



*Dominique Baumgartner*

## ***La crise de vie***

*Apocalypse ou métamorphose ?*

### ***Préambule***

Les crises de vie sont l'émergence d'une intériorité ignorée qui va exiger un retour à soi plus ou moins brutal : une interpellation de l'individu qui s'est égaré un peu trop à la surface des choses. Notre psyché est en partie une mémoire affective qui s'est constituée plus ou moins consciemment au fil de notre histoire de vie et des événements qui l'ont marquée. Ce que notre psyché n'a pas assimilé ou digéré réclame un espace pour se dire. La crise est en somme l'éruption dans une vie bien normée et contrôlée, de ce qui a été enfoui ou non vécu. Elle met en échec nos systèmes de compensation et exige une cohérence entre le dedans et le dehors.

### ***Développement***

*La mise en échec des systèmes de compensation* : la situation qualifiée de crise est en principe une situation qui déroge à ce que nous voudrions vivre : la crise signifie que notre système de compensation est mis en échec par une situation et nous parle d'une intériorité menacée ou ignorée. Cette crise s'exprime par un « mal-être » psychique, physique ou émotionnel.

*Les rigidités ou l'impossibilité de s'ajuster au nouveau* : la situation qui nous affecte parle de nous et des schémas intrapsychiques qui organisent notre rapport à l'environnement depuis l'enfance. Les situations dites de crise dérogent à notre volonté et donc à notre fonction contrôle.



*Dominique Baumgartner*

*L'émergence de l'Ombre ou la terreur de l'Autre en Soi* : elles mettent à jour des matériaux psychiques jusque-là refoulés, car trop encombrants pour notre construction narcissique ou l'idéalisation de notre monde. Ces matériaux sont à la psyché l'équivalent des calculs rénaux dont nous savons qu'ils provoquent des coliques néphrétiques extrêmement douloureuses. Ces matériaux réclament notre attention pour être vécus consciemment et se dissoudre au lieu de se cristalliser.

*Les projections, un polluant pour les relations avec l'environnement* : nous projetons sur une situation des matériaux psychiques non résolus qui nous encombrant au-dedans alors nous les déversons au-dehors. Dès lors, mettre l'environnement à l'origine de nos embarras est normal et agir sur l'environnement pour que cesse le dérangement est l'unique option. Nous mettons sur le compte du dehors ce qui relève du dedans, est à l'origine de bien des impasses relationnelles qui polluent le tissu relationnel de tous les systèmes. Toutes les situations de vie peuvent être envisagées comme un espace de réparation, de consolidation, de répétition des schémas névrotiques de la personne mettant à mal les dynamiques intra et inters personnels.