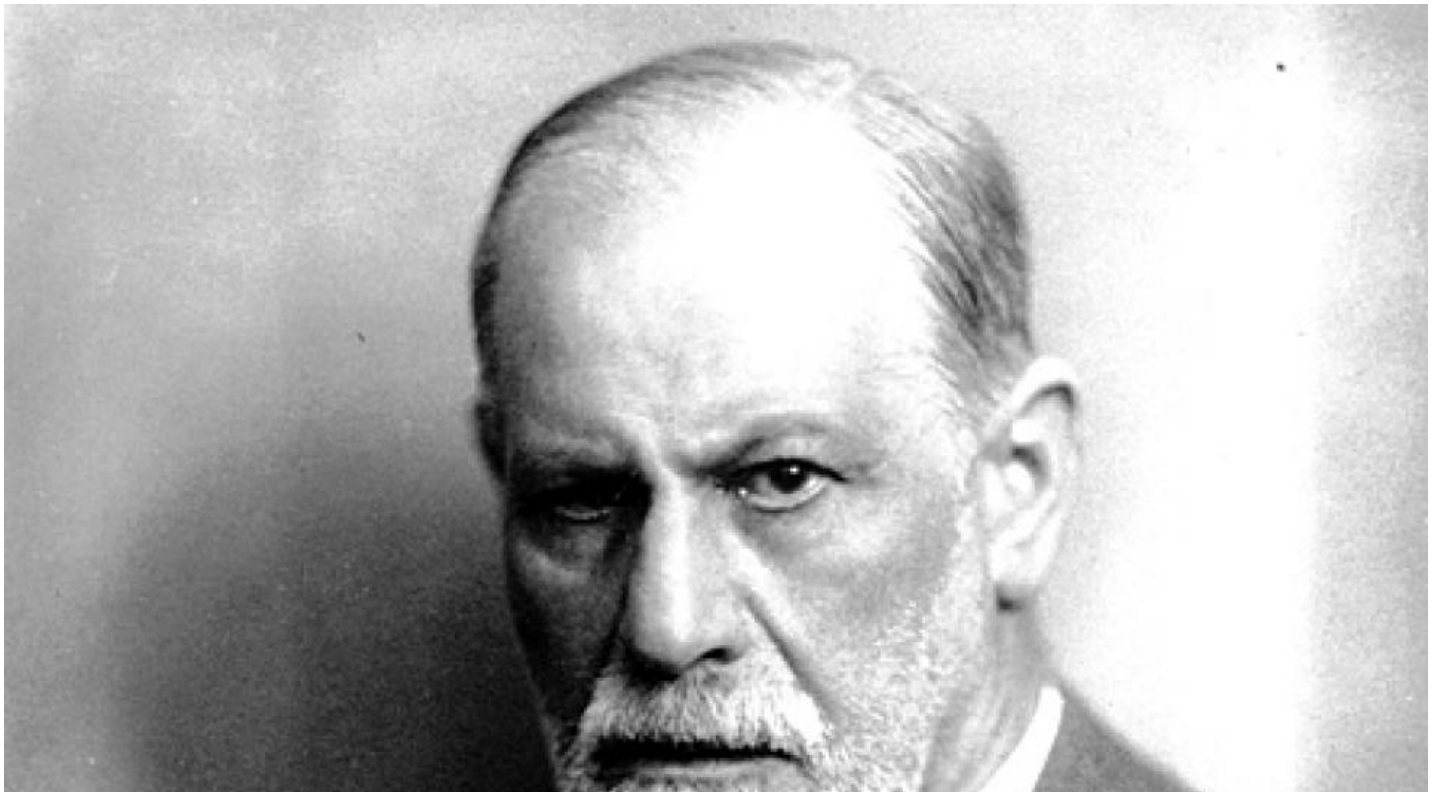


Psychothérapie : les règles à respecter pour être vraiment en thérapie



En thérapie, dans cet espace confiné, il y a des règles. Le patient oscille entre confidences et rapport commercial. Laurie Hawkes décrit cette situation parfois déconcertante. Extrait de "Une danse borderline" (2/2).

Avec Laurie
Hawkes

La première phase peut prendre une à plusieurs années. La phase plus profonde peut durer encore des années. Il faut du temps pour ébranler et transformer les schémas que vous avez en vous depuis l'enfance.

Ivana resta un moment silencieuse, pensive. Il était presque l'heure de terminer.

— Je vous propose d'y réfléchir quelques jours, et de me rappeler si vous pensez vouloir entamer ce travail avec moi. Nous conviendrions alors de quelques rendez-vous, pour une sorte de période d'essai. Si au bout de cinq séances, nous trouvons toutes les deux que cela se développe bien, alors vous serez vraiment en thérapie avec moi. À partir de ce moment-là, je vous demanderai de ne pas arrêter sur un coup de tête. Si à un moment, vous ne souhaitez plus poursuivre, dites-le moi, nous en parlerons, nous prendrons quelques séances pour comprendre ce qu'il se passe. Vous pourrez décider soit d'arrêter, soit de continuer le travail, et nous surmonterions ensemble ce moment difficile. Maintenant, c'est l'heure de nous séparer. Mais si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à me les poser la prochaine fois. Il faut que vous soyez partenaire à part entière dans ce voyage.

— Je peux vous payer par chèque ? Il paraît que les psys exigent des espèces – pour ne pas payer d'impôts, je suppose...

— Vous pouvez faire un chèque.

Pendant qu'Ivana sortait un stylo, Mathilde jeta machinalement un coup d'oeil au petit panonceau, bien visible, portant la formule classique "*acceptant le paiement des honoraires par chèque*". Elle supposa que la jeune femme ne l'avait pas vu.

Elles se levèrent toutes les deux. Ivana remit son manteau et attrapa son sac. À la porte, Mathilde lui sourit en lui tendant la main. Une poignée de main délibérément ferme mais chaleureuse. Ivana sortit, se retourna sur le palier pour la regarder encore une fois. Puis elle appuya sur le bouton d'appel de l'ascenseur, tandis que Mathilde refermait la porte.

Extrait de "[Une danse borderline](#)" - Petite psychothérapie romancée d'une personnalité limite, Editions Eyrolles (septembre 2012).

