

Christiane Geiser
Rêves incarnés



Psychotherapie-Wissenschaft
11. Jahrgang, Nr. 2, 2021, Seite 55–56
DOI: 10.30820/1664-9583-2021-2-55
Psychosozial-Verlag



Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
11. Jahrgang Heft 2/2021
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2021-2>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Schweizer Charta für Psychotherapie in der Assoziation
Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Rêves incarnés

Christiane Geiser

Psychotherapie-Wissenschaft 11 (2) 2021 55–56

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2021-2-55>

Mots clés : rêve, Rogers, Gendlin, expérience, processus, mouvement, corps physique, corps situationnel, focusing, felt sense

Dans la psychothérapie corporelle expérimentale centrée sur la personne, telle qu'elle est enseignée à l'Institut de formation GFK (Zurich), les rêves des clients/tes ne sont ni interprétés ni dotés d'un statut particulier, comme c'est souvent le cas dans d'autres méthodes thérapeutiques.

Cette attitude thérapeutique est basée sur la théorie et la pratique de Carl R. Rogers et de ses successeurs, dans lesquelles tout ce qui appartient au monde du/de la client/te est rencontré sans distinction avec la même attention, le même intérêt et le même renoncement au jugement et à l'orientation vers la solution. Seuls les clients/tes peuvent être ceux qui connaissent leur vie (et leur vie intérieure !), et il y a autant de « mondes réels » qu'il y a de personnes, souligne Rogers. Ainsi, dans la relation thérapeutique, les thérapeutes s'efforcent de suivre les clients/tes dans leur univers individuel, de les comprendre dans leur contexte, leur cadre de référence. Ils le font avec attention, en s'efforçant de faire preuve d'empathie et d'acceptation, en contact avec leurs propres résonances afin de pouvoir les mettre sincèrement à la disposition de la relation si nécessaire.

E.T. Gendlin, collègue de Rogers et philosophe, s'est fait connaître dans les orientations centrées sur la personne et l'expérience surtout pour sa « psychothérapie orientée vers la focalisation ». En plus de la forme spécifique de relation dans l'approche centrée sur la personne, il insiste particulièrement sur le fait d'aider les clients/tes à se rapporter à leur expérience d'une manière spécifique (*vivre l'expérience*). Ce faisant, un « sens corporel » implicite et pré-conceptuel (*sens ressenti*) est sollicité et ensuite symbolisé, ce qui permet un report de la situation personnelle et de sa signification pour le/la client/te. Effectuer ce mouvement intérieur encore et encore est un facteur important et instructif pour une confiance croissante dans le processus parmi les clients/tes et les thérapeutes.

La psychothérapie corporelle expérientielle centrée sur la personne signifie toujours deux choses :

- Travail avec le corps *physique* (respiration, mouvement, posture, toucher)
- Référence au corps *situationnel*, qui peut donner naissance à des significations dans des situations pertinentes grâce à l'interaction et au jeu indissolubles avec l'environnement.

Qu'est-ce que cela signifie pour le travail sur les rêves ? Gendlin suggère dans son livre *Let your Body Interpret*

your Dreams (Laissez votre corps interpréter vos rêves) (1986),

- d'utiliser toutes les questions que nous connaissons des autres méthodes comme introduction au travail sur les rêves (par exemple : « Quelle est la chose la plus importante du rêve ? », « Racontez le rêve en trois étapes » ou « Soyez cette partie du rêve »), mais elles ne doivent servir que d'invitation au sens corporel (*felt sense*) et être immédiatement abandonnées si rien de nouveau ne se produit dans l'expérience ;
- d'inclure un « contrôle des préjugés » (*bias control*) qui devrait permettre de reconnaître ses propres schémas d'interprétation limités et de se demander, par exemple : « Et quel serait le contraire de ceci ? » afin de vérifier ensuite les deux significations avec le sens du toucher pour de nouveaux petits mouvements ;
- de rechercher la sécurité et « l'aide » (*énergie vitale*) dans les contenus de rêves difficiles et effrayants en trouvant des symboles qui ont suffisamment de pouvoir pour eux ; en développant les choix émergents ; en poussant plus loin le sens du rêve : « Comment la situation devrait-elle évoluer à la place ? Que pourrait/devrait-il se passer ? »

Les rêves ne rendent pas seulement plus clair comment quelque chose *est*, mais aussi comment quelque chose *pourrait* être. Il s'agit toujours de savoir si l'une des questions/impulsions évoque quelque chose chez le/la client/te qui fait une différence dans son expérience, peut être ressentie physiquement et indique un changement.

Une étude de cas détaillée d'une longue thérapie dans laquelle un rêve récurrent du client (« oiseau dans une cage ») joue un rôle important montre une telle évolution. Il apparaît clairement que le renoncement aux idées de solutions rapides et l'accompagnement ouvert, proche de l'expérience et du rythme de la cliente, permettent un changement émotionnellement et physiquement durable. Entre les différentes sections de la description du cas, des remarques théoriques commentent le contexte de la procédure.

L'auteure

Christiane Geiser est psychothérapeute, directrice, cofondatrice et ancienne responsable de formation de l'Institut de formation GFK pour la psychothérapie centrée sur la personne et axée sur le corps à Zurich. Elle travaille à l'échelle internationale en tant que formatrice et directrice et est la coordinatrice de certification de l'International Focusing Institute à New York.

Contact

E-Mail : christiane.ti@bluewin.ch