

# THÉRAPIE FAMILIALE SYSTÉMIQUE

La **thérapie familiale** est une pratique thérapeutique qui envisage les symptômes de l'un des membres de la famille ou du couple, en rapport avec la souffrance de tous. Elle a été fondée par l'américain **Nathan Ackerman**.

La **famille** est un système relationnel qui a une organisation, une structure, faite de triangles, de rôles, de règles, de buts et de finalités. Ce système est capable d'autorégulation, constitué d'individus ayant des échanges continuels et circulaires entre eux.

La **thérapie familiale systémique** est le courant apparu au début des années 60 à l'école de Palo Alto, sous l'impulsion de **Grégory Bateson**.

Les intervenants attachent de l'importance à la **personne**, mais aussi aux différents **systèmes** dont elle fait partie (familial, professionnel, social...), la personne étant influencée à la fois par ses intentions, celle des autres et celles des possibilités du milieu (systèmes). La compréhension du symptôme se fait en montrant l'inter-influence de la communication et du comportement de chacun sur chaque membre du système.

L'**approche systémique** se focalise sur la compréhension des **relations** humaines.

Les intervenants favoriseront **l'expression** des émotions, des souhaits, des intentions positives et des efforts fournis.

Ils faciliteront le décodage adéquat pour que chacun puisse comprendre les autres et prendre **conscience** des **rôles** tenus par chacun.

Ils fourniront aux membres du système l'occasion de communiquer sur leur façon de communiquer (**métacommunication**).

L'important n'est pas de savoir pourquoi une personne se comporte de telle façon, mais **dans quel système humain**, dans quel contexte humain **ce comportement peut faire du sens** (G. Bateson).

L'**histoire de la famille** agit sur l'individu. Celui-ci transporte avec lui des valeurs, des émotions et des comportements véhiculés par la famille et ceci depuis plusieurs générations.

Les intervenants observent le **processus interactionnel** de la famille et tiennent compte des différents **cycles de vie** du système (formation du couple, naissance des enfants, adolescence, départ des enfants, vieillissement...).

Certains systèmes vivent difficilement ces périodes de transition et ne trouvent pas de réponse adéquate face à l'exigence de **changements**. C'est souvent à ce moment que des symptômes peuvent apparaître chez un des membres de la famille.

Afin d'organiser l'information obtenue sur un système familial, le «généogramme» peut être utilisé.

Le **généogramme** est un graphique représentant la **famille sur plusieurs niveaux générationnels**, donnant des informations telles que les noms, prénoms, la filiation, les dates de naissance, de mariage, de décès, de maladies, les métiers, lieux de vie...

Il offre une lecture transgénérationnelle de l'histoire familiale dont il associe les éléments généalogiques, les événements importants et les relations les plus marquantes.

Il met en évidence les événements répétitifs, maladies, accidents, conflits relationnels, les différences culturelles et sociales, les règles de vie et croyances familiales, les programmations conscientes et inconscientes, **sources d'obstacles à la réalisation personnelle**.

L'intervenant décelera les différentes **dynamiques** répétées et transmises à travers les générations, nous montrant comment la famille reproduit les mêmes comportements d'une génération à l'autre.

L'intervenant fera des **hypothèses** quant aux différentes **fonctions du symptôme**, lui permettant de faire un choix de stratégies d'intervention.