

Thérapie familiale et approche contextuelle

En rédigeant ce document, mon idée était de vous parler de l'approche contextuelle, d'une manière « simple », de vous faire partager ce qui me paraît le plus essentiel dans cette approche, d'évoquer la façon dont nous pouvons travailler en thérapie, d'un point de vue contextuel.

Pour ce qui est de l'indication pour une thérapie familiale, l'approche contextuelle est une méthode thérapeutique d'intervention, d'aide, particulièrement recommandée lorsque les relations familiales sont dégradées, lorsque la fiabilité et la confiance dans les relations sont affectées, que nous sommes sollicités pour accompagner des familles « en détresses multiples », que nous pensons que les membres de la famille peuvent s'aider mutuellement à « guérir ».

Comme pour les autres approches thérapeutiques, la question de la demande et de l'accord de la famille est essentiel, même si pour certaines familles que nous recevons, « l'expression de cette demande » n'est pas toujours bien claire, dans un premier temps.

Lorsque nous rencontrons des familles, lorsqu'un professionnel vient nous présenter une famille, nous constatons à quel point les liens dans cette famille sont malmenés, à quel point les relations sont abîmées et il nous est parfois difficile d'imaginer que le dialogue puisse reprendre entre les membres de la famille. L'approche contextuelle fait le pari qu'un dialogue est encore possible, à la lumière de la dimension de l'éthique relationnelle.

« Renouer des relations où chacun puisse être reconnu dans son lien aux autres et notamment dans sa contribution constructive ou destructive à la qualité des relations »

L'éthique relationnelle

« Beaucoup de nos actions n'auraient pas d'explication si nous refusions de voir qu'elles étaient déterminées par l'attente d'un retour équitable pour nos contributions, ou par une attente de réparation pour les injustices subies » (I. Boszormenyi-Nagy ; C. Ducommun-Nagy)

« L'éthique relationnelle est la prise en compte de la réalité primordiale de l'équité dans une relation, comment chacun se montre responsable de l'équité » (...) L'éthique relationnelle a à voir avec les choses qui se sont passées (...) « Celui qui donne a le droit de recevoir, celui qui a reçu a des obligations et des dettes » (...) « L'éthique relationnelle, c'est la responsabilité d'une personne vis-à-vis d'une autre, c'est le fait de prendre l'autre en compte » (I. Boszormenyi-Nagy ; P. Michard)

« L'éthique relationnelle exige que les personnes assument la responsabilité des conséquences qui constituent une réalité existentielle inévitable » (...) « Le lien entre dimension éthique et pathologie

se manifeste dans la stagnation qui s'opère quand la famille ignore la balance de l'équité. Les symptômes doivent être vus comme des expressions de cette stagnation et en même temps comme un appel à sa résolution » (M. Heireman)

Ivan Boszormenyi-Nagy a mis en évidence, l'importance de l'équité, de la fiabilité et de la confiance dans toutes les relations humaines, et particulièrement dans les relations familiales. Il a postulé qu'il existerait un « noyau existentiel de justice », un principe de justice inhérent à toutes les relations. Chaque personne a des besoins et des attentes en termes d'équité, de fiabilité, de confiance dans les relations. Chacun mérite d'être reconnu dans ses contributions et, ce qui a fait défaut, ce qui a été subi, se doit d'être révélé, reconnu, crédité. Nous gardons en mémoire ce que les autres ont fait pour nous, la façon dont ils se sont préoccupés de nous, ce qu'ils nous ont donné, ce que nous-mêmes nous avons fait pour eux, ce que nous leur avons donné, mais également de ce que nous n'avons pas reçu, ce dont nous avons manqué, la façon dont nous avons été lésés, ou ce que nous n'avons pas nous-mêmes été en mesure de donner ou de recevoir. Nous tenons une sorte de « comptabilité » des injustices, des difficultés, des souffrances que nous avons vécues et des contributions que nous avons reçues, dans le cadre de nos relations familiales.

L'approche contextuelle nous propose d'ouvrir le « grand livre des comptes relationnels », de rechercher un meilleur équilibre de la justice relationnelle entre les membres de la famille, de rééquilibrer les plateaux de la balance des comptes, de faire un bilan provisoire, « la balance entre donner et recevoir », de lutter contre le déni de justice. Évaluer, juger de l'état de la balance des comptes relationnels ne peut se faire que dans le dialogue avec les autres personnes concernées par la relation. Il s'agit d'explorer ce qui a été vécu, subi, en prenant en considération le poids des héritages, les attentes injustes ou les espoirs liés à ces héritages, les loyautés, de reconnaître ce dans quoi chacun s'est débattu et se débat encore, et de se préoccuper des conséquences pour les générations futures. Il ne s'agit pas seulement d'aller chercher des explications à donner, mais de raconter ce qui s'est passé dans les relations, de faire « un état des lieux », de permettre à chaque membre de la famille d'exprimer une parole, que cette parole puisse être entendue, considérée, que chacun puisse être reconnu du fait de son engagement dans la narration et dans la relation.

Chacun, en exprimant une attention, une considération pour les autres peut acquérir un mérite, une légitimité, parce qu'il est reconnu dans sa capacité à se préoccuper des autres, une reconnaissance qui le valide, le fait exister dans la relation et au-delà. Il est nécessaire de créer les conditions d'un dialogue entre les différentes personnes concernées par la relation, de construire un « dialogue authentique », authentique au sens de « créer du lien », au fil des séances de la thérapie familiale. Il est essentiel de placer ce dialogue sur le terrain des collaborations possibles, de l'implication de chacun par ce qu'il donne et ce qu'il reçoit, des préoccupations pour le futur et de la responsabilité.

La restauration de la confiance dans les relations

L'objectif prioritaire du dialogue dans l'approche contextuelle est la restauration de la confiance dans les relations, une restauration nécessaire pour la reconstruction des liens et des personnes. Et, si la confiance doit être restaurée, cela suppose qu'elle est affectée, abîmée, voire détruite, mais cela suppose aussi qu'elle a été là, l'approche contextuelle nous rappelle que « *les membres de la famille sont liés entre eux par la dimension éthique de la confiance mutuelle, ou par son absence* ». Nous allons nous appuyer sur ce potentiel de confiance mis à l'épreuve dans la relation. Il s'agit d'aller chercher les ressources résiduelles de confiance qui continuent d'exister dans les relations au sein de la famille, même lorsque ces relations sont très dégradées, de les identifier et de les mobiliser. Nous sommes dans le domaine de « l'infiniment petit ». Dans une situation de crise au sein de la famille, de graves dysfonctionnements, le thérapeute est sollicité, quelque chose est affecté dans les relations, quelque chose qui doit être restauré, et les personnes entre elles ne parviennent plus à le faire. Ce quelque chose qui essaye de se re-construire, a initialement fondé les relations.

« L'évaluation contextuelle part de la prémisse que les gens seront le mieux aidés quand ils se servent d'une ressource qui leur reste et quand il naît un sentiment croissant de confiance mutuelle » (M. Heireman)

Le rôle du thérapeute, sa légitimité, viendrait de sa capacité reconnue, à créer les conditions d'un dialogue, où chaque membre de la famille pourrait s'engager sans craindre pour son intégrité, dans un processus de considération équitable et multilatérale. Le thérapeute ne dit pas ce qui est juste ou injuste, ce qui est bon ou mauvais, il ne juge pas, n'explique pas, ne donne pas de directive, mais il ouvre à la parole de tous et de chacun. A travers ses questions, il guide la narration autour de la balance entre le donné et le reçu, il aborde la question de la justice relationnelle et il est le garant de la fiabilité du cadre. Il est attentif aux efforts de chacun des membres de la famille pour décrire et raconter les relations, ce qui a été donné, ce qui n'a pas été donné, les conséquences des empêchements à donner, ou à recevoir, la façon dont une personne été créditée dans son don, ou n'a pas été reconnue pour ce qu'elle a donné. Il considère les actes, les intentions, les gestes ou l'absence de gestes. Les personnes souffrent de ce qu'elles se sont faits mais elles font des efforts pour essayer de le dépasser et cela doit être reconnu.

La restauration de la confiance ne peut se faire sans l'engagement de chacun dans la relation (dans le processus thérapeutique, dans le dialogue) y compris l'engagement du thérapeute, et la reconnaissance de cet engagement par les uns et les autres. Ce qui apparaît d'autant plus difficile que la confiance a été très abîmée, et que chaque membre de la famille aura tendance à être reconnu dans un rôle, un statut (victime, agresseur, abuseur ...), à être identifié à son symptôme, ses souffrances, sa plainte, ce qui rendra d'autant plus difficile la possibilité de s'exprimer autrement que dans le registre où il est attendu et d'être reconnu dans la possibilité d'agir différemment et de s'engager envers les uns et les autres. Il s'agira de permettre à tous les membres de la famille d'être acteur d'une histoire

relationnelle dans laquelle ils sont tous embarqués, de les aider à pouvoir s'exprimer librement, à se définir de manière plus précise, qu'ils puissent être reconnus dans les différentes facettes de leur personne et sortir de représentations figées. C'est aussi l'idée qu'une personne « bloquée » dans sa capacité à donner puisse à nouveau donner et être créditée pour sa contribution ou qu'une personne « bloquée » dans sa capacité à recevoir puisse donner à l'autre l'occasion de lui donner (cet autre sera valorisé par/pour son don) et sortir ainsi d'un système de « don unilatéral ».

C'est l'implication de chacun dans le processus thérapeutique et la reconnaissance de cette implication qui va peu à peu créer les conditions d'une « confiance méritée, fondée sur des éléments crédibles », et donner à chacun une place singulière dans le dialogue familial. Il s'agit de poser les conditions pour que la relation puisse re-devenir fiable dans l'intérêt de tous les membres de la famille et que chacun puisse à nouveau s'appuyer sur les autres.

Avoir comme objectif la restauration de la confiance dans la relation, c'est se dire aussi, que lorsque les possibilités de confiance dans la relation augmentent, alors la possibilité de gagner en confiance en soi, aussi.

La démarche de l'approche contextuelle s'intéresse aux conséquences pour le futur comme elle s'intéresse aux héritages du passé. Ce que nous avons reçu, nous allons le rendre à nos enfants, à nos partenaires, nos enfants eux-mêmes vont donner à leurs enfants ce qu'ils auront reçu de nous, « *ceux qui reçoivent ont l'obligation de donner* ». Dans l'approche contextuelle, l'acte de donner est considéré comme un engagement pour le futur, ce n'est pas un acte qui appellerait un retour direct, une attente immédiate d'un rendu. Quand une personne n'a pas reçu selon ses besoins, qu'elle a vécu des injustices au sein de la famille, cela a des conséquences sur la relation actuelle avec les membres de la famille, mais cela aura aussi des conséquences sur les générations à venir. La personne lésée sera en droit d'attendre de ses enfants qu'ils compensent le dommage qu'elle a subi ou elle exigera d'eux qu'ils se comportent de telle ou telle façon sans se soucier de leurs besoins réels (« légitimité destructrice »). Elle se tournera vers eux afin d'obtenir une réparation pour le préjudice subi. De cette façon, elle commettra une nouvelle injustice, en réclamant à ses enfants, ce qu'ils ne lui doivent pas, sans se rendre compte de ce qu'elle leur fait porter, sans se sentir coupable de ce qu'elle leur inflige (« l'ardoise pivotante »). Il est juste, légitime de demander une réparation lorsque l'on a subi un dommage, mais lorsque cela provoque une nouvelle injustice, nous ne sommes plus dans le domaine de la justice. Un des objectifs prioritaires de l'approche contextuelle est la réduction des conséquences pour le futur, par la diminution des attentes injustes issues des héritages, la possibilité de trouver d'autres façons de les honorer que dans le négatif, dans la répétition et la création de nouvelles injustices, et de rechercher un nouvel équilibre de confiance, d'équité et de réciprocité dans la relation.

La partialité multidirectionnelle

Le thérapeute contextuel va se servir d'un « *outil méthodologique fondamental en thérapie contextuelle* », la partialité multidirectionnelle, qui est « *à la fois une attitude du thérapeute et une méthode d'intervention* » pour ouvrir et construire le dialogue avec toutes les personnes concernées par la relation, avec pour objectif de restaurer la confiance dans la relation. En utilisant « *cette méthode de travail* », le thérapeute va travailler avec une famille et avec chacun des membres de la famille, dans un souci d'équité. Il va soutenir successivement les différents membres de la famille, prendre parti pour chacun, jusqu'à s'opposer aux autres le temps que dure la partialité envers celui auquel il s'adresse. Il ne s'agit pas d'approuver de façon inconditionnelle les actes, mais de considérer les intérêts de chacun, de tenter d'accorder du crédit à tous les membres de la famille.

Chaque personne doit pouvoir raconter son histoire avec ses propres termes, avec l'idée que des points de vue opposés puissent être énoncés et entendus, une histoire en relation avec celle des autres, une histoire qui peu à peu va se raconter autrement, dans la dimension de l'éthique relationnelle, grâce aux questions du thérapeute. Le thérapeute va également accorder sa partialité multidirectionnelle aux absents et aux personnes décédées, les rendre « présents » par ses questions.

Le thérapeute va travailler avec chaque personne autour de son rôle, sa fonction, sa position, dans la famille, avec ses émotions, son ressenti, ses besoins, ses représentations de son histoire familiale et reconnaître sa singularité. Il s'agit d'encourager et d'aider chaque membre de la famille, alternativement, à prendre position, à faire l'inventaire des injustices vécues, des préjudices subis, à rechercher la validation de ce qui a été donné (ou pas) et reçu (ou pas), à évoquer les conséquences d'un empêchement à donner ou à recevoir ou les conséquence d'un « trop donner ».

Les questions du thérapeute ouvrent à la construction du récit dans la dimension de l'éthique relationnelle, les représentations sont écoutées, ré-interprétées à partir de la grille du donner-recevoir-rendre, des liens, des héritages, des attentes, des loyautés, directes et invisibles, des conflits de loyauté, des clivages de loyauté. Les faits relationnels racontés tour à tour par les uns et les autres, aident à la transformation des représentations. Il s'agit d'aider chaque membre de la famille à pouvoir entendre ce que l'autre dit de son vécu d'une situation même si la représentation qu'il a lui-même de la situation est différente. Chacun doit pouvoir répondre avec ses termes à lui, avec l'idée de tenter d'aller peu à peu vers un langage commun aux différents membres de la famille.

Lorsqu'une personne se sent écoutée dans ce qu'elle a à dire, dans ce qu'elle raconte des situations telles qu'elle les a vécues, il lui sera plus facile de pouvoir écouter les autres, de surmonter ses résistances à écouter ce que l'autre a à dire de son vécu, qui peut être différent, opposé à sa propre expérience. Et, que chacun puisse comprendre le lien qui existe entre les injustices que l'autre commet à son égard et les injustices qu'il a lui-même subies dans sa propre vie (« l'exonération »). L'effort pour comprendre les autres, ce dans quoi ils se débattent, se sont débattus, est une manière de se

montrer généreux à leur égard, et de pouvoir en même temps, en obtenir du crédit, du mérite. Le thérapeute va aussi aller chercher à quel moment la confiance a pu être ébranlée et quelles ont été les conséquences sur les relations. Il va explorer grâce au récit, la façon dont une personne ne se sent pas suffisamment valorisée, reconnue dans la relation, la façon dont une personne se retrouve en difficultés pour donner dans la relation, ou dans l'incapacité de recevoir et de laisser à l'autre l'occasion de lui donner. Le thérapeute offre à chacun la possibilité de raconter ce qui s'est passé, comment il l'a vécu, il souhaite que les autres puissent l'entendre et qu'un dialogue, respectueux du point de vue des uns et des autres, autour du donner-recevoir-rendre, puisse advenir.

Il s'agit également de d'identifier les ressources qui pourraient amener un changement, de rechercher dans le récit ce qui peut être traduit en considération, ce qui montre qu'une personne à un moment donné de son existence a pu montrer de la préoccupation pour l'autre, se sentir concernée et pouvoir la créditer pour son geste.

« Il est indispensable que le thérapeute trouve chez chaque membre de la famille un quelconque mérite qui puisse être reconnu. Ces mérites sont à chercher dans tout ce que par le passé chacun a fait de fiable et digne de confiance pour les autres, investissements susceptibles de rendre des intérêts et d'être payés de retour dans un échange fiable » (I. Boszormenyi-Nagy).

Rechercher ces ressources dans le passé, même « minimes », dans le but de rééquilibrer les comptes relationnels et de réduire les conséquences pour le futur. Le dialogue dit la relation, la considération non reçue, il évoque le passé, mais il s'opère dans le présent et il s'intéresse au futur. Par exemple, nous allons chercher dans l'histoire des grands-parents, ce qui a fait retour dans la génération des parents et les a empêché d'équilibrer le donner-recevoir et comment cela a créé une nouvelle injustice pour les petits-enfants. Les questions du thérapeute interrogent les liens, l'implication (ou l'absence de), la reconnaissance de l'implication, des contributions, la validation de la préoccupation, de l'engagement, la fiabilité de la relation et ouvre pour chacun la possibilité de s'engager dans la relation autrement et de sortir de la spirale de la destructivité.

Le thérapeute en reconnaissant les injustices subies permet aux personnes de se sentir moins victimes et ce qui les pourra les amener peu à peu à pouvoir reconnaître les efforts que chacun peut faire dans la relation pour qu'elle soit de meilleure qualité. Il pourra parce qu'il s'est lui-même montré généreux, demander à chacun de s'impliquer dans la relation, dans la résolution des conflits, de contribuer positivement, de faire un geste et de se préoccuper des conséquences pour le futur.

« La réussite du thérapeute contextuel ne va pas se mesurer d'après le rétablissement d'une balance parfaitement équitable dans les comptes relationnels. Elle n'est jamais possible. Ce qui compte pour le thérapeute c'est de savoir comment utiliser son outil principal, la partialité multidirectionnelle pour favoriser l'émergence du moment où l'on gagne du fait de donner à l'autre et l'autre du fait de recevoir ». (C. Ducommun-Nagy)

Je terminerai en vous proposant une bibliographie, qui vous permettra d'approfondir les nombreux concepts de l'approche contextuelle, avec l'idée d'ouvrir la discussion autour de cette approche ...

Bibliographie

Revue 133, « *Familles en confiance, Nagy et la thérapie contextuelle* », octobre – décembre 1991.

Boszormenyi-Nagy I., Krasner B., « *La confiance comme base thérapeutique : la méthode contextuelle* », article paru dans la revue Dialogue, n° 111, Loyautés familiales et désir d'enfant, 1^{er} trimestre 1991.

Boszormenyi-Nagy I., « *Thérapie contextuelle et unité des approches thérapeutiques* », article paru dans la revue Dialogue, n° 111, Loyautés familiales et désir d'enfant, 1^{er} trimestre 1991.

Ducommun Nagy C., *Ces loyautés qui nous libèrent*, Éditions Jean-Claude Lattès, 2006.

Ducommun Nagy C., « *Implications de la théorie dialectique de la personnalité et de la dimension ontique de la réalité relationnelle dans le traitement des adolescents* », article paru dans les Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratique de réseaux, De Boeck Université, 2008/1 – N° 40, pages 59 à 77.

Haxhe S., De Saint Georges MC, Michard P., Heireman M., « *Don et dette de vie à l'adolescence* », dans la revue Adolescence, 2016/3, T 34, n°3, p. 597 à 606.

Heireman M., « *Du côté de chez soi. La thérapie contextuelle d'Ivan Boszormenyi-Nagy* », ESF, Paris, 1989.

Le Goff J.F, Garrigues A., « *L'enfant lui aussi a le droit de donner : sur la parentification de l'enfant* », article paru dans la revue Dialogue, n°115, droits de l'enfant et malentendus de l'autorité, 1^{er} trimestre 1992.

Levy-Basse R., Michard P., Serog P., « *La clinique du don : une illustration par les troubles alimentaires* », dans la revue Enfances et Psy, 2014/2, n° 63, P. 135 à 144.

Michard P., *La thérapie contextuelle de Boszormenyi-Nagy*, Éditions De Boeck Université, 2005.

Michard P., G. Ajili, « *L'approche contextuelle* », Éditions Moriset, 1996.

Michard P., Levy-Basse R., « *S'extraire du clivage de loyauté* », article paru dans la revue « Cahiers critiques de thérapie familiale et pratique de réseaux », 2010/n° 44, p.111 à 122.

Michard P., « *Histoires de comptes familiaux* », article paru dans la revue « Cahiers critiques de thérapie familiale et pratique de réseaux », 2013/1, n° 51, p. 61 à 72.

Michard P., « *L'enfant sans « merci ». Pour une clinique du donner-recevoir-rendre* », article paru dans la revue du MAUSS, 2017/2, n° 50, p.155 à 165.

Colloque de l'Ardoise Pivotante, Histoire des comptes familiaux, 9-10 mars 2020, Liège, Intervention de Pierre Michard, «*Pourquoi les psychanalystes, les sociologues et les anthropologues ne lisent-ils pas Boszormenyi-Nagy?*».

Salem G., *La maltraitance familiale*, Armand Colin, Paris, 2011. .

Salem G., *Le combat thérapeutique*, Armand Colin, Paris, 2011.

Voir sur le site : <https://www.approche-contextuelle.org/bibliographie>