

# Relation thérapeutique : et le contrat relationnel dans tout ça!

Par Axel de Louise

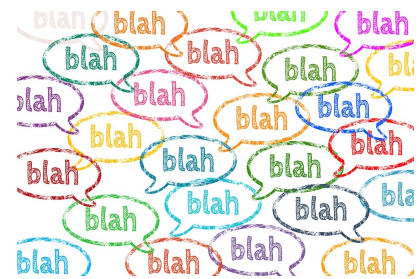
Comme vous l'avez tous compris, ce n'est pas parce que quelqu'un est là que le Self est présent ou suffisamment désamalgamé.

Or les psychothérapeutes humanistes ont la perspective que **collaborer** avec le partenaire qui vient nous rencontrer est important.

**La réflexion sur le contrat répond à cette question de la collaboration.**

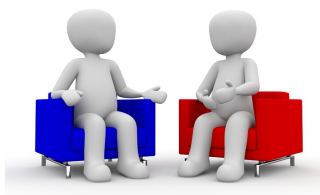
Voici deux exemples simples qui illustrent la nécessité de clarifier cette collaboration dans les débuts de l'entretien:

Nicole arrive pour la première fois et d'emblée se met à parler sans discontinuer avec beaucoup d'émotion. Manifestement cela lui semble évident de procéder ainsi et je ne suis pas sûr qu'elle perçoive ma présence ni ait conscience de l'espace temps de l'ici et maintenant. En l'interrogeant je m'aperçois que c'est ainsi qu'elle procéda dans une expérience précédente où le psychothérapeute, avec une autre technique, la laissait élaborer seule sans intervenir. Et manifestement cela ne lui était pas venu à l'esprit que cela pouvait être différent.



...

Jacques arrive et attend que je lui pose des questions; il est passif et attend la prochaine question à laquelle il répond de manière assez laconique et ainsi de suite... En l'interrogeant je comprends qu'il reproduit un modèle scolaire qu'il a connu et qui l'imprègne encore.



Dans ces deux situations le client a besoin de s'ouvrir à une **intersubjectivité** où l'autre est différent de ce qu'il a l'habitude d'avoir connu. À ce moment là il pourra entrer dans un processus de collaboration qui répond aux questions suivantes:

- Qu'allons nous faire ensemble?
- Comment allons nous procéder?
- Quels sont nos besoins réciproques pour que ce temps soit profitable?
- Qu'avez vous besoin de savoir, qu'ais je besoin de savoir avant que nous nous engagions dans une collaboration continue?
- etc...

Tout ceci débouchera sur:

- un contrat d'affaires clair : horaires, durée de la séance, prix, règlement des absences éventuelles, etc...
- un contrat de psychothérapie : quel objectif, quelles modalités, quelles collaborations externes éventuelles

Le mot « **contrat** » parfois ne plait pas car il a une connotation administrative et nous pouvons parler entre nous alors d'un « accord » ou d'un « engagement ».

Chacun va trouver son vocable mais l'esprit est de créer une intersubjectivité dans laquelle un certain ratio de Self décide de ces points plutôt que certaines parties décident d'une collusion adaptative, continuant ainsi à voiler l'espace du Self des partenaires.



En outre cet accord augmente le niveau de **sécurité** du système client et de celui du psychothérapeute. Les protecteurs savent qu'il n'y aura pas d'envahissement anarchique et les exilés savent qu'une place leur sera accordée pour qu'ils puissent être accueillis.

Quels sont **les écueils** à la création de cette intersubjectivité Self/ Self?

- Les parties du thérapeute qui confondent écoute et adaptation;
- Les parties du thérapeute qui confondent cadrage et agression;
- Les parties du thérapeute « perdues » qui ne savent quoi faire et deviennent passives;
- Les parties du thérapeute protectrices qui deviennent rigide pour protéger de l'anxiété;
- Les parties du thérapeute qui croient que le client peut se débrouiller seul et trouvera seul la voie (Si c'était le cas il ne serait pas là et en difficulté)
- etc...

### **Mais quand faire ce contrat?**

Pas d'urgence du moment que c'est dans les tuyaux!

Avec certains clients cela ira assez vite, pour d'autres cela prendra plus de temps.

Il est important néanmoins d'avoir la lucidité que tant que cet accord n'est pas clair, il sera utile d'avoir un contrat de séance clair et cohérent avec le fait que la ligne directrice n'est pas encore négociée.

Donc il est prudent de ne pas engager de travail approfondi tant que le cadre, les contrats d'affaire ou de thérapie seront encore flous.

### **Un exemple d'erreur technique de débutant :**

Engager une séance d'IFS dès la première rencontre sans rien savoir du client, de son histoire, de ses besoins, de ses limites et de sa compréhension du processus que nous mettons en oeuvre avec lui.

Pourquoi est ce une erreur?:

- Imaginez que ce client est suicidaire et vous n'en savez rien...
- Imaginez que ce client est sous mandat judiciaire pour une raison quelconque et vous n'en savez rien...
- Imaginez que ce client pensait que votre séance était prise en compte par la sécu et remboursée et vous n'en avez pas parlé...
- Imaginez que ce client ne voulait pas commencer une séance IFS et n'a pas osé vous le dire;
- etc...

Tout ces éléments concernent le « pourquoi » un accord est nécessaire. Une prochaine fois je vous parlerai du contenu d'un contrat et de quelques points de vigilance à ce sujet.

Bonnes séances!

### **Axel de Louise**

*Psychologue clinicien - Psychothérapeute*

*Enseignant et superviseur en Analyse Transactionnelle*

*Superviseur en ISF, Internal Family Systems*

*Pratique libérale depuis 30 ans*

*Psychologue pendant six ans dans les services sociaux*

*Pratique psychanalytique supervisée pendant dix ans*