

Jean-Pierre Ancillotti & Catherine Coudray

**« Thérapie constructive
par le dialogue & par l'action**

- *Le banc dans le jardin* - »

Editions Les Paradigmes, mai2006.

TABLE DES MATIERES

Préface	9
Introduction	13
Première partie	
LA DEMARCHE CONSTRUCTIVE	17
Chapitre 1	
Fondements d'une nouvelle pratique : le dialogue constructif et la thérapie par l'action	19
1 - Principe de cohérence	19
2 - Principe de corporéité	21
3 - Principe d'énaction	22
4 - Principe d'équilibration	23
Chapitre 2	
L'inscription de l'action dans le réel	27
1 - L'énaction du monde	28
2 - L'action, moteur du développement	29
3 - Action et culture	31
4 - Le malentendu mène-t-il le monde ?	33
5 - Qui fait le moins pourra peut-être plus	38
Chapitre 3	
La cohérence	43
1 - Cohérence et neurosciences	43
2 - La cohérence, résultat et facteur des processus d'équilibration	46
3 - Cohérence et énaction	49
Chapitre 4	
Liens d'attachement et dialogue constructif	55
1 - L'évolution de la théorie de l'attachement	56
2 - Modèles internes d'attachement et thérapie constructive	59
3 - L'explicitation des attachements	61

Chapitre 5	
Liens d'attachement et dialogue constructif	65
1 - L'évolution de la théorie de l'attachement	66
2 - Modèles internes d'attachement et thérapie constructive	69
3 - L'explicitation des attachements	73
Deuxième partie	
LE DIALOGUE CONSTRUCTIF	79
Chapitre 1	
Le cadre relationnel constructif	81
1 - Le contenu	82
2 - Le contenant	85
3 - La relation	87
Chapitre 2	
La position du thérapeute constructif	91
1 - En guise d'illustration et d'explicitation "brève"	93
2 - Un cadre relationnel pour accueillir	95
3 - "Précautions d'emploi"	101
Chapitre 3	
L'explicitation au centre du dialogue constructif	105
1 - Le contrat de communication	106
2 - Explicitation et évocation de l'action	110
3 - Contourner les obstacles au dialogue constructif	113
4 - La fragmentation de l'action et la cohérence de la personne	124
Chapitre 4	
L'explicitation des modèles d'attachement	127
1 - Contexte de l'enfance	127
2 - Atmosphère familiale	129
3 - Aspect intergénérationnel	130
4 - La relation spécifique à chacune des figures d'attachement	131
5 - Des situations particulières	134
6 - Situations agréables, joyeuses, affectivement positives	135
7 - Situations relatives aux liens d'attachement actuels	136

Troisième partie	
DIALOGUER ET AGIR	141
Préambule	
Le dialogue est action et ouvre sur l'action	143
Chapitre 1	
La rencontre à deux.	147
1 - La prise de contact, acte fondateur	147
2 - Evoquer ou comment convoquer et se réapproprier son passé	152
3 - Le dialogue comme propédeutique d'accès au ressenti	158
4 - Avancées vers le futur	161
5 - Une tâche créée pour chacun, afin qu'il fasse son chemin	164
Chapitre 2	
Des interventions familiales constructives	171
1 - La cohérence familiale	171
2 - Les principes d'intervention	176
3 - Spécificité du cadre relationnel à l'usage des familles	178
4 - Les rapports parents/enfants	183
Conclusion	198
Bibliographie	201
Index des mots cités	203
Index des auteurs cités	205
Remerciements	206

Préface

Par Pierre Vermersch

Voilà un livre sérieux. Bien construit. Clair. Agréable à lire. Les auteurs y présentent une pratique thérapeutique innovante : le dialogue constructif. Et *le banc dans le jardin* est la métaphore qu'ils ont choisie pour nous faire sentir la sérénité de ce type de dialogue. Métaphore vive, évocatrice de sensibilité, d'écoute respectueuse et de partage.

S'il y a deux auteurs, c'est qu'il y a aussi le choix délibéré d'un travail thérapeutique pratiqué par un couple – homme, femme – de thérapeutes. Clairement assumé, ce point de vue m'apparaît original et fondé sur de solides raisons techniques et humaines. En effet, avec ce dispositif, le dialogue est nourri par un double point de vue complémentaire, particulièrement rassurant dans une thérapie de couple : hommes et femmes sont rassérénés sur l'honnêteté et l'objectivité des intervenants. Ce double éclairage est précieux dans les thérapies familiales comme dans les thérapies individuelles.

Dans la première partie, sont présentées les *bases* théoriques de cette démarche, mais employer ce terme est trop limitatif, puisqu'il s'agit véritablement de la mise en place de fondations au sens fort du terme. Fondations dont je pressens qu'elles donneront de nouveaux développements dans d'autres ouvrages, pour lesquels celui-ci sert d'ouverture. À partir de ce concept de *cohérence de la personne*, les auteurs, avec beaucoup de soin, mettent en place toute l'épistémologie qui donne sens au dialogue constructif. En fait, la notion de *cohérence* qui pourrait sembler dans un premier temps banale ou peu précise, devient entre leurs mains une notion forte, structurante de l'écoute et des modes d'intervention. Elle est sans cesse reprise, étendue, appuyée sur de multiples cadres théoriques que ce soient ceux de la perspective piagétienne qui sous-tend les notions de constructivisme, d'équilibration, d'assimilation/accommodation, ceux qui sont liés à l'énaction de Francisco Varela, ou encore ceux qui se rapportent aux théories de l'attachement ou de la résilience. J'ai beaucoup aimé la manière progressive et très claire dont chaque concept-clef est présenté, ainsi que la façon discrète et efficace d'illustrer fréquemment le propos par un petit exemple, facilement intelligible, qui incarne le sens d'un concept et prépare à lier de manière fonctionnelle théorie et applications. J'ai noté en particulier, en suivant le rôle de la référence à l'action, comment les auteurs font, dès le début, percevoir le rôle constructif des petits exercices qu'ils peuvent être conduits à proposer, et qui engagent un changement modeste, mais un changement qui s'inscrit déjà à l'actif d'une transformation en profondeur : un changement dans l'agir. Bien sûr, les autres étapes de l'ouvrage détaillent les aspects techniques et amplifient les exemples thérapeutiques. Mais cette première partie reflète de manière exemplaire, les perceptibles qualités de soin, d'attention, de proposition respectueuse, effectivement mobilisées par la pratique des thérapeutes.

Je suis en résonance intellectuelle et sensible avec beaucoup de points abordés : le primat de la référence à l'action ; l'intérêt qu'il y a à s'informer de manière spécifique de la façon dont le patient agit dans telle ou telle situation ; l'importance du contrat de communication pour bien faire entendre à l'autre que le thérapeute *propose*, qu'il n'est pas là pour forcer la main, ni pour prescrire ou commander, mais pour écouter et respecter les

limites que l'autre pose, tout en cherchant à l'aider à faire le meilleur choix possible, y compris éventuellement, celui de dépasser ces limites.

Un des fils conducteurs qui traverse le livre est celui du mouvement de l'explicitation. Dès le début, il est présent sans être mentionné en tant que tel, ce qui est le cas dans la seconde partie. Je suis très heureux que les outils d'aide à l'explicitation que j'ai développés soient repris dans ce contexte, et qu'ils aient donné lieu à des usages nouveaux, qui ne déforment pas les idées initiales mais bien au contraire vont au-delà, de manière originale, portés par le mouvement de formalisation de la pratique conduit par nos deux thérapeutes. Ainsi, cette pratique des auteurs-thérapeutes les a amenés à développer de manière très originale un entretien d'explicitation de l'attachement. De ce fait, ils répondent avec leur ouvrage à de nombreuses questions que des praticiens se posent : comment peuvent s'intégrer les outils et les postures de l'entretien d'explicitation dans la clinique ? Peut-on articuler la précision de la description du vécu passé que cherche à produire l'explicitation avec les stratégies d'intervention beaucoup plus diverses, propres aux démarches thérapeutiques. Tous ceux qui sont intéressés par ces questions trouveront des réponses dans les réflexions et les exemples présentés dans cet ouvrage. Il me semble clair que ce livre intéressera les professionnels ; mais il est aussi une ouverture tout à fait accessible au grand public pour qu'il s'informe et expérimente directement la pertinence du *dialogue constructif*. Il y trouvera une pratique qui ne cherche pas à répondre au *pourquoi*, ni à la volonté de reconstituer toute l'histoire de la personne pour trouver des causes lointaines aux difficultés actuelles. Le propos est apparemment plus modeste : s'informer par l'explicitation, proposer de petites *expériences*, et s'intéresser au *comment mieux être* de manière pragmatique et très subtile. Cette modestie apparente vise un but majeur, induire le plus tôt possible des transformations positives accessibles aux patients.

La suite de l'ouvrage amène de nombreuses précisions techniques sur la conduite du dialogue constructif, ainsi que l'exposé d'exemples détaillés dans la dernière partie. Mais l'art des auteurs est d'avoir su faire percevoir des éléments de leurs techniques dès la présentation des fondations et sans attendre un développement en règle qui vient ultérieurement. De même, s'il est vrai que la troisième partie est consacrée à la présentation des cas de thérapie, la référence à la pratique est constamment illustrée par des exemples, toujours ancrés dans des situations que l'on peut appréhender aisément, et cela facilite la lecture de l'ouvrage.

C'est tout au long de l'ouvrage que l'on apprendra à goûter la délicatesse précise de ce que recouvre le qualificatif de *constructif*. Et même en ces jours où je le relis encore pour écrire cette préface, je ne cesse de découvrir avec émotion toute cette finesse, présente dans la conception de l'ouvrage et au cœur même de son écriture. Si vous voulez déjà apercevoir ce que vaut le *dialogue constructif*, vous en aurez une bonne intuition dans la manière dont les auteurs nous font entrer en dialogue avec eux à partir de leur livre. Et si finalement, ce n'était pas un livre que je lisais ? Et si tout simplement au fil des pages, j'étais venu m'asseoir auprès d'eux, sur le banc, dans le jardin ? Alors, avec plaisir, je vous inviterais à venir m'y rejoindre, à nous y rejoindre.

Pierre Vermersch
Saint Eble, le 19 février 2006