

Le lien parent-enfant: intérêt de la thérapie familiale

Marie-Claire Mutschler

Marc Schoeffler

CH d'Erstein

Plan

1- Définitions

2 - Enjeux systémiques de l'adolescence

3 - Thérapie familiale et adolescence

Conclusion

Définition de la systémie

- L'interdisciplinarité de la pensée systémique: élaboré à partir de différents champs scientifiques (biologie, maths, physique, logique, cybernétique)
- => nouvelle approche de l'individu dans les sciences humaines et nouveaux outils pour des situations cliniques complexes

La théorie générale des systèmes (1947)

Le système est un tout complexe d'éléments en interaction dont les propriétés sont les suivantes:

Tout changement d'un élément entraîne des changements dans le système

- Le tout est plus que la somme des parties
- Causalité circulaire
- L'homéostasie

Non-sommativité des éléments

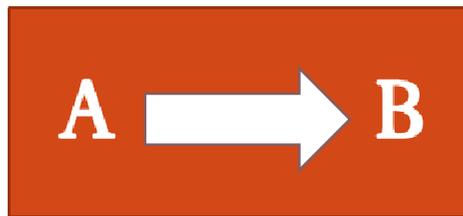
- Le tout est plus que la somme des parties
- L'interaction constante des membres fait que le système représente plus que la simple somme des parties
- Ex: les réactions de panique d'un groupe d'individus ne correspond pas à la somme des réactions d'angoisses individuelles

Circularité

- Les interactions dans le système sont caractérisées par un jeu continu de feedback entre les différents éléments
- D'une causalité linéaire à une causalité circulaire.
- Rupture épistémologique

Une nouvelle approche

- démarquage d'une causalité linéaire:

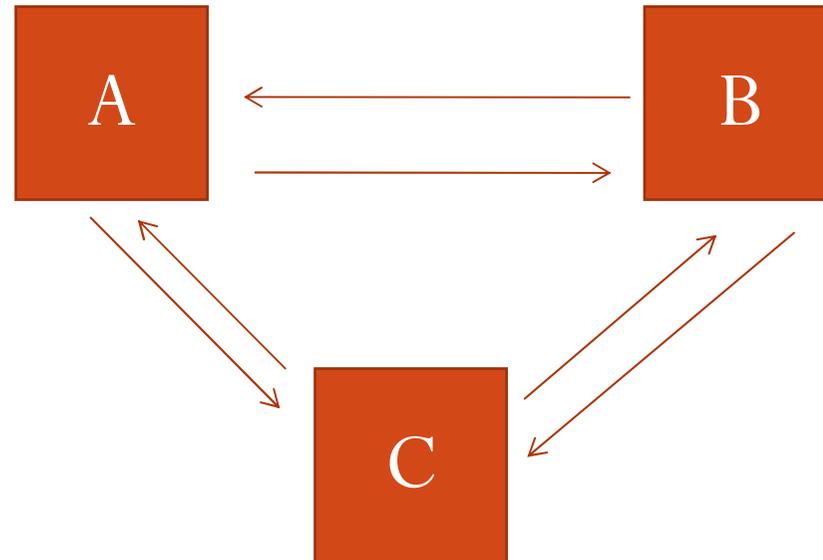


A est la cause de B

=> conséquence:

c'est la faute de tel ou tel

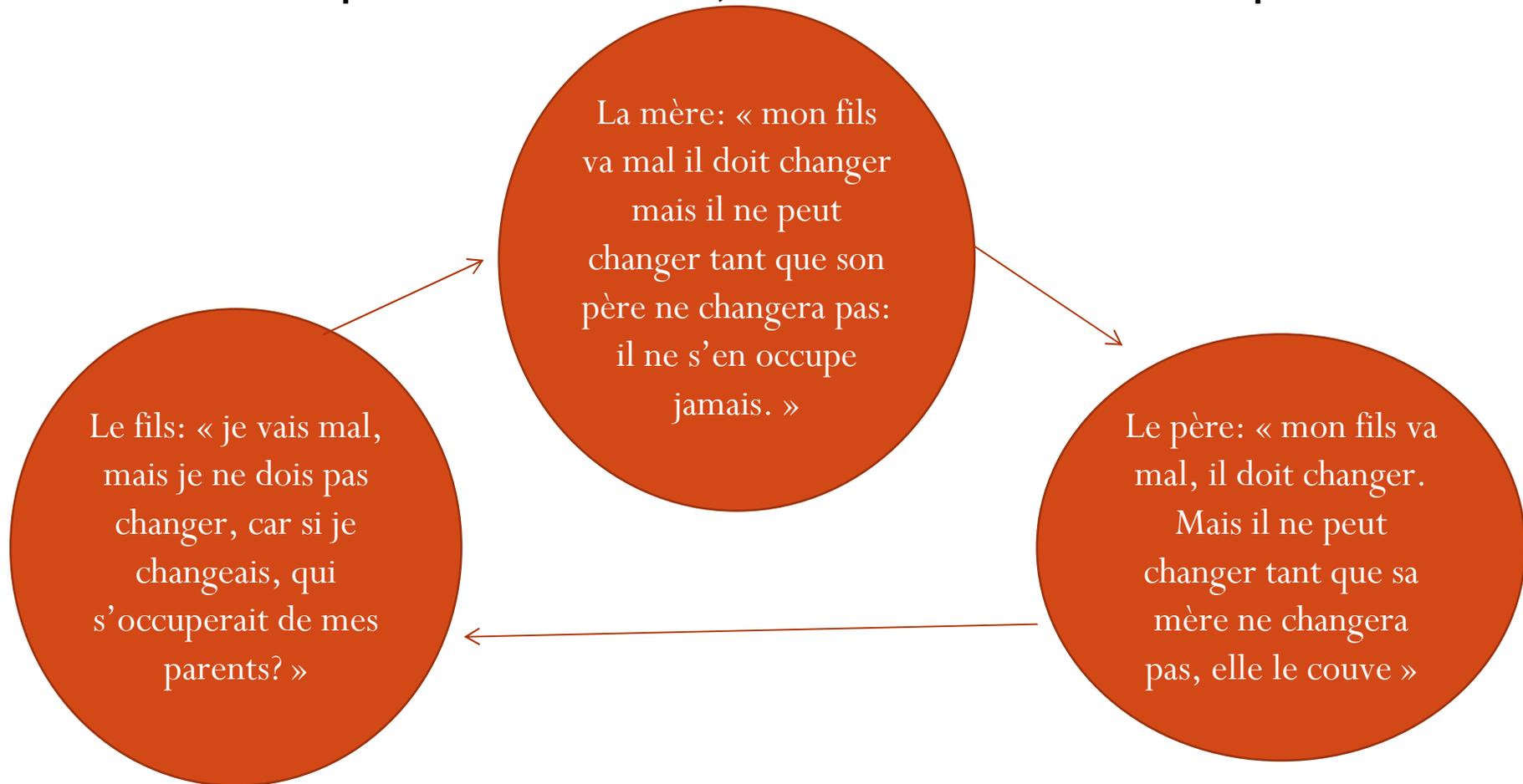
La causalité circulaire



Les problèmes de B sont **multifactoriels** et entraînent des **réactions en chaîne** qui au bout du compte les **renforcent**

La communication

C'est la communication qui dysfonctionne, peu importe de savoir qui a commencé, et d'ailleurs c'est impossible



Equifinalité

- La suite indéfinie d'action/réaction à l'intérieur du système a une cohérence interne, une finalité
- Cette finalité ne s'appréhende pas dans une logique de cause à effet, mais dans une logique circulaire

Homéostasie

- Capacité du système à se maintenir stable, malgré les pressions et perturbations en provenance de l'intérieur comme de l'extérieur du système
- Résultat d'un équilibre dynamique et non d'un état d'immobilité

Théorie de la communication

- École de **Palo Alto** et G. Bateson (années 50):
- L'importance des phénomènes d'autorégulation comportementale et de feed-back (rétrocontrôle)
- Les paradoxes dans les échanges: double contrainte
- On ne peut pas ne pas communiquer (silence et comportement)
- Toute communication comporte deux niveaux : le contenu et le relationnel
- La communication n'a de sens que relativement à un contexte (social, familial)

La thérapie familiale systémique

- L'individu seul n'existe pas
- Un individu en interrelation avec d'autres dans un contexte donné
- Individu replacé dans son écosystème:
le groupe humain

Fonction du symptôme

- Résultante des interactions entre un individu et son environnement
- Fonction « positive » par rapport à la finalité du système
- Symptôme = sorte de marqueur attestant des efforts entrepris par le système pour maintenir son fonctionnement habituel, sa « routine »

Symptôme - suite

- D'abord simple comportement adaptatif d'un des membres face à un stress de l'ensemble du système
- Amplifié par le phénomène de feed-back et se fixe en pathologie visible
- Le sujet est piégé par son symptôme
- Il ne peut plus satisfaire les finalités familiales qu'au dépend de ses finalités individuelles

Le symptôme - suite

- Reconnaître une fonction familiale au symptôme est ce qui contribue le plus à déculpabiliser les familles: la famille finit par penser que ce n'est pas pour rien qu'on en est arrivé là et que ce n'est de la faute de personne en particulier
- Dans une famille perturbée dans son ensemble, la maladie d'un de ses membres n'est ni la cause, ni la conséquence de cette perturbation mais elle en témoigne

2 - Les enjeux systémiques de l'adolescence

Les cycles de vie:

- Jeune adulte sans attache
 - Le jeune couple
 - La famille avec jeune(s)enfant(s)
 - La famille avec adolescent(s)
 - La famille face au départ des enfants
 - La famille dans la dernière phase de sa vie
- => Capacités d'adaptation et d'évolution du système

Enjeux systémiques de l'adolescence

- Adolescence : processus traversé par l'ensemble du système familial
 - Statut d'enfant => statut d'adulte
 - Devenir adulte :
 - devenir autonome
 - Indépendant de sa famille d'origine
- => Se séparer de sa famille, c'est-à-dire **négocier de nouveaux liens**

A- Un double mouvement

- L'ado est lié par un **lien d'appartenance** à sa famille, son école, son groupe de pairs
- En même temps tout va dans le sens de l'**individuation**, de la séparation, du « face à... » plus que du « compris dans... »
- Renvoie aux théories de l'attachement (la systémie est issue d'un modèle intégratif)

Théorie de l'attachement (rappel)

- Bowlby, travaux sur l'attachement: observe une tendance à l'agrippement chez l'enfant dont la relation à la mère était insécurisante
- L'attachement = recherche de proximité avec une figure privilégiée de notre environnement
- Il a pour fonction de procurer sécurité et apaisement

Bien attaché, mieux détaché

- Contact sécure avec le corps de la mère => apaisement angoisse tristesse et douleur
- La sécurité physique se prolonge en sécurité psychique.
- L'enfant sécure va découvrir le monde à petites doses: il oublie sa mère le temps de son exploration car il sait qu'à tout moment il peut retourner à elle
- Attachement heureux => détachement

B - Une crise familiale

- L'adolescence = crise individuelle qui s'accompagne d'une crise familiale
- Crise = un bouleversement qui implique qu'il faut décider de nouveaux choix, de nouvelles approches non expérimentées jusque-là pour y répondre
- Il y a modification de l'organisation du système familial, la crise bouscule chacun des membres dans ses habitudes
- Période d'instabilité du système avec des tentatives de recherche de nouveaux équilibres

L'ado prend de la distance...

- Allergique à la curiosité des parents tout en la suscitant
- Parfois évitement de part et d'autres:
 - Donner de l'espace et éviter les conflits
 - sentiment d'être menacé par l'ado
 - Sentiment de rejet: les parents dépriment ou adoptent eux-mêmes une attitude de rejet face à l'ado

...mais reste sensible à ce qui se passe dans la famille

- Les conflits familiaux, fréquents dans ce cycle de vie de la famille, constituent un facteur important dans les dépressions de l'ado
- La famille adolescente: c'est quoi?

C - Les parents dans la famille adolescente

- Milieu de la vie de la famille:
 - Les parents (entre 40 et 65 ans):
 - Confrontés au vieillissement, au temps qui passe, reconsidèrent leur vie et leur futur
 - On se réévalue en tant que parents
 - On fait le point sur le mariage: ce qui était insatisfaisant au niveau du couple devient intolérable
 - Nouvelles relations affectives qui se tissent
 - Des projets personnels jamais concrétisés doivent se réaliser maintenant, avant que l'âge ne l'empêche

Les parents, suite...

- Un double mouvement pour la génération des parents:
 - Les difficultés des adolescents entrent en résonance avec l'entrée dans la dernière phase de vie des grands-parents
 - Les parents sont confrontés à une double séparation:
 - Celle de leurs enfants = nid vide
 - Et le deuil (proche ou présent) de leurs parents

D - Entre les parents et l'ado

- Préparation du nid vide: une difficulté pour les adultes
- Un autre cas de figure: l'inverse du nid vide
 - Des parents pressés de voir leur enfant comme un être indépendant, bien avant qu'il n'y soit prêt
 - Les besoins d'attention et d'échange des ados sont perçus comme pesants => l'apparente émancipation et la pseudo-autonomie affichée par l'ado est alors accueillie avec soulagement par les parents
 - Manque de soutien émotionnels chez ces parents: surmenés, travail excessif, surimpliqués hors famille, problème financiers...

La crise!

- **Rétroaction de l'ado :**
 - ressenti d'un manque d'attention, voire une forme d'abandon
 - Parfois sollicitent la mise en place de limites ou d'attention par des acting-out
- **Rétroaction des parents:**
 - Ont du mal avec des limites (ont souffert d'un excès d'autorité), sont allergiques à tout cadre
 - Ont désinvesti autant la famille que le couple, s'impliquent plus à l'extérieur (professionnel ou loisir) voire dans l'extraconjugale
- **La crise touche toute la famille, l'ado transgresse les limites ultimes de la famille => famille adolescente**

E - Le couple parental et adolescence

- La famille adolescente s'ouvre plus sur l'extérieur (l'ado avec ses pairs)
- Le couple amplifie sa vie sociale et en même temps se trouve confronté plus directement à son fonctionnement
- Taux de divorce en augmentation à ce stade
- Comment rester disponible pour son ado dans ce contexte?
- Les parents, à travers leur ado, sont confrontés à leur propre adolescence: certains veulent la rattraper, la vole à l'ado qui se retrouve parentifié
- En cas de séparation, certains ados vont chercher à réunir leurs parents par leur comportements.

3 - Thérapie familiale et adolescence

- « pathologies » du lien: enjeu de séparation/individuation
- La crise de l'adolescence implique que la famille ne peut plus répondre à une perturbation avec les moyens et les repères habituels.
- Peut avoir le sentiment d'être incapable d'en trouver d'autres
- Une solution = on arrête le temps

A - On arrête le temps

- Le système reste fixé à une étape plus « jeune » de son stade de développement:
 - fondé sur l'inquiétude et surprotection
 - Stratégie d'évitement de la crise
 - les parents s'inquiètent de ne plus voir leur fille manger au lieu d'être confrontés à ses revendications de plus de liberté hors de la maison
- Permet parfois de re-stabiliser la famille

B - Un double mouvement dans le problème

- Le jeune est incompetent, déficient, dépendant matériellement de ses parents
 - Les parents en position haute, prennent soin de lui
- En même temps les parents sont dominés par la faiblesse de leur ado, par ses menaces ou ses comportements à risques
- Ce fonctionnement peut devenir chronique, indispensable à l'équilibre familial et parfois renforcé par nos institutions

C - Les compétences parentales

- « Pour mieux nous séparer, soyons attachés »
- « Les familles ne se posent que les problèmes qu'elles savent résoudre », Guy Ausloos
- En ce sens le symptôme est une solution trouvée par la famille pour sortir d'une crise
- Elle est capable de trouver des solutions
- Acteur du changement

D - Reprendre le contexte pour la famille

- Famille fragilisée:
 - Problème d'un ado
 - Problèmes conjugaux
 - Maladie ou mort d'un grand-parent ou d'un parent
 - Perte d'emploi
 - Baisse du niveau économique (peut être lié à un divorce)
- Défis pour les parents:
 - Relâcher les règles
 - Accorder aux ados un contrôle approprié sur leur vie
 - Mais avec des limites, qui restent acceptables pour un jeune dont le jugement est parfois fragile et l'expérience insuffisante
- Pas facile de soutenir un ado qui se confie peu et semble parfois plus indépendant qu'il ne l'est.

E - Liens et conflits

- Maintenir un lien émotionnel face à la maturation rapide et au changement de l'ado
- Attention, implication des parents => sentiment d'être soutenu émotionnellement pour l'ado (théorie de l'attachement):
 - Implique des règles qui n'interdisent pas les conflits
 - Des ressources pour les gérer
 - Et non les vivre comme destructeurs

Liens et conflits (suite)

- Quand les parents sont anéantis ou déstabilisés par la rébellion de l'ado:
 - Soit rébellion s'intensifie jusqu'aux extrêmes
 - Soit autocensure quand la culpabilité domine tous les membres de la famille:
 - => parents: inadéquats, incompetents
 - => jeune: méchant, ingrat
- Inhibition d'une autonomisation réelle:
 - Le jeune part violemment en claquant la porte et il part mal car un lien conflictuel reste de façon intense même s'il est peu apparent
 - Ou il s'arrête de grandir

F – Dans le travail avec les familles

- Les familles rigides et les familles chaotiques:
 - La question des frontières
 - Avec l'extérieur
 - A l'intérieur du système: hiérarchie entre les générations
- Les règles de fonctionnement de la famille:
 - Les grandes règles, non négociables
 - Les petites règles, négociables

conclusion

- Lors de troubles chez l'ado, dans la logique du système, il ne peut se permettre de quitter sa famille
- Symptômes:
 - éléments de communication qui perturbent l'identité de l'ado
 - Retardent ou bloquent l'évolution de la famille vers un stade ultérieur des cycles de vie
- Requalifier les familles dans leurs compétences en leur permettant de donner du sens à la crise qu'ils traversent et en se réinscrivant dans une histoire de vie
- Ackerman (1962): les troubles de l'adolescent sont des signaux de détresse qui reflètent le chaos de la famille, de la société et de la culture.

Bibliographie:

- *Les thérapies familiales*, Maisondieu et Métayer, Que-sais-je?, Puf
- *Comment survivre à sa propre famille*, M. Elkaïm, Couleurpsy, Seuil, 2006
- *Théorie de l'attachement et approche systémique*, E. Golbeter-Merinfeld, Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques des réseaux, 2005/2, n° 35, p. 13-28
- *Adolescence: de la crise individuelle à la crise des générations*, E. Golbeter-Merinfeld, Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques des réseaux, 2008/1, n° 40, p. 13 à 26
- *L'école de Palo Alto, un nouveau regard sur les relations humaines*, E. Marc et D. Picard, Retz, 2000
- *Les « hiérarchies fonctionnelles » dans le travail avec les adolescents sur ERIC*, F. Mauriac et N. Depraz, Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques des réseaux, 2008/1, n° 40, p. 153-168