

Former à la pratique éclairée du génogramme : Les bases

Le Génogramme à l'origine était utilisé pour répertorier les éventuelles incidences héréditaires de maladies, pour cela il était conçu comme un arbre généalogique qui faisait l'inventaire des pathologies au fil des générations. Rappelons que c'était avant la dernière guerre mondiale.

Un courant fondateur : l'approche transgénérationnelle de Murray Bowen

Un américain le **Dr. Murray Bowen** en a fait un instrument d'exploration des relations familiales sur au moins trois générations « au-dessus » du patient désigné. Il avait fait l'hypothèse, s'intéressant aux aspects familiaux des troubles psychiatriques majeurs (avant la dernière guerre mondiale et l'invention et l'usage généralisé des neuroleptiques) qu'un certain nombre de manifestations de ces troubles prenaient sens en rapport avec l'histoire familiale. Il a ainsi fondé ce qui a été nommé plus tard le courant transgénérationnel de thérapie familiale. Lui et ses successeurs ont conceptualisé ce qu'une de nos collègues québécoise, **Dr Line Caron**, a dénommé « *les mécanismes de la transmission générationnelle des difficultés de fonctionnement familial* ». Elle en a fait, dans les années 90 un outil psychosocial de prévention en groupe : une **affaire de famille** pour prévenir cette transmission en mettant à disposition des pères et mères de famille des outils de repérage et de changement de ces mécanismes. Nous nous inspirons de cette conceptualisation qui a fait ses preuves en travail social, avec des personnes vivant une partie de ces troubles qui affectent plusieurs générations : addictions, dépressions, violences, traumatismes, abus, conséquences de maladies mentales graves... Cette action québécoise a été évaluée à plusieurs reprises, les bases universitaires de ces contenus sont inspirées du **Modèle Mac Master** de l'Université du même nom.

Revenons à Murray Bowen, un des pionniers des thérapies familiales, considéré comme le père du génogramme : il en a fait un outil à double face ;

- Une face tournée vers l'exploration de l'histoire de la généalogie et des relations sur au moins trois générations, par les patients eux-mêmes et les professionnels qui les accompagnent.
- Une face tournée vers la formation de ceux qui ont à l'utiliser, ou à en faire un usage d'accompagnement (ces mécanismes de la transmission générationnelle des valeurs et des difficultés traversent toutes les familles à des degrés divers et les familles en bonne santé ont su trouver les ressources ou les capacités de surmonter les conséquences des difficultés graves de fonctionnement familial ; ou encore partagent des processus fonctionnels qu'il est possible d'identifier et de renforcer). Aucun de ses étudiants ne pouvait faire l'économie d'explorer son propre génogramme. C'est grâce à son intransigeance que l'exploration de son propre génogramme est devenu un outil de la formation en thérapie familiale.
- Murray Bowen n'ignorait pas la difficulté de cette exploration de sa propre histoire familiale et encore moins celle de la relater publiquement. Il fut le premier thérapeute familial systémique transgénérationnel à rendre compte de sa propre histoire familiale à un congrès international. Il avait

mis au centre de ses concepts la différenciation de soi : cette capacité à appartenir et être soi-même, assumant ses propres émotions et ses propres pensées. Il a également mis en évidence ce qu'il a appelé les « triangulations ».

- Conformément à cette invitation et tradition, tous nos formateurs et formatrices ont donc eu des occasions d'apprivoiser cette exploration de leur génogramme pour devenir eux-mêmes des transmetteurs éclairés. Nous pensons que c'est un travail permanent.

Les formalisations de Monica Mac Goldrick

Cette exploration commence un jour et peut se poursuivre bien au-delà : c'est un territoire tellement riche que Monica Mac Goldrick (une de celles qui en a approfondi, pendant toute sa vie professionnelle, la compréhension et la pratique a appelé le **voyage du génogramme**) a fait un effort permanent et concluant pour en organiser les représentations graphiques. Ses codes graphiques sont largement reconnus au niveau international et nous les utilisons, nous avons eu le plaisir de travailler avec elle.

Ce voyage au cœur des génogrammes amène à renforcer son respect pour ceux et celles qui vivent dans ces contextes de fonctionnements familiaux précarisés ou polytraumatisés, ou graves et qui engendrent tant de souffrances récurrentes ; il offre aussi des outils porteurs d'espoir puisque ces mécanismes de transmission sont identifiables et puisqu'ils sont portés par des personnes, à leur insu. Ils peuvent être modifiés par ceux qui les ont endossés et qui les transmettent. Une partie de ces mécanismes ou scénarios familiaux sont renforcés par les scénarios prescrits par la société. Le génogramme inclut les aspects contextuels, politiques, socio-économiques, culturels, historiques, religieux, ethnologiques. L'histoire des familles est influencée par celle des sociétés.

Les personnes qui transmettent les difficultés de fonctionnement familial ne sont pas les plus éclairées sur ces mécanismes qui les traversent et traversent leurs familles ; les inviter à les explorer en sécurité apporte des soulagements et des perspectives de changement, puisque ces difficultés de fonctionnement familial repose sur des mécanismes identifiables sur lesquels il est possible d'agir. Les épi généticiens nous apprennent aujourd'hui que l'interface permettant à nos cellules d'interpréter nos gènes est très malléable et peut être modifiée par nos expériences de vie, ce qui rend encore plus essentiel ce travail sur les transmissions transgénérationnelles.

Nous proposons que les professionnels se servent de la connaissance intégrée de ces mécanismes pour guider à leur tour les personnes accompagnées dans cette exploration de ce qui circule d'une génération à l'autre ; et l'utilisent comme un outil qui vient éclairer leur propre pratique pour guider les enfants, adolescents ou adultes vers de meilleures options de vie, à long terme et vers de meilleures adaptations ou réponses , à court terme .(Une de nos collègues québécoises : Line Caron, utilise le terme de « response-ability » pour décrire cette capacité à créer des réponses adéquates .)

Une actualisation de l'approche de Murray Bowen en travail de prévention et socio-éducatif : le modèle de Line Caron : *la prévention de la transmission générationnelle des difficultés de fonctionnement familial*.

Cette approche de prévention psycho-socio-éducative, menée par des travailleurs sociaux à l'origine, repose sur la découverte et la compréhension de sept mécanismes de la transmission générationnelle des difficultés.

Prenons l'exemple du premier mécanisme explicité dans l'approche de Line Caron, ce mécanisme qui contribue à la transmission d'une génération à l'autre des difficultés de fonctionnement familial reprend la terminologie de Murray Bowen : une « faible différenciation du soi ».

- Considérons que notre « soi » est constitué de deux pôles : un pôle émotionnel et un pôle réflexif. Une forte différenciation du soi consiste à développer nos capacités à ressentir pleinement et à penser pleinement conjointement.
- Une faible « différenciation du soi » est caractérisée par une altération de la circulation fluide entre ces deux pôles émotionnel et réflexif, ce qui se traduit soit
 - Par une « **noyade émotionnelle** » : la personne est alors débordée par ses émotions, et ses capacités à réfléchir sont atténuées voire inaccessibles momentanément (on retrouve ces modalités également lors des chocs traumatiques ou au décours de trauma complexes). *Il en résulte une hypothèse d'intervention : aider la personne à retrouver ses esprits (si on relie ceci aux apports récents des neurosciences on favorise la création de contextes générant plus d'ocytocine que de cortisol cf Dr Catherine Guéguen « Pour une enfance heureuse » ...).*
 - Soit par un « **cut off** » pour reprendre les termes de Murray Bowen, qu'on peut traduire par coupure ou **anesthésie émotionnelle** : la personne qui en est affectée ne ressent plus ce qui serait utile de ressentir. Elle perd le contact avec son registre émotionnel et les signaux que ses émotions sont censés lui communiquer. Elle est comme en état de choc, dans une situation qui par ailleurs a l'air bien ordinaire.
Un bébé pleure et personne ne réagit : les justifications « il se fait les poumons », « C'est un caprice » ou l'indifférence viennent en lieu et place d'une réponse émotionnellement ajustée

➞ Vous tenez à ce que la formation soit contextualisée, pas seulement conceptuelle : prenons un exemple en centre d'accueil pour mamans isolées : une maman entend son bébé pleurer et continuer de pleurer...

une maman qui n'est pas en noyade émotionnelle ressent l'intensité de l'émotion et si elle se retrouve momentanément isolée, va chercher en elle les moyens de garder son calme , de passer en revue un certain nombre de choses à vérifier , la température , l'humidité ou le confort de la couche , les besoins d'hydratation , la sensibilité des gencives, l'encombrement respiratoire, le besoin de réassurance , de contactce qui peut conduire à un changement de couche, un biberon, une prise de température, un bercement accompagné de paroles ou de sons apaisants , l'appel à un médecin ou une puéricultrice et à l'intérieur d'elle garder son calme pour reconforter et rester émotionnellement disponible. Elle peut se référer à des modèles intérieurs qu'elle a ressenti comme probant au cours de sa propre éducation, elle a même pu les enrichir ou les ajuster.

Une maman en noyade émotionnelle peut devenir de plus en plus anxieuse ou énervée ou découragée ... et perdre sa cohérence pour vérifier ou agir. L'exploration de ces mécanismes de la transmission générationnelle des difficultés de fonctionnement familial suscite le respect pour ceux et celles qui les vivent puisque aucun être humain n'échappe tout le temps à ces épisodes de noyade ou de détresse émotionnelle momentanée, et invite à y répondre de la manière la plus appropriée possible, ce qui toutefois ne sera néanmoins jamais « parfait »

La bonne nouvelle c'est que nous pouvons apprendre de nos expériences et les corriger. Supposons que l'intervenant(e) soit lui-même (elle-même) en « noyade émotionnelle » quand il entend le bébé pleurer et qu'il voit la maman s'énervier de dépit, d'impuissance, par manque de savoir-faire... il devra lui-même (elle-même) sortir de sa noyade pour retrouver ses esprits et ainsi offrir un cadre d'expérience émotionnellement correcteur. Et s'il y a lieu momentanément faire ce qui est nécessaire.

Ce que **Line Caron** nous a appris c'est que la connaissance partagée du concept est une aide précieuse quand la relation de confiance s'est installée. La capacité à ne pas se noyer émotionnellement, à conserver chaleur, cohérence et prévisibilité, dont font preuve les professionnels dans l'exercice de leurs fonctions psycho-socio-éducatives favorise les conditions de création d'une relation de coopération basée sur la confiance.

- ➔ C'est ainsi que l'usage éclairé du génogramme contribue à l'enrichissement des pratiques. L'évolution des connaissances en neurosciences et sur les théories de l'attachement, la prise en compte des trauma complexe complètent la compréhension et éclairent les pratiques éducatives et enrichissent la compréhension du génogramme.

L'exploration de l'histoire familiale et les traumatismes, la notion de trauma complexe : les comportements sont les traces de l'histoire.

Quand l'histoire familiale est émaillée de difficultés de fonctionnement assez graves ou graves, alors des traumatismes ont lieu et leur cortège de conséquences neurologiques, émotionnelles relationnelles, psychiques laissent des traces. Une de ces conséquences est la perte de confiance envers ses interlocuteurs. En même temps ces traumatismes stimulent des mécanismes neurologiques d'alerte et de protection. Au décours de ces mécanismes, la personne qui en est affectée peut ne plus percevoir les intentions positives de son ou ses interlocuteurs, elle est amenée à se « dissocier » d'elle-même (un équivalent plus large de la coupure émotionnelle), à avoir une définition identitaire des problèmes. : « je suis nulle, une mauvaise mère », « vous êtes tous / toutes des ... ».

Les enfants et adolescents ayant des troubles du comportement sont souvent victimes de ces traumatismes aigus ou de ces traumas complexes. On appelle « trauma complexes » les conséquences diffuses de ces éléments cumulés du quotidien : inattentions, négligences, « chambrages », harcèlements, dévalorisations, expositions à des scènes sexuelles, violences « mineures » mais répétées, dialogues inaboutis, abandons qui ne disent pas leur nom, excès d'exigences, absence de soutien et de sens lors des épreuves de la vie ... qui nuisent à la construction psychique et au développement.

L'ouvrage de Tristan Milot (Pr en Psychoéducation à l'université de Trois Rivières au Québec)

« Le trauma complexe : comprendre, évaluer, intervenir » l'explicite et en éclaire les conséquences sur l'intervention en institutions pour les enfant et adolescents. « Chacun porte son histoire nous dit-il dans son introduction ...cette histoire laisse des traces ...Une constellation de traces qui chez les enfants ou adolescents se manifestent par des comportements dysfonctionnels, des problèmes relationnels, des attitudes d'opposition. L'origine de ces traces est oubliée ... et elles contribuent à rendre difficile de bien les aider. Les trauma complexes sont une forme particulière de traumas relationnels causés par le fait d'avoir vécu des situations traumatisantes de nature interpersonnelle et qui impliquent le plus souvent des personnes significatives pour l'enfant. Ils sont caractérisés par des difficultés d'adaptation sévères, multiples et résistantes qui touchent toutes les sphères de fonctionnement de l'enfant. Les traumas complexes envoient un message clair sur « une terrible souffrance » qui nous permet de nous demander « *Que leur est-il arrivé ?* » Plutôt que « *qu'est-ce qui ne va pas ?* »

- *Les enfants et adolescents accueillis en portent souvent les signes et il nous semble intéressant d'attirer l'attention des participants sur ces conséquences des difficultés de fonctionnement familial, parfois renforcées par les fonctionnements de nos institutions.*

La connaissance par les participants de ces signes de trauma complexes permet aux équipes éducatives d'y apporter attention et de construire des éléments correcteurs. Beaucoup de parents en difficulté en sont eux-mêmes porteurs.

L'exploration du génogramme nous permet de mieux répondre à cette question : « *Que leur est-il arrivé ?* » et de redonner sens à ces signes, cette constellation de signes.

Un exemple contextualisé : Un jeune placé avait des difficultés à se laver et autres problèmes d'hygiène récurrents. Les conséquences olfactives affectaient ses relations, irritaient l'équipe éducative qui avait conclu : plus de cadrage dont il résultait plus d'opposition, des sanctions étaient envisagée, suppressions de ceci ou de cela. Toutefois ces stratégies laissaient un goût amer chez ceux chargés de les mettre en œuvre, suffisamment pour en faire l'objet d'une discussion au cours d'une supervision qui n'était initialement pas prévue pour cela. Nous avons ouvert le dossier revu les éléments contenus dans son histoire : un moment donné sont réapparues des données sur des suspicions d'un abus sexuel dont il aurait pu être victime. Dès qu'il a été mentionné que des difficultés à prendre soin de soi pouvaient en résulter une autre perception de l'accompagnement éducatif est immédiatement apparue, l'hypothèse d'une escalade de « cadrage » et de sanctions a été remplacée par empathie et soutien pour reconquérir cette liberté à prendre soin de soi.

Les personnes qui ont vécu des traumatismes aigus ou complexes ne sont pas spontanément portés à rapporter ces faits ou à les explorer, d'autant qu'au détours des trauma complexes, il s'agit de faits dispersés à l'effet cumulatif. Les systèmes familiaux porteurs de difficultés graves de fonctionnement ont créé des règles qui n'autorisent pas si facilement leurs membres à ouvrir les portes de l'exploration de leur système familial : le monde de la survie ou du traumatisme a ses propres règles. Les mécanismes psychiques de refoulement ou de clivage ne facilitent pas non plus leur reconnaissance. L'exploration du génogramme doit en tenir compte au risque de susciter des traumatismes secondaires

Nous proposons de mettre en évidence tous ces mécanismes : La formation au génogramme que nous proposons s'accompagne de lectures préalables et ultérieures (pour lesquelles nous proposerons un travail de groupe post-formation), également de visionnement.

Nous avons organisé une université de printemps de trois jours sur « Le Génogramme et ses usages »

Ainsi les trois jours pourront se concentrer sur la construction de génogrammes à partir de situations vécues par les participants / passer des récits à la mise en forme graphique des informations et à la lecture des mécanismes de la transmission générationnelle / lier l'histoire familiale et les traces qu'elle laisse au travers des attitudes et comportements du quotidien/ imaginer des moyens de contrer ces conséquences.

La chasse aux trésors ou l'approche centrée sur les solutions et les pratiques narratives du génogramme.

L'histoire familiale ne laisse pas que des traces dommageables, elle laisse aussi des « traces de vie ». Les personnes (parents, grands-parents, enfants, adolescents jeunes adultes ...) qui vivent des difficultés même majeures y font face, tentent à s'adapter, à les dépasser

Le Génogramme porte l'histoire de ces forces de vie qui sont les valeurs, les tentatives même maladroites de résolution de problèmes ; la thérapie centrée sur les solutions parle d'**exceptions aux problèmes**, de tentatives partiellement réussies ou réussies pour les atténuer ou les surmonter. Cette approche centrée sur les solutions offre des outils d'exploration et de questionnements qui vont nous orienter vers la recherche des braises sous la cendre, des efforts des pompiers plus que des incendiaires, des signes de trésors enfouis plus que d'os ou de cadavres à déterrer. Elle fait de l'explorateur du génogramme et des conversations destinées à le mettre à jour **un chercheur de trésor**. Ces trésors ce sont les valeurs, les relations qui ont été réconfortantes ou chaleureuses, y compris au sein d'un univers aride, les porteurs de signes de santé : pas seulement qui a été submergé par cette séparation, mais qui a soutenu qui et de quelle façon, même un tout petit peu, qui a eu un geste ou une parole réconfortante ? Et ensuite aller dans les détails de ce qui a été ne serait-ce qu'un tout petit peu et « **malgré tout** » réconfortant.

Le génogramme est une exploration continue puisque la vie familiale est un contexte durable de la vie des personnes et de leur histoire relationnelle, un creuset d'apprentissage des valeurs. Nous pouvons aider les personnes à construire un récit de leur histoire différent du « discours dominant » fait d'étiquettes ou de stéréotypes.

C'est parfois un véritable défi de raconter une autre version de ce père incapable, démissionnaire, violent et alcoolique qui donnerait envie de le rencontrer malgré tout.

Pour les avoir côtoyé pendant une quarantaine d'année en service d'addictologie, notre directeur pédagogique a appris qu'aucun d'entre eux n'est réductible à ses seuls comportements. Il y a aussi un monde d'intentions positives qu'il est possible d'explorer sans naïveté.

Les loyautés sont une force : l'approche contextuelle de Ivan Boszormenyi-Nagy : les cinq dimensions du Génomogramme

Madame Catherine Ducommun-Nagy, Psychiatre qui est la veuve du fondateur de cette approche et qui en assure la continuité a écrit un ouvrage « Ces loyautés qui nous libèrent ». Une loyauté est une force, cela fait maintenant plus de dix ans que nous travaillons avec elle.

Cette force nous amène à décider vers qui va notre engagement, ce qui n'a rien à voir avec le fait de présenter une facture pour dommages ou injustices vécues dans une relation à quelqu'un d'autre.

Présenter la facture des injustices subies auprès des parents aux éducateurs ou aux familles d'accueil n'est pas une forme de loyauté envers le parent. La loyauté envers le parent s'exprime par le choix d'un métier ou d'une activité, le développement d'un talent ou d'une valeur portée par le parent ou sa lignée ; présenter une facture à quelqu'un qui n'y est pour rien est l'expression d'une légitimité dite destructive, d'une revendication de reconnaissance de dommage et d'espoir de justice.

Nos divers engagements nous amènent à des conflits de loyauté qui sont le lot de toute existence puisque nous ne pouvons pas remplir tous nos engagements en même temps, il y a des manières saines de résoudre nos conflits de loyauté et des façons malsaines de les exploiter. Compte tenu de la diffusion très large de ce concept, des précisions sont souvent utiles.

Cette approche nous permet d'explorer les cinq dimensions du génogramme depuis la dimension biologique, généalogique à la dimension ontique (pour qui nous comptons et qui compte pour nous) en passant par le génogramme de « cœur », celui qui est à l'intérieur de nous, celui de nos loyautés. Chaque niveau a sa propre logique d'appartenance et chaque niveau de lecture est utile.

Pour le construire on peut utiliser cinq niveaux de calques ou cinq feuilles ou cinq couleurs.

Il est prévu de s'y entraîner.

Monica Mac Goldrick : le « voyage du génogramme » et les objets métaphoriques d'exploration

L'usage de cartes graphiques classiques de représentation du génogramme : Qui sont les personnages et les relations au sein desquelles nous avons vécu et qui sont vivantes à l'intérieur de nous sous forme de mémoires vivantes , en évolution ou figées comme après des traumatismes ou suite à des récits incomplets ou bloqués ou à des zones cryptées ou secrètes est parfois trop complexe alors on utilise des supports métaphoriques , figurines , objets , dessins , marionnettes qui sont plus faciles à maîtriser par les enfants et facilite leur expressivité .

⇒ Monica Mac Goldrick nous a laissé un enregistrement d'une séance.

Serge Tisseron et les secrets de famille : la psychanalyse transgénérationnelle et ses arbres

Serge Tisseron est l'un de ceux qui, se référant à la psychanalyse transgénérationnelle a décrit le plus clairement les secrets de famille, qui sont différents des tabous ou des non-dits qui eux signalent des restrictions à la liberté de dire ou de nommer.

A travers des exemples il est facile d'apprendre à différencier ces niveaux. Il y a des secrets intimes et il est bon de les garder, de choisir avec qui les partager, sinon où serait la part d'intimité dans un monde de transparence et il y a des blessures graves quand ces secrets d'intimité sont dévoilés.

L'exploration du génogramme comporte sa part de révélations ou d'ouverture intimes qu'il est éthique de savoir protéger, ne pas divulguer à tous les vents. Différencier ce qui est confidentiel de ce qui est à révéler ou à partager ou à porter à la connaissance des autorités de justice fait partie de l'apprentissage éthique de l'exploration du génogramme les réponses sont loin d'être automatiques.

➤ Les modèles du génogramme en Protection de l'enfance au Royaume -Uni et au Québec : le pragmatisme du quotidien socio-éducatif.

Les services de protection de l'enfance du Royaume-Uni dans leur effort de progression ont mis en place des outils et des pratiques probantes utilisant trois dimensions complémentaires :

- La généalogie sous forme de génogramme,
- Le système cohabitationnel qui inclut tout ce qui est sous le même toit.
- Les éléments constructifs et les forces contraires de l'environnement, les personnes aidantes ou bienveillantes et les personnes insécurisantes ou malveillantes , les interlocuteurs partenariaux ou habituels .

Il y a des ouvrages sur les « bonnes pratiques ».

Dans la même logique pragmatique les équipes québécoises utilisent diverses formes du génogramme, y compris pour aider les familles à évaluer leurs forces et les zones dans lesquelles elles veulent progresser ou pour lesquelles elles ont besoin d'aide.

Nos partenariats actifs depuis plus de dix ans avec les Centre-Jeunesse nous ont mis en contact avec une diversité de ces outils, nous en joindrons certains au document et en évoquerons d'autres qui nécessitent une formation spécifique.

Nous avons aussi avec nos collègues québécois travailler avec la famille élargie parce qu'un parent isolé ou les parents souffrants disposent de trop peu d'énergies pour effectuer les changements sans soutiens.

Nous aborderons le tout à travers les **SEPT NIVEAUX D'INTERVENTION** :

1. **L'éthique** : Quelles valeurs de l'intervenant, du service, ... sont en œuvre ?
2. **L'épistémologie** : Choisir des modèles d'intervention en conscience : contrôle social, contractualisation, prescription, coopération, négociation, etc.
3. **Les missions professionnelle et constitutionnelle** spécifiées par les textes, leur évolution et les interprétations qui y sont liées
4. **La construction et la définition des mandats** : Qui demande quoi ? A qui ? A quels besoins et demandes répondre ? Comment favoriser l'explicitation des demandes ? Les demandes sont-elles réalisables ? Que faire si les demandes ne sont pas « travaillables » ? Etc.
5. **La construction d'objectifs** : c'est ce que structure l'instantanéité de la rencontre et sa structuration à moyen ou long terme sous forme de contrats ou d'autres stratégies. À ce niveau, sont traitées les questions plus spécifiques sur la réalisation d'actions ou l'obtention de résultats observables.
6. **Les stratégies d'intervention** : ce sont les choix conscients et explicites de l'intervenant. À ce niveau, ce sont les modalités concrètes de l'intervention qui sont réfléchies.
7. **L'ajustement créateur** : ceci concerne le pas à pas de l'intervention : décodage de l'interaction, auto-observation, réajustement, observation des effets de l'interaction, etc.

Chaque formateur y rajoute des éléments issus de sa propre expérience et de ses autres points forts. Nos formateurs bénéficient d'un soutien du comité pédagogique et d'un lieu de réflexion, d'échanges et de formation continue.

Les apports de tous les participants constituent de même des points d'appui essentiels.