

LA PSYCHANALYSE

Il est difficile d'affirmer dès le premier entretien le choix d'engager une psychanalyse. À l'écoute de ce qui vous amène, à l'écoute de votre manière de fonctionner et de penser, le psychanalyste cherche la modalité la plus adaptée. Il peut estimer au bout de quelques séances que le dispositif d'analyse corresponde mieux à votre situation que la psychothérapie analytique.

Qu'est-ce que le dispositif analytique ?

Dans la cure analytique, le psychanalyste propose à la personne de s'allonger sur un divan et s'installe légèrement en retrait de sa vue.

Cette mise en retrait et cette position ont pour but de favoriser un état propice à l'exploration de l'intériorité, de faciliter la libre association des idées et de laisser advenir sa propre parole, singulière...

Tout cela aide à mettre en lumière les conflits inconscients, les désirs refoulés, les blessures enfouies... pour les regarder autrement et chercher de nouvelles manières de vivre avec soi-même.

À qui s'adresse la psychanalyse ?

Elle s'adresse à toute personne en souffrance psychique, à la recherche d'un nouvel équilibre et exprimant le désir de partir à la découverte de l'inconnu de soi.

Comment la séance se déroule-t-elle ?

L'analysant évoque ce qui le préoccupe en suivant le fil de sa pensée.

Le psychanalyste se met à l'écoute des mots, des silences, des hésitations, des rêves... souligne certains propos, intervient pour relancer et pour proposer une interprétation.

Ce cheminement des mots aide à poser un nouveau regard sur soi-même et sur la relation aux autres.

« Celui qui tente d'apprendre dans les livres le noble jeu des échecs ne tarde pas à découvrir que seules les manœuvres du début et de la fin permettent une description complète de ce jeu, tandis que son immense complexité, dès après le début de la partie, s'oppose à toute description. »

Sigmund Freud,
Le début du traitement.