

Et les enfants ? !

Un métamodèle pour les aider et aider leurs parents sous emprise de l'alcool, du constat des faits aux actions

Jean-François Croissant, Psychologue clinicien, thérapeute familial, formateur et superviseur en alcoologie et en thérapie familiale systémique, formateur en thérapie centrée sur les solutions et inspiré par l'analyse transactionnelle, directeur pédagogique de Pégase Processus, Rennes et Saint-Brieuc.

DES OUTILS POUR LA GUIDANCE SYSTEMIQUE EN ALCOOLOGIE SOCIALE : UN METAMODELE.

UN PROJET

Devant la complexité et la diversité des systèmes familiaux sous l'emprise de l'alcool, j'ai réfléchi à un Métamodèle pertinent, destiné à guider l'action :

- En protection de l'enfance, que ce soit en milieu ouvert ou en internat (famille d'accueil et placement),
- Auprès des parents en travail social ordinaire, sous mandat éducatif ou en centre de soins spécialisés.

Je m'appuie :

- Sur les travaux de Sharon Wegscheider-Cruse, inspirés par le courant humaniste de thérapie familiale de Virginia Satir,
- Sur une description des niveaux logiques de l'intervention construite par Robert Dilts,
- Sur une définition de l'autonomie élaborée par Véronique Sichem à partir des travaux d'Eric Berne ; sur le tableau des droits et permissions tels que définis par l'analyse transactionnelle, à partir des recherches de James et Barbara Allen,
- Sur la communication non-violente : l'écoute empathique des émotions et des besoins, élaborée par Marshall Rosenberg,
- Sur l'approche centrée sur les solutions : en particulier les stratégies d'empowerment et l'insistance sur les points forts tant auprès des parents que des enfants, en me référant aux recherches et actions de Steve de Shazer, Insoo Kim Berg et Susan Kelly,
- Enfin je relie le tout à des réflexions et des recherches actuelles sur les processus qui soutiennent la résilience et à une philosophie du lien social.

DES LIGNES DIRECTRICES

La finalité de ce métamodèle est de donner des lignes directrices à l'action éducative et au travail social auprès des enfants en y incluant un travail familial et un soutien auprès des parents. Tout cela ne peut être effectué par un unique intervenant : ce métamodèle que nous avons largement testé lors de formations et supervisions est assez opérationnel et explicite pour être une source d'inspiration créatrice pour des intervenants de différentes professions ; il est destiné à être partagé.

2

UNE DYNAMIQUE FAMILIALE COMPLEXE ET EVOLUTIVE

Il n'aurait pas de sens s'il n'était relié à un modèle de compréhension des dynamiques familiales sous dysfonctionnement alcoolique. Ce dysfonctionnement a déjà été décrit récemment dans un de mes articles paru dans la revue Thérapie Familiale. Il est brièvement présenté dans le dernier numéro de la revue Addictologie éditée par l'A.N.P.A.A. (Association Nationale de Prévention en Alcoolologie et Addictologie)

Il comprend une définition des règles dysfonctionnelles au nombre de quatre :

- Règle de Minimisation ou de Dénî (l'alcoolisation et ses effets sont minimisés),
- Règle de Silence (le sujet alcool doit être tenu caché et tu, sous peine de honte ou de représailles),
- Règle d'Isolement (chacun doit se débrouiller avec ses besoins et ses émotions, perte de la solidarité),
- Méta-règle de Rigidité (méta-règle qui définit que les règles doivent être rigides). Des rôles homéostatiques, au nombre de deux pour les adultes et, actuellement, de sept pour les enfants et adolescents.

Pour les adultes :

- Le Dépendant ou la Dépendante, progressivement sous l'emprise du produit dont il perd le contrôle, il influence la mise en place de règles pour contrôler de plus en plus son environnement familial.
- Le Co-dépendant ou la Co-dépendante, progressivement sous l'emprise du dépendant, il est partagé entre soutenir et renforcer les règles dysfonctionnelles et se dépêtrer des conséquences nocives du rôle.

Pour les enfants et adolescents

- Le Héros ou l'Héroïne, chargé d'être l'emblème de la réussite familiale, à l'extérieur,
- Le Sauveteur, garçon ou fille, chargé des tâches domestiques et du soutien de l'un ou l'autre de ses parents ou les deux, de ses frères et soeurs, sans convention collective !
- Le Bouc-Emissaire, il attire sur lui les foudres de l'un ou l'autre parent, ou des deux, et favorise, parce que ses comportements sont trop voyants, l'attention des professionnels de l'aide. Par cette stratégie, il favorise l'ouverture du système familial.
- Le Clown, chargé de diluer l'excès de stress par ses distractions, il anticipe les conflits et cherche à les éviter.
- L'Enfant Invisible, a décidé de disparaître pour ne pas nuire au système familial, pour cela il/elle sacrifie son expressivité et ses besoins.

- Le Petit Roi ou la Petite Princesse, il exerce son règne sur ses sujets, parents ou frères et sœurs qui doivent être à son service, vêtements et technologie du dernier cri si possible et même si ça ne l'est pas.
- L'Enfant Déficent Mental, il a dû renoncer à sa lucidité et à l'exercice intégré de son intelligence sous l'effet répété des stress émotionnels et des règles de confusion mentale.

Aucun enfant n'est qu'un rôle (le rôle porte une majuscule : ce n'est pas une étiquette pour l'enfant qui le joue), mais le costume endossé a un prix en terme de développement pour celui qui le porte, alors qu'il permet par ailleurs l'équilibration homéostatique du système familial. Le costume peut être transporté à l'âge adulte (rigidité des rôles), avec ses inconvénients et ce qui peut devenir des forces.

Il faudrait y rajouter des patterns de communication symbiotiques en particulier où les pensées et sentiments des uns sont portés par les autres.

DES OUTILS COMMUNS POUR DES ACTEURS DIVERSIFIÉS

1. Le cercle des potentiels. Un outil pour le diagnostic

Entre 1972 et 1974, Sharon Wegscheider-Cruse a travaillé en partant du modèle de Virginia Satir avec plus de 4000 personnes appartenant à plus de 600 familles. Elle a mis en évidence six zones de potentiels dont le développement est affecté chez chacun des membres de la famille.

On peut les décrire de la manière suivante :

- Le potentiel physique qui représente toutes les capacités à vivre dans son corps, ceci inclut aussi bien la santé et les paramètres biologiques que le plaisir de danser et les capacités à utiliser ses cinq sens, la qualité du sommeil est également incluse dans le potentiel physique, la façon de se nourrir, les boissons, la façon de respirer, etc.
- Le potentiel émotionnel qui représente toutes les capacités à éprouver, ressentir, manifester des émotions et les exprimer dans des relations sociales et intimes. Il y a bien entendu les émotions de base : joie, tristesse, colère, peur, compassion, ... Et toutes les émotions subtiles et liées à ces grandes catégories. Elles sont reliées aux besoins.
- Le potentiel mental qui représente toutes les capacités à utiliser son esprit, ceci inclut aussi bien la mémoire, l'attention que la capacité à utiliser ses mains ou encore ses pieds, il inclut aussi les habiletés sociales à résoudre les problèmes relationnels ou les problèmes de la vie courante, la lecture, l'écriture, l'humour, etc.
- Le potentiel social qui représente toutes les capacités à construire des relations à l'intérieur de sa famille et avec le monde environnant. Il inclut aussi bien les relations amicales, les relations de loisirs, les relations professionnelles ou scolaires que le statut dans la société, j'y inclus aussi l'identité socialement définie.
- Le potentiel de motivation qui représente la capacité à mettre son énergie au service d'un projet et à maintenir cette énergie en dépit des obstacles et inclut aussi la capacité à revoir ses objectifs en fonction de ses moyens et des ressources de son environnement, le plaisir de vouloir et d'agir.

- Le potentiel éthique qui représente la capacité à construire des valeurs et à les mettre au service des stratégies et des comportements adaptés. Sharon Wegscheider-Cruse l'appelle le potentiel spirituel, je préfère le terme éthique qui inclut aussi une dimension spirituelle. Dans l'Approche centrée sur les choix et les solutions développée par Luc Isebaert et son équipe à Bruges depuis les années 90, la reconnaissance et le développement de ce potentiel éthique prennent toute leur place.

Toutes ces catégories de potentiels peuvent être affectées par l'alcoolisation problématique d'un des membres de la famille. Elles sont généralement toutes affectées lors d'un dysfonctionnement familial alcoolique. Certaines zones de potentiels sont affectées à la baisse tandis que d'autres sont systématiquement développées : cette dynamique est un déséquilibre et, quand ce déséquilibre est durable, il influence alors la construction de l'identité de manière profonde.

Ces modifications sont parfois subtiles, des outils de diagnostic plus spécifiques tels que l'analyse des rôles sont alors nécessaires. Selon les âges, des grilles d'observation peuvent être utilisées : plusieurs des intervenants de ce congrès en ont élaborées. Je pense en particulier à Catherine Basso-Fin et à Marie-Claude Amacker. D'autres grilles d'observation ont été élaborées pour les adultes qui ont vécu dans ces familles en dysfonctionnement alcoolique. Pour les enfants en bas-âge Mme Chabrolle a aussi construit des outils d'observation.

Comment utiliser le cercle des potentiels pour l'observation et le diagnostic évolutif ?

L'intervenant lui-même peut remplir, de son point de vue, ce cercle. Il suffit de considérer que zéro est le centre du cercle et 10 la circonférence. Pour chaque zone de potentiels, on note entre zéro et 10. Zéro signifie que le potentiel est à son plus bas et 10 signifie qu'il est pleinement développé, c'est une question échelle notée sur un cercle.

Quand cette note intuitive a été placée, on l'associe, au fil du temps, avec des observations de plus en plus fines et, en comparant plusieurs cercles consécutifs, on peut noter l'évolution favorable ou défavorable de telle ou telle zone de potentiels.

Comment utiliser ce cercle comme outil d'intervention ?

Il est également possible de demander aux parents ou à l'enfant ou à l'adolescent de remplir lui-même ce cercle et de lui demander, par exemple, dans quels domaines il veut progresser d'un demi-point et ce qu'il pense qu'il a à faire pour cela ; on peut aussi demander aux parents de réfléchir à ce qu'eux-mêmes pourraient faire pour que l'adolescent ou l'enfant progresse d'un demi-point dans tel ou tel domaine.

L'intervenant lui-même peut se demander de quelle façon il peut contribuer à favoriser un progrès d'un demi-point dans telle ou telle zone de potentiels, il peut aussi demander à l'enfant ou à l'adolescent de quelle façon il peut lui être utile, il peut également poser cette question aux parents.

Cette façon de faire allie le cercle des potentiels à l'approche centrée sur les solutions qui favorise l'autoévaluation et l'autodétermination des objectifs et des moyens par les membres de la famille eux-mêmes.

Dans un système les éléments interagissent entre eux et la somme est plus que l'addition des parties.

L'être humain est un système, chaque zone de potentiels est reliée aux autres et parfois une action dans le domaine social aura des répercussions sur le potentiel mental ou le potentiel émotionnel. Il est ainsi possible à chaque intervenant, dans son domaine particulier d'intervention de contribuer au développement ou à la reprise de certains potentiels. Certaines actions ont un potentiel de changement génératif (un changement qui génère d'autres changements). Pour cela choisir le niveau de l'intervention peut être éclairant, s'il y a une difficulté à stimuler le changement, alors changer de niveau.

5

2. les niveaux logiques de l'action.

Il y a différents niveaux d'actions possibles, interdépendants et hiérarchisés.

Robert Dilts, reprenant les travaux de Grégory Bateson, a élaboré une grille des niveaux logiques de l'intervention. Celle-ci comprend plusieurs niveaux.

- Le niveau de base est celui de l'environnement : celui-ci comprend tous les éléments du contexte quotidien de l'enfant, aussi bien les éléments matériels que les éléments relationnels. Le travail éco-systémique inclut l'utilisation des ressources de cet environnement, l'idée essentielle est de faire l'inventaire des contraintes et des possibilités qu'offre cet environnement. Nous y incluons l'environnement scolaire, le soutien à la scolarité, les relations avec le voisinage, la disponibilité des professionnels, les personnes fiables sur qui l'enfant peut compter. Un programme anglais diffusé au niveau national en Grande-Bretagne, concernant l'évaluation des risques pour les enfants vivants avec des parents en mésusages ('Substance Abuse') de l'alcool ou d'autres drogues utilise un tableau systémique d'évaluation du cercle familial et de l'environnement. Ce tableau est à la fois un génogramme simplifié et une carte systémique. Y seront représentés les membres du cercle familial, les relations qu'ils entretiennent avec l'enfant bénéficiaire de la mesure d'action éducative et les personnages importants pour l'enfant en dehors du cercle familial ainsi que les relations que l'enfant entretient avec ces différentes personnes.
 - Ce programme diffusé en Grande-Bretagne ouvre une voie pour les services éducatifs et judiciaires de la protection de l'enfance en France. Un autre programme de services axés sur les familles élaboré par l'État du Michigan avec la participation du Centre de Thérapie Familiale Brève de Milwaukee (B.F.T.C) nous montre les différentes stratégies d'empowerment' utilisables auprès des parents en situation de détresse pour qu'ils mobilisent leurs compétences envers leurs enfants. Ce travail inclut également des modifications de l'environnement des professionnels, en particulier sous la forme de supervisions et d'intervisions mettant l'accent sur les points forts et les compétences des parents et des intervenants, y compris leurs capacités à évaluer les risques de maltraitances ou de négligences.
 - Le travail sur l'environnement inclut de multiples possibilités au-delà des formes les plus habituelles de protection par mise à l'abri. L'accès à des activités de loisirs encadrées par des adultes fiables est un facteur de soutien à la résilience et au développement des potentiels.

- Le deuxième niveau concerne les comportements : ce niveau inclut le développement des habiletés sociales : ainsi un programme incluant un travail à ce niveau des comportements favorisera une plus grande palette de réponses possibles à des situations stressantes, des programmes de développement peuvent concerner des habiletés telles que s'exprimer ou encore reconnaître ses besoins, identifier ses émotions, apprendre à jouer en équipe, diversifier les stratégies de réponse à des patterns familiaux figés.
 - Par exemple, on peut apprendre à des enfants à refuser de monter dans la voiture de leur père ou de leur mère s'ils pensent que leur parent n'est pas en état d'assurer leur sécurité. On peut aussi, dans le cas d'une intervention familiale, proposer à tous les membres de la famille d'utiliser un objet symbolique, visible de tous, qu'il suffit de déplacer pour donner l'alerte dès que le niveau de sécurité minimale baisse.
 - On utilise comme outil des échelles de sécurité et comme concept de base la construction de la sécurité familiale. Cette construction de la sécurité familiale se fait avec la participation de tous. Le concept de construire la sécurité me semble plus actif et plus profitable à moyen et long terme que le concept de protection. Il consiste à rendre la protection durable. Si on reprend l'idée d'une conception systémique de la famille, le changement de comportement de l'un peut influencer le comportement des autres.

Je cite cet exemple, qui m'a été rapporté par Catherine Bénichou Basso-Fin d'un enfant qui avait appris en groupe de paroles par un autre enfant qu'il était possible de sortir de la pièce où ses parents avaient un conflit. Quelques mois plus tard, la mère de cet enfant rapporte que son mari a cessé de boire le jour où il s'est aperçu que les conflits nuisaient aux enfants ; ce jour a coïncidé avec le week-end où l'enfant placé, de retour chez lui, a utilisé la stratégie de sortir de la pièce où ses parents se disputaient.

Dans le contexte figé des patterns familiaux du dysfonctionnement alcoolique, l'apprentissage d'alternatives comportementales est une source précieuse pour les enfants. De la même façon, si on combine un travail sur l'environnement et un travail sur les comportements, il est possible en enrichissant le contexte des relations de l'enfant de lui apprendre qu'il existe des comportements alternatifs aux siens. Beaucoup d'enfants sous stress figent leur capacité d'apprentissage.

- Ce niveau d'action sur le comportement nécessite souvent un développement multiple de capacités et de compétences. A ce niveau, le troisième, on retrouvera les stratégies d'identification des états émotionnels et des besoins.
 - L'école italienne de communication non violente a conçu un programme d'apprentissage précoce, à partir du cours primaire, pour aider les enfants à nommer, à reconnaître leurs émotions et leurs besoins et formuler des demandes.
 - Nous avons développé, à partir d'un programme américain, une stratégie d'aide aux enfants basée sur l'expression de leurs besoins et de leurs émotions.

Valider les compétences parentales et nourrir le lien.

Le protocole est simple à expliquer et, bien entendu, il faut un contexte d'affiliation très puissant pour pouvoir l'utiliser en toute sécurité. En particulier, on doit veiller que l'enfant ne fera pas l'objet de représailles quand il utilisera ces formulations. L'idéal est que l'enfant le fasse par écrit ou par oral, dans un contexte où les conséquences de son expression sont protégées. On demande à l'enfant ou à l'adolescent de relater un événement où il a été affecté par le comportement de son parent, on l'invite à identifier ses émotions (peur, chagrin, colère, honte, joie), on lui demande de dire ce qu'il a aimé ou n'a pas aimé, ce qu'il a fait, pensé et ce qu'il a ressenti. Nous privilégions dans un premier temps la description d'un événement où l'enfant a bien aimé faire quelque chose avec son parent. Nous passons de la description de l'événement au ressenti.

Exemple : « qu'est-ce que tu as aimé faire avec ton papa ce week-end ? Pas grand-chose, peut-être regarder la télé ensemble. Es-tu d'accord pour me dire en quoi c'était agréable pour toi de regarder la télé avec lui ? Parce qu'on était bien et calme... Est-ce que tu veux dire que passer un moment calme avec ton papa a été une chose agréable pour toi ? Oui, j'aime bien le calme.

Qu'est-ce que tu aurais encore aimé faire avec ton papa ce week-end ? Jouer aux boules, j'aime bien quand il s'amuse avec moi. Tu aimes bien quand ton papa s'amuse avec toi quand tu passes des moments calmes avec lui et qu'il s'intéresse à toi pour jouer avec toi.

Cet enfant évoquait des moments où son père était abstinent, le père a eu les larmes aux yeux.

Ce court exemple montre comment on peut nourrir le lien et valider les compétences parentales à répondre aux besoins des enfants à partir des événements de la vie quotidienne.

Les compétences et capacités sont ainsi soulignées, généralement les parents sont touchés par cette description que les enfants font de ce qu'ils apprécient. Ceci évite aux enfants de se mettre en position de juger leurs parents, Généralement, ils en profitent pour dire ce qu'ils n'ont pas aimé, à ce moment-là l'intervenant cherche à traduire l'émotion exprimée en besoins à satisfaire ou à nourrir.

Exemple : Oui mais il n'a pas voulu m'emmener au football. Est-ce que tu veux dire que tu étais déçu qu'il ne t'emmène pas au football et que tu aurais eu besoin qu'il comprenne ton envie d'aller au football avec lui ? Oui mais je ne savais pas comment lui dire. En s'adressant au père on peut lui demander : Comment votre fils aurait pu vous faire comprendre son envie d'aller au football avec vous ?

Ces formes de communication sont inspirées de la communication non violente et des stratégies de validation des émotions et des compétences issues du travail systémique humaniste et centré sur les solutions.

Tous ces niveaux sont impliqués et si changer d'environnement ne suffit pas pour changer tous les autres niveaux, il est indispensable de continuer l'action au niveau du comportement, si cela ne suffit pas, alors continuer l'action au niveau des capacités et compétences, et si nécessaire, on remonte un niveau au-dessus.

- Le niveau des valeurs et des croyances

A ce niveau, le quatrième, on rejoint les enjeux existentiels : « quel genre de père ou de mère est-ce que je veux être ? » Nous sommes au niveau de la signification et du sens de la vie. « quel sens je veux donner à ma relation avec mes enfants ? ». Ainsi, dans le travail social auprès des parents, nous les traitons plus en tant que parents qu'en tant que personnes 'qui boivent'. A ce niveau l'intervenant lui-même est amené à travailler sur ses propres croyances. A ce niveau nous aidons la personne à spécifier ce qui est important pour elle et ce qui la satisfait. Nous aidons les parents et les enfants à définir leurs buts et leurs objectifs, en restant attentifs à la façon dont ces buts et objectifs de tous les jours sont reliés aux enjeux existentiels. « Qu'est ce que j'ai réalisé qui m'a satisfait et qu'est ce qui est important pour moi ? »

Il est possible, en établissement où les enfants sont placés, d'effectuer des bilans de week-end avec les parents et les enfants autour de cette question : « Pouvez-vous dire ce qui vous a satisfait ce week-end ? Comment avez-vous fait pour que cela se passe ainsi ? » Ceci renforce les attitudes adéquates des uns et des autres.

Parfois l'alcool finit par devenir une valeur en soi, ainsi que le style de vie qui va avec ; pour contrebalancer cet effet, il est utile d'aider les personnes à contacter en eux des sources de satisfaction de leurs valeurs qui soient fortes et de les aider à construire des moyens adaptés, ce n'est pas en mettant exclusivement l'accent sur les inadéquations qu'on y arrive.

C'est à ce niveau des valeurs et croyances que se traite l'ambivalence de changer : « qu'est ce que je veux garder ? Qu'est-ce que je veux changer ? Les bonnes raisons que je me donne pour cela. ».

Je vous renvoie aux travaux de Luc Isebaert sur la prévention et la gestion des rechutes pour illustrer le travail à ce niveau.

- Si nécessaire nous travaillerons à un autre niveau (le cinquième) de complexité qui est le niveau de l'identité. Certains parents nous montrent à travers leur comportement qu'ils ne peuvent assumer la présence quotidienne de leurs enfants avec eux, alors même qu'ils affichent dans leur langage toutes leurs intentions de récupérer leurs enfants. Pour ces parents, être parent est en contradiction avec la satisfaction de leurs propres besoins, mais socialement une telle affirmation est susceptible d'être sévèrement jugée.

Il y a dès lors un conflit d'identité et de norme qui est à résoudre.

Nous pouvons soutenir les parents et les aider à démêler leurs différentes missions : quelle est ma mission comme mère, comme fille, comme père, ... La réponse à cette question permet de définir ce que la personne veut être dans telle ou telle relation.

Un père me disait qu'il avait rechuté quand son frère était venu chez lui, lui proposer de la bière et de partir en virée, ce qu'ils ont fait. Le tout s'est terminé en sortie de route et plusieurs jours de coma. « Etant le frère de mon frère, tous deux fils d'un père alcoolique récemment décédé, alors quel genre de fils suis-je, quel genre de frère suis-je, comment le genre de fils et de frère que je suis influence le genre de parent que je suis. »

Je lui ai demandé « En vous invitant à partir en virée avec lui, votre frère a-t-il voulu priver vos enfants de leur père ? Puis, un peu plus tard : « Vous avez beaucoup souffert de devenir orphelin il y a trois ans. Est-ce que vous voulez garder un papa vivant à vos enfants ? cet homme a répondu : « là où je me suis senti le mieux, c'est au travail, on m'avait dit que le travail, c'était trop dur, mais c'est pas vrai, c'est là que je me suis senti le mieux. J'ai envie de retourner au travail c'est mieux aussi pour mes enfants. » Nous sommes dans le domaine des clarifications et des dé-triangulations, de la différenciation, de l'actualisation du soi.

L'acceptation de la totalité du soi et des polarités est une autre étape de cette construction d'identité qui implique la résolution des conflits de loyauté. Une partie de ce travail s'effectue en thérapie.

Toutefois, au niveau de l'action éducative psycho-sociale, il est possible en aidant les enfants à affirmer leurs choix, en validant leurs sentiments et leurs perceptions, en leur donnant des informations fiables, en leur permettant de renforcer l'usage de leurs cinq sens en toute sécurité, de leur permettre de construire leur identité.

- Se pose alors la question de l'appartenance (le sixième niveau): « Est-ce que je peux continuer d'appartenir à la société si jamais j'affirme que m'occuper de mon fils est une chose trop difficile, si, comme enfant, je pense que je n'ai pas su sauver mon parent de sa détresse. »
La honte et l'excès d'impuissance détruisent l'appartenance ; beaucoup sont tentés par l'exclusion ou le suicide. Un certain nombre de parents continuent de s'alcooliser, parfois même rechutent au moment où il est question d'un retour de leurs enfants avec eux. Un certain nombre de jeunes vont mal même s'ils sont placés si on ne les soutient pas à ce niveau, par exemple en leur offrant des occasions d'échanges en groupe, comme le groupe d'adolescents de Rennes, ou encore des groupes comme dans les Côtes d'Armor ou en Normandie. Si l'on traite seulement de leur environnement ou de leurs comportements sans explorer avec eux leurs capacités et compétences, leurs valeurs et croyances, leurs identités de parents ou d'enfants et leur niveau d'appartenance, alors bien souvent ils se retrouvent en situation d'échec.

3. L'autonomie en quelques mots

Tant pour le travail avec les parents qu'avec les enfants il me semble utile d'avoir une définition de l'autonomie. J'ai choisi une définition psycho-sociale de l'autonomie qui inclut à la fois des éléments psychologiques et des éléments relationnels. Cette définition s'éloigne quelque peu d'une définition purement sociale de l'autonomie qui, elle, pourrait prendre la valeur d'une norme comme avoir un logement, un métier, etc. Je pense que ces dimensions de l'insertion ne suffisent pas si elles ne reposent pas aussi sur les cinq qualités suivantes.

Je crois qu'une bonne partie du travail social et éducatif est psycho-social, qu'il peut s'appuyer sur une conception du développement personnel : ainsi la guidance systémique en s'adossant aux ressources des différents contextes de vie des membres de la famille et en contribuant à leur enrichissement peut leur permettre de se défaire des contraintes dysfonctionnelles d'un alcoolisme familial. Je m'inspire, pour cette définition psycho-sociale de l'autonomie, des conclusions de Véronique Sichem qu'elle a extraites du travail d'Éric Berne.

Les cinq composantes de l'autonomie

Une Conscience claire, « qui est la capacité qui permet de voir, d'entendre, de sentir clairement et donc de vivre ici et maintenant à sa manière singulière et non par procuration, à travers la pensée, le vécu et le senti de l'autre », en étant connecté à soi et conscient de l'autre et du contexte, intégrant rationnel et émotionnel. Elle facilite la rupture de la règle de déni et de minimisation.

- Il est possible de favoriser une conscience claire :
 - En facilitant l'accès à des informations utiles,
 - En renforçant l'accès à ses cinq sens,
 - En accentuant la centration sur le monde ici et maintenant, incluant la connexion avec soi-même,
 - Par le reflet empathique des émotions et des besoins qui facilite la prise de conscience de soi,
 - Par la traduction en couleurs de ses états émotionnels, développée par michel hanus, autre moyen pour favoriser à la fois une conscience claire et l'expressivité

10

L'Expressivité implique la capacité de respect autant que celle d'authenticité, pour faire part de soi dans les relations, elle implique aussi des formes variées d'expression. Dans l'opportunité de l'ici et maintenant, j'exprime mes besoins, mes émotions, je prends la responsabilité de mes demandes, j'augmente les possibilités de dire. C'est une activité interactionnelle forte. Elle est là pour rompre l'isolement et permet de dépasser la règle de silence.

- Il est possible de favoriser l'expressivité :
 - En créant des contextes d'expressions variées : groupe de paroles, groupe d'expressions corporelles, activités artistiques, ateliers d'écriture, théâtre, éveil et expression musicale, etc.
 - L'idée générale est de renforcer les différents langages pour se faire entendre et comprendre, ceci permet d'accéder à une plus grande intimité.

L'intimité est la capacité de sincérité et d'affection en même temps que de proximité c'est aussi, par respect pour soi-même, prendre ses problèmes en main, renoncer aux pseudo bénéfices de la dépendance ou de l'indépendance pour reconnaître l'interdépendance. Être soi-même en présence de l'autre. Développer l'intimité permet de rompre l'isolement.

- En travail social ou éducatif il est possible
 - de partager des moments proches, sincères et authentiques avec des enfants ou adolescents. Le plus souvent, ceci consiste à les écouter avec attention et prendre le risque de dialoguer, de donner son point de vue, de se donner la peine de connaître leurs points de vue et objectifs,
 - de reconnaître leurs capacités à affirmer soi-même ses propres besoins, en en prenant la responsabilité. Pour certains enfants ou adolescents qui ont développé une défiance vis-à-vis du lien social alors c'est un lent et patient travail d'affiliation. L'intimité développe à la fois les capacités d'individuation et d'appartenance. A un niveau interpersonnel plus large elle est reliée à la solidarité.

La Solidarité. En même temps que nous développons la conscience claire, l'expressivité et l'intimité, il est essentiel de garder une conscience des conditions oppressantes de certaines structures sociales. Développer des relations autonomes, c'est aussi avoir les yeux ouverts et être actif face aux structures économiques ou politiques qui privent d'autres êtres humains de leur autonomie. Beaucoup d'enfants qui vivent dans une famille en dysfonctionnement alcoolique ont développé un sentiment d'altruisme excessif alors que d'autres ont développé une conscience de soi non solidaire. Les activités de groupe et les séances de thérapie familiale permettent de rétablir cet équilibre. La solidarité, c'est aussi la reconnaissance de nos ressources respectives et la conscience que le bien-être de chacun est lié à celui de tous. Elle est reliée à la notion de responsabilité.

La Responsabilité est la capacité d'assumer les suites de ses actes en termes d'impacts à tous les niveaux de la société. C'est aussi la capacité de différencier ce qui m'appartient de ce qui ne m'appartient pas.

- À la fin d'un groupe d'adolescents, un de ses membres pouvait dire «pour ma mère, je sais que j'ai fait ce que j'ai pu, même si ça n'a pas marché, je commence ma vie d'adulte en ayant la conscience tranquille et je vais m'occuper de moi »
- Il est possible dans les transactions du travail éducatif et du travail social d'aider les enfants ou les adolescents ainsi que leurs parents à n'endosser que leur part de responsabilité et pleinement leur part de responsabilité.

Comment favoriser l'autonomie

Si on fait référence aux règles de dysfonctionnement familial alcoolique : minimisation ou déni, isolement, silence, rigidité des règles. Favoriser le développement de l'autonomie en utilisant ces cinq critères est une façon de contrarier l'emprise de ces règles et de permettre aux membres de la famille une désaliénation systémique.

Il est possible de le faire :

- *en s'appuyant sur ce que les personnes ont déjà fait pour réaliser leurs objectifs ou faire face aux contraintes auxquelles elles sont exposées,*
- *en créant un lien d'affiliation exempt de tout jugement, en veillant à proscrire des langages qui ferment (cf. Marshall Rosenberg dans Les Mots sont des Fenêtres ou bien des Murs),*
- *en utilisant un langage qui ouvre, voir à ce sujet les travaux d'Insoo Kim Berg et Susan Kelly tels que décrits dans Des Solutions à Inventer dans les Services à l'Enfance,*
- *en élaborant des contrats d'objectifs et de moyens réalisables dans leur contexte de vie,*
- *en créant des contextes qui facilitent l'émergence de permissions.*

4. Les permissions, un outil de changement scénarique dans un cadre Protecteur

L'attribution et l'endossement de rôles scénarisent la vie. L'acteur n'est plus l'auteur de son propre destin, celui-ci est orienté par les restrictions liées aux contextes de développement (familles, écoles, institutions éducatives). Tous ces contextes peuvent contribuer au renforcement du rôle, au détriment du potentiel.

Les aspects restrictifs portent le nom d'Injonctions', concept élaboré par Bob et Mary Goulding. Elles sont communiquées par le biais de patterns relationnels, verbaux et non-verbaux et de règles implicites.

La construction de l'injonction comporte deux volets :

- un volet externe : le message ou le méta message donné par les figures d'autorité ou les règles culturelles,
- un aspect interne : la façon dont ce message est investi et les conclusions et décisions qui en découlent.

Les aspects qui soutiennent le développement des potentiels sont à contrario des 'Permissions'. elles comprennent :

- un aspect externe : les messages tels qu'il sont émis, les permissions auxquelles on m'invite,
- un aspect interne : la façon dont je les intègre, celles que je me donne.

La Permission : un droit à conquérir ou à reconquérir

James et Barbara Allen ont défini 8 catégories de Permissions dans la liste initiale de 1972, puis ont porté leur nombre à 15 en 1998. Les permissions sont des messages qui sont donnés de manière expérientielle par l'attitude, les mots et les encouragements à les expérimenter, elles s'accompagnent de messages protecteurs et puissants. Ce ne sont pas des messages exclusivement verbaux. Les permissions sont là pour soutenir la croissance, pallier des manques et si besoin contrarier les effets des messages injonctifs limitants et des conclusions qui s'ensuivent.

Elles sont communiquées par des figures d'autorité, par le biais de leurs attitudes ou des contextes qu'elles créent. Au niveau verbal par des formes de dialogues où le choix des mots est essentiel : choisir des mots qui ouvrent, stimulent. Au niveau des expériences, au niveau des actions : par des étapes assumables.

Les permissions sont également là pour permettre de nouveaux apprentissages, faciliter le renoncement à certaines conclusions, permettre de réviser un certain nombre de croyances restrictives sur la vie sur soi et sur les autres, redéfinir ses manières de vivre.

Ce ne sont pas des obligations mais des possibilités nouvelles qui renforcent les aptitudes à aimer, jouer et travailler, en fonction de son âge.

Ce n'est pas un outil mécaniste. Il ne suffit pas de créer un contexte ou de délivrer des messages, encore faut-il qu'à un niveau intrapsychique, le sujet se les approprie pour nourrir ses forces de développement ou ses aptitudes à la résilience et que la force des messages limitants tels qu'ils ont été introjectés en soit réduite.

Après en avoir repris la liste, je reviendrai sur les facteurs non spécifiques de la résilience et de soutien à la résilience, avant de donner quelques exemples d'actions sociales ou éducatives spécifiques et non spécifiques aux enfants et adolescents de parents affectés de dépendance aux substances. Je présenterai brièvement la place des thérapies familiales et les thérapies de groupes dans ces dispositifs.

Douze clés pour une vie pleine et réussie

13

■ **Permission 1 : Tu peux exister, occuper ta place et ton espace et vivre avec entrain**

Par exemple, pour l'Enfant Invisible, cette permission peut lui être communiquée en lui disant « je te vois », en l'invitant à participer à des activités, en prenant l'initiative de lui parler, en s'intéressant à son monde, en lui disant « j'ai plaisir à ce que tu sois là », en l'invitant à participer à des loisirs avec d'autres enfants et de bien d'autres manières.

■ **Permission 2 : Tu peux faire l'expérience de percevoir ce que tu perçois, de penser ce que tu penses et de ressentir ce que tu ressens, indépendamment de ce que les autres croient que tu devrais ressentir ou penser**

Dans un contexte familial problématique ou dysfonctionnel, comment garder son cœur à sa place ? Comment faire confiance à ses cinq sens et à son propre esprit quand les sentiments douloureux succèdent aux sentiments agréables, parfois avec le même parent, différent d'un jour à l'autre ; quand les messages contradictoires se succèdent et que les explications données sont destinées à renforcer le déni et la minimisation. Le déni détruit la confiance dans ses perceptions de la réalité. La règle de silence invite à taire la spontanéité et empêche la validation de ses perceptions. Les messages injonctifs « ne pense pas ce que tu penses » ou « ne déduis pas ce que tu déduis de ce que tu vois », « n'exprime pas tes besoins et ce que tu sens, tu pourrais me blesser ou me détruire », ou les messages prescriptifs « tu dois être raisonnable », « mais non, tu n'es pas triste » limitent la connexion empathique et socialement reconnue avec ses émotions et ses besoins et affectent la confiance en son esprit.

- Parfois, c'est le contact même avec ses perceptions qui est troublé ; une rééducation des cinq sens est utile. La marche à pied, l'écoute des sons, etc.
- La communication non-violente telle que développée par Marshall Rosenberg favorise l'apprentissage de la reconnaissance empathique des émotions et des besoins réciproques, renforce la connexion avec soi, avec ce que je vois, entends, avec ce que je pense et ressens à ce propos et ce dont j'ai alors besoin.
- La reprise de confiance en son propre esprit est facilitée par cette rééducation émotionnelle et perceptuelle. Ceci nécessiterait un long développement.
- Ceux qui travaillent avec des Enfants-Déficients savent qu'il faut reconstruire l'édifice pour que les troubles cognitifs disparaissent. Les expériences d'échecs scolaires minent la confiance et parfois renforcent le cercle induit par les stress familiaux quotidiens.

Menaces et loyautés

Les enfants acceptent de sacrifier leur esprit pour protéger leurs parents contre une menace imaginaire de les détruire « si jamais ... je comprends, si je dis, si je sens, etc. ». Ces menaces sont dans les mythes et fort connues depuis longtemps, alors aussi sans doute dans l'inconscient :

- Le paradis perdu ou le mythe d'Icare, « si jamais, tu croques la pomme ..., si tu sais voler et que tu accèdes au savoir, alors tu seras détruit ou tu perdras la vie, tu seras chassé... »
- Le mythe d'Orphée « si jamais, tu te retournes alors tu détruiras par ton seul regard ta mère, ton père ... »
- Le mythe de Pandore, « si jamais tu ouvres la boîte de la connaissance, alors le monde, ta famille sera détruite »
- Le mythe d'OEdipe, « si jamais tu vas sur ton chemin, de toute façon ce qui doit s'accomplir s'accomplira, quoique tu fasses tu n'y changeras rien » (l'homéostasie familiale l'emportera et en plus tu détruiras ton père, ta mère, tes yeux, ta descendance, etc.

Si les enfants ont ces croyances et adoptent ces attitudes, c'est aussi pour se libérer d'une situation de souffrance et tenter de libérer un parent. Il y a des forces de croissance cachées dans ces mécanismes de survie.

- Quand on travaille en thérapie familiale, on sait que ce n'est pas en blessant les parents qu'on guérit les blessures des enfants. Les parents eux aussi connaissent ces menaces et leur obéissent. Nous avons souvent besoin de leur coopération pour inciter au changement.
- **Permission 3 : Tu peux être toi-même en étant approprié à ton âge, ta personnalité et ton sexe, avec tout ton potentiel de croissance et de développement**

Beaucoup d'enfants sont invités à exercer une responsabilité qui les éloigne des tâches de leur âge. J'ai ainsi vu des enfants de 3 ou 4 ans aller chercher des bouteilles pour leurs parents, ou encore à sept ans être chargés de conduire leur père dans son lit. D'autres sont chargés de calmer un parent irrité. La permission consiste donc à aider les parents à prendre leurs propres responsabilités par le biais de traitement de thérapie familiale, de soins spécialisés en alcoologie, etc. Elle consiste aussi à offrir des contextes où les enfants peuvent jouer avec d'autres enfants de leur âge à des activités de leur âge. La reconnaissance de leurs mérites nourrit la confiance d'être de son âge.

L'injonction d'être plus grand que son âge a beaucoup d'emprise sur les enfants, parce que ceux-ci sont tenus à des loyautés invisibles envers leurs parents et à une obligation existentielle de faire le maximum pour avoir des parents acceptables, doublée de l'illusion grandiose de pouvoir changer ses parents. Celle-ci est parfois entretenue (consciemment ou inconsciemment par les adultes) qui exploitent alors la bienveillance des enfants à leur égard. Cette injonction existe dans tous les cas de « parentification ».

L'enfant ou l'adolescent, ainsi investi, prend son rôle très au sérieux et il très présomptueux de vouloir l'en extraire sans son consentement. Ceux qui ont travaillé avec des Enfants Sauveteurs savent qu'il est nécessaire de construire avec eux des relations de coopération et de leur demander comment aider au mieux leurs parents plutôt que de les contraindre à abandonner prématurément leur mission. Parfois même, on choisit, les yeux ouverts, de leur demander d'exercer une aide mais de manière limitée, pour que leur temps de travail soit lui aussi limité. J'ai constaté qu'à ce moment-là, si cette demande est faite en présence des parents, avec qui nous sommes alors très affiliés, ces mêmes parents contestent notre proposition et libèrent ainsi l'enfant de telle ou telle tâche ou au contraire, valident cette aide qui est alors ritualisée et contextualisée et non plus implicite et sans limite.

D'autres fois, certains enfants sont sollicités à ne pas grandir, à ne pas être de leur âge parce que « petits, ils sont si mignons » ; alors, les permissions consistent à construire avec eux des champs où leur responsabilité autonome peut s'exercer : ce peut être à propos d'avoir un lit sec, pour ceux qui sont énurétiques. Il est possible d'aider l'enfant, devant ses parents, à définir si lui-même et son lit sont d'accord pour être secs et lui laisser la responsabilité de contrôler son corps, puisque c'est le sien. Quand c'est fait de manière appropriée, beaucoup d'enfants récupèrent un espace de croissance. D'avoir à l'esprit une théorie sur les relations symbiotiques aide.

Pour faire face à l'injonction : « ne sois pas toi-même », qui correspond partiellement à la prescription « joue un rôle et sois ce rôle à travers lequel tu penses être toi-même », les attitudes d'acceptation inconditionnelle sont les plus nourrissantes. Cette attitude consiste à percevoir intuitivement derrière la façade de détachement, de mépris, de colère, de violences parfois, l'être en recherche de lui-même et à lui manifester un soutien indéfectible.

Ceux qui travaillent avec des Enfants Boucs-Emissaires, tellement définis comme non OK par les autres ou définis par leurs seuls comportements dommageables, apprennent qu'ils ne se révèlent à eux-mêmes qu'à travers l'expérience de rencontres authentiques. Une réflexion sur le lien social est utile. Nous devenons nous-mêmes à travers nos rencontres avec d'autres.

Comment aider des adolescents à se dérouter ? Rien de magique, le travail de l'équipe des Tamaris à Bruxelles, rapporté par Rolland Coenen et basé sur une anthropologie du lien social en est une illustration convaincante.

A des degrés moindres de détresse et d'escalade de comportements symptomatiques s'intéresser à : « qu'est ce que tu aimes faire avec ton père, ta mère, tes frères, tes amies, etc. ? Qu'est ce qui te satisfait, qu'est ce que tu veux ? etc. »

L'Enfant Héros s'est construit un faux-self où il rationalise ou sur-agit sans s'arrêter à qui il est. Il a investi sa tête, en l'aidant à sortir de son refuge mental survalorisé, on le ramène dans le monde pour être avec les autres. Il peut ainsi se réapproprier son cœur, faire l'expérience de ses vulnérabilités, rien de tel que des expériences de sport collectif, de travaux manuels, mais aussi de moments privilégiés où il peut être proche. Il ne se croit Ok que s'il fait beaucoup alors même que le fait d'être Ok est une question d'être et d'être avec : alors on peut l'inviter à se donner les permissions suivantes.

- **Permission 4 : Tu peux être émotionnellement proche des autres, tu peux être proche de manière appropriée, tu peux faire confiance et te sentir en sécurité, tu as le droit de faire l'expérience de tes sentiments à travers une large palette d'émotions**
L'Enfant Héros ou L'Enfant-Clown ont à apprendre qu'ils peuvent se montrer proches et exprimer leurs besoins sans avoir à faire des performances ou faire le pitre.
La reconnaissance empathique des besoins est un levier de permissions très puissant pour reconnecter émotions et besoins et en faciliter l'expression. Cette permission de sentir ce que tu sens et de le partager est là pour défaire la règle d'isolement.
- **Permission 5 : Tu as le droit de ressentir tes appartenances (famille, amis, communauté et culture), être connecté empathiquement aux autres**
Cette permission invite à se défaire de l'emprise de l'injonction externe « n'aies pas d'attachement » ou de la décision interne « je refuse de m'attacher », ou encore pour les enfants et adolescents, en cas de divorce ou de séparation de nommer qu'ils aiment et leur père et leur mère, si c'est le cas.
- **Permission 6 : Tu peux être conscient de ta propre position existentielle, Tu peux avoir conscience de ta vie et être toi-même, Tu peux changer ta position existentielle, tu peux te sentir OK à propos de toi, des autres et du monde**
Les Enfants-Rois reçoivent des messages déformés sur leur propre pouvoir et sur leur position hiérarchique, l'ordre existentiel de préséance est bouleversé et cette inversion hiérarchique les expose un jour ou l'autre à des tentatives de coup d'état ou pire à une décapitation : s'il leur arrive d'utiliser un véhicule à moteur sans respecter les règles élémentaires du code la route réservées aux citoyens ordinaires, on les retrouve alors à l'hôpital !!
- **Permission 7 : Tu peux t'autoriser à être nourri et réconforté, à t'apaiser et prendre soin de toi-même et être en santé, tu peux être proche, tu peux demander pour tes besoins**
Ces permissions sont là autant pour contrecarrer les effets des messages injonctifs de « ne pas demander » ; que les décisions consécutives à la règle de silence ou encore aux conséquences de la règle « ne sois pas proche »
- **Permission 8 : Tu peux influencer ton environnement, agir sur le monde et être important**
Vous pouvez commencer à vous apercevoir que l'Enfant Invisible est à son tour concerné, de même que tous ceux qui pensent que leurs actions sont inefficaces ou l'ont été. La situation se dénoue par les encouragements à agir, à découvrir et à expérimenter, des invitations à la pro-activité, du soutien à des initiatives prises en sécurité. La reconnaissance du pouvoir d'agir sur le monde commence par la reconnaissance des actions bénéfiques qui ont déjà été accomplies dans notre zone d'influence : il est très puissant pour restaurer ou amplifier le sentiment d'avoir du pouvoir sur le monde de demander aux enfants et adolescents de même qu'à leurs parents « comment ils ont fait pour ? » pour avoir telle note, tel compliment d'un professeur ou avoir pris l'initiative de faire la vaisselle ou consoler son enfant. Chaque fois que l'on invite à décrire une réussite de cette façon, on contribue à nourrir leur sentiment d'efficacité personnelle.
- **Permission 9 : Tu peux découvrir, expérimenter et échanger, et aussi te tromper en sécurité et utiliser tes erreurs de manière constructive, antidotes à l'inhibition et à l'impulsivité aveugle**

- **Permission 10 : Tu peux penser clairement et résoudre les problèmes à travers une large palette ou variétés de domaines, être sain, tu peux être en bonne santé mentale et physique et prendre soin de toi**

Tout ceci contribue à contrebalancer les tentations de n'être pas sain d'esprit, de mettre son esprit sous contrôle d'un produit ou de s'en remettre aux pensées d'autrui sans réfléchir soi-même.

- **Permission 11 : Tu peux réussir ta vie sexuelle, amoureuse et professionnelle, reconnaître et valider ta propre sexualité et celle des autres, ta propre énergie et faire en sorte que 'ça roule pour toi'**

Parfois l'obéissance à une injonction comme « ne réussis pas » peut être un moyen habile de résoudre un problème d'appartenance : « si je ne réussis pas alors je pourrai continuer d'appartenir à ma famille et, en ne dépassant pas mes parents leur être loyal ».

Une inhibition à un niveau peut cacher une menace à un autre niveau. Au cours d'une action éducative ou sociale, s'en tenir à faciliter la réussite se heurtera peut-être à un enjeu plus grand au niveau intrapsychique : « si jamais, voir Icare et Cie, si jamais je réussis alors ma mère qui n'a jamais maîtrisé l'écriture sera blessée ». Résoudre la menace de compétition implicite et d'exclusion de la relation passe en premier. Renforcer la sécurité par rapport à l'appartenance familiale et dénouer le scénario narcissique de parentalité sont à effectuer en parallèle à l'encouragement de la réussite (scolaire ou professionnelle).

Dans une action d'accompagnement scolaire, initiée il y a 9 ans et menée avec succès depuis au CDAS de Saint-Malo, le processus systémique qui consiste à établir de manière ritualisée un contrat incluant l'enfant, le bénévole, les parents et le travailleur social référent permet d'apaiser cette menace de déloyauté. L'enfant définit un objectif dans une matière : objectif et moyens sont validés par le parent, devant une figure symbolique du corps social.

- **Permission 12 : Tu peux trouver la vie pleine de sens, lui donner du sens**

Sous dépendance, le parent donne le message indirect : « ce qui donne de la valeur à la vie, c'est le produit et son usage, ce qui semble donner du sens à la vie, c'est la prise de produit ». Que ce soit le produit et non la vie elle-même qui soit pleine de sens est troublant sur le plan éthique.

Pour restaurer le sens de la vie elle-même, aider les personnes à construire des objectifs existentiellement valides est une des stratégies possibles. Explorer et valider les sens des actions déjà accomplies en est une autre. Explorer le sens et les conséquences potentielles des choix futurs, une troisième. Toutes trois invitent à « Tu peux penser par toi-même et comprendre, utiliser ton esprit pour construire ce sens. »

Un niveau intra-psychique et un niveau psycho-social

Le processus intrapsychique de transformation des injonctions et des conclusions restrictives s'appelle la 'redécision' et on peut baptiser le processus psycho-social qui encourage cette transformation de soutien à la résilience et au développement.

Pour être opérationnelle et favoriser ce processus interne de 'redécision' qui consiste à intégrer une permission et ce processus externe qui consiste à favoriser l'actualisation de ses potentiels, l'action psycho-sociale de soutien à la résilience et au développement doit s'effectuer dans un contexte de vie (vie familiale, scolaire, activités de loisirs, activités à visée rééducatives ou thérapeutiques) où l'interaction avec un 'tuteur de résilience' est pertinente, suffisamment investie par la personne (enfant, adolescent, adulte) en développement d'un pouvoir protecteur par rapport aux forces injonctives externes et intrapsychiques. Les parents, la fratrie, les oncles et tantes font partie de ces tuteurs de résilience possibles, mais aussi les profs, les éducateurs, les voisins, ...

Puisqu'il y a un aspect intrapsychique, la prise en compte des loyautés est indispensable, ceci s'accompagne d'un processus de reconnaissance du lien que je mentionnerai plus tard. James Allen précise que, s'il utilise ce vocabulaire pour les formations, dans les unités de traitement résidentiel pour adolescents qu'il dirige à Oklahoma City, il en utilise le principe, rarement les mots.

5. 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 récentes menées par Frank Vitaro et 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, d'autre part à des conditions particulières présentes dans l'environnement.

- Au plan des caractéristiques personnelles : de bonnes habiletés cognitives, un sentiment de compétences, un caractère sociable, une adaptabilité et des capacités à contrôler leur impulsivité, une orientation positive vers l'avenir.
- Au niveau de l'environnement : la qualité de présence d'un parent non affecté de dépendance, des relations significatives avec d'autres adultes compétents et attentifs, des relations amicales normatives, 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 harmonieuses 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 :
 - Eviter que le parent dépressif ou alcoolique interagisse avec l'enfant aux moments inopportuns,
 - Augmenter les expériences de socialisation extérieure à la famille,
 - Favoriser des stratégies de résolution de problèmes pertinentes,
 - Développer les perceptions claires et objectives de la source de stress,
 - Eviter de développer des stratégies ou comportement nuisibles.
- On définit quatre catégories d'actions :
 - Réduire l'impact de la situation de stress,
 - Eviter 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 négatives de la vie de l'enfant.

Retombées sur la prévention et les politiques sociales

Franck Vitaro 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,
- Stimuler une vision qui mise sur l'avenir et la connaissance des racines culturelles,
- 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.

6. Une philosophie non-violente du lien social

La Communication Non-Violente apprise et maîtrisée par les intervenants, communiquée aux membres des familles, parents et enfants, en groupe d'éducation parentale ou autres peut-être l'un de ces outils. Il est bien plus diffusé en France que la méthode des Guernsey : les deux visant l'amélioration du lien empathique entre les personnes.

J'insiste sur ce point en terme de philosophie de l'intervention éducative, sociale ou psycho-sociale, la promotion d'un lien social non-violent, qui doit être fondé sur la reconnaissance réciproque des émotions et des besoins, sans quoi n'importe quel outil théorique peut être transformé en instrument de pouvoir, de stigmatisation ou d'humiliation.

Ce méta-modèle est à prendre avec cette philosophie du lien social qui privilégie la coopération et le développement concerté des compétences plutôt que l'étiquetage, l'exclusion.

CONCLUSION

À l'aide de ce métamodèle et inspiré de ces principes philosophiques, nous espérons qu'il soit possible de mettre sur pied des programmes plus complets et plus efficaces envers les membres de ces familles qui font le plus souvent du 'mieux qu'ils peuvent'. Je suis également conscient que nous-mêmes, comme intervenants faisons du 'mieux que nous pouvons'. J'ose espérer que conscients de nos limites par rapport à l'ampleur du problème, nous puissions unir nos compétences, au-delà des clivages habituels et que nous fassions mieux encore.

Les stratégies d'empowerment' telles que celles développées auprès des familles par l'équipe du centre de thérapie familiale brève de Milwaukee seront explicitées dans l'article lié à l'atelier concernant l'intervention auprès des enfants, des adolescents et de leurs parents dépendants de substances.

*Merci à mes parents et à ceux qui m'ont guidé.
Saint-Malo le 21 mars 2005*

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES :

1. Another Chance/Wegscheider-Cruse S. Editions Science and Behavior Books
2. Alcool, une approche centrée sur la solution/Berg I-K, Miller S. Editions Satas
3. Analyse Transactionnelle, face à la difficulté d'apprendre/Sichem V. Editions Psycom
4. Scripts, the Role of Permission/Allen J.R., Allen B.A. TAJ net
5. Les enfants de parents affectés d'une dépendance/ Vitaro F., Assaad J-M., Carbonneau R. Québec : Comité Permanent de Lutte à la Toxicomanie, septembre 2002
6. Le bonheur est toujours possible, construire la résilience/Vanistendael S., Lecomte J. Editions Bayard
7. Des solutions à inventer dans les services à l'enfance/Berg I.K., Kelly S. Bruxelles : Editions Edisem et Satas
8. Modéliser avec la PNL/Dilts R. Editions InterEditions
9. Parental substance Misuse and Child Welfare/Kroll B., Taylor A. Jessica Kingsley Publishers