo. Nous savons que Téo était réticent pour faire une thérapie de couple mais la présence d'un homme l'a aidé à franchir le pas. Pour lui il est important d'apparaître comme « fort » dans le couple, lui, l'homme du foyer. Accepter de lâcher un bras de fer verbal pour avoir le dernier mot, serait admettre que Manuela est plus forte que lui, et il se vivrait comme faible. Un peu comme si sa virilité était en jeu dans le fait d'avoir raison. Karine rappelle le poids de notre culture occidentale dans la fabrication des stéréotypes liés à l'homme et à la femme, et qui peut parfois nous emprisonner à notre insu. Jean confirme combien nous pouvons être involontairement agi par notre culture d'origine y compris notre culture familiale particulière. Mais nous avons une marge de manœuvre et nous pouvons décider de choisir quel type d'homme nous avons envie d'être et à quels stéréotypes nous décidons de tordre le cou. Cette liberté de choisir n'est pas illimitée, mais elle est réelle. Jean a parlé à Teo, d'homme à homme : cela a plus de chance d'être entendu que si une femme lui demandait de questionner ses représentations de la virilité.

e) **Illustration clinique**

4e1 Où un geste particulier nous interpelle

Il nous est arrivé pendant certaines séances de thérapie, de voir un des deux partenaires agir un comportement inapproprié sans que nous intervenions. Par exemple lorsque Manon consulte son téléphone pendant que Anthony évoque un moment douloureux et traumatique de son enfance. Pendant le temps de débriefing, nous évoquons cette scène au cours de laquelle aucun de nous deux n'est intervenu. En analysant notre non réaction à partir des états du moi, nous avons identifié que la scène à laquelle nous avons assisté est venue toucher les états du moi Parent et Enfant de chacun de nous deux.

- Nous avons été choqués dans l'état du moi Parent* : il s'agit d'une réaction de colère, en lien avec nos valeurs qui sont heurtées, comme un parent garant de la morale qui dirait : « ça ne se fait pas ! »
- Nous avons été sidérés dans l'état du moi Enfant* : il peut s'agir d'un contre-transfert si enfants nous avons vécu le même genre de situations : l'autre se détourne pour faire autre chose alors que je dis ma souffrance. Voilà peut-être pourquoi nous n'intervenons pas en ce qui nous concerne. En continuant d'associer nos idées et nos ressentis nous nous souvenons de ce qu'Manon nous a partagé précédemment : elle peut avoir tendance à avoir un comportement d'évitement devant des situations émotionnellement chargées. Compte tenu de son histoire, nous savons que c'est une enfant blessée qui se cache derrière cette apparence de femme distante. À ce stade de la thérapie de couple, Manon aurait pu recevoir notre confrontation de son comportement comme quelque chose d'extrêmement violent, sans comprendre ce qui se jouait.

4e2 Donner le temps au temps...

...pour intervenir de façon plus appropriée

Comme l'indique Michelle Novellino « Il est sage d'éviter d'intervenir, surtout à un niveau profond, tant que le transfert n'est pas analysé ». ²⁰ C'est aussi ce que Philippe Robert mentionne lorsqu'il évoque " les mouvements de cacophonie du couple qui peuvent faire craindre (aux thérapeutes) des sentiments d'aspiration ou de sidération". ²¹

Nous laisser le temps d'avoir une compréhension suffisante du processus nous a donc permis d'éviter d'agir un passage à l'acte. Lors de la séance suivante, l'occasion se présente de confronter le processus

²⁰NOVELLINO M. (1984), *Contre-transfert et alliance thérapeutique*

²¹ROBERT P. (2005), *Les liens de couple*

: pendant que Anthony exprime un événement difficile de son enfance, Manon saisit son chéquier et commence à remplir le chèque pour régler la séance (il reste 20 mn avant la fin de la séance).

- Jean intervient : « Manon, je vois que vous écrivez, êtes-vous en train de prendre des notes ? »
- Manon rit, gênée : « non, non, j'étais en train de remplir le chèque ».
- Jean : « Ah, je croyais que vous étiez en train de prendre des notes sur ce que disait Anthony... »
- Manon : « Non, non, je range mon chéquier »
- Karine : « Ce qui est en train de se passer me fait penser à ce que vous aviez exprimé lors d'une précédente séance, Manon. Est-ce que votre comportement peut être représentatif de votre envie de fuir quand vous vous sentez trop affectée par ce qui est en train de se dire ? »
- Manon, sourire, yeux baissés : « Oui, on peut dire ça ! il faut y aller doucement, je suis terrorisée ». Si nous avons confronté trop tôt, nous aurions pu entrer dans un jeu psychologique avec le couple en nous positionnant comme Sauveteur de celui qui ne semble pas respecté. Mais aussi, nous aurions pris le risque d'être perçus comme Persécuteur pour le conjoint qui a manqué de respect sans en avoir une réelle conscience à ce moment-là. L'intertransfert nous a permis justement de repérer cela pour pouvoir prendre de la distance et l'inclure dans notre plan de traitement. Nous avons compris que ce comportement irrespectueux de l'un, et l'acceptation de ce comportement irrespectueux par l'autre, font partie inhérente de leur problématique.

5 - Discussion

a) La coanimation n'est pas un lit de roses

Comme dans un couple amoureux, notre couple professionnel se confronte à la limite des mécanismes de co-pensée tels que les décrit Philippe Robert. Il peut par exemple arriver que chacun des thérapeutes imagine un axe de travail différent et veuille l'explorer. En soi, cela peut être positif car représentatif de notre complémentarité mise au service du couple.

Cela peut devenir problématique si nous devenons compétitifs ou si nous imaginons être sur la même longueur d'ondes. Dans ce dernier cas, nous serions alors dans ce qu'on nomme en Analyse Transactionnelle un processus symbiotique*, dans lequel : « les mots ne sont pas utiles ; il n'est pas nécessaire de construire un langage puisque l'on fait vases communicants »²², et qu'on imagine que l'autre pense comme nous.

Notre travail sera donc de fabriquer un langage qui prend en compte notre différenciation : « Je ne suis pas bien sûr de te suivre ; quelle est ton idée quand tu poses cette question-là ? » Cela peut offrir un modèle de relation dans lequel chacun peut trouver « une possibilité de mouvement, de liberté réciproque » : « je ne perçois pas ton intention mais je te suis ! ».

Ainsi nous montrons au couple comment fonctionner en tant que « double différencié »²³. C'est-à-dire qu'avoir des idées différentes et complémentaires n'est pas un problème et n'entame pas la confiance réciproque ; la différence n'est pas menaçante pour la relation. Or, nombre de couples viennent en thérapie avec le besoin d'être rassurés sur ce plan. En effet, le couple amoureux qui se construit a besoin de cette illusion de départ qu'il pourrait se comprendre sans se parler. Cette phase fusionnelle et symbiotique a une fonction importante dans le couple : elle favorise le lien d'attachement et permet de poser des fondations de sécurité et de confiance. Toutefois, ce processus sera au détriment de l'autonomie de chacun des partenaires du couple s'il perdure dans la relation, provoquant un sentiment d'envahissement ou d'étouffement chez l'un ou les deux partenaires. Cela peut faire crise et « implique un travail de désillusion »²⁴ qui peut amener le couple en thérapie ...

²²SCHLEGEL L., *Relation symbiotique et attitude symbiotique*, C.A.T 6, pp243-246

²³RIAND R. et LAROCHE-JOUBERT M., (2001) *L'intertransfert et ses figures dans le couple... thérapeutique. Du double indifférencié au double différencié*

²⁴Ibid

Pour illustrer ce qui précède, l'écriture de cet article a également été l'occasion de certaines tensions entre nous. **Pas** tant sur le plan des idées que sur le processus d'écriture qui est venu nous toucher personnellement. **Au** moment où nous écrivons, certains enjeux n'ont pas encore émergé à notre conscience. Il nous est difficile de mettre des mots sur ce qui a réactivé nos mécanismes de défense respectifs et suscité ces tensions entre nous. **La** confiance que nous avons dans notre lien nous permet d'accepter de ne pas comprendre dans l'instant ce qui se joue. Le temps nécessaire à chacun pour cheminer et éprouver est indispensable. Cela nous permet une forme de retrait pour ensuite revenir différemment dans la relation. Cela nous donne l'occasion de développer une nouvelle compétence : accorder aux couples que nous accompagnons ce temps d'incertitude, d'incompréhension où le vécu est davantage émotionnel et inconscient; avant de pouvoir être à nouveau parlé.

b) Recommandations pratiques

✓ Nous veillons à enregistrer ou mettre par écrit les feed-back juste après la séance. L'enregistrement a l'avantage de percevoir les tons de voix, les prises de parole respectives, des éléments de processus pas nécessairement visibles sur papier et qui peuvent dire quelque chose du processus relationnel du couple sur lequel nous débrieffons. Finalement, toutes les formes de sensorialité sont ici investies et comprises comme des indices cliniques susceptibles de devenir des éléments de compréhension et d'élaboration ; et ce à la fois pour les thérapeutes et, bien plus encore, pour les patients qui pourront percevoir avant de comprendre que le binôme thérapeutique aura su en faire quelque chose alors qu'eux ne pouvaient qu'en subir les avatars.

✓ Nous tentons de diversifier les modalités des séances en fonction des objectifs. Nos contenus de séances doivent apporter de la variété pour toucher les deux membres du couple sans privilégier un mode dans lequel un des deux serait plus à l'aise. Par exemple l'utilisation des images pour représenter leur couple privilégie l'imaginaire, la créativité. Un travail sur les états du moi * de l'Analyse transactionnelle stimule plus une pensée rationnelle. Nous sommes attentifs à bien parler dans le canal dans lequel chacun des membres du couple peut nous entendre. Même si ce n'est pas lors d'une même séance.

Un autre intérêt de varier les modalités d'animation des séances est que cela peut faciliter l'assouplissement des défenses psychologiques. En fonction des profils de chacun des partenaires, et de leurs modes de défenses respectifs, l'utilisation d'un support visuel, d'un médium artistique, de figurines ou du rêve éveillé permet de faire émerger à la conscience des éléments qui restaient à un niveau de conscience limité ou inconscients.

✓ Nous structurons notre travail avec un objectif de séance/plan de traitement. Par exemple, travailler sur la représentation du couple à partir d'images ou de photos ; explorer les blessures d'enfance avec un rêve éveillé, Cela permet de structurer les séances et d'éviter la partie de ping-pong dont nous avons souvent été témoins lorsque nous laissons le couple s'exprimer sur leurs difficultés. Cependant cet objectif de séance doit rester souple et ne pas imposer un bras de fer entre thérapeutes et clients si ceux-ci manifestent une résistance : à ce moment-là nous allons interroger cette résistance et voir quel sens lui donner. La thérapie de couple demande une stratégie plutôt interventionniste. Il s'agit de mettre des grains de sable, des coups de projecteurs à des endroits inattendus pour le couple. Cela permet d'éviter que la thérapie ronronne et que le couple vienne se redire en thérapie ce que les partenaires se sont déjà dit 100 fois ailleurs.

✓ La supervision est fondamentale comme pour tout travail de psychothérapie. La spécificité dans ce cas-là sera de faire l'analyse de l'intertransfert. Travailler sur notre relation en tant que thérapeutes peut faire écho à la problématique du couple. Mais il ne faut pas oublier que notre relation a préexisté aux différents groupes que nous constituons avec les couples que nous accompagnons, et qu'en ce sens notre duo influence la dynamique de ces groupes.

c) Les contraintes de la coanimation

Les contraintes d'un travail de coanimation sont multiples. Tout d'abord, il existe une contrainte de lieu car l'un de nous deux se déplace dans le cabinet de l'autre. Ce temps de déplacement est à prendre en compte dans l'emploi du temps du thérapeute itinérant. Il existe également une réelle contrainte de

“Un dispositif particulier de thérapie de couple: la coanimation” par Karine Renou et Jean Razous

temps. Elle concerne pour une part la prise de rendez-vous : trouver une date commune pour les séances qui conviennent à la fois aux deux membres du couple et aux deux thérapeutes relève parfois de la gageure ! D'autre part, nous nous rencontrons régulièrement, quel que soit le nombre de couples que nous accompagnons, lors de déjeuners de travail. Ces temps d'échange sont propices à des associations d'idée à bâtons rompus au sujet des couples, et cela est souvent l'occasion de faire émerger des pistes de réflexion précieuses. C'est dans ces moments que nous continuons à apprendre à nous connaître, à repérer nos différences et nos complémentarités ainsi que nos ressemblances. Nous faisons l'hypothèse que le type de relation tissée entre nous de cette manière permet de travailler de façon plus tranquille lorsque les couples viennent nous consulter.

d) Pour boucler la boucle... ou revenir au contrat inconscient

Dans le cas de ce couple que forment Manon et Anthony, que nous avons accompagné pendant plusieurs mois, nous pouvons finalement penser que chacun des partenaires avaient peur de l'engagement. Ils étaient engagés ensemble car propriétaires d'une maison, car parents d'un enfant, mais l'engagement n'était pas abouti. Ils avaient chacun à faire un travail de deuil. Ce deuil concerne la perte traumatique d'un parent pour l'un deux, mais il s'agit aussi de « faire le deuil d'une posture infantile de toute-puissance »²⁵, tel que le définit P. Robert.

Grâce à leur cheminement respectif en thérapie individuelle, mais aussi grâce à la thérapie de couple qui leur a permis de définir quel couple conjugal et parental ils souhaitaient former, ils ont pu s'approprier une position adulte et parentale. Cela n'a été possible qu'avec « l'acceptation de la perte, de la rupture de lien, de la castration et finalement de la séparation d'avec leurs parents. Tant que cette séparation ne s'était pas réellement effectuée, le générationnel masquait le sexuel »²⁶. Tant qu'ils restaient les enfants de leurs parents, ils ne pouvaient pas réellement faire couple.

Progressivement, le couple a intégré le processus de deuil dans son fonctionnement en traversant diverses crises dont un deuil familial. Probablement que le décès de ce membre de la famille a permis de mettre en jeu un processus permettant de revisiter le deuil traumatique du passé. Ce faisant, il a été l'occasion que les partenaires du couple expérimentent le fait que leur relation pouvait être un lieu de vie dans lequel le deuil se traverse, et où en même temps chacun des partenaires peut se sentir soutenu. Cela été possible grâce à la sortie de la symbiose dysfonctionnelle telle que définie plus haut.

Nous terminerons par cette autre citation d'Anne Dufourmantelle : « Ce dispositif (de coanimation) aide à mettre au jour plus rapidement les soubassements de la relation. Comme un manteau dont on retournerait toutes les coutures, pour voir comment il a été assemblé ».²⁷

Concepts d'Analyse Transactionnelle (A.T.) utilisés dans l'article :

* **État du moi** : E. Berne s'est inspiré du concept d'état du moi du psychanalyste et disciple de Freud, Paul Federn. Les états du moi Parent, Adulte et Enfant sont des manifestations du Moi de la topique freudienne. Le Surmoi constituant un réservoir pour la partie inconsciente de l'état du moi Parent et le Ca un réservoir pour la partie inconsciente de l'état du moi Enfant. En AT, on définit généralement un état du moi comme un système cohérent de pensées et de sentiments directement associé à un ensemble correspondant de comportements.

* Jeu psychologique

* Triangle dramatique

²⁵ROBERT P. (2005), *Les liens de couple*

²⁶Ibid.

²⁷DUFOURMANTELLE A., LETER L. (2017) *Se trouver, Dialogue sur les nouvelles souffrances contemporaine*

“Un dispositif particulier de thérapie de couple: la coanimation” par Karine Renou et Jean Razous

Un **jeu psychologique** est la répétition de situations relationnelles désagréables mais familières. Cette répétition a pour origine une stratégie relationnelle inconsciente ou préconsciente qui vise à obtenir une confirmation de croyances limitantes et/ou répondre à un besoin fondamental de structure, de stimulation ou de reconnaissance. Les protagonistes entrent dans le jeu dans un certain rôle : la Victime, le Sauveteur ou le Persécuteur (représentés traditionnellement aux trois coins d'un triangle appelé **triangle de Karpman**). « Oui, mais... » est un jeu classique où toute proposition d'aide d'un Sauveteur est rejeté par la victime qui répond « oui, mais... ». Cela peut amener à l'irritation du Sauveteur qui « veut seulement aider » et l'amener à devenir Persécuteur.

* Processus symbiotique : dans un **processus symbiotique**, il y a confusion entre les pensées et/ou les émotions des personnes en relation, ce qui fait que ces personnes ne sont pas individualisées ou séparées. La mère qui dit à son enfant « j'ai froid, mets ton manteau » met en évidence cette confusion dans une relation symbiotique avec son enfant.

Bibliographie

- BERNE E., *Analyse Transactionnelle et Psychothérapie*, Paris, Ed. La Petite bibliothèque Payot, 2001.
- BERNE E., *Des jeux et des hommes*, Paris, Ed. Stock, 1984.
- COTE I., *La coanimation en travail de groupe : de la théorie à la pratique*, in Service Social, Vol 39, 1990/3, pp157-159.
- De MIJOLLA A., *Dictionnaire international de la psychanalyse*, Ed. Pluriel, 2013.
- DUFOURMANTELLE A., LETER L., *Se trouver, Dialogue sur les nouvelles souffrances contemporaines*, Mayenne, JCLattès, Septembre 2017.
- ELKAIM M., *L'expérience personnelle du psychothérapeute, approche systémique et résonance*, in Psychothérapies, 2004/3, Vol 24, pp 145-150, Ed. Médecine & Hygiène.
- ELKAIM M., *Vivre en couple, plaidoyer pour une stratégie du pire (ou du meilleur)*, Ed. Seuil, 2017.
- GOLDBETER-MERINFELD E., *Le deuil impossible, la place des absents en thérapie familiale*, Carrefour des psychothérapies, Louvain-la-Neuve, Ed. De Boeck Supérieur, 2017.
- HEFEZ S., *Anti manuel de psychologie (Toi, moi ... et l'amour)*, Baume-les-Dames, Ed. Bréal, 2009.
- HENDRIX H., *Le couple, mode d'emploi*, Editions Imago, 2014.
- KAES R., *Intertransfert et analyse intertransférentielle*, Groupal, 3, 1997, p194.
- KAUFMANN J.C., *Les chantiers de l'amour conjugal*, in L'Amour, Auxerre, Sciences Humaines Editions, 2016, p300-305.
- KLEIN M. & al., *Développements de la psychanalyse*, Paris, P.U.F, 1966.
- NEUBURGER R., *"Première séance : notre vie de couple n'est pas facile"*, Psychologies, mars 2010.
- NOE J.P., *Le processus parallèle*, A.A.T N°82, pp 43-46, 1997.
- NOVELLINO M., *Contre-transfert et alliance thérapeutique*, A.A.T 31, 1984, pp 138-142
- RENAUD A., LABBE N., *Le processus parallèle en supervision*, Filigrane, Volume 8, numéro 1, 1999, P 105.
- RIAND R. et LAROCHE-JOUBERT M., *L'intertransfert et ses figures dans le couple... thérapeutique. Du double indifférencié au double différencié*, Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe, N°57, Ed. Eres, 2011.
- ROBERT P., *Les liens de couple*, Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe, Ed. Eres, 2005.
- ROUSSILLON R., *La destructivité et les formes complexes de la « survivance » de l'objet*, Revue française de psychanalyse 2009/4 (Vol. 73), pp. 1005-1022. DOI 10.3917/rfp.734.1005
- ROUSSILLON R., *La perlarboration et ses modèles*, Revue française de psychanalyse 2008/3 (Vol. 72), pp. 304/rfp723.0855
- SCHLEGEL L., *Relation symbiotique et attitude symbiotique*, C.A.T 6, pp243-246
- SOULE M., DECOBERT S., *La notion de couple thérapeutique : à propos de l'expérience de thérapeutes dans un groupe de couples*, *Revue française de psychanalyse*, 36, 1, 1972, p. 84.
- WINNICOTT D.W., *La créativité et ses origines*, in Jeu et réalité, Paris, Gallimard, 1975.

“Un dispositif particulier de thérapie de couple: la coanimation” par Karine Renou et Jean Razous