

Si ce travail vous plaît, merci de montrer votre soutien en likant ma [page facebook](#),
et en mettant des [étoiles / commentaires sur Google](#) et [Facebook](#) 😊

Le présent document rassemble mes notes de lecture de l'excellent ouvrage de Steeve de Shazer. Il est je crois assez complet, mais pas nécessairement exhaustif.

Bonne lecture !

De l'intervention thérapeutique efficace

Convenir plus que correspondre

Pour choisir une intervention qui **convienne**, il n'est pas nécessaire d'avoir une compréhension détaillée de ce dont se plaint le client.

La **convenance** : trouver ce qui convient (dans l'idéal, un **passé-partout** - *solution* - qui permette d'ouvrir plusieurs serrures - *problèmes* - et non une clé spécifique à chaque serrure - "correspondance").

Importance du point de vue polyoculaire (plusieurs thérapeutes avec des orientations variées)

Créer un contexte favorisant le changement spontané

Les interventions sont réalisées pour mettre en place des situations dans lesquelles la famille va **spontanément** se comporter autrement (en fonction des données présentées et en des termes qui correspondent à son image du monde).

Le thérapeute a besoin de savoir **ce qu'il ne faut pas faire** et ce que le client a déjà tenté.

Faire en sorte qu'on **s'attende** au changement.

De l'usage de la **confusion** : faire état de la moindre divergence (au sein d'un couple, d'une famille...), sans tentative de résolution.

Viser le "point nodal" d'intervention

Point nodal d'intervention : l'aspect de la situation problématique la plus susceptible de changer (apparaissant ou non lié au problème).

- Evite les résistances,
- Un petit changement va en entraîner d'autres, plus importants.

→ Le rasoir d'Ockham : "Il est vain de vouloir réaliser avec davantage de moyens ce qui peut être fait avec moins"

Structurer l'intervention selon le même plan que la plainte

Construire l'intervention thérapeutique sur le même modèle/plan que celui utilisé pour schématiser/décrire l'interaction.

Le projet d'intervention doit reposer sur :

- L'**interprétation/perception** de la plainte par le thérapeute *et/ou*
- La **perception de la construction** de la plainte ("*solution prête à éclore*")
- Ce qui **convient au schéma** utilisé pour construire la plainte *et/ou*
- Ce qui **convient à la carte du monde** du client, avec un léger décalag" qui va potentiellement créer une différence, et donc faire surgir une solution.

12 axes et 6 postulats qui permettent de construire un modèle des plaintes, et de trouver rapidement des solutions.

12 axes d'analyse des plaintes

1. Une partie ou une séquence du **comportement**,
2. La **signification** donnée,
3. La **fréquence**,
4. Le **lieu**,
5. Les facteurs liés au **contexte** (travail, statut économique, lieu de vie...),
6. Les autres **personnes impliquées**,
7. Quoi et qui est rendu **responsable**,
8. Dans quelle mesure le comportement est **plus ou moins volontaire**,
9. Quel est le **ressenti émotionnel ou physiologique** qui y est lié,
10. Le **passé**,
11. Un tableau sombre du **futur**,
12. Des **attentes irréalistes**.

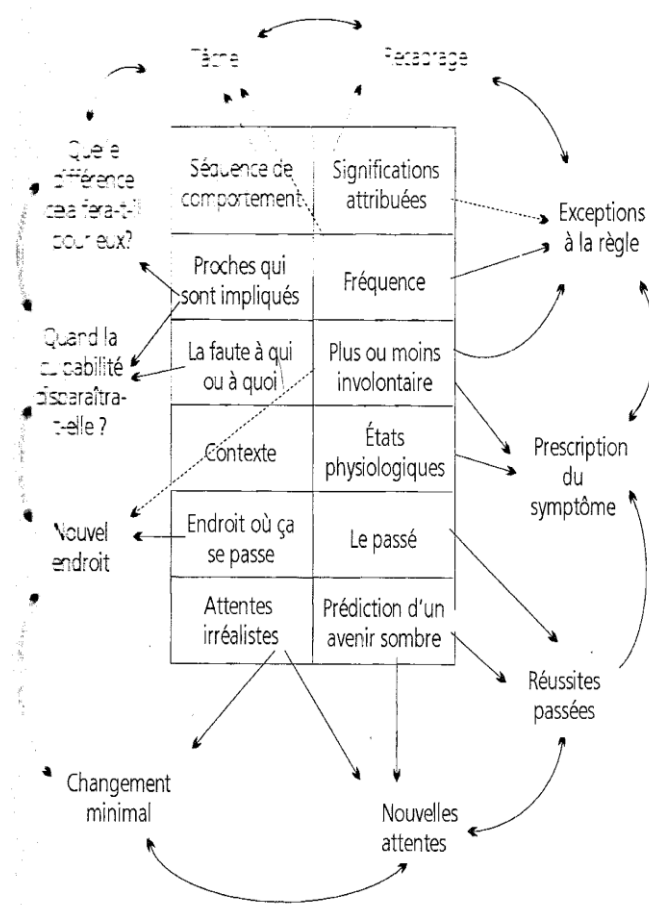
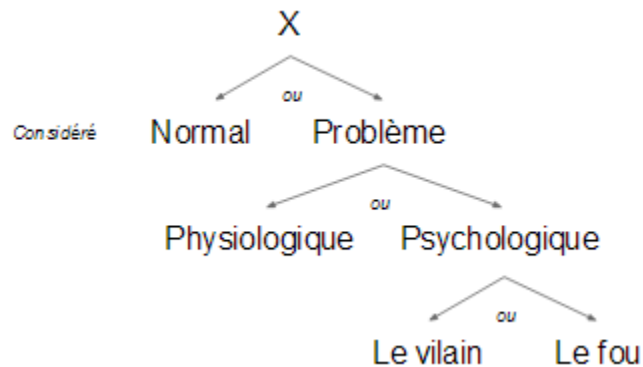


Figure 2.4 : Comment transformer les plaintes en solutions

6 postulats sur les plaintes des clients

1. Les comportements sont induits par l'**image** qu'on se fait du monde



2. Les plaintes perdurent car le symptôme, quand il est apparu était **logiquement la seule chose à faire**,
3. Seuls des **changements minimaux** sont nécessaires (effet boule de neige) :

- Passer d'une logique "soit/soit" à une logique "**à la fois/et**" : il n'est pas intéressant de savoir qui a tort (logique "soit/soit"), mais plutôt de savoir "*comment 2 points de vue juste peuvent aboutir à quelque chose d'aussi faux ?*" - 'importe quel comportement nouveau est meilleur que "*encore et toujours la même chose après que la bonne décision ait été prise - logiquement la seule chose à faire*",
 - Rechercher les **exceptions** (qui prouvent que les **ressources** sont présentes) - dans le domaine de la plainte,
4. L'idée du changement est basée sur l'**idée de la réalité sans la plainte**,
 5. Suggérer de nouvelles façons de voir et un nouveau comportement (s'appuyant sur n'importe quelle **redéfinition du problème**) peut permettre au client de trouver une solution,
 6. Importance du concept systémique de **globalité** (holisme)

Points d'attention quand le client parle :

- Importance accordée par le client à chacune des **12 portes** (axes),
- Quelle(s) **porte(s) ne mentionne-t-il pas** ?
- Quelles **réussites passées** sont évoquées par le client ? (construire des **liens indirects** entre les deux situations)
- Que fait le client qui lui soit **bénéfique** ?
- Comment se comporte-t-il **avec les autres gens** ?
- A quoi ressemblera **sa vie une fois que la plainte aura disparu** ?

Figure 9.1 : Fiche de compte rendu. 1982. Projet n° 1

Nom :
Thérapeute :
Dates : Séance n°1 : Séance n°2 :

Tâche standard de la première séance

Entre maintenant et la prochaine fois que nous nous rencontrerons, nous aimerions que vous prêtiez attention, de telle manière que vous puissiez ensuite nous le décrire, à ce qui se passe dans votre ou vos (au choix : famille, vie, mariage, couple, relations) que vous aimeriez voir se poursuivre.

(À l'intention du thérapeute : si vous choisissez de ne pas proposer cette tâche, comment vous (ou votre équipe) avez vous pris la décision qu'il était préférable de ne pas le faire ? Restez concis. Si nécessaire, servez-vous du verso de cette feuille.)

Deuxième séance

Question adressée au client: « Que s'est-il passé que vous aimeriez voir se poursuivre ? »

Cochez :RienQuelque chose

Cochez :ImprécisConcret

En cas de réponses concrètes, faites la liste de ce qui a été signalé :

Les clients ont-ils décrit leur comportement, entre la première et la deuxième séance, « comme différent de ce qu'il était auparavant » ?

Cochez :OuiNon

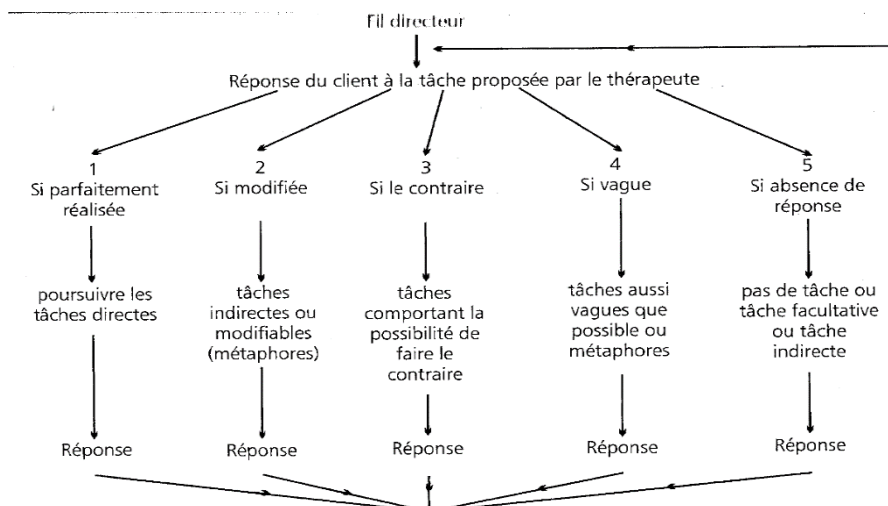
Les clients ont-ils mentionné que la situation qui les a amenés en thérapie était :

Cochez :AmélioréePareille.....Pire

Si ça va...

- **Mieux** : prescrire une rechute,
- **Pareil** : noter ce qui va bien,
- **Pire** : demander si le fond a été atteint.

Théorie coopérative



Exemples de prescriptions

Prescription invariable

Pas besoin de connaître en détail l'objet de la plainte pour commencer à mettre en route des solutions) : *"Prêtez attention à ce que vous faites quand vous surmontez votre désir de..., quand vous faites quelque chose de différent"*

≠ dire quoi faire ou enseigner une nouvelle technique.

Le changement est non seulement possible, il est **inéluçtable**

→ tâche standard d'ici la prochaine séance : *"Prêtez attention à ce [changements positifs] que vous aimeriez voir se poursuivre..."*

Ecrire - lire - brûler

Permet de mieux se représenter plus objectivement leurs soucis ou de les rendre plus concrets ;

- Ne pas penser aux idées dérangeantes devient plus aisé parce qu'il existe un moment prévu pour ça ;

- Etant donné que les “mauvaises pensées” ne sont plus interdites, il devient plus facile de penser à d’autres choses ;
- littéralement, les problèmes partent en fumée ;
- et, finalement, le client se rend compte qu’il y a mieux à faire.

Dispute programmée :

- Tirer à pile ou face pour savoir qui commence ;
- Le gagnant peut récriminer de manière ininterrompue durant 10 minutes ;
- Puis l’autre, à son tour, a droit à 10 minutes ;
- Ensuite il doit y avoir 1à minutes de silence avant de jouer à nouveau à pile ou face.

Ces notes de lecture vous ont plu ?
Merci de montrer votre soutien en likant ma [page facebook](#),
et en mettant des [étoiles / commentaires sur Google](#) et [Facebook](#) 😊