

L' ANALYSE PSYCHO ORGANIQUE en PSYCHOTHERAPIE

L'EFAPO, école enseignant l'Analyse Psycho-Organique (APO), a été créée en 1975, à l'initiative de Paul et Joëlle Boyesen. Elle est agréée par le SNPPSy et l'EAP (Association Européenne de Psychothérapie).

La méthode de l'APO se base sur l'alliance intime du travail corporel et du travail analytique, sur les liens entre verbalisation, images, mouvements énergétiques dans le corps, tout en prenant en compte l'aspect relationnel et les notions de transfert et de contre-transfert dans le travail thérapeutique.

L'APO donne de l'importance au sens et à la sensation de l'expérience, et aussi au verbe qui les lie. Elle utilise le modèle dynamique du cercle psycho organique, ainsi que le travail sur l'impulse primaire, permettant ainsi de comprendre le fonctionnement intrapsychique de la personne et aussi la dimension relationnelle dans le processus thérapeutique. (micro et macro-régulation)

En effet, le verbe agit dans le corps, par exemple lorsqu'une pensée est inhibée elle « s'enchaîne », laissant une trace à la fois psychique (ex/ résignation, fixation...), affective (dépression, peurs, agressivité..) et physique (raideur, somatisation...)

La conscience de ce qui se joue ou se rejoue dans les diverses étapes de ces situations et la rigueur de l'analyse de ce cheminement permet au client de prendre la responsabilité de son changement tout au long de la thérapie.

Autre concept utilisé ; les trois formes, approche structurelle et dynamique de la psychopathologie.

Déroulement des séances : Les séances se déroulent soit en face à face pour le travail relationnel ; soit allongé sur un matelas pour un travail intrapsychique qui peut mener à de profondes régressions et à des libérations émotionnelles.

Le métier de psychothérapeute :

Le psychothérapeute travaille essentiellement avec l'inconscient : le sien et celui de son client. Un échange s'instaure entre eux et se forment alors les liens transférentiels nécessaires au travail thérapeutique. Il est cependant nécessaire de faire émerger quelques manifestations de l'inconscient, ce qui exige une méthode, une théorie et un cadre précis qu'il faut exercer avec humanité et humilité. Le psychothérapeute soutient l'élan de vie de son client vers le changement, en l'accompagnant vers son monde intérieur, ses valeurs de vie, et l'identification de ses besoins et désirs profonds. Le psychothérapeute écoute aussi, dans la confidentialité de l'espace psychique, le sens que la personne veut donner à sa vie et l'incarnation qu'elle en fait pour réaliser sa place personnelle dans le social, tout en respectant complètement ses choix.

La profession est définie par la loi autrichienne votée à Vienne le 7 juin 1990 : « l'exercice de la psychothérapie, au sens défini par la présente loi fédérale, consiste en un traitement global réfléchi et s'inscrivant dans une stratégie planifiée. Cette compétence s'acquiert dans le cadre d'une formation générale et d'une formation spécifique. La psychothérapie traite des troubles du comportement et des états de souffrance d'origine tant psycho-sociale que psychosomatique et ce à l'aide de méthodes thérapeutiques scientifiquement validées dans le cadre d'une interaction entre une ou plusieurs personnes traitées et un ou plusieurs psychothérapeutes. L'objectif est d'atténuer ou de supprimer les symptômes existants, de transformer les attitudes et comportements perturbés et de favoriser la maturation, le développement et la santé de la personne traitée. L'exercice indépendant de la psychothérapie implique une pratique responsable et autonomes des activités décrites en chapitre 1, que ces pratiques soient exercées dans un cadre libéral ou dans un cadre d'un contrat de travail.»

La psychothérapie à travers les âges :

Des modèles de régulation psychique ont existé depuis l'antiquité grecque (Aristote : investigation des rêves cf. Freud) à nos jours, de tous temps et dans toutes les cultures, seuls la méthode et le titre ont varié.

Psychopathologie, différentes classifications :

- Classification de Kraepelin
- Inserm 1969 (enquêtes)
- ICD 10 (classifications internationales)
- DSM IV (le DSM V sera pour 2013, avec des changes au niveau de l'énoncé des troubles narcissiques, entre autres...)