

POUR UNE THÉRAPIE FAMILIALE PLUS EFFICACE

Publié le 26 mai 2014



"Où es-tu quand je te parles?", par Mony Elkaïm, Edition Seuil, 18 euros

Fort de son vécu de thérapeute du couple et de la famille, le neuropsychiatre Mony Elkaïm, professeur honoraire de l'[Université libre de Bruxelles](#), dirige des [formations complémentaires en thérapie familiale](#) pour les professionnels de la santé mentale et du social. En Europe ainsi qu'aux États-Unis.

Dans l'équipe de formateurs figurent des praticiens comme le neuropsychiatre Boris Cyrulnik, connu pour le concept de résilience. Le psychologue Claude Seron, fondateur à Liège de l'association «[Parole d'Enfants](#)» qui aide les enfants victimes d'abus sexuels et leur famille. Édith Goldbeter-Merinfeld, responsable du séminaire de psychopathologie et problématiques de couple au sein de l'École doctorale organisée par les facultés de psychologie de l'ULB et de l'UCL. Emma Seppala, directrice associée du «[Center for Compassion and Altruism Research and Education](#)», Stanford University, Californie.

Mony Elkaïm met en évidence l'importance de superviser une thérapie dans son livre sur l'efficacité de la psychothérapie familiale «[Où es-tu quand je te parle?](#)», paru aux Éditions du Seuil.

L'aide du superviseur

La supervision thérapeutique... «Il s'agit du système formé du thérapeute et de ses patients, transformé en un nouveau système par la présence du superviseur lui-même», explique Mony Elkaïm. «Le chemin du thérapeute n'est pas facile. Il se déploie de bout en bout dans l'espace d'un paradoxe: être partie prenante d'un système humain dans lequel il doit faire des hypothèses, les vérifier, et intervenir sans l'envahir. En utilisant même son propre vécu comme diagnostic d'un univers plus large que le sien. Le fait qu'une thérapie réussisse ne signifie nullement que le thérapeute a eu raison. On peut simplement affirmer que l'intersection entre les patients et lui a été opérante. Le thérapeute est celui qui conduit le patient ou le groupe familial vers une multiplication des possibles. Il n'indique pas la vérité. Mais désigne la liberté.»

Le neuropsychiatre accorde beaucoup d'importance à la résonance, le pont qui se construit entre un thérapeute et le patient, individu, couple ou famille. «Ce pont est toujours unique, toujours singulier. Il se forme à la fois à partir de matériaux liés à l'histoire du thérapeute et d'éléments significatifs pour les patients. La résonance n'implique pas forcément une similarité entre le vécu du patient et celui du thérapeute. Le vécu de ce dernier peut être très différent de celui du patient avec lequel il fait résonance.»

Se distancier affectivement

Le psychothérapeute n'est pas un observateur extérieur impartial. Des résonances se produisent, la plupart du temps à son insu. Si elles ne sont pas maîtrisées, elles peuvent avoir des conséquences dommageables sur le déroulement d'une thérapie.

«Je ne soupçonne pas les thérapeutes de projeter leurs affects sur le patient», précise le directeur de l'Institut d'études de la famille et des systèmes humains. «Mais je constate simplement qu'un élément dormant de leur histoire peut s'amplifier d'une manière telle qu'il envahisse un espace beaucoup plus large que simplement leur espace personnel. Il faut donc essayer de comprendre avec eux quelle est la fonction de ce qu'ils vivent par rapport au patient, au couple ou à la famille qu'ils reçoivent. En qualité de superviseur, je suis régulièrement confronté à cette exigence. Il faut de plus les aider à se séparer affectivement de cette situation.»

Le superviseur demande souvent aux psychothérapeutes en formation d'exécuter un dessin qui reflète leur expérience avec leurs patients. Un des thérapeutes représente par un visage effrayant, sortant d'une boîte, la relation entre un père et son fils qui le consulte. Interrogé, il évoque avec étonnement un élément de sa propre histoire. Et il comprend pourquoi il est plus ouvert, plus à l'écoute de son patient.

Une thérapeute dessine un visage avec les yeux fermés de quelqu'un vivant dans son propre monde. Questionnée par le superviseur, elle raconte qu'elle s'est endormie en cours de séance. La crainte de la patiente de ne pas compter pour ses proches a amplifié le vécu affectif de la thérapeute. A ravivé sa peur d'enfant de ne pas compter assez pour sa mère. Cette nouvelle manière de voir la situation permet à la thérapeute d'être beaucoup plus réceptive à sa patiente.