

## **Thérapie Intégrative de Couple- Principes fondamentaux de la „Paarsynthese“**

La „Paarsynthese“ est une méthode psychologique, qui, joignant psychologie, recherche sociale, sciences spirituelles et pratique thérapeutique, a développé un concept pluridisciplinaire sur la vie en couple, l'amour et l'érotisme. Elle englobe une psychologie du couple, une anthropologie diadique et un procédé spécifique à la thérapie de couple, basé sur des techniques d'intervention d'intérêt relationnel. Des potentiels d'énergies intra-psychiques, relatives à la dynamique du couple et environnementiels s'y nouent dans des actions réciproques permanentes, créant ainsi un concept d'action thérapeutique bénéfique. La thérapie de couple est le domaine le plus récent en matière de psychothérapie et arrondit le cercle formé par les thérapies pour enfants, les thérapies individuelles, familiales et de groupes.

Depuis 1975, la Thérapie Intégrative Relationnelle et Sexuelle de Couple fut développée par Michael CÖLLEN sous le nom de PS en tant que traitement thérapeutique indépendant de couples. Elle se démarque d'un attachement exclusif à certaines écoles et méthodes psychothérapeutiques en faveur d'une synthèse étendue et inter-culturelle des potentiels d'énergies multiforme de la femme et de l'homme.

Avec l'Allemagne comme point de départ, elle est enseignée depuis 1980 à la „Académie

Européenne pour la Santé psycho-sociale (EAG)“, ainsi que dans d'autres établissements d'éducation des adultes sous forme de séminaires ponctuels, de cours intensifs de quatre séminaires, ou en formation continue d'une durée de quatre ans, aboutissant à la formation de thérapeute de couple. Elle est appliquée dans le domaine clinique, dans le travail thérapeutique et dans divers domaines de consultation.

En outre, en collaboration avec le „Centre de Formation Allemand (DAK)“, organisation de coopération pour associations travaillant dans le domaine de thérapie matrimoniale, de couple et sexuelle et la „Communauté Fédéral du Travail pour la Consultation Conjugale (BAG)“, des recherches intenses sur les éléments qui distinguent la thérapie de couple des autres thérapies furent menées durant cette

phase de développement de près de vingt ans. Les résultats ont mené au développement de concepts thérapeutiques intégratif et pluridisciplinaires.

Les principes de bas en sont les suivants:

1. Le couple ( - et non pas seulement l'homme) constitue la forme primaire de toute existence humaine: l'identité ne se forme que dans l'intimité, l'intégralité humaine se gagne dans la relation de couple.
2. L'amour comme raison d'être ne peut être qu'intégral et se réalise grâce à l'intimité, qui englobe l'existence humaine, l'énergie spirituelle, la recherche d'un sens à la vie, la volupté et l'échange (=énergie/écologie).
3. L'amour et l'intimité sont nécessairement des biens privés et publics, indispensables au processus d'intégralité et ainsi à la guérison de l'être humain et de la société.

**Point de départ** de la „Paarsynthese“ est son anthropologie diadique, qui comprend essentiellement une philosophie de la volupté, une théorie de la passion et de l'amour, une psychologie du couple et sa thérapie.

Nous y voyons le point de départ d'une compréhension qui débouche sur des solutions nouvelles pour la socialisation humaine et les structures de modes de vie émotionnels, politiques et économiques. La „Paarsynthese“ s'inscrit dans la tradition des thérapies relationnelles, qui s'étendent du Tao et du Tantra en passant par le positivisme français de la fin du siècle dernier et par Binswanger (1993), Buber (1958) et Klages (1941) jusqu'aux recherches de la neurobionique moderne (Fedrowitz 1994).

Le **but** de la „Paarsynthese“ est le concours, c'est-à-dire justement la synthèse des potentiels féminins et masculins, un travail pour la paix entre la femme et l'homme, la conciliation des sexes, ainsi que celle des peuples et des cultures. L'apprentissage de et par l'autre s'y trouve au premier plan. L'apprentissage d'aimer est alors un processus de développement commun des partenaires, qui se stimulent, se confrontent, se provoquent et s'évoquent mutuellement, arrivant ainsi à se compléter en une unité désirée vivement qui n'est possible nulle part ailleurs, qui est irremplaçable et dont la réalisation n'est pas un but en soi, mais constitue un accomplissement s'effectuant au cours de la vie (=dans les cinq **cycles du couple**).

La qualité d'une relation amoureuse est absolument différente de celle d'autres relations sociales (cf. Binswanger 1993, Dreitzel 1992). La totalité de l'appréhension humaine est incomparable, elle est à la source de sa magie, de son explosivité et de sa force destructive. La diade entraîne une concentration intensive de processus humains, de

même qu'une concentration intensive d'existence, d'essence et d'énergies. Le cadre nécessaire est constitué par la trias égalité, androgynie et intégralité.

### **Pratique de la „Paarsynthese“**

La „Paarsynthese“ en tant que travail en dialogue trouve son applications dans des établissements thérapeutiques, pédagogiques, confessionnels et économiques. D'après la modalité spécifique et la pluridimensionalité de l'amour, elle n'est obligée ni à une idéologie définie, ni à un modèle fixe de vie en couple ou une conception méthodique ni à des critères moraux, mais surtout à des critères psychologiques. Ce n'est que l'action intégrative qui rend possible un succès psychologiquement et économiquement approprié (Grawe 1994). La transformation du couple et des partenaires s'effectue par des contenus communs à toutes les écoles thérapeutiques: l'apprentissage des sentiments, l'énergie de résonance au lieu de l'énergie de confrontation, l'approfondissement spirituel, le dénouement des conflits entrelacés dans l'action sociale et par le soulagement qu'apporte la psychologie des profondeurs en traitant les parties névrotiques individuelles.

Comme le partenaire est impliqué dans la thérapie de couple de façon omniprésente, celle-ci demande des techniques et des interventions spécifiques, un concept de base nouveau. Des interventions visant l'un atteignent l'autre de façon complémentaire. Dans tous ses objectifs, le thérapeute doit tenir compte de l'effet possible sur le partenaire. Dans ce cas, les problèmes d'hommes sont toujours également des problèmes de femmes et vice-versa. La recherche nécessaire de son propre sexe, de son Moi propre et du sexe de l'autre ne peut s'atteindre que de façon diadique, dans la synthèse entre femme et homme. Les partenaires sont abordés comme partie d'une unité, c'est justement par l'autre qu'ils parviennent à gagner leur identité sous cette forme-la. Le travail psychothérapeutique s'exerce dans cinq **cycles thérapeutiques** ( à savoir personnalité du couple, développement amoureux, dynamique du couple, analyse des conflits amoureux et épanouissement du couple), tenant compte des trois dimensions de la psychologie des profondeurs, du dialogue et de la spiritualité. Ces cinq cycles ont comme but de redresser les cinq **piliers du dialogue** du couple, à l'aide desquelles l'intimité se gagne (corps, parole, sentiment, sens et qualité du temps), et de remettre en circulation l'équilibre des énergies d'amour entre espace propre, espace du couple et espace vital, représentés dans le **diagramme du couple**. L'équilibrage de cet échange qui englobe le corps, l'âme et l'esprit, se fait par l'intégration des **stratégies relationnelles** centrales, qui

comprennent l'adaptation, la confrontation, l'intuition et la planification (cf. Bowlby 1984, 1988 et Witte 1994). Dans ce cadre, la dynamique des querelles avec les conflits entrelacés ne joue qu'un rôle secondaire, c'est à l'apprentissage de l'amour que revient l'importance primordiale.

### **Différences avec la thérapie individuelle:**

A la différence de la thérapie individuelle où une telle pression se fait rare, dans la thérapie de couple il s'agit de gagner la course contre la destructivité des querelles journalières, c.à.d. le gradient de guérison doit être supérieur au gradient de destruction.

La thérapie de couple utilise non seulement des techniques d'intervention différentes de celles de la thérapie individuelle, mais a un caractère et un sens différent: on ne s'occupe pas de 'maladie', il ne s'agit pas de guérir la souffrance sur l'amour; l'approche traditionnelle de recourir à la personnalité individuelle s'interdit; le couple est un miroir de l'incapacité d'aimer de notre société et de sa culture amoureuse déficitaire.

Les buts visés sont fondamentalement différents: l'intimité comme force de guérison, la conciliation des sexes, la fête de l'extase et le plaisir des sens.

En dépassant les concepts d'individuation et d'intégration, la „Paarsynthese“ tente de réaliser l'unification de l'énergie masculine et féminine: une sorte de pacte de solidarité offre à l'individu la possibilité de transcender son passé, de se détacher de messages ancestraux, de remettre en question les modèles d'aimer des parents, de réduire le poids de l'héritage pour apprendre enfin par le partenaire le développement personnel et l'androgynie. Le concept de vie diadique ménage le concours intime de deux personnalités émancipées dans l'égalité et l'intégralité – en créant une synthèse par androgynie avec le vis-à-vis (cf. Türcke 1991), sans le coloniser pour autant.

L'approche responsable de l'amour et de la relation par l'intimité conduit implicitement à une approche du monde plus amoureuse.

*Michael Cölln, Hambourg, juin 1995*

### **GIPP e.V.**

Therapie • Paarseminare • Ausbildung • Weiterbildung  
Therapy • Seminars for couples • Education • Training

Renettenweg 3 • D-31582 Nienburg • Germany  
Telefon +49 (0)5021- 8877368 • Telefax +49 (0)5021 - 8877369

Email: [paarsynthese@gipp-ev.de](mailto:paarsynthese@gipp-ev.de)

[www.paarsynthese.de](http://www.paarsynthese.de)