

Convaincue de la nécessité de réformer et de moderniser la psychanalyse afin de lui restituer pleinement sa vocation thérapeutique, j'ai fondé en 2014 l'*École Internationale de Psychanalyse Appliquée* (EIPA). L'objectif de cette formation est d'articuler de manière cohérente les deux dimensions fondamentales de la psychanalyse : la théorie, actualisée en fonction des réalités cliniques contemporaines, et la pratique, conçue comme une thérapeutique à part entière.

La formation dispensée par l'EIPA s'organise en trois cycles répartis sur cinq années, mais chaque cycle peut être suivi de manière indépendante, selon le projet ou le niveau d'engagement du participant.

Cycle 1 – Les Fondamentaux : Psychanalyse et hygiène psychique

La première année est consacrée à l'étude des concepts fondamentaux de la psychanalyse. Elle s'appuie sur les travaux de Freud, tout en intégrant les apports de Bowlby, Klein, Winnicott et d'autres figures majeures de la discipline. L'objectif de cette année d'introduction est d'offrir à chacun une base de connaissances essentielles sur le fonctionnement psychique humain, utiles tant dans la vie personnelle que professionnelle ou relationnelle.

Il est important de souligner que cette première année est accessible à tous, sans exigence de diplôme ou de prérequis. Cette ouverture découle d'un engagement éthique visant à offrir à tout individu intéressé un accès à une compréhension minimale du psychisme, comparable à une forme d'hygiène psychique.

De même que l'on apprend à se laver les mains pour éviter les contaminations bactériennes, il existe une base de savoir psychique qui, une fois connue et intégrée,

permettrait d'éviter certains symptômes ou troubles mentaux. Il suffit, pour cela, d'en prendre connaissance... puis d'en prendre conscience.

Cycle 2 – Approfondissement théorique et mise en pratique clinique

Les deuxième et troisième années de formation s'inscrivent dans une démarche professionnalisante. Elles visent à approfondir la théorie acquise en première année tout en lui donnant une dimension clinique concrète. Il s'agit ici de passer de la compréhension intellectuelle à l'intégration vivante de la théorie dans la pratique.

Durant ces deux années, le programme propose une exploration élargie des grandes pensées psychanalytiques contemporaines : Kohut, Mahler, Jung, Greene, Anzieu, Bion, Reich, entre autres. Ces auteurs sont présentés dans une perspective de synthèse, non pour juxtaposer des écoles, mais pour mettre en évidence leurs convergences cliniques, leurs variations de langage, et leurs points de dialogue implicite.

Ce travail de comparaison et d'intégration constitue un exercice psychique essentiel dans le développement du futur analyste. Il l'entraîne à penser de manière plurielle, à décoder les nuances de langage de l'inconscient, à développer une pensée critique, souple et créative.

Le mode de pensée du participant évolue au fil de la formation : il découvre son propre langage intérieur tout en affinant sa capacité à s'observer et à observer l'autre. Il acquiert une plus grande ouverture, une souplesse d'adaptation, un questionnement éthique renouvelé, et progressivement, révèle les dimensions profondes de son être.

Cycle 3 – Exercice clinique et consolidation de l’identité analytique

Les quatrième et cinquième années prolongent le travail d’intégration théorique et personnelle, avec une évolution majeure : le stagiaire peut, dès le début de la quatrième année, débiter son exercice clinique en tant que thérapeute. Ce passage à la pratique active modifie le rapport au savoir et permet une réappropriation vivante de la théorie, à travers le prisme de l’expérience analytique.

La dynamique de formation devient alors dialogique : chacun partage ses expériences, affine ses observations cliniques, et enrichit sa compréhension des processus psychiques. L’approche pédagogique vise à soutenir cette transformation identitaire, où le participant ne se contente plus d’apprendre la psychanalyse, mais devient analyste dans l’acte même de pratiquer.

Au fil de ces deux années, le programme continue de s’étoffer avec l’étude de nouvelles pensées : Lacan, Reik, de Mijolla, M’Uzan, Torok, Abraham, entre autres. L’accent est mis sur l’approfondissement de la technique et la réflexivité clinique.

Chaque cycle se clôt par la réalisation d’un travail personnel et/ou de recherche, toujours en lien avec l’analyse didactique. Cette articulation entre théorie, pratique et travail sur soi constitue la spécificité éthique et méthodologique de l’EIPA.

À noter : dès la fin de la première année, les étudiants peuvent accéder à une formation complémentaire en *hypnose ericksonienne*, et à partir de la deuxième année, à une formation en *mouvements oculaires thérapeutiques* (MOT). Ces modules sont disponibles en libre accès, autant de fois que souhaité, durant l’ensemble des cinq années de formation.

Mouvements Oculaires Thérapeutiques (MOT) :

Inspiré des fondements de l'EMDR et enrichi par l'hypnose ericksonienne, le dispositif des Mouvements Oculaires Thérapeutiques (MOT) a été développé spécifiquement pour le traitement des syndromes post-traumatiques et des symptômes liés à des vécus traumatiques.

La méthode comprend deux étapes distinctes :

- Une phase de déprogrammation, visant à désactiver le ou les déclencheurs à l'origine des réponses inadaptées ;
- Une phase de reconstruction, favorisée par la rencontre entre le conscient et l'inconscient, permettant l'émergence d'une réponse plus adaptée à la situation, voire une réparation complète de la blessure initiale.

Le fonctionnement cérébral en trois temps

Pour mieux comprendre l'intérêt clinique des MOT, il est essentiel de s'intéresser au traitement de l'information par le cerveau en situation de stress ou de choc émotionnel.

Ce processus se déroule en trois étapes :

- Réception de l'information par les organes sensoriels :
Les stimuli (visuels, auditifs, olfactifs, tactiles, etc.) sont captés puis transférés au cerveau, notamment vers le cortex et le système limbique, via les voies afférentes.

- Programmation cérébrale de la réponse au stress :

Le cerveau compare le stimulus présent à une mémoire interne de situations

antérieures similaires. Cette analyse, effectuée principalement par le cortex et le système limbique, permet de déterminer la réponse jugée la plus adaptée selon les expériences passées.

- Déclenchement de la réponse au stress :
Si le stress est jugé menaçant, le système limbique prend le relais, inhibe le cortex préfrontal (responsable de la pensée réflexive), et active une réponse automatique : fuite, lutte ou sidération (« faire le mort »).

Lorsque cette réponse permet une adaptation satisfaisante, le cerveau peut rétablir son équilibre. Mais si la réponse est inopérante (manque de maturité psychique, événement trop brutal...), l'information reste bloquée dans le système limbique. Le traumatisme non traité engendre alors :

- un état de stress post-traumatique,
- une répétition compulsive de la situation initiale,
- la construction de croyances négatives venant justifier ou tenter de donner sens à l'angoisse persistante.

Intérêt du MOR et rôle des MOT

Les avancées en neurosciences ont mis en évidence le rôle des *mouvements oculaires rapides* (MOR) pendant le sommeil paradoxal, moment où le cerveau trie, organise et intègre les informations de la journée. Ce mouvement latéral des yeux est synchronisé avec une activité cérébrale de retraitement mnésique.

Lorsqu'un événement est traumatique, l'information ne parvient pas à s'évacuer naturellement : elle reste emprisonnée dans le système limbique, empêchant son

intégration par le cortex.

La technique des MOT recrée artificiellement ces mouvements oculaires bilatéraux, facilitant le transfert de l'information du système limbique vers le cortex frontal, où elle peut enfin être traitée, symbolisée et libérée.

Dans un second temps, grâce au langage hypnotique d'inspiration ericksonienne, un lieu intérieur de sécurité et d'apaisement est induit. Ce lieu ressource permet d'activer les compétences adaptatives du sujet, de renforcer ses capacités symbolisantes, et de l'aider à reconstruire une réponse émotionnelle plus stable et ajustée.

Technique Psychanalytique

La question de la technique psychanalytique demeure complexe, en raison de sa dimension profondément subjective. Peu d'ouvrages lui sont entièrement consacrés, et lorsqu'elle est abordée, c'est souvent de manière fragmentaire. Cette discrétion peut s'expliquer par le caractère intime, presque insaisissable de la technique, propre à chaque analyste. On peut également soupçonner l'existence d'une volonté implicite de maintenir une forme de mystère ou d'élitisme, renforcée notamment par certains courants, qui ont parfois contribué à réserver l'accès à la psychanalyse à quelques initiés.

À l'inverse, la psychanalyse appliquée revendique une orientation résolument ouverte : son objectif est de rendre cette méthode accessible à tous, tant pour les analysants que pour les futurs analystes. C'est dans cet esprit que l'EIPA propose un cadre de travail clair et structuré, suffisamment souple pour s'adapter à la singularité de chaque cure, mais suffisamment rigoureux pour en préserver les fondements.

La technique

Toute relation thérapeutique — et plus généralement toute relation humaine — repose sur le transfert, c'est-à-dire un espace où s'expriment projections, représentations, affects et traces inconscientes. Mais la réussite d'une analyse suppose en plus une condition essentielle : l'alliance thérapeutique.

Décrite pour la première fois par Freud en 1912 dans *La dynamique du transfert*, et largement développée par Greenson (1965), l'alliance thérapeutique reste pourtant difficile à définir avec précision, tant elle repose sur des éléments subtils, souvent implicites.

On peut la comprendre comme un contrat tacite entre deux parties :

- Du côté du patient : la disposition à se livrer, à confier le contenu de son monde intérieur, dans l'attente que ce contenu soit accueilli avec neutralité et bienveillance ;
- Du côté de l'analyste : l'engagement à recevoir ce contenu sans jugement, et à s'en faire le contenant (selon les termes de Bion), en renonçant à tout désir de "guérir", pour permettre à son propre inconscient de répondre au matériel perçu.

Cette posture implique une écoute active et flottante, comme l'a brillamment formulé Theodor Reik dans *Écouter avec la troisième oreille*. L'analyste doit être capable de prêter son appareil psychique à l'autre, de se laisser affecter sans se laisser envahir.

Cela exclut toute tentative de prise de note durant les séances : solliciter le champ cognitif conscient revient à détourner l'attention de ce qui se joue inconsciemment. L'analyste « ressent » avant de « comprendre », il « accueille » avant d'interpréter.

Les interprétations, lorsqu'elles surgissent, doivent être manipulées avec prudence : elles peuvent susciter des prises de conscience fulgurantes, mais aussi renforcer la résistance. Il convient donc de les formuler avec tact, souplesse, et sous forme de questions ouvertes.

Par exemple :

« Est-ce que cette émotion ressemble à celle que vous avez ressentie lors de votre dispute avec votre sœur ? »

ou : *« Je me demande si cela ne vous évoque pas un sentiment déjà connu... »*

Même lorsque l'analyste connaît intuitivement la réponse, il ne s'agit pas de l'imposer : l'interprétation doit émerger du sujet lui-même, dans un mouvement de reconnaissance intérieure.

Transmission, langage et pédagogie

Bien que l'on privilégie toujours les réponses de l'analysant, la psychanalyse appliquée considère que chacun peut également accéder à la compréhension de ses propres mécanismes, à condition de disposer d'un langage symbolique adapté. Il est donc légitime, une fois les prises de conscience amorcées, d'apporter des explications structurées aux processus psychodynamiques en jeu.

Cela permet :

- de déculpabiliser le sujet,
- de mettre en sens ses affects et comportements,
- de lui permettre de reconnaître ces mécanismes ailleurs, dans d'autres contextes, d'autres relations.

En ce sens, l'analyse devient un véritable outil de connaissance de soi et des autres, et non un processus pathologisant.

Le cadre analytique

Si le transfert relève d'un processus psychique dynamique, le cadre quant à lui constitue ce que Bleger appelait le « non-processus », c'est-à-dire l'ensemble des éléments fixes et constants qui permettent au processus analytique de se déployer. Ce cadre, que Winnicott nommait le setting, inclut les conditions matérielles, temporelles et relationnelles de la cure.

Bleger parle d'une véritable « *situation psychanalytique* », dans laquelle se rencontrent deux dimensions :

- les éléments dynamiques, en mouvement (transfert, résistance, élaboration),
- les éléments structurants, immuables, qui forment le cadre.

Les fonctions symboliques du cadre

Au-delà de sa fonction organisationnelle, le cadre possède une valeur hautement symbolique. Il constitue une reconstruction psychique des grandes instances de la socialisation : le foyer, l'école, les institutions, la loi. Il est aussi la frontière entre intérieur et extérieur, entre fantasme et réalité, entre régression et élaboration.

Le cadre représente donc un lieu où se rejouent les relations d'objet précoces, notamment la relation au réel et à la limite. Il reflète le rapport du sujet :

- à la frustration et à la gratification,
- à l'autorité et à la règle,
- à son propre corps et à l'image qu'il en a.

C'est sur cette « toile de fond » que le Moi peut se projeter, se reconnaître, ou s'effondrer, selon la manière dont il a été structuré dans l'enfance.

Le comportement du patient face au cadre (respect, transgression, évitement, testing, etc.) devient alors un matériel d'analyse à part entière.

Sans cadre stable et clairement établi, il ne peut y avoir de transfert digne de ce nom. C'est dans la confrontation entre le cadre externe et le cadre interne du sujet que se révèle la texture de son fonctionnement psychique.

Les éléments constitutifs du cadre

Le cadre analytique repose sur des éléments fixes et non négociables. Ceux-ci doivent être précisés dès la fin de la première séance :

- Durée de la séance : entre 45 et 50 minutes ;
- Coût : à déterminer individuellement ;
- Modalités de paiement : en espèces, en début de séance, sans rendu de monnaie ;
- Position : face à face ou sur le divan, selon le cadre établi ;
- Fréquence : généralement hebdomadaire, sauf aménagements spécifiques.

Les règles de fonctionnement

- Les retards n'allongent pas la durée de la séance ;
- Les séances manquées sont dues, sauf en cas de force majeure ;
- Aucune rencontre ne peut avoir lieu hors du cadre analytique (lieux sociaux, échanges personnels, etc.) ;
- Le thérapeute doit rester neutre et abstiné, sans intrusion dans la vie privée du patient ;
- Aucun contact ne peut avoir lieu en dehors des rendez-vous, sauf pour leur modification.

Ces règles, strictes en analyse, peuvent faire l'objet d'un certain assouplissement en thérapie, à condition d'être rediscutées dans un cadre formalisé. Quelle que soit la souplesse accordée, le respect du cadre est essentiel à l'établissement d'une véritable relation transférentielle et à l'instauration d'un travail analytique en profondeur.

L'Analyse Didactique

La question de la formation des analystes demeure un sujet de débat au sein de la communauté psychanalytique. Néanmoins, un consensus s'est progressivement dégagé autour de la nécessité d'une analyse didactique, distincte de l'analyse personnelle, bien que poursuivant parfois des objectifs partiellement communs.

Dans le cadre de la formation proposée par l'EIPA, l'analyse didactique est obligatoire et s'étend sur l'ensemble du cursus théorique, soit cinq années — voire davantage selon le rythme et la dynamique psychique propre à chaque candidat.

L'analyse didactique vise à permettre au futur analyste de faire le lien entre les contenus théoriques étudiés et son expérience subjective. Tous les processus abordés en cours trouvent leur écho dans cette exploration personnelle, favorisant une appropriation incarnée des concepts et une intégration en profondeur de la méthode analytique.

Objectifs de l'analyse didactique

L'objectif fondamental de cette démarche est de :

- nommer ses mécanismes de défense, ses conflits, ses résistances, ses complexes,
- prendre conscience de sa propre économie psychique et de la dynamique de sa libido,
- identifier ses fixations et régressions,
- mettre en mots ses fonctionnements internes pour les élaborer.

L'analyste didacticien est à la fois accompagnant et témoin de cette transformation. C'est lui qui, à terme, validera le parcours de l'analysant en formation, en attestant de sa capacité à exercer de manière éthique, stable et consciente.

Validation de fin de cycle

À l'issue de la troisième et de la cinquième année, l'analyste didacticien se prononce selon l'une des trois options suivantes :

Validation :

Le candidat est autorisé à exercer en tant que thérapeute ou psychanalyste, sous réserve de maintenir un suivi en supervision. Sa libido est en mouvement vers un processus

d'individuation. On observe un désinvestissement des fixations précœdipiennes et un investissement accru dans la génitalité, signe d'un Moi plus stable et différencié.

Mise en attente de validation :

Le candidat présente encore une libido fixée à des zones précoces (orale, anale, sadique, etc.). Une augmentation de la fréquence des séances est recommandée afin d'intensifier le travail d'élaboration.

Refus de validation :

Le travail de l'analysant est jugé insuffisant pour garantir un exercice thérapeutique sans danger. Ce refus peut être lié à une structure encore mal identifiée, à un narcissisme trop fragile ou à des résistances majeures. Il est alors recommandé de prolonger ou de reprendre l'analyse personnelle, avant d'envisager une nouvelle entrée dans le dispositif didactique.

Dans tous les cas, le rôle de l'analyste didacticien est d'attester de la maturité psychique du candidat, en tenant compte de son économie libidinale, de sa posture intérieure, et de sa capacité à contenir l'autre sans confusion des places.

Organisation des cours

La formation théorique dispensée à l'EIPA repose sur une pédagogie active et progressive, articulée autour d'un rythme pensé pour favoriser l'assimilation psychique des contenus, bien au-delà d'un simple apprentissage intellectuel.

Les cours théoriques ont lieu tous les quinze jours, par sessions de deux heures, tandis que les études de cas (introduites à partir du deuxième cycle) se tiennent une fois par mois. Cette temporalité est délibérément espacée afin de permettre un temps de digestion psychique, condition nécessaire à l'élaboration inconsciente.

Les contenus abordent des processus humains fondamentaux, engageant la subjectivité de chacun. Il ne s'agit donc pas seulement d'acquérir des savoirs, mais de se laisser affecter par ce que l'on étudie, pour pouvoir en faire l'expérience de manière incarnée.

C'est pourquoi l'analyse didactique, menée en parallèle des cours, est essentielle : elle constitue un lieu d'intégration personnelle du savoir, permettant à chaque étudiant d'observer en lui-même les mécanismes qu'il explore sur le plan théorique.

Méthodologie d'enseignement

Les manuels de formation sont disponibles pour chaque année de cours et constituent la base de références théoriques. Chaque sujet fera l'objet d'un cours collectif dispensé à l'oral par un intervenant psychanalyste, diplômé de l'EIPA. Cet enseignement est fondé sur l'échange direct entre l'enseignant et le groupe, afin de favoriser les associations libres, les discussions spontanées, et la mise en lien entre théorie et vécu.

Il arrive que certaines séances prennent la forme d'un échange interactif, où une question ou une remarque ouvre un espace de réflexion collectif, venant parfois bousculer le programme initial. Cette souplesse pédagogique est volontaire : elle permet à chacun d'être acteur de son propre parcours.

L'enseignant doit ainsi faire preuve d'écoute, de disponibilité, et d'une grande culture

générale, tout en restant rigoureux dans sa maîtrise du corpus psychanalytique.

Enfin, la philosophie de la psychanalyse appliquée repose sur un principe central : rendre la psychanalyse accessible. C'est pourquoi la pédagogie adoptée veille à respecter le rythme et le langage symbolique propre à chaque participant.

Futurs candidats

L'École Internationale de Psychanalyse Appliquée accueille toute personne désireuse de découvrir le fonctionnement psychique humain, sans exigence de diplôme préalable pour l'accès à la première année. Cette année d'introduction est conçue comme autonome et indépendante des cycles professionnalisants qui suivent. Elle peut donc être suivie à titre personnel, pour enrichir sa compréhension de soi et des autres.

L'admission se fait cependant sur entretien préalable, non pour évaluer les compétences théoriques, mais afin de s'assurer de la capacité du candidat à intégrer un groupe de travail, dans un esprit de respect, d'écoute et de non-perturbation.

Passage au cycle professionnalisant

Si le participant souhaite poursuivre au sein du Cycle 2, deux conditions doivent être remplies :

- Réussite de l'examen de fin de première année, attestant d'une acquisition suffisante des fondements théoriques ;
- Présentation d'un projet professionnel lors d'un entretien d'inscription au second cycle.

CHARTRE

des

Écoles Internationales de Psychanalyse Appliquée

Membres de ISAP

Ce processus d'entrée dans la voie professionnalisante permet de clarifier l'engagement du candidat, ses motivations, ses attentes, et d'ouvrir un espace de dialogue sur la place qu'il souhaite occuper dans le champ thérapeutique ou analytique.

Cette étape est essentielle pour garantir la cohérence du parcours individuel, mais aussi la dynamique du groupe, dans le respect de l'éthique et de l'esprit de l'école.