

# DYNAMIQUE FAMILIALE ET THÉRAPIE

**Denis VALLÉE**

*Psychiatre & thérapeute familial*

**Centre de thérapie familiale MONCEAU**

**91, rue SAINT-LAZARE**

**F-75009 PARIS**

**Tél. : 01 53 20 11 50**

**Fax : 01 53 20 11 55**

**info@centre-monceau.com**

**http://www.centre-monceau.com**

*La dynamique familiale est un concept issu de la pratique clinique d'une quinzaine de thérapeutes familiaux travaillant ensemble au centre Monceau depuis près de vingt ans. Les familles qui consultent sont confrontées à toutes sortes de maladies psychiatriques (psychoses, anorexie mentale, suicide, dépendance à des substances toxiques licites ou illicites) ou bien à des conflits interpersonnels (violences intrafamiliales, crises conjugales : ruptures, deuils, séparations, divorces) ou encore à des crises liées à l'adolescence (fugues, tentatives de suicide, troubles des conduites alimentaires, comportements délinquants, refus et échec scolaires, psychoses débutantes, inceste, abus sexuels, premières manifestations des comportements de dépendance). La famille type dite normale n'existe pas, il existe une infinité de familles dont la réalité ne peut être*

*appréhendée qu'au travers d'outils statistiques et sociologiques. Sur le plan psychologique, on ne peut que parler de la dynamique familiale. Celle-ci se confond avec l'instauration, dans les salles de thérapies, de relations entre thérapeutes et familles.*

### **Les uns contre les autres**

Longtemps la famille a été considérée par les soignants comme une entrave aux soins prodigués aux malades. Cantonnés dans les salles d'attente ou bien dans les couloirs pendant les visites des médecins, les membres des familles d'hospitalisés se vivent comme des gêneurs d'un système de soins qui ne veut pas d'eux. Le discours médical incompréhensible et la technicité de plus en plus grande des actes tendent à éloigner les usagers de la médecine du personnel soignant. La médecine quotidienne ne s'occupe que de la personne malade, c'est elle qui porte les symptômes. Elle est alors l'objet de toutes les attentions en tant que cas clinique. Séparé de sa famille, le malade est interrogé, observé, examiné, diagnostiqué et traité. Il se retrouve au centre d'une organisation qui laisse généralement sa famille sur la touche. Cette représentation de deux mondes clivés appartient de plus en plus au passé.

### **La famille citoyenne**

Aujourd'hui, une prise de conscience émerge d'un public consommateur qui demande un droit de regard sur la pratique médicale. Les malades et leurs proches deviennent des acteurs à part entière du soin avec lesquels les médecins et l'ensemble du corps soignant doivent compter. Ce

mouvement d'opinion fait pression pour que tous, médecins, soignants, patients et familles, deviennent des partenaires qui, ensemble, vont mener le même combat. Les associations de malades ou celles de parents forment des groupes de pression parfois puissants. Les associations centralisent des informations sur une maladie particulière ou bien sur un groupe de maladies. Elles apportent soutien, conseils à leurs adhérents et à leurs bénévoles. Elles participent également à diverses manifestations médicales pour la recherche d'informations nouvelles mais aussi pour exprimer auprès du corps médical leurs points de vue. De leur côté, les médecins rendent compte de leur activité ou de leurs recherches à un public conscient et en même temps suffisamment impliqué pour soutenir financièrement leurs actions. Le dialogue médecins malades familles, qui s'est instauré ouvertement depuis l'épidémie de sida et qui s'est amplifié avec la lutte contre les maladies génétiques, rend possible une mise en commun des moyens et des résultats.

### **La famille ressource**

Dans le domaine de la psychiatrie, avec la mise en place des thérapies familiales dites systémiques il y a une quarantaine d'années, un pas supplémentaire a été franchi lorsque certains thérapeutes ont envisagé la maladie comme le révélateur d'un certain dysfonctionnement relationnel intrafamilial que partagent tous les membres de la famille. Ils ont alors cherché à combler le fossé qui existe entre le monde de la famille et celui de la médecine. Ils ont tenté, entre autre, d'apprendre le langage particulier de chaque famille, d'obéir aux règles spécifiques qui régissent leur

fonctionnement relationnel. Les familles sont parties prenantes du processus thérapeutique et, dans leurs rencontres avec ces thérapeutes, deviennent plus fortes pour combattre la souffrance et les symptômes portés par un ou plusieurs de leurs membres.

Certaines maladies révèlent simplement la difficulté de la famille à développer des capacités de soins. Le malade n'est plus alors le seul à être pris en charge par des experts, la famille dans son ensemble devient l'objet de l'intervention. Le rôle des thérapeutes est de permettre à la famille de recouvrer ses facultés à aider l'un de ses membres en difficulté. Il s'agit de restituer les compétences du système familial afin qu'il trouve des solutions aux problèmes qui se posent à lui. Les symptômes sont, pour les thérapeutes, une porte d'entrée à l'intérieur de la famille et le patient en serait le gardien. Les thérapeutes, en intégrant le mode de fonctionnement relationnel de la famille, favorisent ce processus de changement que toute famille possède en elle-même.

### **Les conditions de la rencontre**

On réunit dans une même salle tous les membres de la famille. Traditionnellement, on invite toutes les personnes qui vivent sous le même toit ou toutes celles concernées par le problème pour lequel elles consultent. La demande initiale de la famille est centrée sur le porteur de symptômes. Le point de départ de la consultation se formule presque toujours de la façon suivante : «Nous venons consulter parce qu'il [elle] est malade, mais nous, en tant que famille, nous n'avons pas de problèmes

particuliers». Cette désignation sur une seule personne condense en un seul processus la cause et le problème. C'est bien parce que le patient souffre de ses symptômes qu'ils se sont tous déplacés. Et grâce à leur présence à tous, les thérapeutes vont mobiliser les ressources du système familial : lever les blocages, résoudre les conflits et redonner à chacun la possibilité de sortir de rôles et de fonctions qui les liaient les uns aux autres de manière parfois si rigide que seuls les symptômes leur donnaient paradoxalement un espace de liberté. La thérapie se transforme en un espace de discussion et de partage pour des personnes qui avaient, depuis bien longtemps, perdu l'idée, et parfois même le goût, de discuter ensemble et de partager. Le silence et les non dits étaient venus en lieu et place de relations qui avec le temps s'étaient appauvries.

Une famille en crise est incapable, ou a pour le moins énormément de difficultés de s'adapter à des conditions nouvelles qui émergent lors de son évolution. Les thérapeutes mobilisent les énergies qui sont en œuvre dans les crises et dans les tensions interpersonnelles dans le sens d'un mieux être pour tous. Durant la rencontre, les thérapeutes prennent une place centrale. Ils aident et favorisent ces échanges, ils activent le partage des émotions entre les différents membres de la famille. Dans ce travail de mise en action des forces vives de la famille, les thérapeutes soutiennent toutes les personnes présentes ; ils les encouragent, les réconfortent tout en activant ces mêmes mécanismes relationnels qui ont provoqué leurs souffrances, au travers d'actions sur le rôle et la fonction de chacun. Le but est l'apparition à terme d'un changement.

### **Les étapes du changement**

Le changement provoque une atténuation voire une disparition complète de la symptomatologie par le réaménagement des rôles et des fonctions de chacun des membres de la famille. Ceux qui jouent les rôles du malade, de l'inquiet, du défenseur des règles familiales, du soignant intrafamilial, du dépositaire des règles transgénérationnelles, etc. pourront redevenir simplement des êtres à part entière dont le développement personnel et l'autonomie ne mettront plus en péril ni l'équilibre ni l'unité de la famille.

Le changement que souhaitent les thérapeutes n'est jamais une prescription autoritaire du style : «Vous devez fonctionner en tant que famille de la manière suivante...», issue d'un soi-disant modèle idéal qui, bien sûr, n'existe pas. Il n'y a rien de prévisible dans le changement puisque c'est la famille qui s'adapte à un contexte nouveau dans un sens qui échappe généralement à la volonté des individus qui la composent.

### **Les actes de la thérapie familiale**

Le premier acte de la thérapie familiale démontre que chaque membre de la famille est concerné, d'une manière ou d'une autre, par le ou les problèmes pour lequel elle consulte. La conscience de cette circularité des symptômes, de leurs effets émotionnels sur chacun, des conséquences que cela représente pour l'ensemble du groupe familial vis à vis de l'entourage social et à l'égard des familles d'origine sont autant d'éléments convaincants de l'implication de chacun dans le processus morbide. C'est une façon de sortir du mécanisme de désignation où seul le patient est le

problème. Les thérapeutes ont un rôle considérable à jouer pour passer d'une vision individuelle du problème centré sur un seul membre de la famille à une représentation du problème qui soit l'expression d'un dysfonctionnement dans les relations interpersonnelles et qui concerne l'ensemble du groupe.

Le deuxième acte de la thérapie familiale montre que chacun est acteur du changement donc responsable de l'amélioration clinique de celui qui est désigné comme le porteur de symptômes. Chacun trouve un intérêt personnel au changement, cela le soulagera d'une souffrance, ou bien d'une responsabilité trop lourde à porter, ou encore d'une attitude sacrificielle préjudiciable à son propre développement. Les thérapeutes soutiennent chaque personne tout au long du processus thérapeutique avec une égale constance quel que soit son âge, son sexe et son statut au sein de la famille tant le changement représente des risques pour tous. Ils désamorcent, dans cette phase, tous risques d'accusation, de jugement, de culpabilité, de honte qui pourraient apparaître chez tel ou tel.

Ces deux premiers actes de la thérapie représentent un travail d'affiliation. Il consiste pour les thérapeutes à entrer dans la famille le temps de la séance. Il permet l'établissement d'un contexte où règne une forme de sécurité pour tous ceux qui s'exposent émotionnellement et qui donc prennent certains risques vis à vis d'eux même et à l'égard des autres. S'exprimer soit verbalement soit autrement en utilisant le langage non verbal nécessite que les autres entendent et respectent ce qui est dit.

Certaines familles, parmi les plus en difficulté, n'ont pas la capacité d'entendre et d'écouter ceux qui s'expriment. La disqualification des personnes n'est jamais très loin. Cela peut apparaître comme un jeu bien cruel que de nuire à l'un des siens qui expose sa souffrance mais ce peut être le prix à payer pour sauvegarder un bien encore plus précieux : l'unité de la famille.

### **Un monde meilleur**

Le chemin est long pour faire une thérapie familiale, de nombreuses autres étapes viendront succéder aux deux premières décrites ci-dessus. Ce chemin est d'autant plus long que le fonctionnement relationnel de la famille qui consulte est rigide c'est à dire qu'elle possède un fonctionnement solide, pérenne, à l'épreuve des aléas de l'évolution et qu'elle est imperméable à tout ce qui vient de l'extérieur. En apprenant les règles du fonctionnement relationnel en vigueur dans la famille puis en activant la dynamique familiale, les thérapeutes se servent des outils de la famille pour lui permettre de changer. L'énergie de la crise, celle qui a provoqué l'apparition des symptômes, va devenir l'énergie du changement. Rien ne vient de l'extérieur, hormis la personne du thérapeute qui va exploiter la créativité spécifique à chaque famille dans le sens du changement.