

Retranscription en direct :

Espace Thérapies Systèmes, journée d'étude du 12 avril 2013,
Approche systémique et pratiques institutionnelles, Pau.

Ce matin je vous ai dit merci d'être là parce que de toute façon sinon, on ne fait rien, on n'aurait rien fait, c'est toujours comme ça. On a parlé dans l'après-midi « aidant-aidé », relation « aidant-aidé », ça marche dans les deux sens. Si vous recevez une famille mais si vous ne pensez pas qu'une famille peut vous aider vous, il n'y a pas de travail possible... Parce que la famille nous aide aussi, et c'est passionnant comme travail, on apprend des trucs ; si on ne rentre pas dans cette dynamique-là on s'ennuie, et quand je dis la famille, il s'agit aussi bien du couple ou de la personne ou de l'enfant.

Je dis merci à chacun de mes collègues...

Virginie, Roger, Annick et Sylvie, Marie-Jo, Jacques, Laurence et Vincent, Véronique pour tout ce que tu as dit.

Le concept de la parole, c'est une évidence, on ne fait que travailler avec ce truc-là, symbolique, mais encore faut-il arriver à en faire un concept. Même si le langage passe aussi autrement.

Enfin je dis merci à Roselyne, pour la qualité de son travail et pour avoir été là tout le long.

Les trois termes, *espace thérapies systèmes*, allons-y pourquoi pas pour un coup de trinité. Je pourrais, pour expliquer, le jouer tout de suite de façon un petit peu précise, concrète ou pourquoi pas savante : pourquoi ces trois mots ? Mais l'idée qu'ils soient trois effectivement, c'est cela qui m'intéresse.

Il y a des moments, on est submergé d'une telle dose de désespoir quand les personnes sont là et qu'elles sont engluées dans les trucs de leur vie dont elles n'arrivent pas à sortir et même des fois, pire que ça, dont elles ne veulent pas sortir, c'est du moins l'impression que l'on a pendant quelques instants. Et, à notre tour, on peut bien se sentir englué et souvent avoir tendance, moi le premier, à comme essayer d'amener, de pousser pour que ces familles se sortent de là, les pousser dans le dos pour qu'elles se sortent, à faire un geste de la sorte, du côté de leur imposer une force... Mais comme de toute façon avec le temps, on constate que ça ne marche pas, alors quoi ? On s'entête, on fait une crise cardiaque ou alors on s'arrête, on se relâche. Et quand on se relâche il y a des moments, ce désespoir, de façon tranquille, ce désespoir des familles, mais de façon tranquille il nous traverse aussi. C'est comme une sorte d'entraînement, il peut nous traverser sans nous fixer ou sans qu'on se fixe dessus mais il nous traverse. Il y a des moments quand on accepte complètement de lâcher, pourquoi pas, c'est un peu spécial de dire ça ainsi mais c'était une des thématiques de la famille reçue tout à l'heure, pourquoi pas s'en remettre à Dieu ? Juste un instant comme ça, en se disant « *C'est un miracle qu'il nous faudrait, moi je ne peux plus rien, ça bloque tellement avec eux, moi je ne peux plus rien faire, donc rêvons au miracle* », du coup on se détend, ça détend la

famille aussi, et là il peut commencer à se passer quelque chose. Je sais que ce sont des idées qui peuvent paraître un peu loufoques, ce n'est pas une réunion religieuse ! Alors pourquoi pas la Trinité et pourquoi pas un petit coup de Dieu dans le sens de se relâcher complètement et de voir si quelque chose peut se passer ? Et des fois cela débloque la famille, mais c'est elle qui a l'idée au lieu que ce soit nous.

Je voudrais dans ce sens vous faire part d'une petite observation : on a démarré ce matin sur la création des problèmes, et cet après-midi c'est plutôt sur les apprentissages, comment on apprend à se transformer ou à changer. L'observation c'est la suivante.

Très souvent quand le travail commence avec une famille, on voit que les enfants sont alertes ; même ceux qui sont couverts de symptômes, ils ont des fois une espèce de facilité, comme si derrière le symptôme il y avait une sorte de transcendance dans la perception qu'ils ont des blocages de toute la famille. Pas juste des blocages des parents, des blocages de toute la famille. Vous savez un phénomène du genre : « *la vérité sort de la bouche des enfants* ». Dans les premières séances, c'est un truc intéressant à observer, ils sont plus alertes que les parents qui sont complètement coincés dans des codes sociaux. Les enfants sont plus dits déliés. Alors ils balancent deux trois infos qui ont tendance à piquer un peu les parents, et puis au fil du temps on se met bien sûr à travailler, et comme dans une famille on peut penser que ce sont les parents qui pilotent, on va travailler notamment avec l'outil parole un petit peu plus avec les parents, parce que quantitativement il faut beaucoup plus de paroles entre deux adultes qu'entre un adulte et un enfant, du moins dans un tel contexte, de thérapie. Les enfants, ce n'est pas la peine de parler une demi-heure avec eux, on les assommerait complètement, il vaut mieux qu'ils dessinent ou qu'ils jouent. Et on va faire un commentaire sur le jeu et ça c'est beaucoup plus efficace, ou on va traduire là encore ce que les parents disent, ou traduire aux parents ce que les enfants montrent ou disent.

Et donc voilà, les enfants sont plus alertes et après on va se concentrer sur le travail avec les parents, pendant un certain temps, sans oublier les enfants. Qu'est-ce qui va se passer ? On va arriver à un moment qui ressemble à un carrefour, c'est-à-dire d'un coup, la famille, elle est prête à changer et là il y a une observation tout à fait particulière : comme si c'est le moment où les parents peuvent se saisir du changement *et*, bizarrement ou paradoxalement, où ce sont les enfants qui se mettent à freiner, ou les adolescents. Au début ils avaient l'air plus vifs et puis tout à coup, au bout de quelques temps, on arrive au carrefour du changement, là on sent que les parents sont quasiment prêts ou commencent à faire le passage et on voit que les ados, ceux qui avaient un bec comme ça, ou les enfants qui avaient l'air si pleins de vivacité, ce sont eux qui freinent et on les sent déstabilisés voire insécurisés.

Je crois que le changement et la transformation ce sont deux notions qui sont liées, et je crois qu'elles marchent à l'envers chez l'enfant et chez l'adulte. Je crois que pour l'enfant il faut d'abord qu'il y ait un changement, c'est-à-dire qu'il faut d'abord qu'il y ait une expérience nouvelle, qu'on l'accompagne dans l'expérience et c'est ça qui va lui permettre de se transformer, de se structurer. Et je pense que chez l'adulte, le phénomène se passe fréquemment dans l'autre sens, encore qu'il y ait des adultes qui ont un cœur d'enfant qui est tellement vivace que ça peut marcher comme on vient de le dire, mais je crois que souvent pour les adultes, parce qu'il y a tout un tas d'intégration autour du langage, ça marche dans l'autre sens, c'est-à-dire qu'ils vont commencer à se transformer un petit peu et c'est là que le changement va pouvoir s'opérer.

C'est comme si on imaginait que dans le cadre de la thérapie, l'enfant doit vivre l'expérience pour pouvoir changer. Il ne suffit pas de lui expliquer ce truc-là, et comme c'est un moment de grande concentration pour les parents parce qu'ils sont eux-mêmes en train d'intégrer leur

transformation et de faire ce passage vers le changement, ils sont totalement concentrés sur ce qu'ils ont à faire, y compris dans leur posture parentale, mais ils sont concentrés en eux-mêmes et à ce moment-là ils ne sont pas disponibles pour soutenir l'enfant. Je pense que c'est un rôle très très important que le thérapeute doit avoir à l'esprit et être là, au soutien de l'enfant, le soutenir pour qu'il puisse vivre cette expérience de changement parce que pour lui c'est par là que ça va commencer. En y pensant bien, on a l'impression qu'on fait des trucs extraordinaires dans notre métier, c'est vrai qu'on fait un métier extraordinaire, on apprend sans arrêt...

Si on regarde attentivement ce processus, c'est le même qui se passe dans n'importe quelle famille ordinaire, le processus pour le coup est banal. Dans n'importe quelle famille, un jour, par exemple, l'enfant va commencer à marcher et c'est pas la peine de lui expliquer cent sept ans qu'on va lui lâcher la main... On va lui lâcher la main et là il va faire l'expérience parce qu'on est juste à côté et que c'est possible que ça tienne. Au fond c'est exactement la même chose, sauf qu'il y a cet instant particulier de la thérapie où le parent n'est pas disponible, alors même qu'il réintègre un nouvel espace de ses fonctions parentales mais il n'est pas disponible, il est concentré sur lui-même, et je pense que c'est au thérapeute de faire ce geste-là vers l'enfant ou l'ado tout en continuant d'accompagner les parents.

Cela nous apprend aussi quelque chose de fondamental sur la clinique, sur le travail clinique et sur comment aider les adultes quand on est dans des entretiens en tête-à-tête, et c'est valable au fond pour chacun d'entre nous. Il n'y a pas de doute que la psychanalyse a amené à la systémie. Si les théories freudiennes n'avaient pas été mises au point, on serait encore en train de ramer et à se demander qu'est-ce qu'on peut faire, ou peut-être on aurait trouvé d'autres choses, mais nos origines sont celles-ci, il ne faut pas l'oublier. Peut-être que nous arrivons à l'époque où les idées de la systémie peuvent commencer à amener où amènent déjà d'ailleurs à la clinique du travail dit « individuel », et comme quelqu'un l'a fait remarquer aujourd'hui, on n'est pas tout seul. On arrive mais forcément, dans les valises, il y a plein de monde qui est là, même parfois on le représente dans les séances, ça arrive, par une photo, ou sur une chaise un personnage imaginaire qui va être là.

La petite remarque que je veux faire qui est très précise au niveau du travail avec les adultes en tête-en-tête, c'est qu'il arrive que des adultes, pour des raisons spéciales, dans leur parcours, n'ont pas eu ou pas beaucoup dans leur famille cet étayage que je viens de décrire. C'est-à-dire le fait de vivre l'expérience pour apprendre, ils n'ont pas beaucoup connu ça, et du coup quand on est en psychothérapie, quand on travaille à ce moment-là avec les adultes, ou quand on est même dans une relation à mon sens plus large, c'est comme s'ils butaient sur quelque chose, comme un noyau assez enkysté où chaque fois que l'expérience nouvelle est là, il se produit ce frein parce que justement ils n'ont pas appris à faire l'expérience nouvelle comme ça, selon le processus que j'ai essayé de décrire tout à l'heure.

Et donc là, on a une sorte de problème à régler, relationnel au fond, si on le voit. A ce moment, on repense ce qui va motiver le changement chez l'adulte et comment il est susceptible, peut-être, de se transformer avant. Un adulte peut ne pas avoir l'expérience de ce changement direct mais il peut avoir l'expérience de l'idée, c'est-à-dire qu'il peut avoir déjà intégré dans son parcours, dans son panel d'expériences, le fait que pour changer, il y arrive comme il peut mais avant il faut se transformer et pour se transformer, il faut avoir l'idée de se transformer, l'idée de faire quelque chose d'autre. Au lieu de passer par le vécu, cela passe d'abord par l'idée quand il reste dans son vécu à ne pas avoir fait l'expérience de faire quelque chose de nouveau pour changer ; par contre il peut avoir une expérience de la

construction des idées, et peut-être dans cette phase, cela vient soutenir le fait de passer à une expérience nouvelle.

Il me semble qu'en approche systémique, quand on travaille avec des familles, le passage que j'essayais de décrire tout à l'heure nous apprend ça. On peut en déduire quelque chose pour la clinique dans le travail individuel, c'est que des adultes qui n'ont pas eu ce genre de soutien, qui n'ont pas appris à faire de l'expérience de cette façon-là, néanmoins ils ne sont pas forcément handicapés à tous les niveaux et ils peuvent avoir une expérience de l'idée, de l'intégration des idées et à ce moment-là, il peut être très utile de soutenir aussi l'idée, de dire que cette chose-là existe, de dire par exemple : vous avez le droit d'être en colère après votre patron qui n'est pas sympathique, le seul fait de dire le droit, que c'est possible. Chez certains adultes, je pense ceux qui ont un déficit au niveau de l'apprentissage que je tente d'expliquer, cela leur est utile de pouvoir penser l'idée, et petit à petit ils se familiarisent avec, et ce processus peut leur permettre le passage. Au fond on a tous un petit peu des deux, et selon les personnalités nous sommes susceptibles d'être plus marqués d'un côté ou de l'autre. Vraiment je voulais souligner l'importance de ce passage dans le travail avec les familles, comment il faut soutenir les enfants mais aussi comment cet aspect nous apprend quelque chose pour le travail avec les familles, avec les adultes, dans le dialogue avec chacun, ils peuvent ne pas avoir appris ça, peut-être que leurs parents ne les ont pas amenés en thérapie de famille. Donc il faut compenser quelque chose.

Et finalement, *espace thérapies systèmes*, quand même pour l'idée, c'était qu'il y avait, c'est toujours d'ailleurs le cas, que, bien sûr on fait quelque chose qu'on appelle de la thérapie mais j'aime bien l'idée du moment thérapeutique comme j'en parlais ce matin, ça peut surgir au fond n'importe où et c'est cet instant-là qui compte, parce que même en psychothérapie on fait pas de la psychothérapie tout le temps, faut pas rigoler, on est dans ce lien mais il y a des tas de moments où cela pourrait ressembler à quelque chose d'assez ordinaire, même si nous on sait que c'est quand même de la psychothérapie. Par contre, dans ce à quoi ça ressemble, il y a, de temps en temps, un moment qui est vraiment éminemment thérapeutique, il faut tout le reste pour y arriver mais ce moment-là il se produit, et c'est à ça que nous travaillons ; ce processus peut se produire ailleurs et il nous renvoie à la modestie que nous devons avoir de notre fonction, comme nous disait Jacques ce matin, on est juste « psy », analyste ou thérapeute comme vous voulez, mais on l'est juste le temps de la séance et après nous sommes des citoyens ordinaires. Et *espace thérapies systèmes*, il y a donc la notion de *thérapie* ; il y a une notion de *système*, c'est le groupe ou l'individu, la personne seule qui vient amenant des autres personnages qui sont portés dans cette personne. Et la notion *espace*, c'est l'espace pour la personne, c'est-à-dire que le groupe n'exclut pas l'individualité bien entendu et que sans arrêt nous devons faire le va-et-vient entre les deux. C'est pas parce qu'on fait de la thérapie de famille qu'on est focalisé seulement sur la notion de groupe, chacun doit trouver absolument sa place dedans, c'est aussi ce que j'essaye de partager avec vous en parlant de cette observation et de ce qu'on peut en déduire pour le travail clinique avec les personnes en tête-à-tête. Oui, c'est vraiment un chouette métier que l'on fait. Merci de cette attention et des bons partages toute la journée.

Olivier TRIOULLIER