

# Moments clés de la Cure de Relaxation Analytique

( méthode Michel  
SAPIR ) d'Anne,  
21 ans, étudiante,  
atteinte d'une pelade  
décalvante totale

Odile LAMBOLEY (1)

(1) Psychologue - Psychanalyste

## I. Anamnèse

Anne quinze ans à l'époque, nous fut adressée par le Docteur Pomey-Rey pour une pelade décalvante totale apparue à l'âge de quatre ans (période où son père était traité depuis trois ans pour une maladie, un LYMPHOSARCOME qui avait occasionné la perte de ses cheveux). Elle est fille unique d'un couple de fonctionnaires qui nous assura, lors de notre première rencontre, qu'Anne fortement désirée, n'a pas vu la période de sa naissance marquée par quelque traumatisme exogène que ce fut : pas de naissance ni de deuil antérieur par exemple.

Elle se présente comme une jeune fille au visage figé et au crâne lisse souligné d'un bandeau qui, plus que de le cacher, revêt la fonction de le mettre en exergue. De cette particularité, elle dit qu'elle refuse tout artifice - perruque entre autres afin de ne pas "tricher" et que les gens soient contraints de l'accepter sans artifice.

**Deux repousses adviendront plus tard qui ne dureront pas :**

- l'une en 1994, antérieurement au décès de son grand-père paternel,
- l'autre en 1995, juste avant la perte de sa tante paternelle (sœur jumelle du père de la jeune fille).

## II. Repérages et supposés cliniques au regard de l'anamnèse des premiers rêves de ma jeune patiente.

Nous repérons que ces deuils successifs concernent la lignée paternelle de la jeune fille, ce qui nous laisse à supposer que ces deux deuils – traumatismes – sont venus réactiver le traumatisme initial de l'angoisse de mort du père lorsqu'Anne était bébé (je rappelle que la maladie du père a débuté aux trois mois de la fillette, c'est à dire au moment de la position dépressive).

J'ajouterais par ailleurs qu'Anne ignorait l'étiologie du LYMPHOSARCOME et qu'il s'agissait, par conséquent, d'un "secret" qui se trouva levé en cours de thérapie.

Le contenu des premiers rêves de la jeune fille relatif à des repas de cadavres et à l'intervention de policiers venus l'arrêter pour les meurtres commis, m'interpellèrent quant à la nature "endocryptique" de l'identification d'Anne à son père; identification dont la perte des cheveux est un trait caractéristique. Je pense, de plus, que cette identification impliqua chez Anne une revendication phallique importante si je me réfère entre autre au rêve du jeu de "bras de fer", où, la jeune fille se faisait un point d'honneur de gagner... pour "demeurer à la hauteur".

Le contenu de ce rêve (me semble t-il de nature spéculaire) comme plusieurs autres rêves ou associations de cette période n'ont pas été sans m'interpeller sur la difficulté d'Anne à envisager la différence des sexes.

Relativement à sa mère, les rêves récurrents de la jeune fille avaient trait à "l'objet perdu" (manteau en l'occurrence) qu'il s'agissait de retrouver.

Manteau – "peau-enveloppe" ayant d'évidence manqué à Anne à cette période essentielle de la position dépressive où sa mère, accaparée par la maladie du père, a manqué très probablement d'une disponibilité suffisante à l'égard d'Anne - bébé.

C'est cela, je pense, qui explique, entre autre, le caractère exclusif des rêves de transfert ayant jalonné à différents moments la thérapie de la jeune fille (rêves d'une relation chaleureuse d'où tout "intrus" était exclu, décors aux tons chauds etc...)

## III. De la thérapie à la relaxation

Pendant cinq ans, je suivis Anne en thérapie analytique avec le face à face pour dispositif. Je remarquai très vite que ma jeune patiente ne présentait pas les modalités de fonctionnement psychique classiquement dévolues aux patients

somatisants puisque, loin de fonctionner sur un mode opératoire, ces rêves étaient riches en mécanismes de condensation et de déplacement, qu'elle avait accès à la symbolisation et, que ces associations s'avéraient pertinentes.

Deux points cependant me mettaient en difficulté réelle à savoir son regard fixe et scrutateur et le "donné à voir" de ce corps enraidit qui m'évoquaient des fantasmes de pétrification. Je décidais alors de procéder à un changement de dispositif et d'introduire le **toucher** dans mon acte thérapeutique. Je ressentais, en effet qu'Anne avait besoin d'un contact corporel qui ne fut pas d'évidence pour moi puisqu'il suscita, à priori l'appréhension très forte de me trouver en butte à un corps froid, quasi glacé. Toutefois, dans le contexte précis de cette thérapie, le toucher me paraissait essentiel puisqu'il était susceptible de remplir en même temps qu'une fonction de pare-excitation la fonction de handling qui fit probablement défaut à ma jeune patiente du fait de l'indisponibilité de sa mère les premières années de sa vie.

#### **IV. Variations techniques de la cure en fonction des besoins de ma patiente.**

Si je respectais les modalités techniques de la méthode de relaxation à inductions

variables de Michel SAPIR constituée des phases respectives

- de l'induction (à moduler en fonction de l'émergence des différents mouvements de la vie psychique du sujet).
- du toucher (à adapter de la même manière).
- et de la verbalisation (d'affects, de représentations, de fantasmes) du patient, j'ai pensé qu'il serait judicieux de laisser à Anne son espace de parole initial en début de séance, afin de ne pas induire de rupture avec le travail thérapeutique précédemment effectué. Il me semblait, de plus, que le matériau qu'elle me procurerait à ce moment précis (rêves entre autre) me permettrait d'orienter mes inductions comme mon toucher en fonction de ses mouvements psychiques et de l'accompagner ainsi dans les labyrinthes de ses inclusions.

Relativement à l'aspect technique du toucher, j'ai d'abord tenté de toucher de façon parcellaire certaines parties du corps de la jeune fille (membre par exemple) mais ai du renoncer très vite à ce type de pratique en raison des fantasmes de morcellement que cela suscitait en elle. J'ai donc opté pour un toucher globalisant jusqu'à une phase avancée de la cure.

## V. compte rendu des séances essentielles de la cure de relaxation analytique

(tantôt unique, tantôt groupées par deux ou par trois que j'appellerais "séquences")...l'ordre de ces dernières étant fidèlement respectées.

### Première séquence

(résumant trois séances) :

#### " ma tête ET mon corps "

Comme Anne m'avait souvent fait part du sentiment de **dichotomie** qu'elle éprouvait entre sa tête "qui condensait tout" et le reste de son corps, qu'elle ne sentait pas investi, je décidais d'induire un lien entre la tête et le reste du corps.

Je commençais donc par induire la détente, la pesanteur, la chaleur, en citant chaque partie du corps: tête et épaule réunies par le cou, lien obligé entre la tête et le reste du corps.

Je suggérais ensuite à Anne de se recentrer sur ses émotions corporelles en introduisant les inductions de la circulation (et plus précisément des pulsations) du haut du crâne en passant par celles des tempes, des carotides, des poignets, du cœur, de l'abdomen puis des membres inférieurs jusqu'au dessous des pieds.

J'évoquais ensuite la chaleur, en citant "que ça circulait sans entrave et de façon homogène".

Dans la phase suivante, celle du toucher, je touchais la nuque, les épaules, les bras, le ventre, les cuisses, puis les membres inférieurs d'un toucher globalisant qui, je l'espérais, ne risquait pas de donner prise à quelque sensation de morcellement que ce fut.

Enfin, et ce point eut lieu lors de différentes séances, je touchais d'une main le haut du crâne et de l'autre une autre partie du corps : (épaule, bras, main) selon les séances, toujours dans le souci de susciter une perception d'unification entre la tête et le reste du corps.

Dans la phase de verbalisation qui suivit, Anne dit avec émotion, qu'elle ne s'était jamais laissé toucher le crâne parce qu'elle imaginait qu'il était "dégoûtant" pour les autres. Elle ajouta qu'elle avait vu un schtroumph et associa sur la circulaire du cordon dont elle fut l'objet bébé.

#### Préambule à la deuxième séquence

*Tout au début de cette séance, la jeune fille m'amena deux rêves de "coulisses" (en lien très probable avec la séance précédente.*

*Dans le premier, il s'agit de l'achat d'un pied à coulisses et dans le second de*

*coulisses de théâtre (que je mis en lien avec le refoulé).*

## Deuxième Séquence

*(groupant trois séances) relative à*

### L'intériorité et l'enveloppe corporelle

des rêves d'Anne, je relaterai les deux suivants relatifs à des "contenants" (rêves de sacs en particulier).

Dans le premier, elle ramassait les ossements d'un cadavre pour en remplir son sac à main. Dans le second elle circulait à vélo, le dos lourd d'un sac plein à craquer d'objets cubiques et de peluches évocatrices de son enfance. Mais ce sac était si lourd qu'elle le vida en chemin.

Je soumis alors à Anne que ces différents contenants pourraient bien correspondre à la représentation de son image corporelle, ce qu'elle accepta d'emblée.

l'induisais ensuite, la détente, la pesanteur, **l'intériorité corporelle** en citant les os et les muscles - ainsi que **l'enveloppe corporelle** matérialisée par la peau souple et chaude qui remplit la double fonction de protéger l'intérieur du corps en filtrant l'échange avec l'exté-

rieur. Dans la phase suivante, je touchais différentes parties du corps de la jeune fille, en particulier une partie du crâne en même temps qu'une autre partie du corps, d'un toucher que je voulais globalisant et chaleureux.

Anne verbalisa alors qu'elle avait bien senti la chaleur de mes mains mais "à distance" comme si une armure avait fait écran à toute émergence possible d'affects. A ceci elle associa sur la nature raide des chemises qu'elle portait depuis longtemps, ces dernières la protégeant tout en isolant du monde extérieur.

## Troisième Séquence

*(regroupant deux séances) :*

### Des limites intérieur-extérieur

Dans la suite de la séquence précédente, Anne m'amena le rêve qu'elle marchait sur un trottoir et qu'elle vit sur le trottoir d'en face une boîte en métal de taille humaine hermétiquement fermée. Les charnières semblaient renforcées aux angles. Elle se saisit de cet objet et tenta de l'introduire dans son sac à dos.

Là encore et comme lors de la séance précédente la jeune fille associa sur une représentation de son image corporelle, ajoutant qu'elle ressentait son corps raide,

anguleux., d'une froideur allant même jusqu'à une perception de "chosification".

Je repris, grosso modo, les inductions des deux séances précédentes en évoquant à nouveau la notion **d'intériorité corporelle** ainsi que la peau chaude et souple qui protège l'intérieur du corps, en lui en précisant les **limites**, tout en filtrant les échanges avec **l'extérieur**.

En réponse à l'aspect "hermétiquement fermée", j'introduisis les inductions d'orifices corporels. Je nommai d'abord ceux du visage (oreille, yeux, bouche, narines) permettant le passage de l'air de l'extérieur à l'intérieur et vis et versa lors de la respiration, puis ceux du reste du corps (anus et vagin en particulier).

Je touchai ensuite Anne, du même toucher globalisant qu'au préalable, en insistant sur les articulations ; parties charnières garantes du lien et du non morcellement corporel : épaule, coude, genou, chevilles, etc...

A la fin de cette séance la jeune fille formula un ressenti d'unification et évoqua "les secousses nerveuses" ressenties lors du toucher à l'endroit des genoux et des épaules, ayant ajouté qu'elle avait ressenti "son corps vivre et capable de s'émouvoir".

### Anne s'approprie ses sensations corporelles

Dans les séances suivantes et durant trois ou quatre mois, Anne évoqua les malaises vagues dont elle fit régulièrement l'objet depuis plusieurs semaines en les associant à sa peur de mourir.

Durant cette même période elle évoqua à plusieurs reprises la mort de sa tante paternelle, sœur jumelle du père, ne pouvant rien en dire, sinon qu'il s'agissait d'une mort violente aux motifs inexpliqués.

Je pensais que le décès actuel de cette tante entouré du halo d'un secret (sinon réel du moins imaginé dans les fantasmes de la jeune fille) était venu réactiver quelque chose de l'ordre des angoisses de mort du passé ayant touché Anne lors de la maladie, réputée mortelle, de son père. De là, je posais que, de la même manière que la pelade était venue s'inscrire à titre de trace du trauma sur le crâne d'Anne enfant, les malaises vagues (vagues...non fixés) de l'actuel pouvaient bien correspondre à l'inscription voire à la transcription sur elle-même des angoisses de mort initiales réactivées par le décès de la tante qui se trouvait être de plus la sœur jumelle du père.

Comme si, par défaut d'enveloppe psychique, le "moi-peau" d'Anne

n'avait pu remplir ni sa fonction d'individuation, ni sa fonction de pare-excitation et que la mort réelle ou imaginée de l'un (sœur du père) ou de l'autre (père), puisse menacer sa propre vie.

### **Mise en acte en séance d'un des malaises précédemment décrit**

Lors d'une séance qui suivit l'évocation de ses multiples malaises, Anne en mit un en acte.

A peine arrivée, elle devint livide, évoqua une forte douleur au plexus et me dit sa peur de mourir.

Je lui touchais alors le plexus d'un toucher appuyé que j'exerçais aussi au niveau des poignets.

Le malaise régressa relativement rapidement.

Comme je lui conseillais ensuite de consulter – ne serait ce que pour évincer toute atteinte organique- la jeune fille m'apprit qu'elle avait subi de multiples explorations médicales s'étant avérées négatives.

Aucune élaboration ne fut possible au cours de cette séance très courte, qu'Anne souhaita abrégée, en fonction de son mal être.

Je remarquai, après coup, que cette succession de malaises vagues, de douleurs au plexus accompagnées d'angoisses de mort extrêmement prégnantes de la jeune fille, ont constitué une étape charnière essentielle dans la cure d'Anne.

En effet, les séances suivantes ont été marquées par l'émergence d'éléments nouveaux et positifs...comme si un nœud (plexus) s'était peu à peu dénoué, et qu'Anne soit parvenue enfin à s'acheminer vers son identité (restauration de l'image maternelle du passé, remobilisation de l'Œdipe, revalorisation narcissique).

### **A propos du rapprochement oedipien**

Lors d'une séance suivante, Anne me fit connaître que sa mère était hospitalisée pour une intervention et que, de ce fait, elle était seule à la maison avec son père.

Le ton de son discours était jubilatoire au point qu'il m'interrogea sur l'émergence d'un mouvement maniaque.

C'est sur ce même ton plus que jovial qu'elle me fit le récit des tâches domestiques qu'elle partageait avec son père "qu'elle avait pour elle seule" et dont elle souhaitait se rapprocher.

Par ailleurs, Anne m'annonça qu'elle avait eu du mal à respirer toute la semaine et qu'elle avait beaucoup souffert d'une douleur au "plexus" – terme fréquent dans le discours de la jeune fille et qui prend tout son sens si l'on sait qu'il est synonyme "d'entrelacement".

Mais, pour Anne et lors de cette séance, il ne s'agissait "que de sensations corporelles" qu'elle commençait à "apprivoiser" et qui venaient en lieu et place de ses angoisses antérieures.

A cette dédramatisation soudaine ma patiente poursuivit "mon espace s'entoure de lumière, ici c'est blanc" (les murs le sont vraiment) "c'est ouvert et je ressens possible l'accès à l'extérieur".

Sur ce, elle cita le rêve d'un couple d'amis investi comme la représentation de deux images parentaux qui l'accompagnèrent voir une pièce de théâtre relative à "Œdipe"....qu'elle mit en lien direct avec le triangle familial.

Je décidais donc d'orienter mes inductions d'abord en nommant le **plexus** "qui se détend et d'où émane une agréable chaleur".

Pour suggérer la féminité, j'évoquais ensuite les **organes creux** et "disponibles" de la sphère abdominale (utérus et vagin en particulier).

Dans le registre du toucher, je touchais essentiellement le plexus que je massais un bref instant, ce qui suggéra à Anne l'image du soleil (représentation paternelle). Elle ajouta que le toucher lui fut agréable et lui avait évoqué quelque chose de "chaud et tie'frérateur qui pourrait bien sortir à la façon d'une naissance.

### Remaniements de l'image maternelle et premisses de l'introjection

Au début de la séance suivante et, sans aucun doute en lien avec la précédente, Anne amena le rêve de transfert où, en séance, elle était lovée sur des coussins, douillets des poutres courant sur le mur. Je jouais de la harpe, d'un instrument orné de feuilles d'or tandis qu'elle dégustait le délicieux gâteau que je lui avais préparé.

Cette séquence me sembla extrêmement importante puisqu'il était très directement question de l'introjection d'une image maternelle constante et chaleureuse qui s'en venait restaurer l'image défaillante du passé.

### Ça se remet a circuler

A la suite de cette séance Anne fit état du rêve suivant, où, dans la rue avec son père, elle se dirigeait vers la voiture pour rentrer à la maison.



Père et fille parvinrent à un carrefour dénué de toute présence humaine. **La circulation** était bloquée comme si la rue était fermée pour un tournage, mais une vie intense existait dans la rue située derrière (allusion probable au refoulé). Dans le registre corporel, le blocage de la situation m'évoqua très directement une des causes de la pelade: point commun entre père et fille dans une temporalité différente.

Dans la phase de relaxation, j'évoquai plus précisément la circulation en plus de la détente et la chaleur, en parlant de "bain de chaleur".

Lors de la phase du toucher, je touchai le cou de part et d'autre au niveau des carotides puis, d'une main le haut du crâne et de l'autre un poignet : partie du corps différente de la tête.

Anne évoqua alors qu'elle avait ressenti l'impression d'une brûlure sur le haut du crâne ainsi que de fortes pulsations au niveau des carotides.

D'autre part, à mon évocation d'un "bain de chaleur" elle eut l'image d'un bébé qui venait de naître et dont on venait de couper le cordon... C'est à la fin de cette séance que la jeune fille m'apprit que ses cheveux repoussaient à deux endroits et depuis plusieurs mois... sous son bandeau (ce qui les rendaient invisibles).

## Emergence d'une revalorisation narcissique

Depuis le début notre travail, Anne traversait régulièrement des périodes de dévalorisation narcissique importante où elle ne se sentait pas "aimable".

Elle se plaignait de sa pelade tout en tirant des bénéfices secondaires comme celui d'être regardée, d'un regard auquel elle tenait, même s'il ne pouvait être suscité que par "une curiosité malsaine".

Or, un jour, elle m'amena le rêve qu'elle se trouvait dans un magasin où tout le monde la regardait avec sympathie.

Éprouant alors la sensation nouvelle et agréable d'être "mise en relief", elle ajouta "qu'elle était au cœur de l'histoire, que les couleurs ambiantes étaient chaudes comme du bois patiné et, qu'elle éprouvait le sentiment de prendre de la valeur".

Au moment des inductions, j'introduisis, par le choix de termes inducteurs appropriés, la notion **d'érotisation** que je n'avais pas eu encore l'occasion de faire intervenir. J'évoquais "les formes douces" et "les courbes voluptueuses" de son corps en citant, entre autre "qu'elle se laissait aller au plaisir de la détente" et "que son corps s'abandonnait à la pesanteur".

A la fin de cette séance, la jeune fille dit "qu'elle avait vécu son corps de façon agréable".

### **Au seuil de la phase de separation-individuation**

Un peu plus tard, Anne rêva qu'elle partait en Corée en avion. D'un côté il y avait des adultes et de l'autre des enfants...La jeune fille hésita alors à se situer de l'un ou de l'autre des deux côtés. Elle mit en lien la Corée (en tant que pays coupé en deux) avec les deux mondes séparés de l'enfance et de l'âge adulte, puis établit un autre lien entre l'avion et la séparation, en associant sur sa séparation tant espérée mais redoutée d'avec son milieu familial ; évocation récurrente depuis plusieurs mois.

Suite à ce rêve, j'induisais de nouveau l'intérieur et l'extérieur du corps en insistant sur la **peau** chaude et contenant d'un corps bien à lui **séparé-individualisé**.

Relativement au toucher, je décidai de le diversifier et de le faire moins globalisant en ne touchant que le cou puis le haut du crâne en même temps qu'un bras. Je remarquai avec plaisir que les angoisses de morcellement survenues en début de séance n'étaient plus intervenues.

C'est à la fin de cette séance, qu'Anne qui se dit "maintenant plus forte", s'interrogea quant au bien fondé de la poursuite de sa cure...question à l'ordre du jour et en cours d'élaboration.■

