

# 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

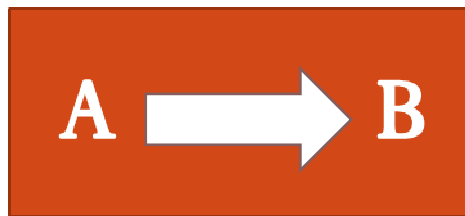
- Le tout est plus que la somme des parties
- L'interaction constante des membres fait que le système représente plus que la simple somme des parties
- Ex: les réactions de panique d'un groupe d'individus ne correspond pas à la somme des réactions d'angoisses individuelles

# 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:

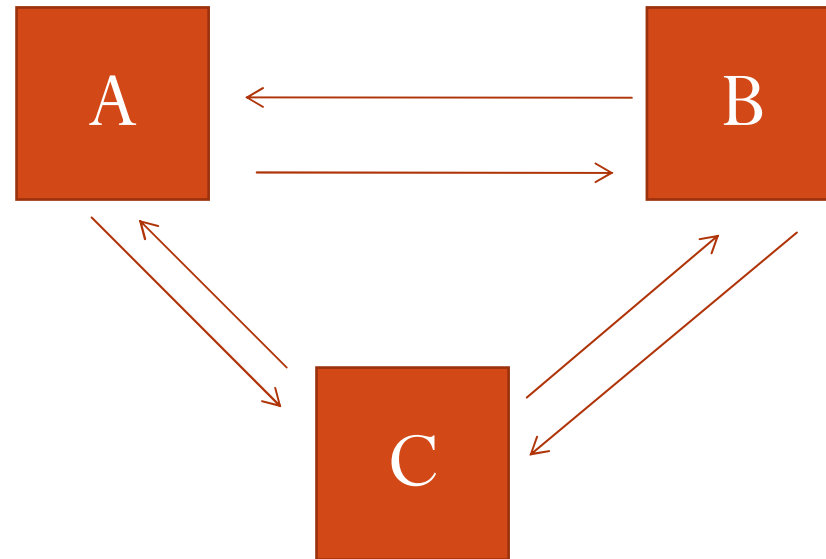


A est la cause de B

=> conséquence:

c'est la faute de tel ou tel

# La causalité circulaire

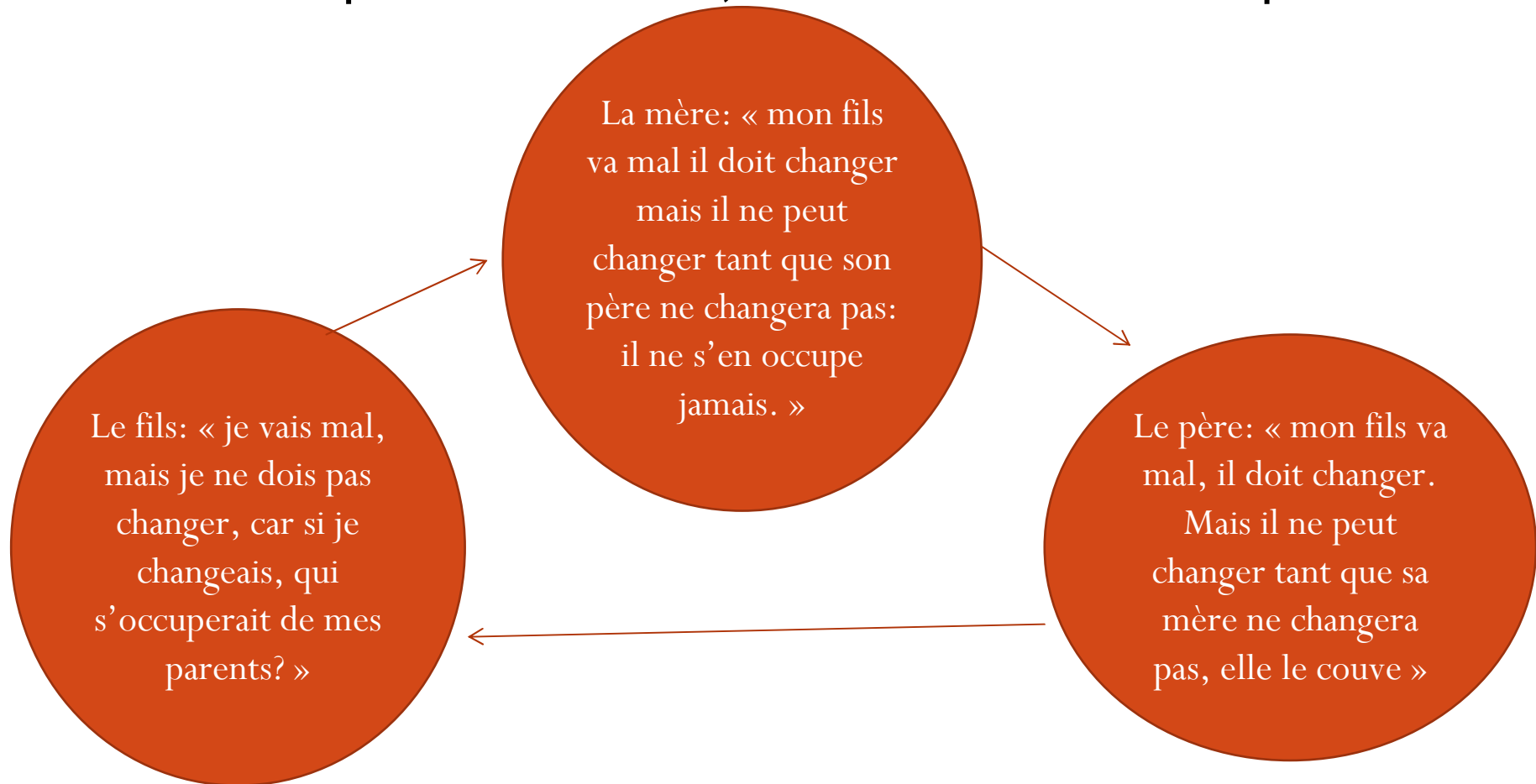


Les problèmes de B sont **multifactoriels** et entraînent des **réactions en chaîne** qui au bout du compte les **renforcent**



# 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 **négozier 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 le 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