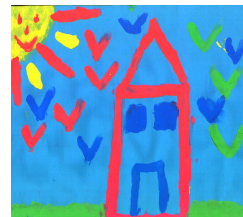


Défense d'entrer, propriété privée !



C'est une **maison bleue** adossée à la colline
On y vient à pied, on ne frappe pas
Ceux qui vivent là, ont jeté la clé...

I - Introduction

Que dessinent les petits enfants dès qu'ils maîtrisent le trait ? Un bonhomme et une maison. La maison est donc une des premières représentations mentales identifiable, signe de maturité de l'esprit humain.

« *La maison abrite la rêverie, la maison protège le rêveur, la maison nous permet de rêver en paix...* » Gaston Bachelard, *La poétique de l'esprit*.

Cette métaphore de la maison, basée sur celle de la construction réelle et symbolique et de son corollaire négatif, la ruine, est d'une grande utilité dans la prise en charge des violences sexuelles par l'hypnose.

Mais tout d'abord un petit exercice...

- Fermons les yeux quelques instants... et prenons le temps de laisser se dessiner la maison de nos rêves !!! Sera-t-elle petite ou vaste, au creux de la campagne, près de la mer ou au sommet d'une montagne, en ville ou isolée, ancienne en vieilles pierres ou ultra moderne aux lignes sobres et dépouillée... Ce peut aussi une grotte, un igloo ou une tente de nomade... Si vous hésitez entre la petite cabane en bois et le château, entre l'appartement dans un building qui domine le monde et la caravane que vous allez pouvoir emporter avec vous, si vous oscillez entre le cabanon dans les arbres, la chaumière, la datcha et la ferme peuplée d'animaux, la bastide, la gentilhommière ou le palais vénitien, sur l'eau, dans l'air, sur terre, sur pilotis voire dans l'espace, neuve ou chargée d'histoire, Locataire ou propriétaire ?

Laissez vous aller à la maison qui est au fond de vous... cette maison qui est vous...

II – Le psychotraumatisme sexuel

Ce sentiment de ruine intérieure est décrit par les femmes agressées sexuellement, deux femmes sur deux qui consultent, sentiment ressenti à partir de l'intrusion violente et sous contrainte dans le corps. Cette ruine prend souvent la forme du symptôme sexuel qui empêche tout accès au plaisir et au désir pour

l'autre, mais aussi entraîne phobie de la relation amoureuse, rejet du corps, dégoût du sexe, retournant en son contraire tout ce qui peut faire le bonheur d'être avec l'autre. Le corps-maison est alors vécu comme la saleté de la mesure, voire du taudis, la fragilité de la bicoque ou de la cahute ou encore le blindage de la forteresse ou l'isolement de l'asile.

Le viol : un psychotraumatisme qui passe par le corps.

- Relève du processus de psychotraumatisation
- Typologie de *TERR (1991)* :
 - Traumatisme de type 1 : événement traumatique unique, avec contours bien définis et agent traumatique aigu et non abusif
 - Traumatisme de type 2 : l'événement est répété, l'agent traumatique est chronique et abusif avec menace et reproduction dans le temps (abus sexuels en font partie...)
 - Traumatisme de type 3 : (ajout de *Salomon et Heide en 1999*) : événements multiples et envahissants pendant une longue période, agent stressant chronique ou abusif (actes de tortures, guerre, exploitation sexuelle...)
- ◆ DSM V : Etat de Stress Post Traumatique ESPT : reviviscence, évitement, engourdissement émotionnel et altérations négatives persistantes dans les cognitions et les humeurs.

Trauma complexe :

- DESNOS : Disorders of Extrême Stress Not Otherwise Specified : regroupe 6 catégories de symptômes. Deux approches de critères diagnostiques : *Judith Lewis Herman (1992)* et *Roth et al. (1997)* en référence ici.
 1. Altérations dans la régulation des affects et impulsions
 2. Altérations dans l'attention et la conscience
 3. Altérations de l'auto-perception
 4. Altérations dans la perception de l'auteur de l'agression
 5. Altérations dans les relations avec les autres
 6. Somatisations
 7. Altérations dans le système des sens

Plusieurs objectifs pour aider ces femmes à se retrouver dans cette sécurité de leur féminité à partir du lien entre le corps et la maison :

- Réorganiser l'espace intime à partir de la construction, au toit en passant par le fonction des murs et la qualité des matériaux : savoir se réapproprier son corps
- Accéder aux zones les plus profondes ou les plus mystérieuses des fondations, de la cave au grenier pour trouver des ressources

- Vivre pleinement chaque pièce de la maison pour redévelopper la notion de plaisir
- Faire le ménage et se débarrasser des encombrants : se dégager de ce qui n'est pas à soi
- Accéder aux ouvertures : s'ouvrir à d'autres expériences pour dépasser le traumatisme

Notons que l'image du corps est pour une bonne part inconsciente (Schilder, Dolto¹) basée sur les expériences sensorielles et relationnelles, les émotions, articulée avec la représentation et toujours en remaniement.

Deux voies de fondation de l'image du corps qui sont mises à mal dans le cas des violences sexuelles : le corps érogène et la notion d'excitation plaisante voire voluptueuse (essentiellement muqueuse et sphincters) (Freud) et la représentation de l'intérieur du corps traversé par des forces « *obscures et inquiétantes, allant jusqu'à la peur de l'anéantissement* ».²

La symbolisation et l'imagination permettront à l'image du corps de gagner en sens et c'est ce sens-même qui est altéré voire annulé par la force du traumatisme. C'est cette « restauration » du sens de la « maison-corps » et l'espace habitable conscient et inconscient que permettra l'hypnose métaphorique.

III – Cinq pistes hypnotiques...

1 – Réorganiser l'espace intime à partir de la construction :

L'édification de l'habitat passe par la verticalité. Quelque soit la maison, sols et plafond inscrivent le corps de l'habitant dans ce « tenir debout » qui renvoie à la dignité humaine et à la construction de l'espace intérieur. Ce sera le premier but du travail métaphorique avec ces patientes touchées dans ce qu'elles ont de plus profond de leur identité, leur féminité. Les faire sortir de la soumission dans laquelle elles ont été contraintes. (Ce n'est pas pour rien que certaines cellules de tortures notamment celles de la Maison de la Terreur à Budapest, étaient conçues pour que le prisonnier soit courbé sans possibilité de se relever, la torture elle-même consistant à rester recroquevillé dans un espace minimum pendant des semaines, sans lumière et sans air !)

- Les murs et les cloisons

Construire ses murs c'est aussi choisir la façon dont la porosité entre le dehors et le dedans va s'effectuer. De grosses pierres n'auront pas la même fonction de séparation que du bois ou de la terre... L'épaisseur des murs, leur équilibre, leur hauteur aussi, conditionnent la forme de la maison. Le mur sépare

¹Schilder Paul

² Alberto Eiger

mais il enveloppe aussi et le Moi-Peau cher à Anzieu n'est pas loin. Le mur arrête mais aussi préforme le contenant. La cloison sépare mais filtre aussi et conditionne l'espace intime. Que d'angoisse des parents devant des cloisons qui laissent passer les bruits de leurs ébats... Que d'angoisse des enfants qui ne supportent pas d'être isolés dans leur chambre, rêvant d'être dans le lit parental...

- Le toit, la protection

Toits en pente, toits terrasses, en tuiles ou en ardoise, l'objet est de ne pas le perdre... C'est par lui que l'on termine la construction, on couvre ! Alors bien sûr cette « couverture » n'est pas anodine puisqu'elle rassure et elle protège... Une maison sans toit est ouverte aux quatre vents comme peut l'être le corps de certaines femmes qui après un viol s'offre à qui veut bien d'elles... sans protection, sans respect pour elles-mêmes, celles aussi qui tête ailleurs s'ouvrent sans rien sentir...comme une maison béante...

- La façade

C'est la partie de la maison qui donne à voir, qui s'expose, qui est accueillante ou au contraire repoussante voire inquiétante. Elle cache aussi et souvent est une promesse. Celle d'un intérieur qui peut être en cohérence ou en opposition... Je pense à ses jolies anorexiques, jolies comme des cœurs, soignées, fluides au point d'être transparentes et qui cachent une détresse d'un intérieur blessé, dévasté par une agression sexuelle ou un inceste... Mettre en cohérence la façade de la maison avec ce qu'elle contient... Et la grande question dont on peut méditer le sens : commencer ou finir par le ravalement ? Regarder du dehors ce qui se passe au dedans par ces ouvertures éclairées qui révèlent les scènes de la vie quotidienne...

2 - Accéder aux zones les plus profondes ou les plus mystérieuses des fondations, de la cave au grenier...

L'hypnose c'est avant tout trouver des ressources... Nous savons que la régression en âge induite ou spontanée est un outil privilégié et en matière de sexualité, les fondations vont être essentielles dans le vécu du traumatisme. Sont-elles solides ? Sont-elles friables ? Sont-elles existantes ?

Tout ce qui a fait sens dans la construction de ce territoire ignoré de sa sexualité, la plupart du temps par le sujet, va ressurgir, comme autant d'objets retrouvés dans une cave qui est géographiquement très proche des fondations... certains seront intacts, certains seront brisés ou inutilisables, trop vieux ou passés, d'autres bien conservés, comme en attente d'être exhumés... La descente dans la cave reste la porte de l'inconscient... sombre... humide... qui sent la terre... lieu de nos pulsions parfois terrifiantes, lieu des secrets enfouis mais aussi de vins précieux qui « travaillent » en silence...

Le grenier est lui le lieu de la fouille, de l'ouverture des malles, des secrets bien gardés. Lieu de mémoire par excellence, le grenier est aussi le refuge, le lieu où l'on se cache, celui du jeu et de l'escapade enfantine, l'endroit par excellence où à partir du passé peut se construire l'avenir. Passer de la cave au grenier, c'est permettre au patient de changer de plan de conscience... d'explorer sa mémoire dans toutes ses dimensions y compris celle de l'effacement du souvenir et parfois de l'oubli mais aussi de parfois rencontrer des fantômes plus ou moins sympathiques...

Enfin, s'appuyer sur ce qui a été édifié renvoie à la crypte, à la superposition que nous connaissons dans nos cathédrales... Une petite chapelle néolithique et païenne, qui fait place à une église romane sur laquelle s'est édifiée une cathédrale... Chaque fois l'homme y a mis toute son ingéniosité et sa force spirituelle...

3 - Accéder aux ouvertures : s'ouvrir à d'autres expériences pour dépasser le traumatisme

La clef voire le trousseau de clefs est au cœur de l'accessibilité à l'intériorité. Ouvrir une porte va nécessiter de se saisir de cette clef parfois perdue et qu'il faut d'abord retrouver... Elle peut être simplement au fond d'une poche et il suffit d'y plonger sa main pour la trouver. Trouver la bonne serrure, celle de la bonne clef peut aussi prendre un certain temps... Il faut souvent essayer puis essayer encore, elle grippe parfois, pour qu'enfin la porte s'ouvre... Et là encore le passage peut être difficile... la porte peut grincer, résister, être très lourde, en bois ou en métal... « Sésame ouvre-toi », formule magique que bien des femmes au vagin fermé, replié voire obstrué, aimeraient connaître... C'est ainsi qu'elle arrivent avec cette attente, parfois après de nombreuses années de silence sur ce qui a clôturé leur corps et annulé leur vacuité... La clef dans la serrure, symbole de pénétration, qu'elles vont pouvoir mettre en scène dans cette métaphore où les portes peuvent être nombreuses et se succéder avant d'arriver enfin dans un lieu de repos et d'harmonie. Les fenêtres, autant d'ouvertures sur le monde, apportent leur lot de découvertes... Volets, persiennes, jalousies les protègent mais permettent aussi de voir sans être vus. D'aérer aussi, de ventiler ce qui est parfois renfermé... quoi de plus beau que qu'une fenêtre ouverte sur jardin, laissant voler de grands rideaux blancs ...

Parfois ouvrir un vasistas est suffisant pour voir le ciel, quand l'horizon a été brouillé par l'abus...

4- Vivre pleinement chaque pièce de la maison pour retrouver la notion de plaisir...

La succession des pièces de l'entrée à la pièce principale aura toute son importance : rester sur le seuil avant de pénétrer sera une étape pour une femme à la sexualité abimée. Visiter l'intérieur de la maison va nécessiter de la

prudence ! D'abord la pièce à vivre... meublée, décorée avec des objets auxquels elle tient... Musique, feu dans la cheminée, ambiance chaleureuse... La circulation qui permet les échanges d'une pièce à l'autre...chacun ayant son coin préféré dans la maison. Partager dans la cuisine, se retirer dans sa chambre, se croiser dans un couloir, rejoindre l'autre dans son bureau pour échanger... Cette circulation peut être révélatrice d'un abus de pouvoir, d'intrusion. Qui pénètre dans la salle de bain sans demander si elle est occupée... qui laisse la porte des toilettes ouvertes, qui entre sans frapper...

5 - Faire le ménage et se débarrasser des encombrants : se dégager de ce qui n'est pas à soi... Le cambrioleur a laissé des traces
Dégager la poussière, vider les poubelles, déposer hors du logis les encombrants

En Conclusion : il y a beaucoup à dire !!!
Des travaux d'entretien à la réparation qui complètent la construction, nous rappellerons les cinq fonctions de l'habitat :
La fonction contenante, l'identification (le moi-maison), la continuité historique, la fonction créatrice et la fonction esthétique.
Restaurer pour revivre...

Joëlle Mignot

Psychologue et Sexologue clinicienne.

Co-directrice d'enseignement du DU de Santé Sexuelle et Droits Humains, des Diplômes Inter universitaires (DIU) de Sexologie et de Sexualité Humaine, Université Paris Diderot USPC (Université Sorbonne Paris cité)

Hypnothérapeute et enseignante en hypnose clinique

Vice-Présidente de l'Institut Milton Erickson Avignon-Provence

Rédactrice en chef de la revue « Sexualités Humaines »

Membre du Comité Exécutif de la Chaire de Santé Sexuelle et Droits Humains de l'Unesco

Membre du Conseil d'Administration de la CFHTB

Comité Paris 2015

Auteur

47, rue des acacias,

75017 Paris

06 81 95 46 23

courriel : joelle.mignot@wanadoo.fr