

BIENVENU SUR NOTRE PAGE DU MOIS

# Newsletter mensuelle

*nous sommes heureux de vous voir ici*

## Un message de la direction

Tout au long de notre vie nous apprenons à faire une évaluation de notre comportement, à devenir responsable de nos actes. Nous apprenons aussi à faire confiance à des personnes en qui justement nous pouvons faire confiance. C'est ce que nous appelons *\*l'ancrage\**. Mais cet ancrage ne peut être consolidé que par le service à autrui. Une mère de famille, Héleine, a dit un jour à son psychologue qu'elle avait expérimenté le *\*service à autrui\**. Elle a commencé à prendre conscience qu'elle était une sorte d'espoir pour les autres qui traversaient les mêmes épreuves qu'elle. Elle raconte : " *Quand je me suis rendue compte que d'autres personnes pouvaient souffrir plus que moi, je me suis arrêtée de me plaindre et j'ai écouté ce qu'elles avaient à dire. Je n'ai pas donné de conseil et je n'ai pas essayé de les reprendre... J'ai seulement écouté...longtemps...très longtemps...!*" Tout comme Héleine, Vous êtes peut-être enthousiaste à vouloir servir les autres ? Tout en gardant un bon équilibre entre la transmission de ce que vous apportez et votre désir d'aider, l'association Autonomia World vous accueille et vous permet d'aider les autres. Nous vous invitons à nous rejoindre. (*Pour vous inscrire, voir les références à la fin de la New*)



L'excellence Thérapeutique

## Présentation du 16 avril 2024

PRÉSENTATION D'UN CAS ET DISCUSSION PAR JEAN-PIERRE

Des conséquences, plus ou moins sévères en fonction des cas, peuvent survenir dans tous les pans de la vie de l'enfant victime devenu adulte ; notamment sa vie affective et sexuelle. S'intéresser à l'impact du traumatisme sur la vie conjugale des victimes est un angle d'approche intéressant car c'est souvent pour des questionnements relatifs à ce sujet que les patients adultes consultent... Le cas de Robert en est un exemple...!





# Narration du patient ou du psychologue ?

ETUDIER UN \*CAS\* N'EST PAS CE QUE L'ON CROIT

Par Jean-Pierre P. Gagini Ph.D. Psychotriptycien

J'ai observé, il y a bien longtemps, que la théorie psychologique pouvait être et souvent, une théorie uniquement spéculative des cas qui étaient présentés à la lumière de nombreuses preuves statistiques...

SUITE DANS LES PROCHAINES PAGES



## Le/la psy

PARLONS-EN

Chaque cas est différent de celui qui précède...même si l'évènement (traumas) semble identique

VISION DU PSY



## Le/la patient/e

PARLONS-EN

*"Je ne suis pas comme les autres, je suis incomparable et mon histoire est unique..."*

MA VISION

# C'est mon histoire ou la sienne...?

Par Jean-Pierre P. Gaggini Ph.D. Psychologie clinique - étudiant spécialiste en psychothérapie avec B.I.U.



J'ai longtemps imaginé lors de mes activités professionnelles qu'étudier un cas était relativement facile. Maintenant que je suis dans ma 80ème année, je me rends compte qu'en fait ce n'est pas aussi simple malgré les apparences. Mes découvertes au fil du temps et de mes expériences ont montré qu'il y avait plus de questions qu'on imagine. J'ai observé que les statistiques sur l'étude de cas n'apportaient pas de réponses uniformes. Chaque *\*cas\** est unique, chaque *\*sujet\** est unique. Je dois avouer que je suis réfractaire à cette sémantique de *\*cas\** et de *\*sujet\**. Je préfère utiliser une autre sémantique, la *\*personne\** ou *\*l'individu\**.

Dans l'étude du *\*cas\** (*afin de faire plaisir à mes collègues*), j'observe qu'il y a de nombreuses résonances. Il y a une généalogie de l'histoire que le *\*sujet\** fait, et il y en a une autre que le psychologue fait et une autre qui va naître d'un autre intervenant, celui ou celle qui va lire. Comment dès lors interpréter les informations qui nous parviennent du *\*patient\** pour une construction de son histoire qui devrait produire *\*l'étude de cas\** ?

J'aime le mot *\*clinique\** qui suggère, à l'origine, "être proche du malade". Pour moi, l'étude d'un *\*cas\** c'est entrer, avec la permission de la personne, dans son intimité, comprendre sa souffrance, établir une relation spécifique qui ne ressemble à aucune autre et surtout pas à celle que j'ai eu il y a deux heures avant pour le même sujet.

Mais alors, que peut-il bien se passer dans l'esprit du patient lorsqu'il vient consulter ? J'ai observé de nombreuses fois que, contrairement à ce que la plupart des *\*psy's\** pouvaient penser, la personne essaie tant bien que mal d'éviter de s'identifier à ce qu'elle pourrait croire. Au contraire, elle s'exprime avec ses propres mots et ce sont ces mots que le psy doit percevoir comme signifiant une pensée qui n'est pas ordinaire. L'authenticité du *\*verbatim\** de la personne ne peut pas être interprétée uniquement à la lumière des tests ou des questions posées par le professionnel de la santé mentale. La logique de la personne n'est peut-être pas celle du psy.

L'étude d'un *\*cas\** correspond à de nombreuses étapes toutes différentes les unes des autres. Il est erroné de penser qu'il existe qu'un seul nombre d'étapes à franchir pour le clinicien qui devraient répondre à des opérations spécifiques. Cette croyance installée depuis des siècles que les références des *\*pairs\** devraient être *\*la norme\** est tout simplement absurde. Il y a plusieurs étapes que le psy doit franchir et réaliser avant de pouvoir construire et réaliser une étude du cas présenté.

Les multiples approches concernant la construction de l'étude d'un cas doivent faire l'objet d'une rigueur plus que stricte, car le *\*cas\** étudié va obligatoirement nécessiter des réflexions pertinentes qui devraient, à mon avis, être partagées au moins avec un autre examinateur. Le psy seul, je n'y crois pas un instant, un professionnel devrait pouvoir partager ou soumettre son étude et ses conclusions à un/e collègue. Si la construction du cas est remise en question par des informations qui arrivent en supplément, il sera nécessaire de procéder à une autre reconstruction. Mais même à ce stade, l'étude du cas restera "*supposée*". Pour moi, la collaboration en binôme reste plus favorable pour éviter des diagnostics erronés ou voire même dangereux pour le patient.

J'irais plus loin. Il me semble de plus en plus utile et respectable de travailler avec plusieurs professionnels en santé mentale pour une étude de cas qui se veut sémiologique, diagnostique, relationnelle et thérapeutique. Après-tout, celui ou celle qui est formé à la psychopathologie peut voir ses conclusions remises en cause, modifiées et même reconstruites avec ou sans nouvelles données. D'où, l'intérêt pour le praticien, de faire preuve d'un peu d'humilité pour accepter que ses conclusions soient remises en question. Tout cela dans un esprit de bonne intelligence.

Voyons voir maintenant du côté de la personne (*patient*). Tout d'abord, une personne qui sollicite de l'aide d'un professionnel souffre depuis un certain temps et probablement depuis plus longtemps que le *\*pro\** l'imagine. Le fait de parler de soi, de se considérer comme un *\*cas\** n'est pas très agréable et souvent la personne ne reconnaît pas qu'elle peut être l'objet de sa propre souffrance.

Le narratif ainsi exposé par la personne est le sien. Elle croit fermement à ce qu'elle dit, elle pense que son discours va être accepté en la forme ainsi présentée...

Son histoire peut sembler hors normes, impossible à imaginer. S'il est vrai que dans certaines pathologies cela puissent être le cas, ici, l'étude d'un cas dont je parle ne rentre pas dans cette catégorie. La logique du discours d'une personne en souffrance est la sienne. Ressentir la souffrance de l'autre est objectivement impossible même en ayant vécu des expériences similaires.

Un patient qui n'a pas la parole facile ne pourra pas s'exprimer normalement, il n'y aura donc pas de signes ou d'indices permettant de nommer une caractéristique qui a du sens à l'entendement du clinicien. Si ce dernier ne peut relever des indices qui rendent probable l'existence de quelque chose de significatif, il aura la plus grande difficulté à dresser un tableau clinique.

Il y a donc une nécessité pour le *\*psy\** à aider le patient à pouvoir utiliser sa parole, mais pas par le verbe uniquement. Il existe d'autres moyens d'aider le patient à être plus exhaustif et plus précis. Un de ces moyens serait les questions sous la forme d'un dialogue exploratoire pour amener le sujet à être plus précis sur les aspects de son passé. Cette approche dite *\*sémiologique\** donne du sens aux éléments que le praticien devra interpréter.

Je suis personnellement assez réfractaire à l'utilisation de tests, d'échelles, de normes imposées selon des critères qui se disent *"objectifs"*.

Le patient est avant tout *"une personne"*, avec des émotions, un ensemble très complexe de sentiments ressentis. C'est dans ces circonstances que des signes apparaissent. Les mécanismes de défense exposés dans le DSM semblent ne plus être en accord avec les termes employés par les analystes.

Pour conclure ce bref chapitre, je dirais que la psychologie clinique ne repose pas seulement sur des méthodes de recueil, comme l'observation, l'entretien, le dessin etc., L'étude de cas c'est plus que de l'observation. D'ailleurs, comment mettre en forme avec justesse la complexité d'une personne qui est confrontée à des évènements, des circonstances, des situations qui suscitent de la souffrance ?

Je crois que cette complexité ne peut être observée qu'en tenant compte d'éléments qui ne sont pas encore inscrits dans le catalogue de la psychologie. Il faudrait repenser la psychologie à l'aune des siècles passés et présents. On peut donc émettre des réserves sur l'efficacité de l'étude d'un cas.

*Référence : JP Gaggini est Dr. en Psychologie Clinique et auteur d'un nouveau concept en Psychologie : La Psychotriptycité. Il suit actuellement une formation de spécialiste en Psychothérapie à l'Université B.I.U. (Bircham International University)*

# Une Question, une réponse

Par Jean-Pierre P. Gaggini Ph.D. Psychologie clinique



*"J'ai perdu confiance en mon mari, il m'a trompé et désire revenir..., mais j'ai du mal à pardonner. J'ai entendu que vous aviez fait un exposé sur la thérapie du pardon..., comment dois-je m'y prendre ?"*

Ma chère amie..., tout d'abord il est nécessaire pour vous de reconnaître les changements chez votre conjoint. Ne vous accrochez pas à des sentiments de condamnation, reconnaissez le changement de cœur qui a lieu chez votre mari. Il est vrai que le pardon peut avoir un impact sur votre relation avec votre conjoint et cela peut aussi modifier vos relations familiales d'une façon durable lorsque ce principe du pardon est bien appliqué. Vous remarquerez que nous recherchons tous à avoir une paix durable et nous voudrions la conserver tout au long de notre vie de couple et dans notre famille.

Mais il est vrai que la réalité de la vie peut influencer notre comportement et modifier notre ressentiment. Votre relation avec votre mari a été altérée par l'incompréhension que vous avez pu avoir au sujet du pardon dans une telle circonstance. Dans votre cas, même si s'il est vrai que les deux partenaires dans un couple aspirent à voir leurs besoins réalisés dans une harmonie plus ou moins parfaite, il n'en reste pas moins que le comportement de votre mari vous a attristé. Il y a eu trahison et tout le cortège de sentiments négatifs qui s'ensuit.

La question maintenant pour vous n'est pas tellement d'établir une liste des sujets qui vous amèneraient à une situation critique (divorce ou séparation) dans des palabres qui ne cesseraient d'envenimer une situation malsaine. Vous connaissez déjà plus ou moins bien ce qui, dans votre couple peut amener à des souffrances inutiles.

Sachez cependant que le pardon est un processus plus ou moins long et qui semble, de nos jours être assez mal compris. Ne pensez pas que le pardon c'est le rétablissement automatique de votre confiance perdue. Il n'en est rien. Le pardon ne donne pas systématiquement une confiance égale. Même si vous pardonnez les erreurs de votre mari, il vous faudra du temps pour rétablir des sentiments de confiance à nouveau.

Mais votre confiance peut commencer à se développer dans un environnement de communication et d'acceptation, d'amour et d'honnêteté pour votre conjoint en difficulté qui semble travailler sur lui-même pour récupérer votre confiance.

N'oubliez pas que dans un couple, il y a la notion de partage. Il s'exprime par des confidences intimes, vulnérables et plus ou moins profondes. Lorsque ce partage est bien exprimé et bien reçu par l'autre, la personne ressent un sentiment agréable de bien-être et d'assurance.

Mais, car il y a toujours un mais, cela peut avoir aussi un effet contraire. Il se peut que ce partage vous blesse profondément, il se peut que cela devienne un traumatisme et provoque des souffrances imprévues. Pensez au moment où vous avez eu connaissance de sa trahison.

N'oubliez jamais que votre conjoint n'est pas si parfait que vous pourriez croire. En général, ce genre de situation ou de ressenti arrive (*souvenez-vous*) après que vous êtes redescendu du petit nuage ou vous étiez pendant votre période de vos fiançailles. La réalité de la vie est plus dure que les doux moments à contempler le coucher du soleil au bord de la mer un soir d'été sur la côte d'azur. En fait, vos frustrations ne se produisent pas seulement une fois de temps en temps.

Dans le cas d'une trahison, vous devez pouvoir utiliser votre discernement. Pas à pas, vous pouvez être guidé par votre discernement intime et profond pour commencer à lui faire confiance. Vous devez aussi admettre que vous pouvez ne pas toujours être en mesure de lui faire confiance. Les erreurs de votre mari sont tellement visibles que vous pourriez être tentée de vous sentir supérieure et bien-pensante lorsque vous comparez vos faiblesses aux siennes.

Quand votre mari vous montre avec sincérité qu'il désire changer et que sa sincérité vous touche, il vous appartient de la laisser pouvoir grandir. Si votre vision est obscurcie par des sentiments négatifs, vous ne pourrez pas voir les progrès de votre mari dans le processus du pardon. Croyez qu'il peut changer. Ne laissez pas le verrou du passé vous rendre trop rigide. Cela peut être dévastateur pour le développement de votre conjoint. Evitez de le tenir en otage en bloquant son avenir.

Le pardon est toujours inclus dans un couple puisqu'il apporte la guérison et la libération dans nos parties les plus intimes de notre âme. Pensez que le pardon a cette capacité magnifique de "consommer l'énergie de la rancune", il héberge les ressentiments et fait disparaître les blessures non cicatrisées.

Vous m'aviez confié que vous aviez un sentiment de vengeance et je comprends que cela puisse exister chez vous. Cela semble aussi légitime. Mais si vous désirez maintenir une relation durable avec votre mari à partir de ce jour, il vous faudra apprendre plusieurs choses sur le pardon.

Je vous propose donc de continuer notre discussion en privé et vous invite à reprendre contact avec moi comme l'autrefois.

Ma chère amie, gardez l'espoir car je sais que vous aimez votre mari et vos enfants aussi. Votre famille est magnifique.



# Travaillez avec nous aujourd'hui

**VOUS AVEZ DES QUESTIONS POUR COLLABORER**

Prenez le temps de visiter notre site web et posez vos questions en utilisant les formulaires inclus dans chaque page

[association@autonomiaworld.com](mailto:association@autonomiaworld.com)

**[WWW.AUTONOMIAWORLD.ORG](http://WWW.AUTONOMIAWORLD.ORG)**



**Individual - Couple - Family**