

Familles en Thérapie de Salvador Minuchin Techniques

La fonction du thérapeute familial est d'**aider le patient identifié et la famille à favoriser la transformation du système familial.**

La théorie de la thérapie familiale se base sur le fait que l'homme n'est pas un être isolé, mais un membre actif et réactif de groupes sociaux. Ainsi, comme technique d'entretien, le thérapeute, au lieu de se centrer sur l'individu, **se centre sur la personne dans le cadre de sa famille.** (p. 20)

Partant du fait qu'un changement dans la position d'une personne en relation à ses circonstances entraîne une modification de son expérience, la thérapie de famille a recours à **des techniques qui altèrent le contexte immédiat des personnes de façon à ce que leur position change.** En changeant la relation entre une personne et le contexte familial dans lequel elle évolue, son expérience subjective est modifiée en conséquence. (p.36)

La **transformation du système familial**, qui se définit en terme de changements dans la position des membres de la famille les uns par rapport aux autres, est un processus qui comprend **trois étapes fondamentales** : (p.166-167)

1) En premier lieu, le **thérapeute s'associe à la famille** (opérations d'union) à travers différentes techniques, comme des techniques de **maintien** (p.186) et de **recherche d'information** (p.188). Il peut également faire usage de techniques de **mimétisme**. (p.190)
Il doit en outre garder une **position de leadership**. Cette position implique que la responsabilité de ce qui se passe en thérapie lui incombe.

2) En deuxième lieu, **il évalue la structure familiale** et élabore des hypothèses à son sujet.

3) Enfin, **il crée les circonstances qui permettent la transformation de cette structure** (opérations de restructuration). Pour ce faire, le thérapeute doit intervenir de façon à **déséquilibrer le système**. Le thérapeute utilise donc **des techniques qui remettent en question la perception de la réalité des patients**. « **Oui, mais...** » et « **Oui, et...** » en sont deux. (p.175)

Ainsi, dans son processus de changement, la famille est confronté à différentes opérations. Dans les **opérations d'union**, ou d'alliance, le thérapeute devient acteur dans le drame familial, dans celles de **restructuration**, il agit comme directeur et comme acteur. Cette distinction est pourtant arbitraire, dans le sens où une opération d'union peut servir d'opération de restructuration. Ainsi, la technique utilisée dans cette situation peut être comparée au **jiu jitsu**, où c'est le mouvement propre du rival qui est utilisé pour le déséquilibrer. (p.204-205)

Les **opérations restructurantes** peuvent se décrire en **six catégories de techniques** :

- 1) Comprendre les patterns transactionnels de la famille (p.207-)
 - Techniques de dramatisation
 - Techniques pour favoriser la communication intra-familiale en entretien (insister pour que les personnes se parlent entre elles, éviter le regard, tourner sa chaise, ne pas répondre, quitter la pièce, etc.)
 - Manipulation de l'espace
- 2) Signaler les limites (p.211-)
(empêcher les personnes de parler les unes pour les autres, délimiter les différents sous-systèmes, technique de placer un sous-système au centre de la pièce)
- 3) Augmenter le stress au sein de la famille ou dans différents sous-systèmes (p.216-)
 - Bloquer les patterns transactionnels habituels
 - Accentuer la différence
 - Développer les conflits implicites
 - Techniques d'alliances ou de coalitions
- 4) Proposition d'activités (dans et en dehors de la séance) (p.220-)
- 5) Utiliser le symptôme (p.223-)
 - Rester centré sur le symptôme
 - Exagérer le symptôme
 - Minimiser le symptôme
 - Déplacement du focus et choix d'un nouveau symptôme
 - Redéfinition du symptôme
 - Modification de l'affect associé au symptôme
- 6) Utiliser l'humour (p.228)
- 7) Appuyer, éduquer ou guider (p.229).

De manière générale, de nombreuses interventions thérapeutiques servent à **amplifier la conceptualisation du problème au sein de la famille** et à aller au-delà de la version officielle des faits. (p.192)

Minuchin décrit son propre style thérapeutique comme organisé autour de deux paramètres : la **préservation de l'individuation** et l'**appui à la réciprocité**.

Afin de préserver et encourager l'**individuation**, le thérapeute peut recourir aux techniques suivantes : **séparer les personnes, empêcher qu'une personne ne parle à la place d'une autre, empêcher les interruptions ou les demandes inadéquates de confirmation, décourager l'utilisation d'un membre de la famille comme dépositaire des souvenirs des autres, approuver et encourager les descriptions de compétence et encourager les membres de la famille à récompenser toute compétence apparue pendant l'entretien, encourager les membres opprimés d'une famille en les appuyant de telle façon qu'ils puissent être acceptés et ainsi modifier leur position.**

Afin de stimuler la **réciprocité**, une des techniques les plus adéquate consiste dans l'utilisation du **sens de l'humour** et l'**acceptation générales des faiblesses humaines**.

Une autre technique consiste à décrire les conflits familiaux à travers des **interprétations séquentielles**, de manière à ce que le même événement soit éclairé à travers **plusieurs points de vue**. (p.180-181)

La famille ne peut changer que si le thérapeute a réussi à s'incorporer au système de façon syntone. Il doit **s'accommoder à la famille et intervenir de façon à ce que la famille puisse accepter ses interventions**. (p.185) Dans ce sens, d'autres techniques d'entretiens ont à voir avec **l'attitude du thérapeute**. Ce dernier peut agir comme s'il était un parent lointain de la famille. Il doit aussi tenter d'assimiler le langage de la famille et ses mythes. (p.182)

La capacité d'une personne à passer d'une situation à une autre dépend de l'appui dont elle bénéficie : elle ne se déplacera pas vers l'inconnu dans une situation de danger. Ainsi, le thérapeute doit, d'une part, savoir comment **faciliter les petits mouvements qui mènent la famille en direction des buts à atteindre** et, d'autre part, il doit les aider de manière à ce qu'il ne se sentent **pas menacés** par des dislocations trop importantes. (p.178)