

Philippa
Perry

Flo
Perry

Sur le Divan

Thérapie,
mode d'emploi



DUNODGRAPHIC

Titre original : *Couch Fiction. A Graphic Tale of Psychotherapy*

Publié en 2020 au Royaume-Uni par Penguin Life, une marque de Penguin General
Penguin General est un éditeur du groupe Penguin Random House

Texte et scénario copyright © Philippa Perry 2010

Illustrations copyright © Flo Perry 2020

Tous droits réservés

Pour l'édition française :

© Dunod, 2022

11 rue Paul-Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-083962-9

Traduction : Nouannipha Simon

Direction artistique : Nicolas Wiel

Sur le Divan

Thérapie,
mode d'emploi

Un roman graphique de

Philippa Perry

Illustré par

Flo Perry

Traduit de l'anglais par

Nouannipha Simon

DUNODGRAPHIC

Avant-propos

Cette habitude que nous avons d'éviter certaines émotions est au départ une façon très créative de nous adapter à notre environnement. Enfants, c'est ce qui nous permet de survivre et nous épanouir malgré des conditions de vie jamais idéales. Les circonstances peuvent changer, mais le plus souvent, nous conservons ces habitudes, même si elles ne sont plus adaptées ou si nous n'avons plus intérêt à les garder. C'est le thème sous-jacent de ce récit.

Avec leur permission, j'ai repris le contenu de rêves de personnes qui existent vraiment. Le reste est le fruit de mon imagination. Même si aucun des personnages mis en scène n'a existé, et même si les événements décrits n'ont pas vraiment eu lieu, il s'agit de cas d'études types. J'ai écrit ce livre parce que je voulais décrire ce qu'une thérapeute et son client peuvent vivre.

La plupart des planches sont suivies d'un bref commentaire. Vous pouvez le laisser de côté sans pour autant perdre le fil de l'histoire. Mais si vous avez envie d'en savoir plus, n'hésitez pas à le lire !





Certaines écoles de psychothérapie suggèrent aux thérapeutes, avant chaque séance, de chasser toutes idées préconçues afin d'avoir l'esprit le plus ouvert possible et être en mesure de percevoir les nuances les plus subtiles dans les échanges à venir. Le psychanalyste Wilfred Bion dit que l'un des principes directeurs du travail du praticien est de donner

la priorité à la perception et à l'attention plutôt qu'à la mémoire et au savoir. La plupart des thérapeutes expérimentés appliquent cette règle à la lettre (parfois sous le coup de la sénilité plutôt que par conviction). La thérapeute de notre histoire ne respecte pas strictement ce principe. Ce n'est pas une thérapeute parfaite, une telle chimère n'existe pas.



Je me demande s'il y a eu des études sur l'impact des bacs de recyclage et de leur contenu posés sur le perron des cabinets de thérapeute ?



Cela m'intéresserait de savoir ce qu'en pensent les clients qui viennent pour la première fois.



Les psychothérapeutes s'inquiètent peu de l'impression qu'ils donnent à leurs clients* ; certains portent des sandales orthopédiques ouvertes en toute saison. En regardant les chaussures d'un thérapeute, on peut

aisément deviner s'il travaille à domicile ou dans un cabinet. S'il porte des pantoufles ou des sandales ouvertes en hiver, il exerce très certainement chez lui.

* Soit parce qu'ils ont réglé leurs problèmes narcissiques, soit parce qu'ils n'ont cure de leur apparence, soit les deux.