



LETTRE VENTS D'OUEST

N° 17 - Automne-Hiver 2017

● **Edito**

CURIOSITE, CREATIVITE EXISTENTIELLE ET EPISTEMOLOGIE SYSTEMIQUE

« *Les bons moments* » ou comment faire reculer une emprise addictive

Le monde est complexe.

La curiosité bienveillante : la « **not knowing attitude** » mise en pratique au cœur de la thérapie centrée sur les solutions incarnée par Insoo Kim Berg et bien d'autres à sa suite ; imagée par Yvonne Dolan sous le vocable « **troisième oreille** » est une posture, un état d'esprit qui permet de porter son attention sur des éléments qui sont présents dans la réalité de nos interlocuteurs et d'attirer leur attention sur ces éléments qui sont parfois hors du champ de conscience parce que masqués par l'évidence ou l'omniprésence des problèmes.

Nous appelons cette curiosité « bienveillante » selon une première acception : *Curiosité, du latin « curiositas » -désir de connaître - dérivé de « curiosus»- curieux* qui s'inquiète de qui a soin de quelqu'un, de quelque chose , avide de savoir ,intéressé , qui recherche avec intérêt, désireux de voir et de savoir ; qui a le souci de quelque chose ; pour la distinguer de cet autre sens chercher à savoir ce qui ne le regarde pas qui est de l'indiscrétion.(*Dictionnaire culturel de la Langue française Alain Rey Ed.Le Robert*)

Les problèmes sont complexes. Ils ne sont pas composés d'un seul ingrédient mais par exemple ; dans une situation addictive une mère de famille finissait par être obnubilée par les consommations de son mari et les enfants finissaient par être obnubilés par les disputes à table et n'y venaient plus de bon cœur. Le père était obnubilé par les reproches et ses consommations. La mère fait une démarche auprès d'une association d'entraide, une des responsables a intégré des apports de la thérapie centrée sur les solutions. **Auriez-vous si vous le souhaitez un bon moment de votre vie actuelle à me raconter ?**

Cette mère n'en trouve pas immédiatement, mais s'empare de la question pour la poser à ses enfants (deux garçons et une fille de 9 ans) en début de repas. Les enfants se prêtent au jeu et pendant trois mois rééditent cette discussion qui anime les repas. Leur mère y participe aussi et le père y assiste, au bout de trois mois, il arrive en retard à un repas et prend la parole pour leur dire : « Je viens de passer un bon moment, je me suis arrêté pour regarder les feuilles des arbres et leurs couleurs, j'étais émerveillé ». **Les récits des bons moments vont jusqu'à la sensorialité de l'expérience ceci révèle ce qui est vivant à l'intérieur ou dans les relations.** Cette **ronde des bons moments** a éveillé de l'intérêt et modifié les interactions ; agi sur la redondance induite par la situation addictive et l'a fait notoirement reculer, induisant une **spirale existentielle créative.**

Les solutions sont complexes : Epistémologie : « Les solutions n'appartiennent pas au même niveau logique que les problèmes » Steve de Shazer dans *Les mots étaient à l'origine magiques* Ed Satas). Nous cherchons à ce que les récits sur les bons moments soient assez sensoriels comme ceux de ce père, ils vont chercher la vie ...

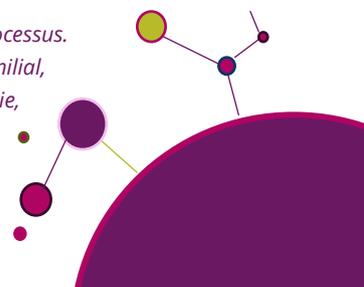
La curiosité bienveillante stimule cette créativité existentielle.

Parfois un champ de blé est aussi un champ de coquelicots, qu'en pensez-vous ?

Cette situation m'a été rapportée par Josiane Jéhanno Association « Le Dire »

Jean-François Croissant,

*Directeur pédagogique de Pégase Processus.
Psychologue clinicien, thérapeute familial,
formateur et superviseur en alcoologie,
en thérapie familiale systémique,
en thérapie centrée sur les solutions.*



INTERVIEW de *Jesus Max SAGREDO*

Psychologue clinicien, thérapeute familial, formateur et superviseur en thérapie familiale systémique et thérapie centrée sur les solutions. Il a une longue expérience de travail auprès de familles en SESSAD et auprès d'enfants en institution.



Comment as-tu rencontré « L'approche systémique » ?

Je travaillais avec des jeunes enfants en situation de handicap mental et j'ai constaté les limites de travailler uniquement avec l'enfant. J'avais besoin de la famille. Je me suis donc formé à la Thérapie familiale systémique par des Canadiens. Ce qui m'a attiré dans cette approche était l'élargissement focal au contexte et aux interactions.

« Ah Max! C'est un personnage ! »

Voilà la conclusion unanime des participants à tes consultations au Centre de réadaptation de Kerpape. A ton avis qu'est ce qui dans ce qu'ils ont appréhendé de ta pratique, de ton style de thérapeute, les a amené à cette joyeuse conclusion?

La longue expérience du travail à Kerpape a été une des plus riches de ma vie professionnelle (sans doute aussi la plus délicate)

Avec les retours des familles certains dans l'équipe pensaient qu'il y avait de la magie, ils me disaient « Mais tu ne les a vu qu'une fois ! Qu'est-ce que tu leur fais ! »

Il n'y a pas de « ficelle » pas de technique, juste je suis là, démuni face à l'extrême détresse des situations. Je touche mon impuissance. Que faire, que dire ? Alors je suis là, intensément présent, à l'écoute, disponible à ce qui pourrait émerger. Et il y a de la magie ! De la rencontre de la détresse des familles et du sentiment d'impuissance de l'intervenant émerge dans ce contexte bien particulier, un mot, une phrase, un commentaire et tout change, l'impuissance devient créatrice. Les collègues appréhendent qu'il n'y a rien d'intentionnel ni de programmable dans la démarche, juste une qualité de présence, de disponibilité et d'écoute. Ils me disent que cela c'est le plus difficile et je suis d'accord.

Quant au style de thérapeute je dirais : c'est de l'intime, être soi, l'identifier et s'en servir : chacun trouve le sien en pratiquant.

As tu développé des outils et une manière d'être en tant que thérapeute et/ou intervenant qui te tiennent à cœur et que tu as eu envie de transmettre ?

Ce que je peux identifier comme étant utile et nécessaire en thérapie au-delà de la maîtrise des concepts théoriques c'est une qualité d'être présent et à l'écoute.

Pour moi elle est basée sur la philosophie de l'altérité : une personne rencontre une personne, je n'existe que sous le regard de l'autre, la reconnaissance donne existence.. Cette croyance fondamentale me permet d'être serein quelques soient les particularités des personnes rencontrées. Je « sais » que quelque chose va émerger.

L'indispensable est de renoncer à prétendre savoir pour l'autre. L'approche axée sur les ressources et solutions m'a été très utile et grâce a cela ma pratique est plus légère, soulagée d'une fausse responsabilité pour l'autre, et l'éthique est retombée sur ses pieds, autonomie, responsabilité de chacun. Ce que les gens veulent comme existentiellement important pour eux, voilà des objectifs.

Je m'appuie sur l'espoir, la confiance la légèreté. J'utilise l'évocation métaphorique...et une bonne dose d'humour au bon moment.

Comme pour les marathons, il m'a fallu beaucoup d'entraînement

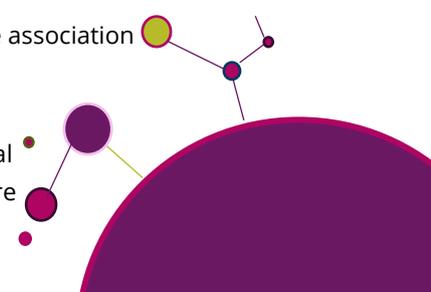
As-tu une idée de la manière dont les approches systémiques vont continuer d'évoluer dans les années qui viennent ?

Je souhaite, donc je vois cette évolution, vers plus encore d'exploration et diffusion de l'approche axée ressources, compétences et solutions. Par ailleurs je fais confiance aux nouveaux praticiens pour inventer les modèles les plus adéquats aux besoins des personnes.

ACTUALITÉS

L'équipe de Pegase Processus a le plaisir de vous annoncer l'arrivée de trois nouvelles collaboratrices !

- **Jenny LKHAGVADORJ en qualité de Secrétaire-Assistante de formation**
Diplômée en assistantat de direction.
- **Audrey VERRET en qualité de Coordinatrice formation Intra-institutionnelle.**
Diplômée en gestion de projets, elle a travaillé ces 5 dernières années au sein d'une association de l'Insertion par l'Activité Economique en tant que chargée de formation.
- **Camille RIGAUDEAU en qualité de Directrice**
Diplômée en Direction d'Organismes Sociaux de l'école de formation en travail social ASKORIA, elle a assuré pendant 15 ans la coordination puis la gestion d'une structure associative dans le domaine de la Santé.



Quels apports dans nos pratiques de thérapeutes ou d'intervenants à travers les cycles de vie des personnes et des familles ?



ARTICLE

QUAND LA CURIOSITE DE L'APPROCHE SYSTEMIQUE RENCONTRE LES NEUROSCIENCES

Comment observer et prendre soin de la complexité de chacun dans les contextes où il évolue. La curiosité, dans sa racine étymologique latine, a puisé sa source dans le mot « curare » c'est à dire, la cure, prendre soin. (Erik Orsenna / académie française).

Prendre soin de ce qui s'est tissé ensemble est une curiosité systémique, chaque élément d'un système est en lui même un système justifiant de la curiosité dans la mise à jour de son fonctionnement unique et dans ses interactions avec les autres éléments du système. C'est ce que nous montre également les neurosciences qui sont un niveau d'observation particulier de la complexité du fonctionnement humain.

L'état d'Etre suppose une interface et des interactions entre soi et le monde environnant, suppose une structure, un assemblage et des interactions entre les dimensions psychique et organique : *Complexe du latin « con-plexus » (signifie « tissé ensemble ») – Contexte du latin «.con-texus » (signifie « tissu, trame, assemblé »)- Structure du latin « structura » (signifie « assembler »).* Ces mots partagent un champ commun dans leur signification. La curiosité du regard systémique nous permet une distance d'observation des complexités contextuelles individuelle et collective.

Nous vivons dans des systèmes d'interdépendance, depuis l'échelle moléculaire jusqu'à celle de l'organisme tout entier dans son fonctionnement singulier et pluriel, du fait de son interdépendance avec l'environnement. Nos perceptions sensorielles, nos émotions, notre corps, nos mémoires personnelles, transgénérationnelles et collectives, ce qui est de notre conscience ou pas, nos pensées, nos comportements, interagissent en permanence, nous permettant de nous structurer dans notre rapport au monde.

Les neurosciences nous offrent un mode de perception visuel, de ces interactions qui prennent forme et qui deviennent observables d'une certaine façon via l'imagerie cérébrale, la neuro-endocrinologie, etc.

C'est probablement en cela qu'elles sont jugées parfois trop restrictives alors qu'**elles sont à considérer comme un langage complémentaire et non unique de l'observation de la complexité du fonctionnement humain.**

Les neurosciences sont une des possibilités d'observation et de compréhension de l'effet des interactions de l'homme avec son environnement, de l'impact des divers traumatismes, mais aussi de l'effet restructurant de « curare » (prendre soin), dont les psychothérapies, les accompagnements éducatifs, les liens d'attachement, l'implication personnelle, la méditation, etc. font partie.

Elles sont l'opportunité d'avoir une fenêtre d'observation des liens entre le corps et l'esprit, et font partie de la grande curiosité associée à la recherche d'une conceptualisation de la vie.

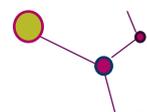
Les neurones sont à notre image, indépendants, en interaction et le plus souvent adaptables ! Un neurone isolé ne sert à rien, ce sont ses milliers de connexions avec les autres neurones, et le maillage dans lequel il interagit de façon spécifique, qui est important. Un cerveau seul ne sert à rien, il est un support organique mais aussi un système récepteur, dynamique et modulable avec des interactions permanentes entre ses parties spécifiques spécialisées, ainsi qu'avec tout l'organisme et l'environnement. Nos milliards de neurones sont adaptables dans leur réorganisation par les processus de neuroplasticité qui permettent de nombreux apprentissages et adaptations.

Il paraît donc comme une évidence que l'approche systémique éclaire de sa curiosité, l'apport des neurosciences dans la compréhension de notre façon d'être au monde. **La curiosité, dans le sens de prendre soin...de ce qui est là, ferait elle partie de l'élan, du moteur, des couleurs, du mouvement qui animent les accompagnements que nous proposons?**

Françoise GEROT

Médecin Addictologue au CH Centre-Bretagne Thérapeute familiale et praticienne EMDR.

Nous l'avions invité à certains de nos congrès et universités, **Me Anne Pascale MARQUEBREUCQ** nous a quittés le 13 juillet dernier après avoir lutté contre la maladie. Psychologue clinicienne, psychothérapeute, formatrice, Anne Pascale était directrice du foyer le Tamaris à Bruxelles, centre d'accueil pour adolescents en extrême difficulté. Nous avons tous été impressionnés par **son enthousiasme, ses idées novatrices et sa grande créativité si communicative ! C'était une femme remarquable. Elle a soutenu une clinique éducative basée sur l'approche systémique et étayée par la théorie de l'attachement et par le modèle du milieu humain développé par Etienne Dessoy ; elle a inventé de nombreux outils comme la palabre, les sculptures au domicile des familles** et écrit beaucoup d'articles. Elle nous manquera



JANVIER 2018

- **CONDUITES ADDICTIVES ET ADOLESCENCES : AIDER LES FAMILLES**
25 et 26 janvier à Rennes par Me Fabienne Poirier

FEVRIER 2018

- **APPROCHES CENTREES SUR LES COMPETENCES ET LES SOLUTIONS - Sensibilisation**
21,22 et 23 mars à Rennes par Me Anne Quémard, Me Annick Renaud Berna, Me Stéphanie Robert
- **ANIMATION SYSTEMIQUE DES GROUPES - Sensibilisation**
21, 22,23 mars à Rennes par Me Fabienne Poirier

MARS 2018

- **APPROCHES SYSTEMIQUES ET THERAPIE FAMILIALE - Sensibilisation**
14,15 et 16 mars à Rennes par Me Fabienne Poirier, Me Anne Quémard

CONFÉRENCE : LES ENFANTS ET LES CONJOINTS DANS LES FAMILLES EN SITUATION ADDICTIVE : Rompre la loi du silence pour s'attacher à entendre ce qui était gardé « secret »
22 mars à Rennes par Me Annick Renaud Berna et Me Janick Le Roy

AVRIL 2018

- **ACCOMPAGNEMENT DES ADOLESCENTS**
12 et 13 avril à Rennes par Mr Jean-Paul Gaillard
- **APPROCHES CENTREES SUR LES COMPETENCES ET LES SOLUTIONS - Sensibilisation**
9,10 et 11 avril à Rennes par Me Anne Quémard, Me Annick Renaud Berna, Me Stéphanie Robert
- **COMMUNICATION NON VIOLENTE - Les bases de la CNV**
3, 4, 5,6 avril à Rennes (Module 1 et 2) par Me Catherine Gunther
- **VIOLENCES CONJUGALES ET INTRA-FAMILIALES : l'enfant exposé**
4,5 et 6 avril à Rennes par Mr André Pronovost et Me Connelly Patricia (Québec)

MAI 2018

- **CO-NAITRE AVEC SON ARBRE : L'APPROCHE TRANSGENERATIONNELLES**
15 et 16 mai à Rennes par Me Fouilleul Antoinette
- **APPROCHES SYSTEMIQUES ET THERAPIES FAMILIALES - Cycle long**
1^{ère} année début les 23,24 et 25 mai 2018 à Rennes. Perfectionnement : nous consulter

JUIN 2018

UNIVERSITÉ DE PRINTEMPS : LES NOUVEAUX PARADIGMES DE L'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP
13,14 et 15 juin à la Rennes en partenariat avec GEIST 21

PEGASE PROCESSUS est un Centre de formation, de psychothérapie et de recherche, fondé en 1986 à St-Brieuc puis à Rennes.

Notre centre œuvre à la diffusion des approches systémiques, de la thérapie familiale et des approches centrées sur les «solutions» auprès des professionnels travaillant en milieu social, éducatif, scolaire, médical, médico-social, psychiatrique...

Par l'intermédiaire de formations, nous continuons à promouvoir, de manière expérientielle et humaniste, l'amplification des compétences des professionnels à intervenir auprès des personnes et des familles en proposant des outils systémiques concrets applicables sur le terrain.

Une autre part importante de nos interventions consiste à soutenir les pratiques des équipes dans leurs institutions par le biais de supervisions, d'analyses ou de modélisations des pratiques, d'actions-recherche ou de formations sur mesure.

Nous sommes également un centre de thérapie pour les groupes, les individus, les couples et les familles.

Directeur de publication :
Jean-François Croissant
Coordination et mise en page :
Audrey Verret
Rédaction : Equipe



Plus d'info et inscription sur notre site Internet :

<http://pegaseprocessus.fr/>

Suivez notre actualité en nous rejoignant sur les réseaux

