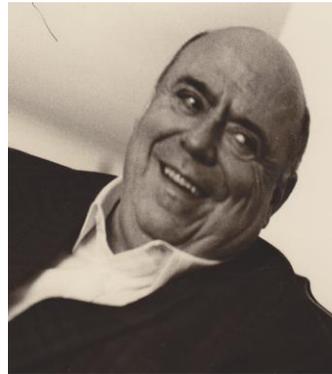


## Qu'est-ce que la micropsychanalyse ?

- La micropsychanalyse est une évolution de la psychanalyse. Elle propose une démarche analytique intensive, donc resserrée dans le temps. Sa technique est souple et modulable.
- Faire une micropsychanalyse permet de déployer auprès d'un professionnel une parole authentique et d'exprimer les sentiments qui vont avec. C'est explorer son psychisme à la recherche des causes d'un mal-être et de symptômes gênants, afin d'alléger une souffrance.
- Il s'agit d'une technique individuelle qui donne un grand espace pour explorer l'inconscient. Au delà de son effet libérateur, cette démarche vise à une meilleure réalisation existentielle.



## Quelques mots de la technique

- Pour la personne en analyse, la manière de procéder est simple : il lui suffit de dire, le plus librement possible, ce qu'il ou elle pense et ressent, à parler ainsi du présent et du passé, de son imaginaire, de ses actions et de son rapport aux autres... En se laissant aller à cette méthode de libre association, il ou elle pourra donner sens à ses symptômes, à ses rêves et fantasmes, à ses répétitions névrotiques... afin d'alléger la souffrance provoquée par certaines de ces productions psychiques.
- Une fois la rencontre analytique bien installée, on peut stimuler l'analyse en proposant de travailler sur des documents pour activer l'accès aux profondeurs du psychisme, grâce au souvenir et au revécu de situations marquantes.
- Ainsi, on pourra examiner de manière approfondie des **photos ou vidéos** représentant différents moments de l'histoire de la personne, étudier sa **généalogie**, prendre connaissance d'écrits, comme des journaux intimes, ou de productions créatives comme des dessins d'enfance.
- Enfin, la technique micropsychanalytique offre différents schémas de travail permettant de s'adapter à chacun ou chacune, par exemple une analyse par tranche ou continue.

## Institutions

- En 1973, des praticiens exerçant ayant adhéré à la méthode de Silvio Fanti ont fondé la **Société Internationale de Micropsychanalyse**, qui a son siège à Couvet (NE/Suisse).

- La micropsychanalyse s'est rapidement implantée en Italie où *l'Istituto Italiano di Micropsicoanalisi* a été créé en 1984, sous l'égide du Prof. Nicola Peluffo. Elle s'est également diffusée dans les pays francophones. *L'Institut suisse de Micropsychanalyse* a été fondé en 1987. Peu après, *l'Institut français de Micropsychanalyse* a vu le jour.

- Ces instituts sont chargés de la formation des micropsychanalystes et d'organiser des rencontres de travail (séminaires, journées de formation, colloques...).