



L'approche interactionnelle de Palo Alto dans l'accompagnement parental

L'approche interactionnelle de Palo Alto permet une lecture et une approche différentes des problématiques familiales. Voyons ce que Palo Alto peut apporter en accompagnement parental ...

Les premiers travaux de l'équipe du Mental Research Institute de Palo Alto portaient sur les familles de schizophrènes, travail qui a donné lieu à la **théorie de la double-contrainte**. Mais les apports les plus intéressants de l'équipe de Palo Alto ne se situent pas dans cette explication du développement de la schizophrénie mais bien dans la modélisation de ce qui se passe au niveau interactionnel dans la famille.

Le modèle de Palo Alto est aujourd'hui beaucoup utilisé dans les **milieux du travail social**, beaucoup plus dans les pays anglo-saxons et en Belgique qu'en France où il est peu connu et peu utilisé du fait de la prégnance de l'approche psychanalytique.

Par rapport à d'autres approches **systémiques**, le modèle de Palo Alto permet une analyse **sous l'angle interactionnel** qui replace les comportements problématiques de l'enfant **dans leur contexte** sans toutefois rendre les parents responsables du problème comme cela peut être le cas dans d'autres approches.

Dans ce modèle, **les parents ne sont pas la cause du problème mais sont indéniablement une ressource pour le résoudre** puisqu'ils font partie de l'environnement proche de l'enfant et sont **ceux qui auront le plus à cœur d'aider leur enfant à changer**.

Ca que ça change

L'actualité de S Comm C

Conférence «Les émotions dans la vie personnelle et professionnelle»

Une conférence autour des émotions, leur rôle, leur place, comment les gérer, ... aussi bien dans la vie personnelle que professionnelle
Villeurbanne La Doua - 27 novembre 2012

Conférence «S'aider soi-même»

Une conférence pour découvrir la grille de résolution de problèmes de Palo Alto en l'appliquant à ses propres difficultés.
Grenoble - 14 novembre 2012

Formation : «développer son efficacité relationnelle»

A partir de décembre, sur le Nord-Isère
Une formation pour intégrer la dimension émotionnelle de la communication et savoir l'utiliser pour créer des relations professionnelles plus respectueuses de soi et des autres mais aussi pour améliorer son efficacité dans les situations difficiles

Plus d'infos sur :

www.scommc.fr

La **vision systémique** implique que les comportements problématiques des enfants sont vus non comme une caractéristique intrinsèque de l'enfant mais comme **la meilleure adaptation à son environnement que**

«Tout comportement est adaptatif au contexte.»

l'enfant a trouvée.

Le **ler** travail de l'intervenant consiste d'abord à **définir clairement avec le parent quel est le problème** auquel il est confronté avec son enfant. Il peut s'agir soit d'une **difficulté relationnelle entre le parent et l'enfant** - colères, rancœurs, relations difficiles, incompréhensions, ... - ou d'une **difficulté de l'enfant** pour laquelle le parent souhaite aider son enfant - timidité, difficultés relationnelles avec d'autres personnes, angoisses, ...

Une fois le problème défini, l'intervenant identifie avec le parent de façon concrète les situations où le problème se manifeste afin de **comprendre comment se joue l'interaction entre le parent et l'enfant**. Il s'agit de

comprendre de quelle manière les parents - et les autres adultes si nécessaire - s'y prennent pour résoudre le problème et pour aider l'enfant à changer.

L'analyse de ces interventions avec le parent permet rapidement **d'identifier ce qui ne fonctionne pas** et donc d'aider le parent à abandonner ces tentatives de solution (voir Interactions n°3 pour mieux comprendre le concept de tentatives de solution).

« J'ai une grande confiance dans les parents ordinaires. (...) Quand on leur fournit des outils qui les rendent plus facilitants, non seulement sont-ils capables de les utiliser mais en plus, ils les imprègnent d'une chaleur et d'un style qui leur sont uniques.»
Haim G. Ginott

Les tâches proposées lors des accompagnements permettent alors au parent de **se repositionner différemment et d'expérimenter une autre approche avec l'enfant** autour du problème rencontré.

NORD-ISÈRE

1054 Route de Malvais
38490 Aoste

ME CONTACTER :

Sandrine Donzel
06 13 17 36 51
sandrine@scommc.fr

CHAMBÉRY

Le Vallon Fleuri - bat. El
1165 Rue des Belledonnes
73490 La Ravoire



Le changement d'attitude du parent est généralement suffisant pour **provoquer le changement chez l'enfant**. Encore une fois, cela est vrai non pas parce que le parent était à l'origine du problème mais parce que **le mode de régulation adopté - les tentatives de solution - ne permettait pas au problème de se résoudre**.

Le **travail avec l'enfant est rarement nécessaire** et ne s'avère productif que si l'enfant est lui-même demandeur. En effet, voir un intervenant extérieur peut potentiellement être problématique pour un enfant en difficulté car il reçoit alors le message qu'il dysfonctionne, qu'il a un «**problème**». Le travail avec les parents en revanche permet à l'enfant de **reprendre confiance dans sa capacité à gérer les**

difficultés. Les parents apprécient aussi d'avoir une position active dans l'accompagnement de leur enfant. Ils ne se sentent plus coupables car **ils sont acteurs du changement et de l'accompagnement de leur enfant et ce sont EUX** qui l'accompagnent au quotidien et qui lui permettent d'aller mieux.

En pratique quelques cas d'accompagnement parental

Relations dans la fratrie

Le problème de départ :

Mme C., 2 enfants de 7 et 4 ans.

Relations très difficiles entre les 2 enfants, notamment l'aînée qui est vue comme «**harcelante**» à l'égard de sa soeur. Les confrontations finissent généralement mal (**fessées**) et la maman ne sait plus comment gérer et appréhende son retour à la maison chaque soir.

Déroulement de l'accompagnement :

Au 1er entretien, il apparaît qu'une **forte culpabilité**, liée entre autres à différents événements personnels récents (divorce, réorientation professionnelle, ...) bloque la maman, lui ferme des portes possibles et l'empêche d'avoir un autre point de vue sur sa fille.

Il s'agit donc en premier lieu de diminuer cette culpabilité afin d'ouvrir le champ des possibilités. Cela est fait au travers de **lettres de culpabilité**.

A ce stade, la maman se sent plus à même d'**aider sa fille d'une façon différente** car elle réalise que sa fille a ce comportement parce qu'elle a du mal à trouver une autre façon d'entrer en relation.

L'analyse de la boucle interactionnelle révèle le fonctionnement suivant : **la petite fille se sent mal (s'ennuie, culpabilise, ...), elle agace sa soeur, la maman s'énerve contre elle, la petite fille se sent mal et ainsi de suite**.

Il s'agit donc de modifier cette boucle. Pour cela, je propose donc à la maman de **remplacer les gronderies** aussi souvent que possible par **une question qui aide l'enfant à développer son empathie** : «**quand tu fais ça, tu penses que ta soeur a plutôt plus envie de jouer avec toi ou moins envie ?**» ou encore «**quand tu fais ça, tu penses que je suis plutôt en colère ou plutôt contente ?**»

De plus, sa culpabilité initiale obligeait la maman à répondre systématiquement aux sollicitations de ses enfants. Elle se sentait donc envahie, ce qui la rendait plus agressive lors des confrontations. Ce point a été abordé par la **tâche de la minute du calme** qui a permis à la fois à la mère d'expérimenter que les enfants peuvent souvent se passer de nous et aux enfants d'apprendre à se débrouiller seuls.

Résultat :

Cet accompagnement s'est fait en 4 entretiens et sur une période de 3 mois.

Au dernier entretien, la maman dit que le climat à la maison est **beaucoup plus serein**, qu'il y a nettement **moins de conflits** entre ses filles et que **sa fille aînée change de comportement** dès qu'on lui pose la question d'empathie et que cela se fait **sans énervement et sans fessées**. La maman reconnaît **assumer beaucoup plus facilement ses «non»** et que cela lui permet d'être plus détendue pour aborder les situations plus complexes.

Angoisses

Fratrie de 2 enfants. L'aîné, 7 ans, a des **angoisses** : il ne va pas seul dans une pièce de l'appartement familial, ne dort pas seul, a peur de certains bruits. Il dit avoir peur «**des monstres, des fantômes, des vampires, ...**».

Déroulement de l'accompagnement :

Les **tentatives de solution** de la maman : un discours rationnel et logique - «**il n'y a pas de monstres**» et l'aide à l'évitement (elle va avec lui).

Celles-ci ne fonctionnent pas car **l'enfant ne se sent probablement pas capable de gérer seul**, croyance renforcée - et non créée - par les tentatives de solution (cf **Interactions n°2** sur les émotions pour aller plus loin sur ce sujet).

Je propose donc à la maman de ne plus rassurer son enfant mais au contraire de **normaliser sa peur**.

Puis je lui propose de **l'aider à envisager les situations effrayantes en pensée** dans un 1er temps, en demandant à son fils de s'arrêter «**là où ça fait trop peur**».

Résultat :

Au 2e rendez-vous, **les angoisses ont nettement diminué** : le garçon a pris son bain seul, a commencé à faire nettement plus de choses seul, ... Il semble plus calme, plus posé et plus réceptif aux consignes. L'évolution est donc très positive en peu de temps. La maman reviendra si nécessaire selon l'évolution future.

Bibliographie et ressources

«Between Parent and Child» - Haim G. Ginott

Un excellent livre sur la relation parent-enfant, une vision humaniste, claire et lucide des relations parent-enfant avec des outils concrets

«Parents épanouis, enfants épanouis» et autres ouvrages - E. Faber et A. Mazlish

Une série de livres autour d'outils de communication simples, concrets, lucides. A mettre entre toutes les mains d'adultes en contact avec des enfants

«Eduquer sans punir» - Thomas Gordon

Une excellente explication des différences entre autorité de pouvoir et autorité d'influence et des conséquences des unes et des autres. Pour mieux comprendre ce qui coince souvent dans les situations de conflits relationnels importants entre parents et enfants.