

Interview trimestrielle

Aujourd'hui

Carla et Carlo Trippi Nessi



Carla et son mari sont Psychothérapeutes diplômés, Imago thérapeutes et animateurs de stage Imago pour couple certifiés. Ils habitent et exercent leur profession à Granges au « Centre du Pré du Moulin »

Ils offrent non seulement la thérapie individuelle, mais aussi la thérapie de groupe.

Ils ont 2 enfants et une petite-fille de 16 mois qu'ils adorent.

Carla Nessi Trippi a ouvert depuis avril 2005 et ceci jusqu'à juillet 2006 une école d'expression de soi baptisée « La Scarla ». Des intervenants de renom sont attendus à ce cours de « l'antiperformance » axé sur le corps et la voix.

Psychothérapeute depuis 29 ans, Carla explore des voies thérapeutiques nouvelles.

Privilégiant le rapport au corps et la relation avec les autres, le théâtre est l'une de ces voies. Le Centre du Pré du Moulin, adapté aux thérapies de groupe et dont la grange abrite un petit théâtre, a accueilli déjà plusieurs spectacles publics, dont un opéra comique.

En 2004, une pièce à but thérapeutique sur les dépendances et les co-dépendances a été jouée plus de 20 fois devant quelques milliers de spectateurs.

Selon Carla Nessi Trippi, à « La Scarla », on apprend notamment à se « réapproprier ce qu'on a, ce qu'on est », « à retrouver le sourire de l'enfance, la conscience en plus », « à recentrer sa propre énergie », « à se remplir de calme et à rendre à la lumière les zones d'ombre que l'on porte en soi ».

L'Association francophone de thérapie relationnelle Imago (AFTRI) organise aussi au Centre de Granges des stages de couple Imago, de formation clinique de base et pédagogique.

Tout un programme ! Mais en fait, **qu'est-ce que la « Thérapie Relationnelle Imago »** enseignée lors des stages pour couples ?

La Thérapie Relationnelle Imago a été développée par le Dr. Harville Hendrix, fondateur de l'Institut pour la Relation, à New York. Elle propose un modèle basé sur la compréhension de la dynamique du couple et sur une synthèse des principales thérapies relationnelles et conjugales. Il s'agit d'une thérapie brève qui combine prise de conscience et exercices pratiques. Les couples apprennent à se sentir en sécurité et à apprivoiser leur réactivité, pour reconnaître et réparer les blessures du passé, en utilisant la frustration et l'incompatibilité comme une opportunité de croissance personnelle et commune. Les partenaires peuvent découvrir ce qui donne sens et prix à leur vie et à leur rencontre : la joie, la créativité, l'intimité, la romance, le jeu, l'état amoureux, la sexualité, la vitalité. Le bénéfice de cet « apprentissage » est une confiance accrue en l'existence et avec elle, la connexion spontanée avec leurs propres forces vives.

La formation clinique de base et pédagogique s'adresse, elle, aux professionnels désirant pratiquer la Thérapie Relationnelle Imago pour couples, en qualité de Thérapeutes Imago Certifiés. Elle peut intéresser toute personne travaillant dans le domaine de la relation (enseignant, éducateur, partenaire d'un(e) psychothérapeute en formation, etc.). Cette formation est donnée par des thérapeutes américains.

Faisons donc plus ample connaissance avec Carla et Carlo Trippi Nessi !

Depuis quand êtes-vous établis à Granges/Veveyse et quelles sont vos origines ?

« Nous sommes arrivés à Granges en octobre 1995. Jusqu'alors, nous habitions à Lausanne. Nous avons attendu que les enfants soient partis de la maison pour déménager. Carlo est originaire des Grisons et moi du Tessin. »

Pourquoi avoir choisi ce village en particulier pour y exercer votre profession ?

« Le volume que nous offrait cette maison pour y créer, entre autre, une salle de thérapie ainsi qu'un théâtre, tous deux de 100 m², a motivé notre choix. Le calme et l'espace ont aussi été décisifs. Nous n'aurions jamais pu trouver une telle propriété à Lausanne. »

Certains habitants de notre commune vous considèrent comme une secte ; La thérapie relationnelle Imago et l'Art-Thérapie ont quelque chose de mystérieux qui dérange de par l'ignorance et l'incompréhension de certaines personnes. Que pourriez-vous dire pour les rassurer ?

« Non, nous ne sommes pas une secte ! Nous sommes psychothérapeutes, reconnus par la santé publique du Canton de Vaud ! L'Imago thérapie, l'Art-thérapie ou encore la thérapie par le théâtre n'ont absolument rien de mystérieux. Cela se pratique partout depuis des décennies... Plusieurs livres en parlent depuis longtemps. L'Imago-thérapie est une thérapie que je qualifierai de révolutionnaire, car elle permet à beaucoup de couples d'éviter la rupture et d'ailleurs de plus en plus de couples s'y intéressent. J'invite toutes les personnes qui doutent de notre bonne foi à venir se renseigner chez nous, à venir parler avec nous. Notre travail de psychothérapeutes est partagé entre l'Imago Thérapie (30% env.) l'Art Thérapie, qui comprend le théâtre, le modelage, la peinture et le chant (30% env.) et les thérapies individuelles et thérapie de groupes (40% env.) »

Quelle est la spécificité de la thérapie de groupe ?

« Nous pouvons travailler plus profondément que lors de thérapies individuelles parce qu'il y a assez de personnes pour jouer et reproduire des scènes ou situations mal vécues, mal gérées émotionnellement. Le patient peut ainsi revivre consciemment ce qu'il a vécu, effectuer une réparation émotionnelle et désamorcer les tensions dues à une partie de son passé devenue indésirable ou insoutenable. Il extériorise ses blessures et les soigne. Cet exercice lui permet de retrouver sa propre identité et la sérénité. Nous avons deux groupes qui travaillent toute l'année pour aider ces personnes. »

Quels sont les couples qui viennent chez vous faire un stage d'Imago thérapie ? Sont-ils nécessairement en rupture ou en conflit ?

« Non, pas nécessairement. Il arrive aussi que de jeunes couples viennent faire un stage pour solidifier leur union récente ou future après avoir pris connaissance de cette thérapie. Le bouche à oreille rend cette thérapie très populaire. »

De quelles régions viennent-ils ?

« De toute la Suisse romande et de France. Toutes les cultures y sont représentées. »

Sont-ils dirigés chez vous par certains psychothérapeutes ?

« Oui, parfois par des médecins ayant suivi un stage avec nous ou ayant entendu parler de nous. »

Quel est le pourcentage de réussite de cette thérapie ? Y a-t-il parfois « rechute » des couples après un ou deux stages ?

« Nous avons relativement peu de recul pour l'instant. Environ 2000 couples ont suivi cette thérapie. Nous évaluons que cette clientèle à un taux de réussite de près de 70 %,

ce qui est énorme ! Il n'était que de 15 à 20% précédemment avec d'autres thérapies traditionnelles.

Quelque 30% des couples se séparent malgré tout dans les mois qui suivent. »

Qu'apprennent les couples pendant le stage de base de 4 jours ?

« Il y a une première partie théorique pendant laquelle, lors d'une démonstration, nous exposons un problème banal et le cheminement que devrait suivre chaque couple afin de partager les difficultés, réinstaurer la communication et le dialogue. Aimer est un travail conscient qui demande beaucoup d'implication de part et d'autres.

Nous ne prenons pas parti pour l'un ou pour l'autre ; notre but est de mettre le couple en relation ; à leur tour, ils deviennent thérapeutes. Nous mettons à leur disposition des exercices à pratiquer telle une boîte à outils qu'ils ouvriraient lorsque cela s'avèrerait nécessaire, lors d'un conflit ou d'une incompréhension, par exemple. Le conflit permet au couple d'évoluer, de grandir, de s'aimer encore plus, pour autant qu'aucun des partenaires ne cherche à dominer l'autre ; tous deux apprennent à se comprendre et à accepter les divergences qui pourraient survenir. Le couple est formé de deux individus qui ont, ensemble, un petit jardin à entretenir ; cet espace, très important, ne doit en aucun cas être le lieu d'une lutte pour le pouvoir, dans le dessein d'englober l'autre pour qu'il (elle) pense ou qu'il (elle) soit à son image. Une grande motivation simultanée est nécessaire pour arriver non seulement à se respecter, mais à grandir, à s'amuser ensemble et ainsi à réaliser des rêves de couples. Après le stage, je dirais simplement que ça passe ou ça casse. »

« La Scarla », école d'expression de soi est limitée dans le temps. Pensez-vous renouveler l'expérience après juillet 2006 ?

« Oui, probablement dès mars ou avril 2007. Cette école permet à chacun d'être simplement lui-même, d'habiter son corps et apprendre à oser s'exprimer librement et pleinement. »

Quelles sont les personnes que vous acceptez dans cette école ?

« Toutes les personnes qui ont envie d'apprendre à s'exprimer et à oser le faire. Ce n'est pas une thérapie. »

Pourquoi 22 jours d'enseignement sur une durée de 15 mois ?

« Il est très difficile de réunir toutes les personnes qui désirent participer à cette école de 22 jours. Ainsi les cours peuvent avoir lieu sur les week-ends ou en période de vacances. »

Projetez-vous de présenter une pièce de théâtre prochainement ? Si oui, sera-t-elle ouverte à tous spectateurs ?

« Oui, Carlo a le projet de refaire une pièce, mais pas dans l'immédiat. Pour l'instant, il écrit un livre sur la relation du couple qui sera vraisemblablement publié en été 2006. »

La pièce présentée en 2004 était-elle publique ou était-elle réservée à des « initiés » ? L'avez-vous présentée ailleurs qu'à Granges Veveyse ?

« Elle était publique et nous ne l'avons pas présentée à Granges, car notre salle, trop petite, ne s'y prêtait pas. Nous l'avons présentée à Yverdon, à Fribourg et à Lausanne. Il y avait 25 acteurs amateurs et 3 musiciens semi professionnels. »

Etes-vous les fondateurs de l'Association francophone de thérapie relationnelle Imago (AFTRI) ? Combien de membres regroupe-t-elle ?

« Oui, Carlo en est l'initiateur. Elle regroupe 6 membres de comité et environ 15 thérapeutes. »

Formez-vous également des professionnels à la Thérapie Relationnelle Imago et d'où viennent-ils ?

« Il y a eu 3 stages en 6 ans et ce sont des thérapeutes américains qui se chargent de la formation au Centre du Pré du Moulin ou ailleurs. Les professionnels qui suivent cette formation viennent essentiellement de Suisse romande. »

Le nombre de divorces est toujours en hausse. Pensez-vous que la TRI (Thérapie Relationnelle Imago) pourrait être une solution dans bien des cas et ainsi éviter beaucoup de ruptures ?

« Oui, c'est certain ; mais comme je l'ai dit auparavant, il faut une grande motivation au sein du couple pour y arriver. »

Avez-vous des hobbies ou d'autres passions plus personnelles ?

« Le théâtre, la nature, la montagne et les voyages, même si nos occupations professionnelles ne nous laissent que peu d'occasions pour partir. Le chant est aussi une passion personnelle ; Et puis surtout notre adorable petite-fille, à qui nous consacrons presque chaque vendredi ! »

Qu'est-ce que vous aimeriez changer à Granges si vous en aviez le pouvoir ?

« Nous aimerions beaucoup que la Commune s'engage afin que le bus « Publicar » puisse desservir notre village. A part cela, je dois dire que nous nous y sentons très bien ; Cet environnement magnifique et paisible nous apporte beaucoup de satisfaction ! »

Un grand MERCI à Carla et à Carlo Trippi Nessi qui m'ont expliqué avec beaucoup de passion et de chaleur les différentes facettes de leur profession !

SDG/Chris/09.02.06