

## VENTS D'OUEST

## La Lettre

PÉGASE  
PROCESSUS

Centre de Psychothérapie, de Formation et de Recherche

23 avenue Gaston Berger- 35000 Rennes

Tél : 02.23.46.42.16 - Fax : 09.65.13.14.08

E-mail : secretariat@pegaseprocessus.fr

Site Internet : pegaseprocessus.fr

**FAMILLES ET ALCOOL:  
les facteurs de résilience****Les enfants de parents affectés d'une dépendance**

Les enfants de parents alcooliques présentent un taux élevé de problèmes « extériorisés » : tempérament difficile, hyperactivité, impulsivité, agressivité, opposition ou troubles du comportement. Ils présentent également un taux élevé de problèmes « intériorisés » : troubles émotionnels, anxiété, dépressions. Ils ont des difficultés au plan cognitif et accusent des retards scolaires. Enfin, ils montrent une plus forte tendance à consommer des drogues et de l'alcool que leurs pairs.

Le risque de développer divers problèmes est exacerbé chez les enfants de parents alcooliques, lorsque les deux parents sont alcooliques ou lorsque les parents sont accablés, en surplus, de problèmes de santé mentale telle dépression, antisocialité.

Ceci est une des conclusions de recherches menées par Frank Vitaro et ses collaborateurs sur les enfants de parents alcooliques et toxicomanes ou joueurs pathologiques, plus généralement de parents affectés de dépendance.

**Les enfants résilients de parents affectés de dépendance**

Il en ressort que la résilience est liée pour une part à des caractéristiques personnelles (comme de bonnes habiletés cognitives, un sentiment de compétences, un caractère sociable,

une orientation positive vers l'avenir...), d'autre part à des conditions particulières présentes dans l'environnement (comme la qualité de présence d'un parent non affecté de dépendance, des relations significatives avec d'autres adultes compétents et attentifs, des relations amicales, un contexte scolaire adéquat et la participation à des activités sociales et sportives structurées). Si l'on déduit de l'observation de ces enfants, qui, malgré un contexte de stress se portent bien, on peut en concevoir des stratégies d'encouragement à la résilience.

**Stratégies génériques pour encourager la résilience**

Par exemple, en temps normal :

- Favoriser un soutien scolaire, des attachements à d'autres membres de la famille ou à des personnes bienveillantes, l'établissement de plusieurs relations sociales à l'extérieur de la famille,
- Cultiver un sentiment d'auto efficacité, développer des habiletés variées à la résolution de problèmes,
- Encourager la créativité face à des situations nouvelles,
- Apprendre des stratégies variées pour surmonter le stress,
- Multiplier les possibilités de succès.

Pendant la période d'exposition aux facteurs de risques et de stress :

- Éviter que le parent dépressif ou alcoolique interagisse avec l'enfant aux moments inopportuns, =>

**ÉDITO****Les compétences des équipes**

**G**uy Ausloos a popularisé le concept de compétences des familles. Ceci fait partie d'un mouvement continu depuis les années 1920 où le concept de forces des usagers a été mis en évidence et conceptualisé en travail social. Dès les années 1960, le mouvement systémique humaniste remet l'accent sur les potentiels de développement et de croissance des personnes et des systèmes. L'approche centrée sur les solutions construite par Steve de Shazer et Insoo Kim Berg apporte des méthodologies pour agir conformément à cette philosophie. **Soutenir les compétences** <sup>1</sup>

Au cours des analyses de pratique et des supervisions, nous avons constaté qu'en y invitant les membres des équipes à parler de leurs points forts et de leurs réussites avec les usagers, ils révèlent leur inventivité et leur créativité. Travailler ainsi renforce la confiance des professionnels, soutient leurs espoirs, les incite à leur tour à miser sur les compétences des familles et des personnes suivies. Ceci permet de dépasser des stéréotypes d'action et de pensée. Cette méthodologie et cette attitude développent au fil des séances et mobilisent encore plus les compétences individuelles et collectives. Cette perspective centrée sur les forces disponibles et la confiance envers les capacités des systèmes a également démontré son efficacité avec les personnes qui ont des idées, des intentions ou des passages à l'acte suicidaire. John Henden, coordinateur social et formateur en approche centrée sur les solutions traverse La Manche en mars 2012 pour partager son expérience novatrice. Le Congrès « Alcool, Addictions : groupes, familles et réseaux » en juin 2012 révélera à son tour d'autres pratiques imprégnées de cet état d'esprit.

<sup>1</sup> Voir article de Jean-François Croissant « Les compétences des équipes », Actes du Congrès Vents d'Ouest 2011

**CONGRÈS INTERNATIONAL VENTS D'OUEST:****ALCOOL, ADDICTIONS: groupes, FAMILLES et réseaux****14 et 15 juin 2012 à St-Malo****Information: PEGASE PROCESSUS 02 23 46 42 16**

*Suite de l'article page 1 sur Familles et Alcool*

- Augmenter les expériences de socialisation extérieure à la famille,
- Favoriser des stratégies de résolution de problèmes pertinentes,
- Développer les perceptions objectives de la source de stress,
- Éviter de développer des comportements nuisibles.

On définit quatre catégories d'actions :

- Réduire l'impact de la situation de stress,
- Éviter l'enchaînement d'événements négatifs qu'entraîne habituellement la situation de stress ou de risque,
- Favoriser, en revanche, une cascade d'événements positifs, c'est-à-dire des occasions et des expériences de succès et de socialisation,
- Développer des stratégies efficaces de résolution de problèmes et une concentration cognitive sur les aspects positifs plutôt que négatifs de la vie de l'enfant.

**Retombées sur la prévention et les politiques sociales**

FranckVitaro dessine un certain nombre de suggestions qui peuvent stimuler la créativité et la pertinence des acteurs:

- Fournir aux jeunes des modèles de socialisation dans leur communauté et mobiliser des adultes susceptibles de les aider à développer leur talent,

- Engager les jeunes dans des activités collectives interculturelles, sportives encadrées,
- Encourager l'humour comme moyen de faire face aux difficultés de la vie,
- Assurer un soutien personnalisé (tuteur de résilience) dans les divers champs de croissance.

Parmi plusieurs expériences, la méthode de Bernard et Louise Guerney (relationship enhancement) qui vise à développer des habiletés à l'écoute empathique et à la résolution de conflits a montré les meilleurs résultats, en complément d'autres actions. Je vous invite à consulter directement le document de recherche de Frank Vitaro, fort complet sur la recension d'actions en cours d'évaluation.

Tous les programmes tournent autour de deux axes améliorer les compétences personnelles des enfants et améliorer les pratiques éducatives des parents pour une harmonie familiale.

**Le Congrès international Vents d'ouest sur les addictions, les 14 et 15 juin 2012**, reflètera une partie de la diversité et de la richesse de ces méthodes.

*Jean-François Croissant, Pégase Processus,  
Extrait des Actes du Congrès Vents d'Ouest, 2005*

**TÉMOIGNAGE**

**“PROTÉGER LES ENFANTS, AIDER LES PARENTS, SOUTENIR LES ÉQUIPES” (Congrès Vents d'Ouest 2011)**

Le congrès Vents d'Ouest a eu lieu en avril dernier regroupant de nombreux professionnels sur le thème de la protection de l'enfance. Parmi les différentes conférences et ateliers qu'ils ont entendus, nous leur avons demandé les apports qui leur seront le plus utile dans leurs pratiques, voici ce qu'ils nous ont répondu:

- «Les interventions étaient toutes pertinentes, enrichissantes et faisaient le lien avec ma pratique professionnelle (résilience, ados mutants, gestion des équipes, approche systémique des familles).»
- «Les perspectives présentées par les conférenciers : développer le travail en réseau, étayer le travail avec les équipes, donner un nouveau souffle au travail avec les familles, vont m'être utiles dans mon institution.»
- «J'ai beaucoup aimé les apports d'outils concrets et expérimentés notamment lors des ateliers.»
- « La confirmation de l'évolution de la posture vers l'implication réelle des parents me rassure.»
- «On repart toujours avec des pratiques à insuffler dans nos équipes car ce congrès permet un enrichissement personnel et adaptable à nos pratiques.»
- «Les échanges avec les différents partenaires et les expériences présentées m'ont permis de m'approprier de nouvelles données. Les façons de travailler dans d'autres pays sont à retranscrire dans l'équipe pluridisciplinaire avec qui je travaille.»
- «J'ai vraiment apprécié l'expérience des Tamaris en lien avec ma pratique de chef de service au quotidien.»
- «Ce congrès m'a donné envie d'approfondir le travail avec les familles avec l'approche systémique.»

*BRÈVES... BRÈVES....*

**PÉGASE PROCESSUS  
FORMATIONS**

**APPROCHES SYSTEMIQUES  
ET THERAPIE FAMILIALE**

- **Sensibilisation** : du 14 au 16 novembre 2011 à St-Brieuc avec Annie Colliot
- **Cycle long** : 1<sup>ère</sup> année 2012 début les 23, 24 et 25 mai 2012 à Rennes

**AUTRES FORMATIONS**

- **Analyse Transactionnelle - Sensibilisation cert.101**, 11 au 14 octobre 2011 à Rennes, Jean-Paul Godet
- **Traiter les informations préoccupantes en protection de l'enfance** : du 14 au 16 novembre 2011 à St-Brieuc, A. Renaud-Berna
- **Parentalité et liens d'attachement**: 30 novembre au 2 décembre 2011 à Rennes avec Carole Gammer
- **Faire face à la crise suicidaire et prévenir les nouveaux passages à l'acte**: 22 et 23 mars 2012 à Rennes, John Henden

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION:**  
**02 23 46 42 16**  
**ou sur notre site: [pegaseprocessus.fr](http://pegaseprocessus.fr)**



## Le traumatisme psychique et comment développer les capacités de résilience familiale et environnementale

Michel Delage dans sa conférence lors du Congrès Vents d'Ouest en avril dernier précise les définitions des termes : « traumatisme » et « résilience » pour lesquels, nous dit-il, des malentendus sont à dissiper; il nous présente ensuite des moyens d'agir.

### Stress et traumatisme : les effets relationnels

Quand une personne est confrontée directement ou indirectement à un événement dramatique (accident, agression, maltraitance, inceste, catastrophe naturelle...) elle est submergée par ses émotions. S'il s'ajoute des réactions intenses (peur pour son intégrité physique, impuissance à faire face...) du sujet à cet événement, Michel Delage parle de traumatisme psychique. Il différencie cette situation de celle du stress pour lequel les capacités d'adaptation à la situation restent intactes. Le traumatisme ou trauma est à relier à la notion d'effraction psychique, de suspension des processus de pensée.

Dans cette situation de traumatisme, l'absence d'effets sur les proches des personnes victimes est impossible ; les conséquences sont dommageables sur toute la famille, le traumatisme psychique a des effets relationnels. De nombreux cas de figure sont possibles selon que la catastrophe ait lieu au sein de la famille ou soit extérieure à celle-ci, ainsi qu'en fonction du nombre et de la place des personnes victimes. C'est lorsqu'ils peuvent s'entraider, se soutenir, prendre soin de la victime, que les membres de la famille deviennent, quand cela est possible, des tuteurs de résilience (sic: Cyrulnik).

### Mobiliser la résilience de la famille

Michel Delage aborde avec le même souci de précision, le concept de résilience qui « dans sa définition large fait référence aux capacités adaptatives des personnes, aux stratégies de coping ». Il fait référence aux trois racines étymologiques du mot :

- la physique des métaux qui renvoie à la capacité de se déformer sans rompre ;
- la résiliation c'est-à-dire, la capacité de se dégager du trauma et de pouvoir

l'historiciser, le mettre en souvenir; - le rebondissement, la capacité de transformation pour développer une créativité.

La résilience qui accompagne la souffrance, s'élabore dans un processus psychique qui se développe après un traumatisme et permet à la famille de recréer une nouvelle dynamique.

La famille étant le lieu de régulation des émotions, c'est en son sein que les personnes éprouvent le besoin de partager tant les émotions positives que celles négatives et ce, d'autant plus, si elles ont été intenses. Cependant, après un traumatisme, on constate que l'expression verbale se tarit. Michel Delage nous parle du « piège traumatique » dans lequel la famille peut se retrouver enfermée dans sa souffrance. Dans ce cas, chacun de ses membres s'isole également dans sa propre souffrance.

### Les moyens d'agir

Après avoir développé toutes ces nuances et spécificités des conséquences psychiques, le conférencier invite les professionnels, en particulier ceux du monde médical à promouvoir auprès des personnes qu'ils reçoivent une « démarche d'offre d'aide », d'intervention familiale. Pendant ce temps, d'une durée moyenne de quelques semaines à 2 ou 3 ans, la famille n'est pas en état de formuler une demande. Michel Delage préconise clairement d'y être attentif car c'est lors de cette période que les processus de résilience sont susceptibles de s'engager. Le travail fondamental doit s'orienter vers la mise en pensée de l'expérience vécue, la création d'un espace de narration.

### Pour conclure

L'intérêt d'une réflexion multidisciplinaire est souligné pour favoriser une meilleure prise en compte des différents facteurs de vulnérabilité.

## PORTRAIT Yvonne DOLAN



*Psychothérapeute aux États-Unis depuis plus de 30 ans, conférencière et formatrice ; elle a été co-fondatrice de l'Association de thérapie brève centrée sur les solutions (SFBTA)*

*Fascinée par le travail de Milton Erickson et imprégnée par les 20 années passées auprès de Steve de Shazer et Insoo Kim Berg à Milwaukee, elle a intégré dans sa pratique une manière unique et singulière d'associer la thérapie centrée sur les solutions à la thérapie brève et l'hypnose Ericksonienne. Elle utilise sa grande expérience de thérapie avec des personnes victimes de graves traumatismes pour transmettre son savoir-faire avec enthousiasme dans de nombreux ouvrages traduits dans le monde entier.*

*Parmi ses ouvrages, vous trouverez « Guérir de l'abus sexuel et revivre » et plus récemment avec Teri Pichot : « La thérapie brève centrée sur la solution dans les services médico-sociaux ». Elle est également co-auteur avec le regretté Steve De Shazer du livre « Au delà des miracles » (plus de détails sur ces livres page suivante)*

par Annick Renaud-Berna

Appréciée par de nombreux professionnels du monde éducatif, cette conférence les a enrichi et ouvert à de nouvelles pistes d'accompagnement des familles. Vous pourrez vous référer aux actes du congrès ou au livre du conférencier pour approfondir ces thèmes.

Michel Delage est psychiatre, ancien chef de service de l'hôpital d'instruction des Armées à Toulon, il est spécialiste en thérapie familiale. Il est l'auteur de « La résilience familiale », et co-auteur avec Boris Cyrulnik de « Famille et résilience », ainsi que de nombreux articles.

*Texte extrait de la conférence de Michel Delage du Congrès Vents d'Ouest 2011, résumé par Annick Renaud-Berna*



**La thérapie brève centrée sur la solution dans les services médico-sociaux** de Yvonne Dolan, Teri Pichot et Armelle Touyarot. Editions SATAS. 2010

**Guérir de l'abus sexuel et revivre de** Yvonne M. Dolan. Editions SATAS. 1991

**Au-delà des miracles. Un état des lieux de la thérapie brève solutionniste.** De Shazer S., Dolan Y., Korman H., Trepper T., McColum E., Berg. Editions SATAS. 2007

**La résilience familiale.** Michel Delage. Editions Odile Jacob. 2008

**Famille et résilience.** Boris Cyrulnik et Michel Delage. Editions Odile Jacob. 2008

#### ÉVÉNEMENTS organisés par PÉGASE PROCESSUS :

##### CONFÉRENCES:

**"ÊTRE PARENTS AUJOURD'HUI POUR DEMAIN":** une méthode expérimentale d'animation de groupe en travail social"

Conférencière: Marie-Luce Martineau

**4 octobre 2011, 14h-17h**

Lieu : IRTS de Bretagne, Rennes

**"L'APPROCHE CENTRÉE SUR LES COMPÉTENCES: un outil efficace au service de l'accompagnement social et éducatif"**

Conférencier: Jesus Max Sagredo

**13 octobre 2011, 14h-17h, St-Brieuc**

##### JOURNÉE DECOUVERTE:

**"Faire face à la crise suicidaire et prévenir le passage à l'acte"**

Conférencier : John Henden (Angleterre)

**Mardi 20 mars 2012, 9h-17h, Rennes**

##### CONGRÈS INTERNATIONAL VENTS D'OUEST

**"ALCOOL, ADDICTIONS: groupes, FAMILLES et réseaux"**

**14 et 15 juin 2012**

Lieu : St-Malo

Directeur de publication : Jean-François Croissant  
Coordination et mise en page : Jocelyne Guillon  
Rédaction : Un travail d'équipe

**Renseignements et inscriptions au secrétariat de PÉGASE PROCESSUS :**

23 avenue Gaston Berger - 35000 Rennes  
Tél. : 02 23 46 42 16 - Fax : 09 65 13 14 08  
E-mail : secretariat@pegaseprocessus.fr  
Site : <http://pegaseprocessus.fr>

Siège social à St-Brieuc

Domiciliation Bancaire : Banque Populaire - Saint-Brieuc N°20521811127 - RCS Saint-Brieuc B404 993 933 - SARL au capital de 7622,45 € - Code APE 8559A - Siret 404 993 933 00039

#### SEPTEMBRE 2011

12 et 13 sept. à Rennes, Antoinette FOUILLEUL-MIALON (5 x 2 jours fin 22 mai 2012)

**CO-NAÏTRE AVEC SON ARBRE : l'approche transgénérationnelle**

12, 13 et 14 sept. à Rennes, Candide BEAUMONT

**Motiver les personnes dépendantes au changement (APPROCHES MOTIVATIONNELLES)**

14, 15 et 16 sept. à St-Brieuc, Frédéric LA BELLE

**GÉNOGRAMME : La famille d'origine de l'intervenant**

26 au 30 sept. à La Chapelle St-Rémy, Frédéric LA BELLE

**GÉNOGRAMME : perfectionnement**

29 et 30 sept. à Rennes, Jean-Paul GODET et d'autres formateurs AT (fin 8 juin 2012)

**ANALYSE TRANSACTIONNELLE - Approfondissement cert.202**

#### OCTOBRE 2011

4 octobre à Rennes, Marie-Luce MARTINEAU

**Conférence : "ÊTRE PARENTS AUJOURD'HUI POUR DEMAIN": une méthode expérimentale d'animation de groupe en travail social"**

10 et 11 octobre à St-Brieuc, Frédéric LA BELLE

**ANIMATION SYSTEMIQUE DES GROUPES: perfectionnement**

11 et 12 octobre à Rennes, Michelle GUEZ

**LES BASES DE LA COMMUNICATION NON-VIOLENTE (1ère partie)**

11 au 14 oct. à Rennes, Jean-Paul GODET

**ANALYSE TRANSACTIONNELLE - Sensibilisation cert.101**

13 octobre à St-Brieuc, Jesus Max SAGREDO

**Conférence : "L'APPROCHE CENTRÉE SUR LES COMPÉTENCES: un outil efficace au service de l'accompagnement social et éducatif"**

19 au 21 octobre à St-Brieuc, Frédéric LA BELLE

**GENOGRAMME : LA FAMILLE D'ORIGINE DE L'INTERVENANT**

#### NOVEMBRE 2011

14 au 16 novembre à St-Brieuc, Annick RENAUD-BERNA

**TRAITER LES INFORMATIONS PREOCCUPANTES EN PROTECTION DE L'ENFANCE**

14 au 16 novembre à St-Brieuc, Annie COLLIOT

**APPROCHES SYSTEMIQUES ET A LA THERAPIE FAMILIALE : sensibilisation**

15 et 16 novembre à Rennes, Michelle GUEZ

**LES BASES DE LA COMMUNICATION NON-VIOLENTE (2ème partie)**

23 au 25 novembre à St-Brieuc, Frédéric LA BELLE

**GENOGRAMME : LA FAMILLE D'ORIGINE DE L'INTERVENANT**

29 et 30 novembre à Rennes, Michelle GUEZ

**LA COMMUNICATION NON-VIOLENTE : approfondissement et pratique (3ème partie)**

30 novembre au 2 décembre à Rennes, Carole GAMMER

**PARENTALITE ET LIENS D'ATTACHEMENT**

#### DECEMBRE 2011

12, 13 et 14 décembre à Rennes, Jean-François CROISSANT

**S'APPUYER SUR LES COMPÉTENCES DES PERSONNES (approche centrée sur les solutions)**

12, 13 et 14 décembre à Rennes, Jean-François CROISSANT

**DES SOLUTIONS POUR LES FAMILLES EN ALCOOLOGIE**

13 et 14 décembre à Rennes, Michelle GUEZ

**LA MEDIATION COMMUNICATION NON-VIOLENTE : approfondissement (4ème partie)**

*Pour le calendrier détaillé des cycles longs et perfectionnement en pratiques systémiques et thérapie familiale, merci de consulter le site Internet ou de nous contacter:*

**<http://pegaseprocessus.fr> ou tél. 02 23 46 42 16**