

Atelier du 11 Mai : le Packing

Psychodrame sur le Traumatisme de la naissance Thérapie des peurs et de l'angoisse de mort

Origine du Packing : de l'anglais « To Pack » qui signifie remplir, emballer.

Historique : Les premières descriptions d'enveloppement sont retrouvées en 1850 dans les Annales médico-psychologiques sous la dénomination d'embaillotement humide.

Dans la première moitié du XXème siècles, ces pratiques disparaissent pour réapparaître en 1948 en France dans les cas de psychoses sévères. L'eau comme agent physique est utilisée essentiellement comme médiateur symbolique, (retrouver le placenta) pour favoriser le sentiment de sécurité, la prise de conscience de l'existence corporelle et la relation avec les objets et les personnes. L'enveloppement dans des draps humides, ou pack, constituant un Moi-peau qui redonne des limites.

Dans le même temps, ce type de pratique se développait aux Etats-Unis. La pratique fût véritablement réintroduite en France en 1966 par le psychiatre américain M.A. Woodbury qu'il la nommait « enveloppements anaclitiques » et la destinait aux traitements des crises psychotiques aiguës et des troubles chroniques du schéma corporel, expliquant que le but de ce traitement est de donner au malade une stimulation du schéma corporel, de contrôler ses tendances autodestructrices et agressives, sans l'aliéner par les médicaments ou l'isolement.

Il citait Chestnut Lodge qui avait démontré que « 87% des crises de morcellement aigu pouvaient être enrayerées en quelques heures par les enveloppements sans aucun médicament. Les patients recouvrent ainsi rapidement la fonction de symbolisation verbale et confient fréquemment du matériel psychique profond indispensable à leur psychothérapie.

Paul-Claude Racamier participera à l'élaboration de cette technique en préconisant la présence de personnes soignantes, tandis que le Professeur David Cohen, dans son service à la Pitié-Salpêtrière, présente quant à lui la pratique le Packing de façon indépendante de la psychanalyse, la considérant comme un exemple de « thalasso-thérapie à l'hôpital », et l'inscrit dans la lignée des traitements par hydrothérapie, comme d'abord indiquée pour les « malades psychotiques agités », en tant qu'alternative à la contention et la médication. Il évoque son utilisation sur une gamme de symptômes, de la catatonie aux

« pathologies borderline », ainsi que pour les troubles non psychiatriques. Il différencie « l'enveloppement sec » de « l'enveloppement humide ».

En 1988, la technique du Pack a été reprise et réaménagée par le psychiatre - psychanalyste Dr. Yves SIDA ; Directeur du CFTE de Paris (Centre de Formation de Thérapie Emotionnelle).

Le Pack, employé comme un psychodrame de naissance va permettre au patient de retrouver les affects et les angoisses éprouvés lors de son accouchement.

Enveloppé dans une couverture et dans des coussins, le patient va recontacter à minima l'enfermement, l'anoxie, la souffrance et l'angoisse liés à son traumatisme de la naissance, duquel il pourra sortir actif, vainqueur et puissant au fil des séances, en inversant ainsi les données. (Phallus)

Peur de la souffrance :

Physique et émotionnelle : peur de l'écrasement, peur de la folie ; le corps, le cœur et la tête du bébé subissent les contractions et des pressions intolérables pendant des heures. Le bébé est en anoxie souffrant d'asphyxie. Sa tête est écrasée, elle s'allonge et se déforme en « pain de sucre » pour dilater le col de l'utérus, avec la peur d'exploser au niveau des fontanelles, le bébé contacte la peur de devenir fou et d'en mourir. Certains bébés ont tellement souffert, qu'ils sortent bleus et cyanosés.

Pour plus de détails sur l'accouchement : le bébé lutte et se contracte pour résister. A cause de ces pressions son corps, sa cage thoracique et son cœur sont écrasés. Le cœur n'arrive plus à pomper et fournir l'oxygène normalement, le bébé s'asphyxie, sa tête est écrasée, le crâne s'allonge et se déforme en pain de sucre pour dilater le col de l'utérus. Les tempes sont écrasées autour de l'anneau de Strogoff. Les pressions sont insupportables, le bébé passe alors par la terreur panique, il a peur que sa tête n'explose et a peur de se vider de sa matière grise et de sa moelle dans le 'cosmos' : c'est la peur de mourir et la peur de la folie et du vide.

C'est là que nous connaissons notre première terreur panique, mais aussi la passivité et la mélancolie sans issue : « je n'y arriverai pas, j'arriverai pas à sortir de là ». C'est son premier vécu d'impuissance.

Stanislav Gof décrit cet espace comme « L'espace infernal ». D'après le Docteur Yves Sida et moi-même, ce serait là que nous ferions notre première crise d'hystérie. C'est là aussi que nous contacterions notre première peur de mourir, mais aussi la peur de la souffrance intolérable et de la moindre blessure, si caractéristique chez les personnalités hystériques. (peur des piqûres, de la vue du sang, de la moindre blessure, d'un regard jugeant et rejetant, etc....)

Après avoir vécu neuf mois d'extase océanique, le bébé connaît, dans l'expérience de la naissance, le plus gros traumatisme de sa vie et son moi ne peut gérer une telle émotion. Il ne peut ni la symboliser ni la synthétiser, et bien que le traumatisme reste refoulé dans l'inconscient, le bébé reste sidéré, figé sur cette peur qui le contamine durablement jusque dans sa vie adulte.

Ce vécu durant la naissance serait le prototype de toutes nos peurs et nos angoisses surtout si le bébé n'a pas été suffisamment réparé après sa naissance durant la première année.

Le packing, ou psychodrame de naissance, est une technique qui permet d'aider le patient à se libérer de ses peurs, à le soulager de ses angoisses, et aussi à retrouver sa combativité et sa puissance existentielle.

Libéré de ses peurs le patient peut enfin accéder aux trois 'Non' qui lui permettent de devenir Sujet et non plus l'objet conforme du désir de ses parents : Non oppositionnel, Non existentiel et le Non positionnel où il pourra enfin se positionner.

Au plaisir de vous retrouver.

Bien à vous.

Claude Cohen