



Chapitre d'ouvrage

Chapitre 9. Intégration d'États du Moi séparés

Par [Peggy Pace](#)

Pages 112 à 117

[Article](#) [Auteur\(e\)s](#) [Sur un sujet proche](#)

Feuilleter

Plan

- 1. Parties polarisées
- 2. L'intégration d'un souvenir somatique

SELON LE MODÈLE THÉORIQUE et les époques, les États du Moi séparés ont été désignés de façon très variable. Selon la formation du thérapeute, le modèle thérapeutique utilisé, ces parties seront appelées « parties du Soi », parties « objets », États du Moi, sous-personnalités, enfants intérieurs ou complexes à tonalité sensorielle similaire, pour n'en nommer que quelques-unes. Le propos de ce livre n'est pas de vérifier l'existence de ces « parties » ou d'expliquer comment elles participent à la construction du système de Soi chez chaque individu. Dans son excellent livre *Internal Family Systems* (Guilford Press 1995), Richard Schwartz décrit de façon très claire comment chaque individu peut être compris comme un système, et la méthode qu'il a élaborée pour travailler avec ces systèmes. Chez un sujet sain, bien adapté, les différentes parties internes travaillent ensemble, en permanence, comme une équipe sous la direction efficace du Soi.

La plupart des personnes qui viennent nous voir ont repéré qu'il y a des parties d'elles qui semblent agir de façon non contrôlable sur un mode autodestructeur. Ces clients pourront dire qu'ils « savent » que cela pourrait se passer autrement ou bien qu'ils aimeraient que cela se passe différemment mais qu'ils se sentent impuissants face à ces parties qui parfois prennent le dessus.

L'utilisation de l'Intégration du Cycle de la Vie pour permettre l'intégration de ces parties est délicate. Il est préférable que le thérapeute ait suivi les deux niveaux de formation en ICV avant d'essayer cette approche. De plus, avant d'essayer d'intégrer des parties séparées, il faut s'assurer que le client présente un Soi central solide. Au fur et à mesure de la construction d'un Soi central solide, grâce à des séances répétées de Protocoles de construction du Soi, il y aura en général intégration spontanée d'un bon nombre de ces parties précédemment séparées. Après un nombre suffisant de séances de Protocoles de construction du Soi et l'émergence d'un Soi central plus solide, avec un meilleur attachement à soi-même, le client pourra remarquer que des parties qui auparavant « pirataient » le système du Soi restent maintenant plus tranquillement en arrière ou même, ont disparu.

Les parties se sentent menacées par l'intégration qui représente pour elles leur fin voire leur mort. Pour éviter cela, il est important de leur expliquer au préalable combien elles sont appréciées et que le système du Soi a maintenant besoin qu'elles jouent un autre rôle. De cette façon, la partie se sentira valorisée et utile au système du Soi. Ce nouveau rôle devra être adapté à l'âge de la partie et lui plaire. Les parties sont souvent très jeunes malgré leur apparence extérieure. Leur compréhension est limitée, de même que leurs compétences, car elles sont restées bloquées dans le passé à l'âge qu'avait le client quand il les a créées.

Les clients dissociés savent souvent bien manier l'imagerie et donner l'impression d'intégrer différentes parties séparées à partir d'un travail avec la technique de la salle de conférence interne précédemment décrite. Toutefois, si le client ne présente pas une base de sécurité interne suffisamment solide, cette intégration « ressentie » ne sera rien de plus qu'un exercice mental. Aucune intégration définitive ne peut avoir lieu s'il n'y a pas un Soi central solide dans lequel la partie séparée (réseau neuronal) peut effectivement s'intégrer. Le travail avec les parties dissociées du système du Soi peut être divertissant pour le client comme pour le thérapeute, mais dans la plupart des cas, il ne sera pas efficace. La grande majorité des clients qui présentent des États du Moi séparés auront besoin avant tout d'un travail centré sur la répétition des protocoles de construction du Soi pour mettre en place ce Soi central solide. Les clients qui ont un Soi central solide n'ont en général pas de parties séparées, agissant indépendamment du reste du système.

1. Parties polarisées

Les États du Moi séparés sont souvent polarisés ou divisés en sous parties. Richard Schwartz (1995) explique de façon très concise l'existence de ces parties polarisées et les difficultés inhérentes au travail avec les systèmes internes. Parfois, certains aspects les plus extrêmes de certaines parties peuvent être terrifiants pour le client alors même que ces aspects ont été créés par ses propres systèmes internes. Le thérapeute devra alors rappeler à son client que son État du Moi enfant a créé cette partie pour se protéger de dangers réels ou de situations perçues comme dangereuses, et qu'au cœur de cette partie effrayante se trouve une partie enfant extrêmement effrayée. Le caractère extrême et la complexité de ces parties internes, au sein du système du Soi du client, semblent refléter le caractère extrême et la complexité de l'environnement de vie précoce du client.

Au sein de la plupart des systèmes de Soi dissociés, on retrouve des parties polarisées protectrices reliées aux parties blessées infantiles. Ces parties protectrices ont tendance à se cacher au plus profond du système, n'émergeant que lorsqu'elles ressentent qu'il faut protéger ces parties infantiles blessées. Lors du travail d'intégration d'une de ces parties blessées, la partie protectrice rattachée pourra être activée. Cela ne se manifestera pas forcément de façon évidente à la fin de la séance d'ICV, mais le client pourra ressentir des perturbations peu de temps après, et ce, durant plusieurs jours. Ceci est un autre argument en faveur d'un travail avec les protocoles de construction du Soi avant tout travail d'intégration de parties séparées du système du Soi. Le travail régulier avec les protocoles de construction du Soi toutes les semaines ou une semaine sur deux, amènera un résultat plus solide, avec, sur la durée, plus d'intégration et plus de cohérence au sein du système du Soi tout entier.

2. L'intégration d'un souvenir somatique

Lorsque le client présente une douleur corporelle évocatrice d'un souvenir somatique, l'intégration de l'état de ressenti somatique porteur de cette douleur, peut parfois en amener la disparition. Ceci vaut pour la mémoire neuronale d'une douleur – quand la douleur existe sans raison physique évidente.

Utilisez le protocole standard de l'Intégration du Cycle de la Vie et demandez au client de porter son attention sur la douleur physique présente dans son corps (au lieu des émotions ressenties dans le corps). Utilisez la première étape pour retrouver le souvenir associé à cet état somatique. Si le client présente une base de sécurité interne solide, il pourra utiliser le pont d'affect à partir de la douleur physique ressentie pour retrouver le souvenir connecté à cette douleur physique conservée en mémoire de l'événement. En suivant le pont d'affect, le client aura souvent la surprise de retrouver un souvenir différent de ce qu'il pouvait penser.

Les clients qui n'ont pas de base de sécurité interne ont souvent des difficultés à suivre le pont d'affect. Ils pourront alors choisir le souvenir qui leur semble être celui où ils ont pour la première fois ressenti cette douleur. En général, le traitement est moins efficace que lorsque le souvenir a été retrouvé avec le pont d'affect.

Une fois le souvenir trouvé, continuez avec le Protocole Standard. Demandez au client d'entrer dans la scène du souvenir puis d'emmener son Moi plus jeune dans un lieu paisible. Dans le lieu paisible, le thérapeute aide le client à remercier son Moi enfant d'avoir été si courageux et d'avoir conservé le souvenir de la douleur toutes ces années. Le thérapeute guide le client qui va expliquer à son Moi plus jeune que le temps a passé, que son corps a grandi et guéri des blessures physiques du passé. Puis, le thérapeute mène son client à travers les souvenirs signaux de la Ligne du Temps (étape 6). Répétez toute la séquence trois à cinq fois, ou jusqu'à ce que tout le souvenir somatique de la douleur soit traité.