

Mémoire de fin de formation à l'intervention systémique et à la psychothérapie familiale

-

Pascal SURIAN

IPEC – Groupe 4 - 2017

Développement d'une graine de systémicien



Sous la direction de Bernadette HERMAN

Remerciements

En premier lieu j'adresse mes remerciements à celles qui m'ont incité à m'inscrire à cette formation, peut-être que sans elles je ne me serais toujours pas aventuré dans la systémique : Anaëlle, Elodie et Franziska.

Je remercie mes collègues stagiaires, durant ces quatre années nous avons formé une belle équipe : ouverte et bienveillante avec chacun de ses membres. Je suis content d'avoir fait parti de cette promotion.

Merci enfin à l'équipe de l'IPEC. Leur approche de la formation, prônant la diversité des intervenants ainsi que l'écoute de tous, a abouti a une expérience riche et positive sur les plans professionnel et personnel.

SOMMAIRE

Introduction.....	04
La surprise.....	06
Contenu et processus.....	08
1er entretien.....	15
Sculpturation.....	21
Conclusion.....	29
Rapport de stage.....	33
Bibliographie.....	39

Introduction

Le mémoire est une composante souvent essentielle dans la validation d'une formation. Il est l'œuvre originale d'un(e) étudiant(e) - au sens large - et sa mission est de refléter fidèlement comment son auteur(e) a intégré les différentes notions qu'on lui a enseignées au cours des années.

Le document final obtenu dépeint généralement les compétences d'un homme, ou d'une femme, qui a assimilé avec brio l'ensemble du programme, et pour qui rester une minute de plus en formation serait du temps perdu.

En sachant que ce document est destiné à finir dans les mains du jury, j'exagère à peine...

Or le sujet abordé ici concerne le thème vaste et complexe de l'approche systémique. Le risque pour l'étudiant que je suis est que, par un étalage particulièrement bien maîtrisé de mes compétences émergentes, le résultat final manque de modestie. Qu'il dépeigne un stagiaire aguerri, et qu'en lieu et place de quelques pousses blanchâtres, les lecteurs s'émerveillent face à de fabuleux Baobabs.

Pour éviter cet écueil, tout en faisant montre de mes acquis, j'ai pour dessein d'illustrer les étapes clés de mon changement professionnel. Ces crises qui m'ont permis de quitter une homéostasie de mon système individuel interne, pour en rejoindre une autre intégrant davantage une vision systémique. Je vais donc tâcher de décrire mes doutes, mes tâtonnements, mes erreurs, mes hésitations, mes prises de conscience, mes réussites... avec une approche systémique.

Je désire me montrer tel que je suis aujourd'hui. Présenter des pousses probablement chétives, certes, mais animées d'une envie de grandir. En cela mon souhait est de faire défiler un film en accéléré de « mes germinations ». De la graine vers l'arbuste, laissant deviner - je l'espère - un solide Baobab pour l'avenir.

Pour chaque aspect, je présente comment j'ai abordé le concept lors de mon/mes premiers contact(s) théorique(s). Puis mes premières tentatives en séances, les réflexions qui en ont découlées. Et enfin l'assimilation effective au moment de cet écrit.

Vocabulaire

*Par la suite je vais désigner par « système-demandant » la personne, le couple, ou la famille, qui vient en séance faire une psychothérapie.
Pour le(s) praticien(s) professionnel(s), je parlerai de « système-intervenant ».
Enfin pour le système résultant de l'union de ces deux sous-systèmes, j'utiliserai le terme de « système-thérapeutique ».*

La surprise

Ma découverte de la psychothérapie systémique s'est amorcée à la faculté, c'est là qu'on a commencé à m'enseigner qu'il existe quantité d'informations implicites, qui peuvent être très utiles pour aider ses patients. Par exemple, les attitudes ou les postures que nous prenons automatiquement, voire inconsciemment, en disent beaucoup sur nous et notre rapport aux autres. Il est donc pertinent de savoir les relever puis de savoir s'en servir.

Le psychologue en devenir que j'étais s'enthousiasmait à l'idée d'étoffer sa pratique clinique en y ajoutant quelques méthodes et techniques systémiques pleines de promesses. C'est dans cet état d'esprit que j'ai décidé de suivre la formation à la psychothérapie systémique...

Et progressivement, j'ai réalisé que cette formation m'apportait autre chose.

D'une certaine façon j'ai assimilé que nous, hommes, femmes, enfants, nous fonctionnons ensemble, presque malgré nous parfois. Qu'ensemble nous formons une entité (couple, famille, collègues d'un service, partenaires d'une équipe, etc.) qui a sa structure, sa dynamique... et qu'elle souhaite la conserver. Nous pouvons donc regarder comment nous fonctionnons (ou dysfonctionnons), en nous penchant sur cette entité, sans chercher nécessairement à passer au crible d'une analyse intrapsychique chacun des individus.

Tout ceci se résume simplement : j'ai adopté un nouveau regard sur les relations humaines. Ainsi moi qui m'attendais à apprendre quelques techniques, j'ai eu la surprise de découvrir un nouveau paradigme.

J'aime connaître la genèse de ce que j'étudie, vous allez donc en profiter par un bref exposé. Cette genèse fût l'objet de ma première surprise : la systémie n'est pas propre à la psychothérapie, qui ne constitue qu'un champ d'application parmi d'autres. La systémie représente une manière d'appréhender le monde, adaptée à des domaines très différents.

Historiquement l'une de ses premières applications portait sur l'économie durant le 19^e siècle, bien qu'à l'époque l'approche n'était pas baptisée « systémique » (Marc, Picard, 2000).

Plusieurs cerveaux du 20^e siècle vont conceptualiser l'approche systémique. La cybernétique du mathématicien Norbert Wiener, à qui on doit la première publication de la notion de rétroaction (ou feedback lorsqu'on utilise l'anglicisme).

En 1940 il développe, avec un ingénieur, une machine contrôlant un canon anti-aérien en pilotage automatique. L'appareil devait donc se suffire à lui-même pour déplacer le canon vers la cible, déclencher un tir, évaluer le résultat, réajuster le positionnement avant de réitérer, si nécessaire.

Ils découvrent que leur engin a des analogies avec le système nerveux. « Ils démontrent notamment que, pour contrôler une action orientée vers un but, la circulation des informations nécessaires doit former une « boucle » fermée dans laquelle la machine évalue les effets de ses actions et corrige son comportement futur en utilisant les performances passées ; ce processus est désigné par la notion de feed-back » (Marc, Picard, 2000)

La cybernétique va dès lors œuvrer à modéliser tout ensemble, structuré et complexe, quel qu'en soit le domaine (électronique et neurophysiologie, bien sûr, mais aussi : économie, gestion des entreprises, sociologie et anthropologie).

Bateson et sa compagne Mead s'intéresseront grandement aux travaux de Wiener, pour étudier les processus culturels. En 1952, il lance son projet de recherche sur la communication, avec une perspective systémique, à Palo Alto. Il en émergera notamment une étude de la pragmatique de la communication, s'appuyant sur cinq axiomes. Certains seront évoqués dans les prochains chapitres : l'impossibilité de ne pas communiquer, les deux niveaux - contenu et relation- de la communication, ainsi que ses deux modes -analogique et digital.

En 1954, le biologiste Ludwig Von Bertalanffy monte une équipe de recherche sur l'étude générale des systèmes. La théorie qui en émergera conceptualise rigoureusement les systèmes ouverts, avec ses propriétés spécifiques, comme le principe de totalité, et le principe de non-sommativité.

Comme différents affluents d'un même fleuve, tous ces travaux convergent vers l'enrichissement des connaissances sur l'approche systémique. Ce sont là les affluents historiques, et fondamentaux, il en existe d'autres.

Contenu et processus

Contact théorique

Circonscrire un élément constitutif de l'approche systémique est mon intention dans ce chapitre. Un objectif ambitieux, voir utopique... Je m'efforcerai de rester le plus centré malgré tout, et j'espère que le lecteur me suivra facilement, car en gravitant autour du concept des deux niveaux contenu/relation de la communication, j'aborderai d'autres parties, comme la ponctuation dans la communication, le principe de non-sommativité, pour n'en énoncer que quelques-uns.

Dialoguer c'est... communiquer. J'enfonce des portes ouvertes en disant cela, mais la communication est une composante essentielle pour tout psychothérapeute systémicien, il est nécessaire d'en être expert.

De prime abord banal, tant on manipule cette composante dans notre quotidien, il faut bien reconnaître qu'elle est aussi extrêmement complexe. L'étude fine réalisée par Watzlawick, Helmick Beavin et Jackson (1972) - s'appuyant notamment sur la cybernétique de Wiener- d'où sont issus les cinq axiomes sur la pragmatique de la communication, en fait son autopsie.

Du premier, « il est impossible de ne pas communiquer », nous apprend que la communication est continue. Du deuxième, « toute communication présente deux aspects, le contenu et la relation, tels que le second englobe le premier et par suite est une méta communication. », il ressort qu'en plus de la sémantique du message, de l'information supplémentaire est véhiculée et qu'elle porte sur la relation.

C'est délibérément que je ne détaille pas tous les axiomes de la pragmatique de la communication.

Un premier point ici permet déjà de souligner que l'être humain émet systématiquement des messages qui transportent, entre autres, des indications sur la relation entre les interlocuteurs.

Il existe tant de familles différentes qu'en faire une classification serait d'une grande complexité. En revanche, un paramètre qui serait retenu, j'en suis sûr, dans l'élaboration d'une telle typologie serait le degré d'ouverture.

La famille est un système ouvert, qui échange de l'information avec le milieu externe, d'où l'importance du contexte. Certes, certaines familles ont des frontières plus hermétiques que d'autres, mais il existe toujours un minimum d'échanges.

La théorie générale des systèmes (Bertalanffy, 1973) nous éclaire sur le fonctionnement de la famille en tant que système ouvert. Le principe de totalité nous dit que l'ensemble des individus qui forment la famille représente une entité à part entière. Chaque membre influence les autres, ils sont tous interreliés. Cependant il n'est pas possible d'appréhender l'ensemble en additionnant les caractéristiques individuelles, le système est plus que cela, c'est le principe de non-sommativité. Que ce soit suite à des stimulations venant de l'extérieur, ou de l'intérieur de la famille, le système tend à l'homéostasie, grâce à des rétroactions négatives.

Un deuxième point ici : la famille est plus que la somme de ses membres, car la dimension relationnelle la constitue en grande partie, et représente l'alliage multidirectionnel entre chaque membre. De plus elle a un objectif quasi permanent : maintenir son état quel que soit le contexte.

Sur le plan intellectuel cette lecture systémique consistant à repérer les comportements, plus ou moins subtils, et à les replacer dans un contexte, à relever les rétroactions déclenchées, et voir ce dessiner la structure systémique, m'a réellement enthousiasmé. Au tout début de ma formation, je me languissais de porter mes lunettes de systémicien afin de découvrir ce nouveau monde ! Je crois que l'excitation est toujours présente à ce jour, et j'espère qu'elle ne me quittera pas de si tôt. J'ai simplement pris conscience qu'elles ne sont pas faciles à porter, ses lunettes...

Premières tentatives

Prendre du recul sur le contenu des échanges exprimés en séance, jusqu'à m'en détacher suffisamment pour révéler les relations, voilà mon premier objectif. Initialement j'ai eu la naïveté de croire que ce serait aisé... Confortablement assis sur ma chaise de stagiaire je pensais y arriver rapidement. Or dans ma pratique professionnelle, il m'a fallu du temps pour m'accommoder à cette façon d'appréhender les relations humaines.

Pour illustrer cela, voici le cas d'un couple, dont les séances m'ont ouvert les yeux sur ma candeur.

En quelques mots, il s'agissait d'un couple qui s'était formé alors que monsieur était déjà accompagné. Après que celui-ci ait quitté sa femme, il a pu former un couple « officiel » avec son ex-maîtresse. Ce sont donc eux que je reçois et, vous l'aurez peut-être suspecté, cette thérapie de couple née grâce à l'impulsion de madame qui se révolte face aux infidélités répétées de son compagnon. Monsieur est steward sur des longues courriers, ce qui signifie qu'il s'absente régulièrement pour plusieurs jours, en compagnie notamment de ses collègues hôtesse de l'air (pardonnez le cliché...).

Dès la première séance, madame était loquace pour expliquer de quelle façon elle avait glané les preuves de ses différentes infidélités. Et c'est avec beaucoup d'énergie qu'elle exprimait son incompréhension et son impuissance face au comportement de cet homme. De manière très contrastée, monsieur restait stoïque, et ne semblait pas capable d'expliquer son comportement.

Madame est allé jusqu'à lui proposer des sorties en clubs libertin, afin de satisfaire « ses pulsions » et éviter ses mensonges. Et là encore son partenaire s'exprimait très peu, tout juste pour indiquer son désaccord. De même qu'il ne précisait pas les raisons de « ses écarts », il n'indiquait pas ce qui le rebutait dans la proposition de sa compagne.

La scène était plutôt atypique, et je me suis fait absorber par le problème de madame. Mais pourquoi faisait-il cela ? L'incompréhension de madame m'avait contaminé ! Je me suis focalisé sur la sémantique des messages. J'explorais les raisons qui le poussaient à agir ainsi, j'étais pris par la ponctuation proposée par madame. Il quitte sa femme pour elle, leur vie est promise à un bel avenir après des années à vivre leur passion en secret, et voilà que monsieur gâche tout. Mon questionnement était linéaire, séduit par les paroles de madame je ne considérais pas l'ensemble du couple, j'ignorais purement le principe de totalité

en m'attardant uniquement sur monsieur. Sa compagne m'a présenté sa version des faits sur un plateau d'argent, et je n'ai vu que ça.

Vous aurez deviné que ce suivi n'a rien donné, il s'est arrêté prématurément, l'absence flagrant d'ubipartisme y a forcément contribué.

Assimilation actuelle

Aujourd'hui c'est toujours un effort conscient qu'il me faut exercer pour me discipliner. Effort d'autant plus important qu'avoir une vision circulaire des interactions est très souvent à contre courant de ce que nous propose spontanément le système-demandant. Contrairement à mes débuts, j'essaye de résister au délicieux plat, trônant sur son plateau d'argent.

Une situation clinique m'a aidé à mesurer mon avancée, elle concernait une famille dont l'enfant refusait très régulièrement d'aller à l'école. Lorsqu'elle vient frapper à ma porte elle m'explique que le fils de neuf ans, que j'appellerai Cédric, actuellement en CE2, a été embêté par un enfant de la classe de CM2. Depuis il manque l'école très fréquemment, se plaignant de douleurs aiguës au ventre ; et lorsqu'il y va ce n'est qu'à l'issue d'une pénible bataille perdue face à ses parents.

Suite à plusieurs examens médicaux, il s'avère qu'une hernie hiatale est diagnostiquée (si comme moi vous n'êtes pas familier avec ce terme, il s'agit du passage partiel de l'estomac à travers le diaphragme, ce qui occasionne douleurs et reflux gastriques). Il lui est d'ailleurs arrivé de vomir en classe...

Les séances s'enchaînent, mais au fil du temps nous ne relevons aucune évolution...

Devant ce statut quo, j'ai pris conscience d'avoir laissé mes lunettes de systémicien dans leur étui.

J'étais à nouveau dans la linéarité, je suivais docilement la ponctuation qui m'était proposée et tout semblait s'accorder parfaitement : les agressions d'un « plus grand »... le stress... la somatisation médicalement reconnue... la « phobie » de l'école...

Watzlawick et al. (1972) expriment ce qui pourrait devenir ma maxime un jour : « Si pour des chaînes causales linéaires et progressives, parler de

commencement et de fin à un sens, ces termes pour des systèmes à rétroaction sont dénués de sens. ».

J'ai tout reconsidéré, j'ai mis de côté les analyses médicales, les discours sur les bras de fer matinaux entre Cédric et ses parents, ou ce que faisaient les « grands méchants » et les copains durant la récréation... Ce ne fût pas aisé, et mon stage de fin d'études m'a d'ailleurs aidé à explorer plus loin que les apparences : travailler en équipe avec la glace sans tain m'a été utile pour ne plus laisser glisser ces sacrées lunettes.

Le principe de non-sommativité nous dit que l'ensemble du système est plus que la somme de tous ses membres ; or je suis quasi obnubilé par Cédric !

Je me suis penché sur ce qu'il se passait quand Cédric n'allait pas en classe, j'allais enfin zoomer sur la structure du système et mener l'enquête : « Comment se passaient les journées dans ce cas là ? Quel membre de la famille était le plus impacté ? Et de quelle façon ? Quels étaient les bénéfiques ? Pour qui ? » Bien sûr, j'ai élargi mon exploration à d'autres contextes : « Quelles étaient les situations semblables, en dehors de l'école ? ». Il me fallait rattraper le temps perdu, avec notamment du questionnement circulaire, c'est un outil puissant pour étayer une famille à dissiper la confusion et apporter de l'information : « les questions circulaires définissent et clarifient ces idées confuses et ces comportements problématiques, en même temps qu'elles réintroduisent des informations dans la famille sous forme de nouvelles questions. » (Boscolo, Cecchin, Hoffman et Penn, 1993)

Progressivement s'est dessinée la dynamique systémique de la famille. Il est ressorti que la grand-mère maternelle est voisine et qu'elle garde Cédric dès lors que les parents s'absentent. La séance s'est poursuivie avec une succession d'observations des parents portant sur la grand-mère. Et de m'expliquer que depuis le décès du grand-père, elle ne supporte pas la solitude. Que si la famille part en vacances, elle s'organise pour recevoir des amis, ou part s'installer chez une amie.

J'apprends également que Cédric peut refuser de quitter la maison, sans qu'il soit question d'aller à l'école. Par exemple, pour un dîner chez des amis un samedi soir. Et finalement, à ma grande surprise, les parents me disent que son refus est systématique, quelque soit la sortie. Moi qui m'étais jusqu'alors suffi à

leurs propos qui désignaient exclusivement les départs pour l'école, je me suis senti assez bête. Mais cette fois-ci, je ne me laisse plus dirigé par la sémantique de leur discours. Il est rare qu'un comportement soit systématiquement vérifié. j'ai continué à injecter de l'information dans le système-demandant pour qu'il se regarde en action, qu'il conceptualise ses relations.

Inspiré du modèle de Bruges, de Luc Isebaert et Marie-Christine Cabié (2015), je pars donc à la recherche des exceptions. En leur demandant les situations où Cédric accepte de sortir de la maison, j'assiste au tournant de ce suivi, car ils vont alors regarder ce qu'ils avaient ignoré.

Dans un premier temps, ils affirment de concert n'avoir aucun souvenir de sortie où cela s'est produit. Mais après un temps de réflexion, ils réalisent qu'il existe de rares exceptions à ce fonctionnement. En effet, les parents s'aperçoivent que leur fils obtempère de bon cœur lorsque la sortie familiale inclue la grand-mère.

Je me suis retenu de tomber à nouveau dans un raisonnement linéaire, et de pointer du doigt l'aînée de la famille (je dirais plutôt que je me suis abstenu d'exprimer ce raisonnement. La route est encore longue pour moi...). J'ai relevé simplement que le système-demandant était un sous-système qui échangeait beaucoup avec la grand-mère voisine. Par sa présence, elle pouvait rendre service aux parents en gardant le petit-fils, celui-ci jouait en sa compagnie et voyait ses douleurs ventrales s'apaiser.

« un phénomène demeure incompréhensible tant que le champ d'observation n'est pas suffisamment large pour qu'y soit inclus le contexte dans lequel ledit phénomène se produit. Ne pas pouvoir saisir la complexité des relations entre un fait et le cadre dans lequel il s'insère, entre un organisme et son milieu, fait que l'observateur bute sur quelque chose de « mystérieux » et se trouve conduit à attribuer à l'objet de son étude des propriétés que peut-être il ne possède pas » (Watzlawick et al., 1972)

Le mystère semblait se dissiper.

Au rendez-vous suivant, les parents m'ont appris que Cédric s'était refusé à sortir le lendemain de notre entretien, un samedi. Sans tout me détailler, ils m'ont dit avoir agi différemment ce qui a eu pour conséquence de voir leur fils participer à la sortie familiale. Et depuis ils n'ont plus essayé aucune opposition de sa part. Je ne sais pas ce qu'ils ont fait exactement mais Cédric a très bien synthétisé la situation : « Depuis dimanche j'ai plus eu mal au ventre et j'ai guéri ».

Retour sur mes premiers pas...

Si je pouvais me retrouver à nouveau en séance avec ce couple dont le mari volage était le patient désigné, mon objectif serait de prendre une position méta, d'explorer leur fonctionnement dans différents contextes. Je ne sais pas exactement comment je m'y serais pris, il y aurait forcément eu du questionnement circulaire, peut-être des objets flottants... tout ce qui peut injecter de l'information pour que, plus important que moi, eux-mêmes viennent dessiner les règles implicites du fonctionnement de leur couple.

Ce qui est sûr, c'est que je ne partagerai pas l'étonnement de madame devant le mutisme de son compagnon. Après tout il avait plusieurs femmes quand elle était sa maîtresse, il en a plusieurs aujourd'hui, dans un contexte différent. C'est une belle illustration d'équifinalité, qui met en lumière le fonctionnement de ce couple.

Le 1er entretien

Contact théorique

Les premières minutes sont très importantes, un accueil semblable à celui que les membres du système-intervenant réserveraient à des amis est souhaité.

L'idée maîtresse est d'instaurer un cadre de rencontre qui soit sécurisant et bienveillant. Le mode conversationnel est grandement recommandé. Minuchin, cité par Piquemal (IPEC, Formation longue 2012-2016), conseille que l'accueil soit semblable à celui réservé à des amis assez proches pour pouvoir les recevoir dans sa propre cuisine.

Dans le même temps, le système-intervenant doit faire preuve d'acuité. Comme le préconise Bloch (1979), il doit être attentif aux membres du système-demandant dès qu'ils entrent dans son champ de vision : observer comment ils se tiennent, la façon dont ils sont habillés, qui s'accroche à qui, et qui semble isolé. Prendre aussi note de la manière avec laquelle ils disent bonjour, qui gronde les enfants, qui se lève en premier, ou encore qui parle avant les autres, pour ne prendre que quelques exemples.

Il relève le climat affectif de l'ensemble et des sous-groupes.

Durant la rencontre, le système-intervenant veut faire connaissance avec le système-demandant. L'approche classique de tout travail psychothérapeutique est de faire l'anamnèse, noter l'histoire de ceux et celles qui viennent à notre rencontre. L'objectif du psychothérapeute systémicien n'est pas de reconstituer une vérité historique du système-demandant. Cette mission, en plus d'être ardue, n'est pas forcément utile. Bloch (1979) estime que l'histoire est en perpétuelle évolution, il est vain d'en rechercher une synthèse figée. Certes il est nécessaire de capter l'histoire mais fort de ce constat il préconise de « [...] adopter un certain style dans lequel l'examen des thèmes et problèmes à forte charge affective l'emporte de très loin sur l'inventaire systématique des diverses catégories d'informations ou d'expériences vécues ».

Ce premier entretien est aussi l'occasion d'explorer le fonctionnement, les attentes du système-demandant. Il est par exemple, souvent riche d'enseignement de demander comment la décision a été prise de venir consulter.

Le système-intervenant a aussi pour rôle de structurer l'espace et le temps, de gagner la « bataille pour la structure », comme le proposent Whitaker et Keith

(cités par Connell, Mitten et Whitaker, 1995) : le système-intervenant définit les modalités pratiques du suivi (prix, jours & heures, membres devant être présents, etc.). Face aux contestations, il doit tenir afin de se démarquer de la famille. Il montre ainsi qu'il est assez fort et compétent pour supporter l'angoisse à laquelle les problèmes exposés par la famille vont le confronter. Ce qui apporte un sentiment de sécurité pour le système-demandant (Piquemal, 2008).

Au final la première rencontre doit œuvrer à la naissance du système-thérapeutique. Cependant il peut arriver que lors du premier contact la rencontre ne se fasse pas. Dans ce cas, il est important que le système-intervenant propose un « nouveau départ », en expliquant la situation et en endossant totalement la responsabilité du « faux départ ».

Premières tentatives

Dès que je me suis efforcé de visser la casquette de systémicien sur ma tête, je me sentais quelque peu tirillé : tant de choses à faire et à penser ! Comment faire pour être accueillant - comme entouré d'amis dans ma cuisine - et scruter les moindres faits, gestes et mots de parfaits inconnus ? Je me sentais pris dans une situation des plus paradoxale.

Tantôt maladroitement dans l'accueil, tantôt gauchement dans l'intervention, il m'a fallu quelques temps pour que mon comportement soit en cohérence avec ma représentation de mon rôle... et inversement. Chacun ayant évolué face à la vérité du terrain.

Accueil...

Il y a eu quelques premiers rendez-vous, avec des couples ou familles que j'ai reçus, où j'ai tenté de nourrir un mode conversationnel. Je me suis attaché à ne pas me focaliser immédiatement sur le problème qu'ils apportaient. En lieu et place de cela je m'autorisais à les accueillir en étant ce que je pensais être naturel, en demandant comment s'était passé leur trajet, par exemple, ou s'ils avaient trouvé facilement.

J'ai considéré que je pouvais parfois m'appuyer sur mon goût pour la fantaisie pour nourrir une relation d'accueil. Mais à tellement chercher à me comporter comme face à des amis, je me voyais prolonger excessivement cette phase de la rencontre.

J'ai pour exemple cette situation avec un couple. Ils avaient eu un léger retard, après avoir été ralentis par une auto-école. Cela avait été sujet à une brève plaisanterie de ma part, ayant apporté quelques sourires...

Mais alors je me suis observé poursuivre ce léger sourire durant les échanges qui ont suivi. La boutade initiale me laissait son empreinte alors que nous abordions des sujets émotionnellement chargés et graves, que ce couple confiait.

Il y avait alors une dissonance inter subjective qui parasitait l'émergence d'une relation de confiance.

À vouloir « accueillir dans ma cuisine », je me retrouvais en décalage avec l'atmosphère familiale. J'avais été prévenu : « La difficulté essentielle est de ne pas être la caisse de résonance des inquiétudes, sans pour cela rire avec ceux qui pleurent ou pleurer avec ceux qui rient. » (Piquemal, 2008). Mais j'étais tombé dans le piège.

Interventions...

L'une de mes difficultés première fut de pouvoir slalomer entre accueil, observation et explicitation de mes observations, sans que le système-demandant, ou partie de ses membres, ne se sente jugé voire discrédité. Car à vouloir tout relever je me suis donné parfois l'impression d'être un chien policier aux aguets, sautant sur le moindre suspect.

Je pense à cette situation où j'accueille une famille composée des parents et de leur enfant unique, une adolescente de 13 ans.

Le père précisant ne pas savoir ce que pense sa fille, sur un sujet particulier, et commençant à faire de multiples suppositions, je lui suggère de lui demander directement. Il questionne alors celle-ci... mais poursuit sans interrompre son flux de paroles, et énonçant à haute voix la réponse la plus plausible à ses yeux. Coupant court à toute réponse de sa fille.

C'est alors que j'ai demandé à l'adolescente s'il était fréquent que son père fasse les questions, ainsi que les réponses. Celle-ci a répondu avec un grand sourire qu'il le faisait tout le temps, la mère a poussé un petit rire tandis que le père s'est renfermé...

Lors du rendez-vous suivant le trafic était trop dense pour qu'ils arrivent à l'heure. La séance a été annulée et ils n'ont jamais donné suite au premier entretien. De mon point de vu, le système-thérapeutique n'étant pas encore formé, mon intervention était clairement prématurée.

Assimilation actuelle

Accueil...

La démarche de venir voir un thérapeute n'est pas anodine. Elle demande du courage, elle demande aux membres du système-demandant de débattre entre eux en amont, elle demande aussi une organisation - parfois lourde.

Quand nous accueillons des personnes en séance elles ont déjà mobilisé beaucoup de temps et d'énergie, elles ont pu douter et hésiter de nombreuses fois. Et même jusqu'au dernier instant, elles ont peut-être dû affronter leurs peurs avant d'arriver finalement jusqu'à nous.

Prendre conscience de cela m'aide à ne pas m'accrocher à une légèreté de façade, lors du premier contact (et des suivants).

Ainsi je ne saisi plus la moindre occasion pour imposer ou accentuer une attitude insouciant, que j'estampillais « accueillante ».

Aujourd'hui je m'attache à me montrer accueillant et à l'écoute. C'est à dire accueillant dans le sens où je suis disponible, ouvert et que j'accepte tout ce qui peut m'être apporté en séance. Et s'il y a émergence d'affect négatif, c'est bon : le cadre est accueillant, c'est le contenant, et quant au contenu, il peut être chargé de toute la palette des émotions.

Avec le recul j'ai l'impression de m'être parfois comporté comme un « intégriste du bon accueil ». Sous couvert d'accueil, je pouvais entraver l'émergence d'affects négatifs. Je m'éloignais ainsi de ce que disait Bloch (1979) : « C'est en s'attachant à des données concentrées, denses, pertinentes, significatives pour l'affectivité, et néanmoins limitées, que l'exploration historique reste efficace. ».

À présent je me vois davantage comme leur présentant une page blanche, les autorisant à exprimer ce qu'ils souhaitent en la remplissant.

Je suis ainsi dans une position beaucoup plus confortable et, bienfait collatéral, cela me permet de relever l'histoire affective. Ce m'était difficile lorsque je mélangeais la responsabilité de l'accueil et la responsabilité de l'atmosphère.

Interventions...

Mon comportement, on en a eu un aperçu, pouvait parfois s'apparenter à celui d'un chien policier, ne laissant rien passer. Or l'humilité est de rigueur pour être dans un accueil bienveillant. Piquemal (2008) évoque clairement le comportement souhaité du praticien : « sa façon de ponctuer la communication est déterminante, il n'est pas pressé et bien que son narcissisme en souffre, il évite de montrer par des questionnements intempestifs qu'il sait relever les failles ou faire parler quelqu'un ».

La patience du système-intervenant est d'autant plus importante qu'elle a pour dessein de cerner le fonctionnement du système-demandant.

Au cœur des multiples échanges, les praticiens effectuent une méta-analyse et relèvent différentes catégories de patterns (comme poser une question mais faire soi-même la réponse). De là ressortira les pratiques interpersonnelles récurrentes, indicateurs précieux du fonctionnement du système-thérapeutique.

Il est donc hasardeux d'utiliser le premier pattern transactionnel que le système-intervenant va subjectivement qualifier de significatif. « [...] on cherche à discerner la redondance dans l'interaction humaine. On commence par observer le système en action, et on tente ensuite de définir les règles qui président à son fonctionnement [...] » (Watzlawick, Helmick Beavin, Jackson, 1972).

Partant du postulat que s'il y a répétition, il y a information, alors on peut – et on doit – prendre son temps. Garder cela en tête m'aide à calmer mes ardeurs pour intégrer, au moins partiellement, le fonctionnement du système-demandant.

Dans un second temps, le système-intervenant peut introduire l'information dans le système-thérapeutique, sous condition que cela soit opportun. Ce qui nécessite, comme le décrit Minuchin (1998) que le système thérapeutique ait suffisamment émergé : « Sa position dans la famille a été renforcée par des transactions appropriées qu'il a eues avec les membres en accord avec leur structure familiale. Comme résultat, la famille peut accepter les interventions stressantes car elles proviennent d'un membre du système thérapeutique. »

Aujourd'hui je réalise concrètement que l'observation patiente, et l'immersion (facilitée par la qualité d'observation) dans le système-demandant, a le mérite

de rassurer ce dernier sur le système-intervenant, et de participer à l'éclosion du système-thérapeutique. Ce qui se résume ainsi : " [...] le soutien au statu quo est la meilleure aide au saut dans l'inconnu." Caillé et Rey (2004).

Retour sur mes premiers pas...

L'exemple précédent du père que j'invite à interroger sa fille, montre que j'ai saisi un mode de communication père/fille et l'ai utilisé immédiatement avec l'adolescente. Une intervention stressante pour le système-demandant alors que le système thérapeutique est fragile.

Afin d'explorer le fonctionnement familial sans dénigrer le père, mon intervention aurait pu consister à me calquer sur le fonctionnement présent en séance.

Par exemple : « Y a-t-il d'autres questions que vous souhaiteriez poser à votre fille ? »

De cette façon, j'aurais pu continuer à relever ces patterns transactionnels, en les respectant implicitement. Et en cas de répétitions avérées, le père aurait probablement été en mesure d'accueillir une intervention de ma part.

Sculpturation

Contact théorique

Dans ce chapitre je propose une immersion dans l'univers des objets flottants, en m'intéressant à celui le plus usité dans ma pratique : la sculpturation.

Mon exposé théorique se fonde en grande partie sur le travail de Philippe Caillé et Yveline Rey (2004), ce qui me permet d'aborder en introduction un point de vu partagé par les praticiens systémique, en paraphrasant Guy Ausloos : les couples et les familles possèdent la compétence nécessaire à leur progression.

Il s'agit là d'une notion essentielle.

Elle peut être la devise de l'accompagnement que nous proposons, puisqu'une part importante de notre approche consiste à nourrir l'organe de compétence du système-demandant. Nous sommes là pour explorer avec eux, les inviter à retourner où ils ne vont plus, et découvrir de nouveaux lieux. L'idée maîtresse est d'élargir le champ des possibles, à eux de sélectionner et digérer les informations qui leurs sont utiles. Ils savent faire.

La compétence d'une famille se manifeste au quotidien. La vie apporte beaucoup de mouvements, d'imprévus, de challenges... La famille traverse différents cycles de vie... Autant de fois que cela est nécessaire, elle se réorganise, tout en conservant sa cohésion du mieux qu'elle le peut, tout en ménageant ses membres du mieux qu'elle le peut. Bien souvent, elle réussit à évoluer, à s'adapter.

Chaque système humain a ses règles et ses valeurs. Certaines sont explicites, clairement déclarées et connues de tous. D'autres en revanche sont implicites, qu'elles aient été adoptées durant l'histoire propre du système, ou héritées des générations précédentes, elles régissent une grande part du comportement familial, parfois sans être connues consciemment. L'ensemble de ces règles et valeurs constitue le paradigme du système...

Quand une famille vient demander assistance, c'est qu'elle s'estime engluée dans une mauvaise conjoncture. Ses solutions, adaptées jusqu'à présent, manquent soudainement d'efficacité. Or ses tentatives de solution se réfèrent à son propre paradigme. Comme tout paradigme, il a ses limites.

Lorsque la famille parvient à sortir de son cadre, à appréhender les choses sous un angle nouveau, alors un nouveau paradigme peut naître, et il sera plus sophistiqué que le précédent. Ou je dirais : moins inadapté que le précédent. Ce sera le nouveau socle qui lui permettra de recouvrer un équilibre, jusqu'à la prochaine forte zone de turbulence qui l'incitera à nouveau au renouvellement.

Dans le modèle de Caillé et Rey (2004), le paradigme du système-demandant n'est pas cautionné, afin d'éviter d'en rallonger sa durée de vie. Il n'est pas non plus discrédité, tout système humain a besoin d'un paradigme, l'espace vide que laisserait son absence serait très perturbateur. "Le contexte de rencontre doit préserver les identités respectives du système demandeur et du thérapeute car une telle rencontre suppose autant compréhension réciproque que respect des différences." Ibid. Cela justifie la préservation des espaces propres à chaque système, et la création d'un espace intermédiaire.

Cet espace intermédiaire, est celui de la rencontre où chaque partie préserve son identité et peut s'exprimer pleinement. Le système-intervenant n'est pas neutre, il interagit grâce à ses connaissances mais aussi ses émotions, ses intuitions... C'est également l'espace où prennent place les objets flottants, c'est-à-dire tout exercice proposant découvertes et expérimentation, suivant un mode analogique.

Parmi les objets flottants, j'ai fait le choix de zoomer sur la sculpturation. Elle a été initialement introduite par Virginia Satir, aux commencements de l'école de Palo Alto. Elle proposait de faire une sculpture aux familles « silencieuses », ou présentant une grande quantité de désaccords, voire de conflits.

Peggy Papp a repris cet outil, en scénarisant l'exercice : en supposant que la sculpture soit immortalisée et placée au sein d'un parc, un badaud s'arrêtant devant doit comprendre la dynamique familiale, simplement en l'observant. Elle proposait de faire deux sculptures : telle qu'elle est au présent, et telle qu'elle serait dans l'idéal.

Dans l'utilisation de cet objet flottant, Luigi Onnis propose la réalisation de trois sculptures, suivant la ligne du temps : l'une dans le passé, l'une dans le présent, et la dernière dans le futur.

Philippe Caillé (2004) enfin, a étendu la sculpturation à un niveau d'abstraction supplémentaire, lorsqu'il propose une représentation mythique, où la scène peut être jouée par des personnages imaginaires, des objets, etc.

Le mode opératoire varie d'un praticien à l'autre, mais l'essence même de l'objet flottant est toujours de décrire, sans parler, le fonctionnement du système. L'un des intérêts de représenter un fonctionnement dans un mode analogique, est qu'il n'est pas possible de dire simultanément et « oui » et « non ». L'autre intérêt, défendu par Luigi, est que le symptôme se manifeste au niveau analogique, il est donc préférable de rester sur ce niveau là. Dans tous les cas "Le but est de créer une situation d'apprentissage particulier où la famille retrouvera sa capacité d'être thérapeute d'elle-même" ibid.

Première tentative

Je me suis lancé pour la première fois, avec un couple que je voyais pour une septième séance. Les rendez-vous s'étaient succédés jusqu'alors avec l'impression que la même chose se rejouait à chaque fois. Rien ne semblait bouger, leurs discours, comme le mien, chantaient la même mélodie... le système-thérapeutique ronronnait dans son homéostasie.

La grande question qui me hantait à l'époque était de savoir quels indices m'indiqueraient la pertinence de tel ou tel objet flottant. Le jour où je leur ai proposé une sculpturation, je n'avais pas la réponse à cette question mais simplement l'intention de faire différemment, de rompre la monotonie des entretiens et de couper court aux blablas.

Le « format » présenté ce jour-là, était celui de Onnis, axé sur la temporalité.

Le couple adhère volontiers et joue le jeu. Ma présentation de l'exercice est succincte et très vite ils s'appliquent, chacun leur tour, à sculpter. Tout se déroule assez rapidement, je prends en photo chacune des œuvres. J'oublie de leur laisser trente secondes d'immobilité, pour qu'ils s'imprègnent de chacune d'elles, qu'ils écoutent leurs émotions, leurs ressentis... Pourtant mon attention était tournée en grande partie vers les consignes de l'exercice. Je m'inquiétais de suivre correctement le protocole, et me concentrais sur mes souvenirs des consignes. Cela se faisait au détriment de ma présence dans l'ici-et-maintenant.

Je pense tout de même à les questionner sur leurs vécus émotionnels.

L'exercice fini, je ne reprends pas les photos pour en discuter. Ni le jour même, ni aux rencontres suivantes. Et j'ai la sensation d'un coup d'épée dans l'eau...

Pire, à partir de là j'étais encombré par ces clichés. Je pensais que je devais en faire quelque chose, mais je ne savais par quel bout les prendre.

Outre mon utilisation maladroite de l'objet flottant, ce qui m'interroge aujourd'hui c'était mon intention. Qu'est-ce qui a motivé mon choix de proposer ce jeu ? Étais-je alors pleinement au service de ce couple, ou ai-je espéré changer une dynamique qui ne me convenait pas ?

Ma proposition était égoïste... je faisais semblant de m'intéresser à ce qui se jouait devant moi, en espérant un mouvement psychothérapeutique. Je pensais que le suivi stagnait, cela me m'était en difficulté et j'essayais de m'apporter assistance. Je n'ai pas investi cet espace de rencontre, et ce pauvre couple s'est retrouvé bien seul au final.

Ma solution ce jour-là était de tarir le flux digital mais « [...] l'objet flottant ne se réduit pas à un expédient pour court-circuiter les mots. » (Caillé, Rey, 2004). Il n'a de pertinence que s'il est investi de tous, le système-intervenant en premier, sans quoi il aura autant de poids qu'une coquille vide.

Assimilation actuelle

A force d'expérimenter la sculpturation j'acquière progressivement une certaine aisance. Notamment, je tergiverse moins avant de la proposer. Or je n'identifie pas clairement ce qui fait que je décide d'utiliser cette option.

Ce qui s'est opéré depuis ma première tentative est que je me suis approprié suffisamment la méthode pour lui faire confiance. Elle n'est plus un breuvage magique dont il faudrait suivre scrupuleusement le dosage des ingrédients, au risque de le transformer en poison. Je crois avoir saisi que la bonne formule était dans l'implication des joueurs, dans l'engagement qu'ils mettent dans l'exercice, cela nécessite de faire confiance à un système-intervenant qui montre l'exemple.

J'ai proposé l'exercice à suffisamment d'occasions pour m'éloigner de la technique, et placer mon énergie dans mes relations avec les personnes en séance. Autrement dit je m'engage moi-même plus authentiquement. Et il me semble que leur engagement est corrélé au mien.

Je suis confiant en ce que l'expérience de sculpturation est pertinente. Le vécu commun qui émergera ne laissera peut-être qu'une trace éphémère, certes. Quoi qu'il en soit ce sera l'occasion d'une manifestation claire et sans ambiguïté de la dynamique du système. Le temps d'un jeu, il y a l'opportunité d'un éclairage nouveau, de rencontres inattendues. Par deux vignettes cliniques, je vais éclaircir mon propos.

Le business man...

Je pense à ce couple de quinquagénaires qui s'était présenté à moi car madame estimait que l'ambition professionnelle de son mari posait problème. Monsieur avait de nombreux projets et beaucoup d'enthousiasme pour porter chacun d'eux. Durant la période où nous nous voyons il montait un projet de création d'un marché permanent dans une petite ville. Une autre affaire venait de se clôturer peu de temps auparavant, quant à sa femme elle tenait la boucherie qu'il avait créée quelques années en arrière. Je suis bien incapable de faire une liste précise de ses sociétés, mais en une poignée d'années il a fondé au moins cinq entreprises. Un rythme qu'il tient depuis leur mariage, soit trois décennies environ.

Madame exprime être en grande souffrance car elle n'a pas de vu sur les activités de son mari, et aimerait des revenus fixes et sûrs. Il arrive qu'ils investissent de grandes sommes d'argent, et se mettent en danger, le temps d'avoir un retour sur investissement. Or ce retour n'arrive pas toujours.

La tension est très forte quand je les vois : elle essaye de redresser la situation d'une boucherie qui bâte de l'aile, tandis qu'il continue de créer de nouvelles entreprises malgré elle. Madame souffre d'autant plus de la situation qu'ils viennent de mettre leur propre maison en vente afin de s'en sortir financièrement.

Je leur propose une sculpturation. Chacun leur tour ils modélisent un couple où monsieur semble avoir l'ascendant sur madame. La plus flagrante est celle de l'époux qui positionne madame accroupie puis se place derrière elle. Il est debout, les mains posées sur les épaules de sa femme, les bras quasiment tendus, comme s'il l'immobilisait.

Cet objet flottant donne alors lieu à beaucoup d'abréaction, essentiellement du mari qui pleure à chaudes larmes. En vivant cette sculpture il dit réaliser ce que subit son épouse. Il y a même résonance entre leur vécu et celui de ses propres parents, puisqu'il explique avoir l'impression de revoir son père et sa mère.

Contrairement à mes débuts je suis pleinement avec eux, je prends le temps d'explorer leurs ressentis, de les étayer. Je m'assure qu'ils se sentent suffisamment bien en fin de séance. J'étais confiant en ma proposition dès le début, et je suppose que cela a œuvré à ce qu'ils jouent pleinement le jeu, ils m'ont fait confiance.

Avec tout ce qui était ressorti durant cette séance, j'étais optimiste sur le fait que dès la prochaine séance le système-demandant serait en mouvement. Je

m'apprêtais à observer une homéostasie en danger, mais les séances suivantes me montrèrent qu'il n'en était rien.

Finalement le breuvage qu'ils ont bu ce jour là n'avait rien de magique. « L'objet flottant n'est pas un levier pour forcer au changement. Il augmente le nombre de possibles et le système change à son heure et suivant ses propres modes. » Ibid.

Effectivement, comme toute action psychothérapeutique, la méthode d'entretien avec l'objet flottant est avant tout une opportunité supplémentaire, une ouverture, l'occasion de découvrir un nouveau territoire sur sa carte du monde. Et lorsqu'un territoire est révélé, personne n'est obligé de s'y ruer.

Je vole...

Pour continuer d'illustrer son côté imprédictible, je terminerai avec une session de sculpturation réalisée avec une famille de cinq personnes, pour qui l'objet flottant a rapidement déclenché du mouvement.

Dans ce système-demandant, les parents sont en conflit avec leur aîné, âgé de dix-sept ans, que je nommerai Antoine. La fratrie est complétée par Benoit (treize ans) et Charlotte (dix ans).

Depuis près d'une année, Antoine serait en opposition avec ses parents, refusant le dialogue. Alors qu'il prépare un concours important pour son cursus post-bac, ses parents se plaignent de son refus systématique d'écouter leurs conseils. Ils le décrivent comme quelqu'un d'arrogant, qui dénigre les parcours professionnels de ses parents. De plus il ne participerait que modérément à la vie familiale, et s'appliquerait à se démarquer en toute occasion.

Ils prennent notamment un exemple sans conflit : une sortie randonnée en famille. Sur toute une journée, Antoine a préféré faire du VTT de son côté. Il s'est bien rendu en montagne avec eux, mais ne les a rejoints que pour la pause déjeuner et au moment de rentrer chez eux, le soir. Il s'était défini un parcours qui ne croisait le parcours de sa famille qu'à ces deux moments précis.

Les valeurs défendues par les parents sont assez voisines : une famille se doit "d'être unie". Leurs représentations quant à leurs rôle convergent également vers une même idée : ils doivent guider leurs progénitures.

Lorsque j'explore leurs cordes sensibles, suivant les conseils de Mony Elkaïm, il ressort une forte résonance de leurs vies passées. Par exemple, avec la mère j'ai demandé "si sa famille d'origine formait un clan soudé et solidaire, lorsqu'elle était enfant puis adolescente". La réponse ne s'est pas faite attendre

: "c'était tout l'inverse !". Et de revendiquer être la mère d'une famille profondément différente...

Lors des discussions, Antoine exprimait haut et fort qu'il voulait travailler de son côté, qu'il n'avait pas à les tenir informés, et même que leurs interventions lui faisaient perdre du temps. En face, les parents clamaient qu'ils étaient déjà passés par là et avaient toute l'expérience requise pour aider leur fils, qui allait droit dans le mur.

J'ai gardé en tête que la famille abordait un nouveau cycle de vie, celui où l'ainé se prépare à quitter le foyer. Le premier départ. Enième période dans la vie d'une famille, où celle-ci a pour défi de renouveler sa dynamique. J'avais le sentiment que le fils n'aspirait qu'à prouver son autonomie (en cela j'ai trouvé que la sortie en montagne était très représentative) tandis que les parents n'étaient pas prêts à lâcher leurs costumes de "guides".

J'ai proposé à cette famille une sculpturation... Ce jour-là j'avais envie qu'il se parlent différemment. Il me semblait que les mots n'étaient pas pertinents, tant chacun cherchait à convaincre l'autre parti sans jamais se sentir entendu. J'ai décidé de proposer à la plus jeune, Charlotte, le rôle de sculptrice.

Elle a fait poser tout le monde dans une configuration que je qualifierais de "photo de famille" : les parents côté-à-côte, entourant de leur bras les trois enfants devant eux.

J'explore les ressentis des uns et des autres, puis demande à chacun d'eux d'apporter un changement modéré, afin qu'ils se sentent mieux. Le mouvement d'Antoine, et c'est le seul à agir ainsi, est de se détacher de l'agglomérat familial. Il se positionne à une longueur de bras de son père, cela suffit à créer une démarcation

nette...

Après avoir accueilli les impressions suscitées par chaque retouche, j'ai clôturé la séance.

J'ai pris plaisir à préparer le breuvage... Ils l'ont siroté jusqu'au bout. Et je ne dépense plus mon énergie à me demander s'ils vont en obtenir des bénéfices à plus ou moins long terme. Voire même aucun bénéfice. Je poursuis mon travail tout simplement... Il se trouve que dans ce cas, les parents ont évoqué à plusieurs reprises le "jeu de l'extra-terrestre" comme ils l'appellent. Ce qui s'était passé était devenu une référence commune dans l'histoire familiale, un message puissant qu'il était possible de transmettre, simplement en évoquant l'instant où il s'était matérialisé à tous. En l'occurrence, le moment où Antoine a pris de la distance par rapport aux autres membres.

Je pense que ce fut d'une aide précieuse lors des discussions qui ont suivi, notamment à propos des cycles de vie. Les parents ont commencé à penser différemment l'éducation pour leur aîné. Pour la première fois ils ne stigmatisaient plus leur fils et portaient leur attention sur eux-mêmes, c'est-à-dire l'équipe parentale. Ainsi les escalades symétriques entre Antoine et ses parents ont nettement diminué dès lors.

Retour sur mes premiers pas...

Si je reviens sur ma toute première tentative (ce couple que je voyais pour une septième séance, avec un sentiment d'immobilité),

Plutôt que de vouloir sortir, en catimini, d'un piège, dont j'étais peut-être la seule victime, aujourd'hui j'opterais pour une démarche en accord avec la seconde cybernétique. J'utiliserais ce qui, pour Mony Elkaïm (2001), est le premier outil du thérapeute : lui-même.

Il peut ainsi y avoir une vraie rencontre, favorable à l'émergence d'une nouvelle carte du monde. "Le refus de s'impliquer de la part du thérapeute restreint, au contraire, le champ thérapeutique et le pervertit" (Caillé, Rey, 2004).

Que ferais-je alors ? Proposer un objet flottant ? Peut-être. Dans ce cas je le ferais mais avec un comportement qui illustre ma proposition. C'est-à-dire en étant pleinement présent, en guidant avec ma sensibilité, ma gestuelle et mon empathie. Une attitude éloignée d'une froide énonciation de la consigne, sans engagement dans le système-thérapeutique.

Conclusion

Pour finaliser ce document je vais tâcher de synthétiser l'évolution de mon attitude professionnelle. Une partie du moins. Vous noterez dans ce qui suit qu'il arrive que je permute mes lunettes de systémicien et mes lunettes de psychologue du développement, davantage pour mon confort (de part les repères temporels et conceptuels que cela me donne) que pour le lecteur, je l'avoue.

Comme tout individu, l'être que je suis a de multiples facettes. Je me garderai de considérer quelqu'un à travers une seule d'entre elles, ça serait le réduire à quelque chose qu'il n'est pas. Je me l'applique, j'essaie de me considérer dans ma globalité, de façon systémique. A chaque instant je capte des informations de mon environnement (sons, odeurs, goût, vision, touché) et mon cerveau interprète... et interprète... sans relâche. Ce qui apporte subjectivité et différence de regards entre individus. Il n'y a qu'à penser aux madeleines de Proust pour illustrer qu'un goût en bouche peut nous connecter à notre propre réalité, bien éloignée que celle de l'ici-et-maintenant (objective) et de celle subjective de tout autre personne faisant la même expérience. Le cerveau peut nous mettre au contact de souvenir ou de ressentis à forte charge émotionnelle. Mais qui peut deviner ce qui se passe dans l'espace privé de notre conscience ? Et ce qui est vrai pour les cinq sens, s'applique aux interactions sociales. Que vont faire germer en moi telle ou telle intonation ? Tel mot ? Telle expression du visage ? Telle gestuelle ? Tel statut social ? Tel contexte ?

Le cerveau est un organe formidable, qui organise une quantité incroyable d'informations en continu. Si je considère le mien, il travaille en se référant à mon histoire, mes connaissances, mes valeurs. Autrement dit, il se réfère à ma vision du monde. De cette vision j'extrahis des règles de fonctionnement. Et ce sont ces règles qui guident mon comportement.

Il y a bien sûr circularité entre ces différents sous-systèmes de l'individu. De part mon comportement, je vis des situations dont certaines sont habituelles pour moi, alors que d'autres sont étonnantes, voire nouvelles. Ainsi la manière dont j'interagis dans mon univers va forcément consolider, singulariser, étendre, renouveler... en un mot, modifier, certaines parties de ma vision du monde.

Ainsi pour mon équilibre psychique, je vise l'homéostasie de mon ensemble systémique individuel (Amiguet, Gresslin, 1987).

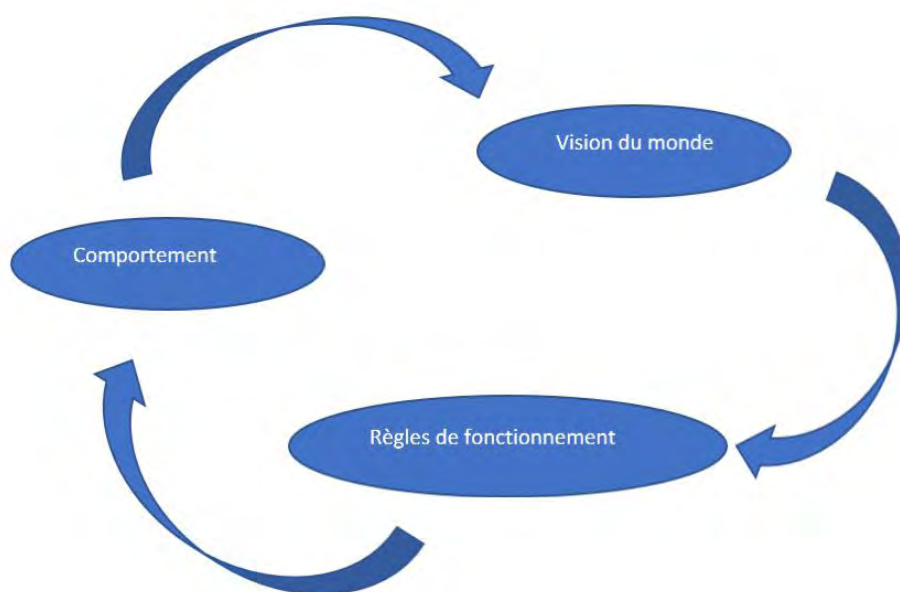


Fig 01. Modélisation systémique individuelle, Amiguet, Gresslin (1987)

Je suis arrivé en formation en pensant enrichir mes connaissances, au final je suis entré en crise et j'ai dû changer mon système interne.

En premier lieu, cela a modifié ma représentation des histoires de vie de mes patients, et plus particulièrement de la genèse de leurs problèmes. Je les "victimise" moins facilement. À présent, je considère grandement la part de co-construction dans tous les événements de vie qu'ils m'énumèrent. Je ne cherche pas non plus à les culpabiliser, mais je m'interroge sur les comportements (actifs ou passifs) qu'ils ont adoptés et qui ont pu influencer l'entourage pour que celui-ci entre en correspondance avec leur vision du monde. De même, ce peut être eux-mêmes qui ont acquis une attitude implicitement favorisée par l'entourage, en accord avec la vision du monde de ce dernier.

L'équifinalité est donc une notion que je me suis appropriée, pour moi elle révèle que c'est la dynamique qu'il faut travailler. Un résultat n'est que rarement uniquement le fruit hasardeux d'une succession d'événements, ou uniquement le fruit d'un travail de sape d'individu(s) malveillant(s).

Issue de ma formation universitaire initiale, il existe une notion qui a grandement influencé ma façon d'exercer mon métier, dès mes débuts : il s'agit de la ZPD (Zone Proximale de développement). Ce sigle désigne ce qu'un individu est capable de faire, uniquement s'il est aidé par une tierce personne experte du domaine concerné (apprentissage d'habiletés sociales, apprentissage scolaire, etc.). Il localise donc, à un instant donné, l'espace intermédiaire séparant ce qui est déjà parfaitement maîtrisé en totale autonomie, de ce qui reste encore inaccessible même avec un étayage ad hoc.

Avant d'être aussi un systémicien je croyais au potentiel de l'homme, de la femme et de la famille se présentant à moi. C'est-à-dire que je visais à identifier la ZPD et m'afférais à les rendre plus autonomes dans cette zone, afin que la ZPD se déplace au fur et à mesure que leur potentiel s'exprimait davantage. Alors certes, je cherchais à actionner leur leviers de développement, et certes, je les en croyais capable... mais en me positionnant au-dessus d'eux tout de même ! Je crois que la psychothérapie systémique m'a appris à plus d'humilité, à une considération d'égal à égal. Maintenant je deviens certes un expert, mais un expert du processus. J'essaye d'actionner ce levier, et les laisse libre d'agir suivant ce que leur expertise estime judicieux. Je les guide peut-être parfois, mais pour qu'ils explorent, qu'il soient curieux, sans avoir l'outrecuidance de savoir où ils vont et ce qu'ils vont trouver.

Au moment où j'écris ces lignes, il me reste encore un long chemin à parcourir avant de devenir un psychothérapeute systémique mûr. S'arrête-t-on jamais de progresser ?

L'habileté que je souhaite muscler en priorité pour les prochains mois est celle d'être pleinement dans le système-thérapeutique. Il arrive encore trop fréquemment à mon goût que je me comporte en observateur extérieur. Heureusement j'en ai conscience et j'agis pour m'inscrire de plus en plus dans la seconde cybernétique.

Si je reprends la métaphore introduite en début de mémoire, celle du jeune baobab, je compte pousser encore longtemps... Ce n'est pas un arbre comme les autres, en Afrique il est utilisé pour soigner, que ce soit par ses fruits, ses feuilles ou son écorce, au point que certains le surnomment "l'arbre pharmacie".

Je ne suis pas cet arbre là, mais au vu du chamboulement que m'a produit cette formation, je me sens déjà en résonance avec un autre de ses surnoms : "l'arbre à l'envers".

J'ai pris un grand plaisir à réaliser ce mémoire. Heureusement, car c'est le meilleur des carburants pour ma créativité, pour mes projets et mon épanouissement tout simplement. Et je suis vraiment satisfait d'avoir couché sur papier une partie de mon parcours de systémicien. Ce travail a été des plus stimulants, j'ai dû m'interroger finement sur ma pratique, plonger dans l'océan théorique systémique, synthétiser, me recentrer... Cela a été une belle opportunité de faire le point sur le professionnel que je suis, et j'ai la satisfaction de l'avoir saisie. J'espère que les lecteurs que vous êtes ont suivi aisément la ligne directrice de ce document. Je sais qu'en choisissant mon parcours comme sujet d'étude, je risquais de m'éparpiller à outrance, j'espère qu'il n'en a rien été.

Initialement mon projet était bien plus ambitieux. Et dans l'idéal j'aimerais poursuivre ce travail de rédaction à mon compte, cela me serait grandement profitable. Je sais d'ore et déjà que c'est un vœux pieux, mais sait-on jamais... Ce qui est sûr, c'est que rédiger ces quelques chapitres a surligné au fluo ma difficulté à organiser efficacement mon temps. Il m'a fallu beaucoup de temps... Heureusement j'ai apprécié ces heures de rédaction, notamment car je me suis senti libre d'avancer à mon rythme. J'en profite pour remercier Bernadette qui m'a laissé agir à ma convenance, et m'a épargné d'une pression contre-productive.

Cette rédaction est aussi l'occasion de prendre une position méta pour me critiquer : il saute aux yeux que je flirte avec les limites de la ponctualité. Je ne pense pas changer de si tôt là-dessus, je me demande même si je ne suis pas attaché à mes retards. S'il s'agissait de ma signature, force serait de constater que je l'aurais apposée à nombre de nos journées de formation. Mais promis, un jour je m'intéresserai à la fonction de ce symptôme.

Rapport de stage réalisé au centre de thérapie familiale du CHS Montperrin

Présentation du centre hospitalier spécialisé

Cette institution du service public a été conçue en 1864, à Aix-en-Provence, afin de prendre en charge toute personne souffrant de troubles psychiques, enfant comme adulte. Cet établissement propose six pôles de psychiatrie adulte générale et trois pôles de psychiatrie infanto juvénile. Il dispose également d'un pôle transversal en charge des urgences, des soins psychiatriques aux détenus, des problématiques d'addiction.

En plus de traiter les troubles psychiques des usagers, ses actions de santé publique visent plusieurs objectifs : proposer des suivis psychothérapeutiques, assurer des diagnostics et faire de la prévention.

Zoom sur le Centre de Thérapie Familial (CTF)

Historiquement, c'est pour faire face au besoin grandissant de prises en charge de familles au sein de l'hôpital, qu'une équipe pluridisciplinaire composée de médecins psychiatres, infirmières, surveillants et assistantes sociales, va porter le projet de création d'un CTF. Il prend forme en 1993 avec son installation dans un local dédié dans l'enceinte du CHS Montperrin.

Il est voué à proposer une prise en charge familiale durant l'hospitalisation d'un de ses membres, voire même après sa sortie. L'intention est de pouvoir enfin répondre aux demandes d'aide des familles, mais aussi de proposer un accompagnement qui ne considère pas uniquement le porteur du symptôme : un dysfonctionnement familial est souvent à l'origine du trouble du patient désigné.

À ce jour, la population reçue n'est que minoritairement concernée par une hospitalisation et environ trois quart des suivis sont demandés par des couples.

Ce local est conçu pour le confort des intervenants et des usagers : la porte d'entrée est différente de la porte de sortie, si bien que les familles qui se succèdent en rendez-vous ne se croisent pas. Une glace sans tain permet d'accueillir une équipe pour aider le ou les psychothérapeutes en séance. Un système vidéo enregistre les séances afin de visionner l'entretien

ultérieurement si besoin (pour améliorer le suivi, faciliter la supervision ou proposer un support en formation).

Les praticiens s'appuient sur deux modèles théoriques, suivant leur formation : systémique ou psychanalytique.

Le rôle du stagiaire

J'ai été accueilli par le docteur Ampélas en tant que stagiaire pour finaliser ma formation de psychothérapeute systémique. Ma présence au CTF s'est étendue de janvier à juillet 2016. Avant de développer mon vécu en tant que stagiaire, voici le déroulement typique d'une première séance au CTF, avec le rôle plus détaillé du stagiaire.

Avant que la séance ne débute, toute l'équipe est installée dans la petite pièce derrière la glace sans tain, que je nomme « salle d'observation ». C'est le moment où sont présentées les informations à propos du couple ou de la famille, recueillies durant la prise de rendez-vous (lorsqu'il s'agit d'un énième entretien, c'est le temps de préparer la séance avec un débriefing des dernières rencontres).

À l'arrivée de la famille, un stagiaire va les accueillir en salle d'attente, puis retourne en salle d'observation. Il indique alors si certaines personnes sont encore en chemin ou si, au contraire, tout le monde est prêt pour débiter l'entretien.

Les deux co-thérapeutes se mettent d'accord sur la façon d'amorcer la séance et sur qui mènera principalement l'entretien, et ensuite seulement ils vont chercher la famille en salle d'attente.

Dès leur sortie, la salle d'observation est plongée dans l'obscurité. Les stagiaires lancent l'enregistrement vidéo, activent le son des haut-parleurs, et s'installent pour observer et prendre des notes sur le déroulement du rendez-vous.

Un psychothérapeute présente le cadre de travail, à savoir : il précise que des stagiaires en thérapie familiale sont derrière la glace sans tain, il les nomme et donne leur fonction dans ce cadre. Le docteur Ampélas présentait toujours le rôle des stagiaires auprès des familles avec une formule que je trouve efficace : « ils sont là pour nous aider à vous aider ». Enfin il indique qu'en fin de séance ils iront tous visiter la salle d'observation.

Il indique également que la séance est filmée et enregistrée, puis fournit la demande d'autorisation d'être enregistré. Une feuille est également distribuée

à chaque personne afin qu'elles indiquent leur nom, âge, etc... soit l'ensemble des informations destinées à être saisies dans le logiciel de l'Hôpital, pour le suivi des patients. Chacun des intervenants se présente, puis c'est au tour de chaque membre de la famille. Au bout de quarante minutes environ à lieu l'interruption de séance. Pour une durée allant de cinq à dix minutes, les co-thérapeutes rejoignent les stagiaires en salle d'observation. C'est le moment où vont être échangées les observations et les hypothèses de travail, puis que va être élaborée la restitution qui sera faite pour clôturer la séance. Durant cette interruption de séance le son est coupé, afin de stopper le travail d'observation de la famille.

Puis les co-thérapeutes rejoignent la salle d'entretien pour clôturer la séance et fixer le rendez-vous suivant. Enfin (toujours dans le cas d'un premier entretien) la famille vient jeter un coup d'œil à la salle d'observation. Pour les séances suivantes, le stagiaire ayant accueilli la famille, passe devant la glace sans tain afin de leur dire au revoir à la sortie du centre.

Expérience personnelle

S'il y a bien une chose dont j'ai profité durant ce stage, c'est de pouvoir travailler en équipe. J'avais déjà expérimenté le travail en binôme, mais c'était la première fois que je collaborais avec trois autres collègues en même temps.

Un des intérêts du travail en équipe est la rencontre des idées. Les hypothèses des uns et des autres sont parfois diamétralement opposées, alors que dans d'autres cas elles sont similaires ou se complètent. Et même quand elles sont semblables, elles ont des angles de vues différents, des sensibilités différentes. Le résultat final est un bouquet de points de vues variés, un vrai enrichissement pour la famille comme pour moi.

Ce qui m'a étonné, car bien plus évident à quatre que seul, est de constater que d'une séance à l'autre les hypothèses pouvaient être totalement décorrélées. En étant seul, je pouvais construire des pistes de travail qui étaient très différentes d'un entretien à l'autre. Mais il s'agissait plus de l'exception que de la règle, comme si mes premières réflexions échafaudaient un territoire aux frontières précises, et qu'il m'était difficile d'en sortir par la suite. De fait, cela restreignait mon panel d'hypothèses et ma créativité.

Cette configuration de travail à plusieurs, m'a permis d'étendre ma façon de lire les interactions. Je pouvais me faire des remarques comme "qu'aurait dit untel ou unetelle face à cette dynamique, quelle hypothèse pourrait en émerger ?". Spontanément j'ai eu tendance à m'inspirer des collègues, à essayer de me mettre dans leur peau lorsqu'ils élaborent des hypothèses et ainsi m'évader pour un temps de ma propre grille de lecture. Ce comportement a eu l'avantage de me booster dans ma créativité, de me détacher de mes premières idées. L'effervescence liée au partage de nos pistes de travail a donc eu un premier effet d'ouverture du champ des possibles suivi d'une envie d'explorer et d'étendre ce champ de manière autonome.

Ma représentation de la dynamique d'un suivi a évolué, dans le sens où j'avais l'impression auparavant qu'à chaque rencontre je cueillais une idée ou deux, souvent voisines de l'idée survenue à la séance précédente. De fait, c'était grâce à un nombre conséquent de rencontres que mon répertoire d'hypothèses s'étoffait, il fallait donc du temps. À présent que je sais qu'un bouquet d'idées peut être cueilli à chaque rendez-vous, c'est comme si le temps s'accélérait. J'estime qu'en chaque rencontre existe un potentiel de découvertes important, que je peux révéler activement, le temps ayant toujours un rôle, mais un rôle de moindre importance face à mon implication.

Si dans ma position de psychothérapeute systémique, des séances potentiellement plus riches me donne une impression de temps qui accélère, dans mon accueil des patients c'est différent. Je laisse plus de temps au système-demandant.

La formule n'est pas juste car intellectuellement je ne conçois pas être celui qui à autorité pour évaluer si telle ou telle famille travaille suffisamment vite, et donc décider du temps que je lui alloue.

Je ne vais pas le cacher, spontanément (et inconsciemment à l'époque) j'avais des attentes sur la performance des demandeurs d'aide. Ce stage m'a aidé à le réaliser. Chaque famille va à son rythme, et quel qu'il soit cela n'interroge pas la compétence du praticien. Car au final c'était de ça qu'il était question pour moi : sans signe tangible d'évolution à court terme, c'est ma légitimité de professionnel que je mettais en doute.

Côtoyer des collègues qui restaient confiant face à des dynamiques qui semblaient évoluer doucement, ou se mettre en pauses, m'a clairement rassuré

et ouvert les yeux. Tout cela a participé à me soulager d'un poids : je ne suis pas responsable du chemin pris par le système-demandant. J'arrête donc de juger arbitrairement de leur vélocité, ou plus justement : j'arrête de juger subjectivement de mon efficacité.

Je ne dis pas que face à l'impression de stagner il n'y a rien à faire et qu'il faut ignorer ce ressenti. Il ne s'agit pas non plus de démissionner et de se déresponsabiliser de tout.

Là où j'étais entravé par mon modèle du "parfait psychothérapeute", j'ai pu observer des collègues conserver leur lucidité et saisir ce qui se passait en séance. L'une des actions que j'ai pu voir faire en stage, était d'utiliser ses propres perceptions pour les injecter explicitement. Autrement dit, s'utiliser soi-même en tant qu'outil. Je pense notamment au cas d'un couple où mari et femme ne font qu'argumenter ou contre-argumenter, et chacun de défendre le bien fondé de son opinion sur tel ou tel différend. Le système-intervenant a alors exprimé ce qu'il constaté, à savoir un homme qui essaye de convaincre qu'il a raison, une femme qui essaye de convaincre qu'elle a raison, et des praticiens qui essaient de les convaincre d'avoir une attitude différente.

J'ai ainsi pris conscience qu'il y a toujours un matériaux systémique à saisir. Le temps est un indicateur parmi d'autre, lui laisser de la place est essentiel pour accueillir son message. Pour une autre illustration, je pense au cas d'une famille qui a vécu la perte d'un de leurs trois enfants, une quinzaine d'années en arrière. Suite à cette perte la mère a stoppé net son activité professionnelle de médecin (elle expliquait que de ne pas avoir pu sauver son propre fils rendait inconcevable l'idée de poursuivre son travail). La demande en consultation ne portait pas sur le deuil, mais sur la difficulté d'orientation dans les études supérieures du benjamin. Au fil des séances, rien ne semblait indiquer que la dynamique familiale travaillait. Comme si elle restait figée. À l'image peut-être de ce qui s'est installé depuis le décès de l'ainé de la fratrie. Avec une mère qui se met, au moins professionnellement, à l'arrêt; et un fils qui se fige (à un âge correspondant à celui de son grand frère lors du drame), il me semble qu'il y a résonance entre le temps en suivie psychothérapeutique et le temps écologique de cette famille.

Depuis que j'ai pris conscience de cela, j'accorde toute mon attention au messenger silencieux qu'est le temps.

Synthèse

Dans cet exposé je vous ai présenté un apport de mon stage, il y en a eu d'autres que je décris ici très brièvement.

Être témoin de la pratique des collègues est très riche d'enseignements, cela m'a permis de m'ouvrir à des interventions que je n'aurais osé faire, ou auxquelles je n'aurais tout simplement pas pensé. De même, j'ai été témoin de recadrages d'une grande habileté, toujours dans la bienveillance. J'espère que tout cela m'inspirera pour la suite.

Être deux derrière la glace sans tain, plutôt que seul, est une expérience particulière. Nous avons échangé là-dessus avec ma collègue stagiaire et nous étions du même avis : le fait d'être consultés durant l'interruption de séance semblait nous pousser dans une compétition saine. Il était même amusant de constater que nous éprouvions chacun une certaine satisfaction lorsque notre hypothèse était utilisée pour la restitution.

Le fait d'être deux permettait également l'échange d'idées durant la séance. Sur cet aspect là, j'ai retenu qu'il y avait du bon et du moins bon. Le fait de partager nos réflexions au fil de l'eau modifiait forcément le regard porté sur l'entretien. Cela pouvait approfondir le sujet partagé, c'est une bonne chose. Mais au risque de perdre en diversité d'hypothèses, ce qui serait dommage car c'est un point fort du travail en équipe.

Finalement, ce stage m'a donné l'envie de pratiquer davantage en équipe, et a apaisé une part de la pression que je m'applique en tant que professionnel.

BIBLIOGRAPHIE

Amiguet O., Gresslin, Ph, "vers un travail systémique individuel" *Thérapie Familiale*. Vol 8, N° 3, 1987, pp. 287-299

Bertalanffy, L. V., *Théorie générale des systèmes*, Bordas, Paris, 1973

Bloch, D. A., *Techniques de base en thérapie familiale*, Paris, Jean-Pierre Delarge, 1979

Boscolo, L., Cecchin, G., Hoffman, L. & Penn, P., *Le modèle Milanais de thérapie familiale*, Paris, ESF édition, 1993

Caillé, P., Rey, Y., *Les objets flottants. Méthodes d'entretiens systémiques*. Editions Fabert, 2004.

Connell, G. M., Mitten T. J., & Whitaker, *Panorama des thérapies familiales*, Paris, Éditions du Seuil, 1995

Elkaïm, M., *Si tu m'aimes, ne m'aime pas*. Éditions du Seuil, 2001

Isebaert, L., & Cabié, M. C., *Pour une thérapie brève*, Toulouse, Éditions érès, 2015

Marc, E., Picard, D., *L'école de Palo Alto, un nouveau regard sur les relations humaines*, Paris, Retz, 2004

Minuchin S., *Familles en thérapie*, Toulouse, Éditions érès, 1998

Piquemal, JP. (2008) *Le premier entretien en travail systémique*, récupéré le 01 juin 2016 du site de l'organisme IPEC Formation : <http://www.ipec-formation.fr/jp-piquemal/1er-travail-en-systemique>

Watzlawick, P., Helmick Beavin, J., Jackson D. D., *Une logique de la communication*, Paris, Éditions du Seuil, 1972