



Réseau Pratiques

La Fiche Pratique

AVIS IMPORTANT

Les fiches et récits d'expériences « Pratiques » sont diffusés dans le cadre du réseau d'échanges d'idées et de méthodes entre les ONG signataires de la « charte Inter Aide ».

Il est important de souligner que ces fiches ne sont pas normatives et ne prétendent en aucun cas « dire ce qu'il faudrait faire » ; elles se contentent de présenter des expériences qui ont donné des résultats intéressants dans le contexte où elles ont été menées.

Les auteurs de « Pratiques » ne voient aucun inconvénient, au contraire, à ce que ces fiches soient reproduites à la condition expresse que les informations qu'elles contiennent, soient données intégralement y compris cet avis. Si elles sont citées, la source (Réseau Pratiques) et les auteurs doivent être mentionnés intégralement.

FORMATION OUTILS PSYCHOSOCIAUX

ACCOMPAGNEMENT FAMILIAL

Acteurs	Inter Aide http://interaide.org/ - ATIA http://www.atia-ong.org/ (depuis 2013), France Enfance Foundation (http://enfancefoundation.org/), Philippines
Date	Aout 2015
Auteurs	Adrien Cascarino, Responsable de Programme ATIA 2014-2015 Edlyn Abache, Coordinatrice Enfance 2005-2015
Relecteur	Vincent Griffaton, chef de secteur ATIA 2013-2015
Mots clés	Accompagnement familial – Formation – Genogramme – Outils psychosociaux – Techniques d'entretien
Résumé	<p>Une formation de 4 jours sur l'utilisation d'outils psychosociaux a été menée aux Philippines en 2015. Une particularité importante de cette formation est le fait que les participants doivent utiliser les outils psychosociaux avec leurs collègues pour s'entraîner, ce qui n'est pas simple et peut les mettre mal à l'aise. Cependant, cette expérience a aidé les accompagnateurs familiaux à mieux comprendre les sentiments et difficultés de la famille lorsqu'ils font le génogramme. De plus, puisque les travailleurs sociaux locaux rencontrent souvent des problèmes psychosociaux similaires dans leurs propres familles, cette pratique les aide à gérer leurs sentiments en travaillant avec les familles.</p> <p>Le contenu de la formation étant difficile à saisir pour les travailleurs sociaux, « refreshing sessions » ont été planifiées toutes les deux semaines pour les aider à assimiler les notions. Quant à l'ordre des formations sur les outils psychosociaux, le cycle début avec le plus « formel » : le génogramme dessiné par l'accompagnateur/trice qui peut, avec le bénéficiaire se concentrer seulement sur la partie descriptive s'ils veulent éviter tout engagement émotionnel) jusqu'à la plus « dérangeante » : la ligne de vie, qui se concentre sur les sentiments personnels et l'histoire du bénéficiaire.</p>

Participants de cette formation

- Les accompagnateurs/trices qui suivent des familles souffrant de problèmes psychosociaux (dans le cadre ou non d'un programme d'Accompagnement Familial). Il n'est pas nécessaire d'avoir une connaissance préalable des outils psychosociaux pour suivre cette formation.

Objectifs

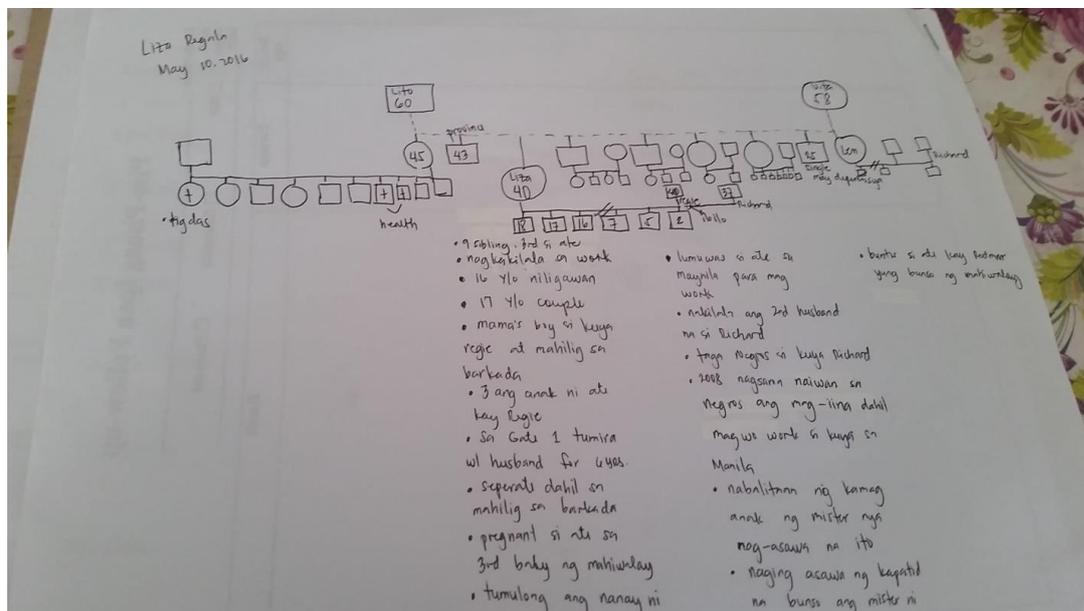
- Parler des objectifs et des conditions d'utilisation des outils psychosociaux
- Identifier les problématiques des familles que révélées par les outils psychosociaux et être mieux préparé à accueillir ces problématiques
- Renforcer la dynamique de l'équipe
- Favoriser l'expression des problématiques personnelles des accompagnateurs/trices grâce à ces outils psychosociaux pour qu'ils se connaissent mieux eux-mêmes et soient plus aptes à gérer des situations similaires chez les familles accompagnées.

Sommaire

1.	Génogramme.....	3
1.1	Atelier 1 : Définir le génogramme.....	3
1.2	Atelier 2 : Utiliser le génogramme	5
1.3	Atelier 3 : Partager en groupe.....	7
2.	Dessin projectif.....	9
2.1	Atelier 1 : Définition du dessin projectif	9
2.2	Atelier 2 : Utiliser le dessin projectif	10
2.3	Atelier 3 : Partager en groupe.....	11
3.	L'arbre de vie.....	14
3.1	Atelier 1 : Définir l'arbre de vie.....	14
3.2	Atelier 2 : Utiliser l'arbre de vie	15
3.3	Atelier 3 : Partager en groupe.....	16
4.	Ligne de vie.....	18
4.1	Atelier 1 : Définir la ligne de vie	18
4.2	Atelier 2 : Utiliser la ligne de vie	19
4.3	Atelier 3 : Partager en groupe.....	20
5.	Annexe : témoignage de patients	22
5.1	Répétition et prise de conscience.....	22
5.2	Courts témoignages	22
5.3	Vignette clinique	23

1. Génogramme

3 heures



1.1 Atelier 1 : Définir le génogramme

- Former 3 groupes
- Donner un grand morceau de papier à chaque groupe et demander à chaque groupe de répondre à une des questions suivantes :
 - ▶ Qu'est-ce que le génogramme ?
 - ▶ Quel est sont les objectifs du génogramme ?
 - ▶ Quand utilise-t-on le génogramme ?
- Les participants peuvent écrire ou dessiner sur le papier
- Leur donner 15 min, puis laisser chaque groupe présenter son travail

Vous pouvez compléter les réponses des participants après que chaque groupe ait terminé sa présentation :

Qu'est-ce le génogramme ?

- **Le génogramme est une représentation graphique d'un arbre généalogique** qui donne des informations spécifiques concernant les relations entre les membres d'une famille.
- En premier lieu, **on y retrouve les informations de base communes à tout arbre généalogique** tel que le nom, le sexe, la date de naissance et date de décès des membres de la famille.
- **Des données additionnelles peuvent être ajoutées dans la marge** telles que le niveau d'éducation d'une personne, son occupation, les évènements majeurs de sa vie, des maladies chroniques dont il souffre, ou encore des informations sur des troubles ou maladies courantes dans la famille tel que l'alcoolisme, la dépression ou des maladies héréditaires.

Quels sont les objectifs du génogramme ?

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

- **Explorer l'histoire et les liens de parentés de la famille.** Le génogramme aide l'accompagnateur/trice à poser des questions sur la structure et l'histoire familiale ainsi que sur les relations entre les membres de la famille. Il donne des informations sur les croyances, les traditions, les valeurs familiales, et les points de repères des membres de la famille.
- **Obtenir une cartographie de la famille pour clarifier les explications et les histoires de familles.** Il aide aussi à distinguer les membres de la famille entre eux.
- **Identifier les schémas familiaux (nombre d'enfant par femme, l'âge lors de la première grossesse, l'âge lors du mariage, les personnes ressources et celles qui prennent des décisions dans la famille, ...)** afin d'aider les familles à identifier les modèles familiaux positifs ou négatifs (événements passés, transmission intergénérationnelles, ...). En permettant à la famille de prendre de la distance et de redonner du sens à certains comportements vus sous un autre angle (intégrant le passé et le présent), le génogramme peut les aider à **découvrir la source de relations dysfonctionnelles**, de situations malheureuses ou de drames familiaux depuis longtemps cachés ou tus et à mettre fin à ce cercle vicieux. S'appuyer sur des modèles familiaux positifs peut aussi les aider à affronter des difficultés actuelles et se donner de l'espoir.
- **Permettre d'émettre des hypothèses** sur les liens entre l'histoire familiale, les relations et les difficultés vécues par chacun dans le but de nous guider, de nous orienter dans le travail à faire avec la famille. Ces hypothèses permettent notamment de **mieux comprendre des comportements, des réactions ou des relations entre les membres de la famille (maltraitance d'un enfant, colère soudaine d'un parent, jalousie excessive, réticence à se faire soigner, à utiliser un moyen de contraception ...)** qui semblent irrationnels et échappent à la compréhension de l'accompagnateur/trice et/ou de la personne accompagnée. Attention, les hypothèses ne sont jamais des vérités définitives et elles doivent être confrontées à la réalité. En effet, la famille peut oublier involontairement des détails importants de son histoire ou brouiller les pistes lorsqu'on aborde des sujets qui l'inquiètent. De même, l'animatrice peut ne pas entendre certaines informations importantes.

Quand utilise-t-on le génogramme ?

Le génogramme est un outil psychosocial très utile et simple d'utilisation **qui peut être utilisé avec toutes les familles**. Aux Philippines, il est utilisé avec toutes les familles accompagnées en AF, généralement 4 mois après le début du suivi (pour un suivi d'une durée totale de 9 mois).

Cependant, son utilisation est particulièrement pertinente dans les situations suivantes :

- Quand la famille est prête à parler de son histoire familiale (**idéalement 2-4 mois après la première visite**). **La famille ne tirera aucun bénéfice du génogramme s'il est entamé trop tôt** puisqu'elle passera sous silence d'éléments majeurs (les causes d'un décès, les complications dans les relations...).
- Quand la famille (ou au moins certains de ses membres) veut mieux comprendre certains aspects de ses relations familiales.
- Quand la famille fait preuve de résistance pendant une intervention et n'arrive pas à effectuer les actions nécessaires pour atteindre des objectifs spécifiques.
- Quand la famille n'arrive pas à se confier à l'accompagnateur/trice.
- Quand la famille souhaite identifier et mieux comprendre la reproduction de schémas familiaux spécifiques (« ma mère s'est mariée avec un homme qui se droguait et la battait et j'ai fait la même chose, je ne comprends pas pourquoi je n'arrive pas à le quitter »)
- Quand l'accompagnateur/trice estime qu'il est nécessaire de mettre en exergue les

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>

dynamiques familiales et d'éclairer la famille sur leur situation actuelle.

1.2 Atelier 2 : Utiliser le génogramme

- Demander aux participants de se mettre par binômes (si possible, de manière aléatoire, mais ce n'est pas obligé)
- Les laisser trouver un endroit où ils pourront se parler en toute confidentialité et leur demander à chacun de faire, à tour de rôle, le génogramme de l'autre.
- Pendant cette séance d'entraînement, les participants ont le droit de choisir les informations qu'ils veulent partager : **ils ont le droit de ne pas répondre aux questions ou d'inventer une famille fictive s'ils ne souhaitent pas parler d'eux-mêmes.**
- Leur donner environ une heure / une heure et demi pour le faire.
- Vous pouvez vous associer à un participant si le groupe est impair. Sinon, restez disponible pour les questions des participants mais n'intervenez pas dans le processus de construction du génogramme.
- Si vous vous sentez suffisamment à l'aise, vous pouvez d'abord demander au groupe de faire votre propre génogramme au tableau (un membre du groupe dessine et tout le monde peut poser des questions).
- Si les participants ne savent pas faire un génogramme, lire à voix haute le texte suivant avant qu'ils ne commencent (ou pendant qu'ils font votre génogramme).

- Présenter le génogramme à la famille en disant : "aujourd'hui, je vous propose de faire votre génogramme. Cela ressemble à un arbre généalogique et va rendre visible la structure et les types de relation au sein de votre famille et de celle de votre partenaire. Ensuite, nous pourrions observer le dessin ensemble pour mieux comprendre les influences de votre histoire familiale sur votre vie actuelle. Est-ce que vous êtes d'accord qu'on le fasse ensemble ? "
- Afin que la construction du génogramme bénéficie l'ensemble de la famille, il est important d'impliquer autant de membres de la famille que possible (surtout ceux qui sont présents pendant la visite !). Avec des jeunes enfants, vous pouvez par exemple leur montrer le génogramme et leur indiquer où ils se trouvent, et où se trouvent leur frères et sœurs, leurs parents... Si un seul membre de la famille est présent au moment où vous faites le génogramme, vous pouvez l'encourager à montrer ce génogramme à son futur conjoint et à ses enfants, et peut être même à le compléter avec eux.
- **Toujours commencer par représenter la personne avec qui vous faites le génogramme, puis la famille nucléaire (conjoint et enfants), et ensuite la famille élargie (en général, on ne va pas plus loin que les grands-parents)**
- Premières questions à poser afin de représenter la famille
 - ▶ Nom et âge
 - ▶ Où habitent-ils ? Avec qui ? (cela vous permet aussi à savoir qui est toujours vivant)
 - ▶ Si une personne est décédée, date du décès

Une fois que vous avez dessiné le génogramme et disposez d'un aperçu global de la famille élargie (**et non pas avant**), vous pouvez poser les questions suivantes :

- ▶ Niveau d'éducation / Profession des membres de la famille
- ▶ Relation / conflit / séparation ? Pourquoi ?
- ▶ Si décédé, comment ?

Lorsque vous posez ces questions, gardez en tête les deux points suivants :

- ▶ *Les questions ouvertes et les reformulations permettent d'avoir plus de détails et de*

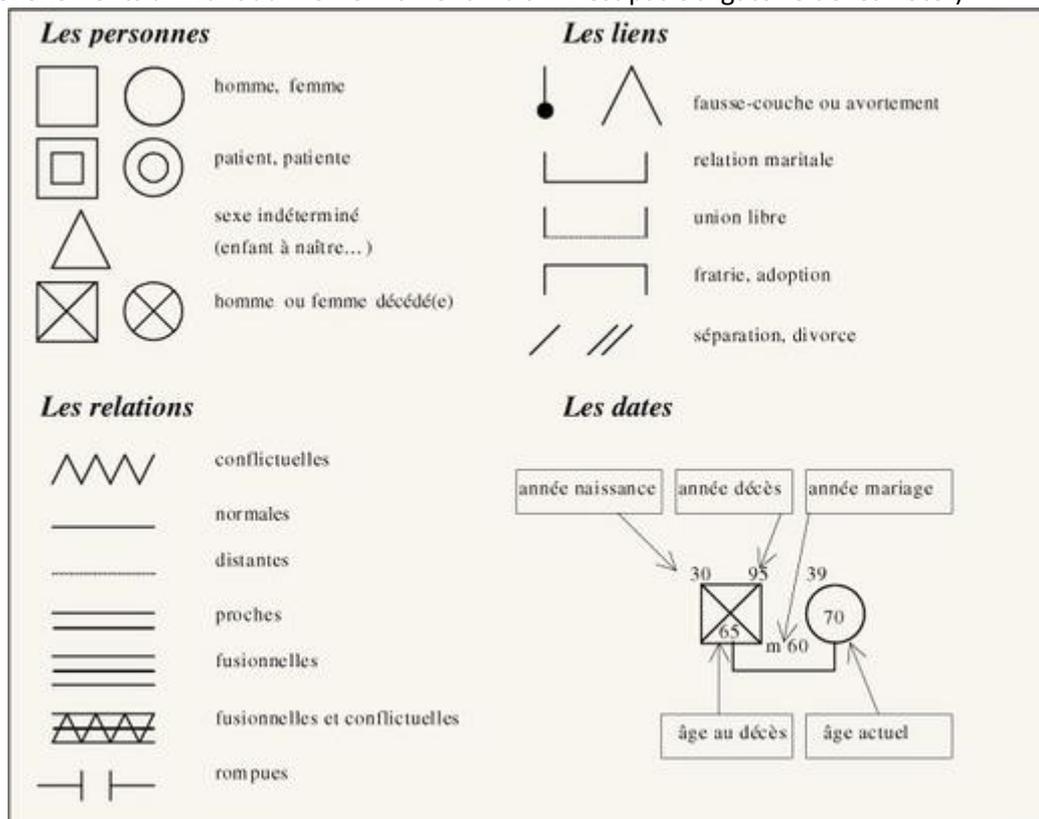
Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

connaître des éléments affectifs plus difficiles à confier tels que la description d'un climat familial pénible ou de relations dysfonctionnelles.

- ▶ Il est indispensable de toujours prêter une attention particulière aux réactions de la personne interrogée. Cela permet de découvrir les émotions enfouies, les rancunes, la colère, le chagrin ou la culpabilité qui peuvent ressortir à ce moment
- Vous pouvez noter les réponses dans la marge ou près du dessin du membre de la famille. Les symboles principaux à utiliser sont les suivants (pour les dates, il faut à minima écrire l'âge de la personne, les autres dates peuvent être utiles pour identifier l'existence d'évènements arrivant au même moment mais il n'est pas obligatoire de les noter).



- Pour approfondir la méthode de construction du génogramme, vous pouvez utiliser cette [formation](#)
- Ensuite, vous pouvez dire à la famille : « regardons le génogramme ensemble. Que remarquez-vous ou observez-vous dans votre famille (paternelle et maternelle) ? Observez bien »
- Les personnes accompagnées peuvent remarquer des répétitions et mieux comprendre les sources de leurs problèmes (exemple : « mes parents avaient les moyens de m'envoyer à l'école mais ils ne l'ont jamais fait. Je me rends compte maintenant que ma mère n'a jamais été à l'école, elle n'a donc peut-être pas vu l'intérêt de m'y envoyer. »).
- Si vous voulez attirer l'attention de la personne accompagnée sur certains points qu'elle n'a pas mentionnés, vous pouvez lui dire : "j'ai remarqué certaines choses que vous n'avez pas mentionnées, est ce que je peux vous en faire part ?"
- Les problématiques (exemple : parentalité, addiction, etc.) qui en ressortent pourront être adressées lors de visites suivantes. N'essayez pas d'aborder tous les sujets en une seule visite, vous manquerez probablement de temps, et cela risque d'être trop éprouvant pour la famille.
- Proposez à la famille de faire une photocopie du génogramme pour la visite suivante afin qu'ils aient le temps d'examiner leur histoire et leur structure familiale de manière plus

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>

approfondie.

1.3 Atelier 3 : Partager en groupe

- Après cela, regrouper les participants et les laisser exprimer leurs sentiments : ils n'ont pas à partager leur histoire personnelle, mais simplement ce qu'ils ont ressenti pendant la construction du génogramme. Vous pouvez aussi leur poser les questions suivantes :
 - ▶ Comment vous sentez-vous maintenant ?
 - ▶ Qu'est-ce qui était difficile (en tant qu'accompagnateur/trice et personne accompagnée) ?
 - ▶ Avez-vous découvert des aspects de vous-même que vous ne connaissiez pas ?
 - ▶ A quoi faut-il faire attention lorsqu'on fait le génogramme avec une personne ?
- Cette dernière partie peut être très sensible et délicate. Il est important d'avoir créé un environnement sécurisé pour l'ensemble des participants avant d'aborder cette partie (règles de bienveillance, de non-jugements, ...).

Vous pouvez compléter les réponses des participants avec les points suivants :

- **Utiliser le génogramme prend du temps.** Si cela dure trop longtemps, l'accompagnateur/trice peut se concentrer sur une seule partie de la famille. Si besoin, l'accompagnateur/trice peut aussi proposer à la personne accompagnée de continuer le génogramme lors de la prochaine visite, ce qui permet notamment à la personne accompagnée de prendre le temps d'en parler à son conjoint et de mieux connaître sa famille, surtout s'ils n'en avaient jamais parlé auparavant.
- **Utiliser le génogramme nécessite d'être particulièrement à l'écoute,** le génogramme permet en effet aux familles de parler de choses difficiles et intimes. Il faut donc être très attentive au partage de ses informations et ne pas avoir peur d'approfondir. Par ailleurs, il faut être attentif à la présence d'autres membres de la famille pour lesquels les sujets abordés peuvent être particulièrement sensibles aussi.
- **Utiliser le génogramme peut générer de fortes réactions affectives, qu'il faut être prêt à accueillir,** surtout si son utilisation ravive des souvenirs d'événements traumatiques. Si la famille dévoile un événement douloureux et commence à exprimer son vécu, c'est qu'elle se sent prête à ce que nous l'entendions. Si nous nous montrons gênés ou que nous évitons d'approfondir le sujet, nous renvoyons une valeur de tabou et de honte au message qu'elle nous confie. En conséquence :
 - **Encouragez la personne à parler de ces événements, tout en respectant son choix de ne pas se souvenir si cela semble trop douloureux pour elle.** Si un blocage semble se produire, il est important de manifester notre compréhension de sa difficulté et notre respect de sa souffrance. Il ne faut pas la forcer à en parler, elle le fera au moment voulu, votre rôle est de l'y préparer.
 - **Si des membres de la famille pleurent, ne les en empêchez pas,** tout en les aidants à identifier la raison pour laquelle ils pleurent. Vous pouvez aussi leur dire qu'il est normal de pleurer, et que c'est même une étape nécessaire pour être capable de surmonter des événements passés particulièrement douloureux.

Vous pouvez fournir aux participants des exemples de questions ouvertes (ne pas la leur donner

avant pour laisser les participants trouver leurs propres questions).

- Parlez-moi de votre famille actuelle ? Quelle est l'occupation de chacun des conjoints, votre date de naissance ? Votre religion, (s'il y a lieu) ?
- Combien d'enfants avez-vous, Quel est leur âge, leur sexe ? Leur position dans la fratrie ? Y a-t-il eu des décès parmi eux ? Quand ? Des enfants mort-nés, des avortements ou des fausses couches ?
- Une adoption ? Un enfant porteur d'une difficulté particulière ? Impact sur la vie de famille...
- Qui vit sous le même toit que vous ?
- Où vivent les autres membres de la famille ?
- Quelle a été la raison de leur départ ?
- Quels événements récents ont touché votre famille ? Qu'est-ce qui s'est passé au juste ? Quelle a été la réaction de chacun à cet événement ?
- Y a-t-il eu des changements dans les relations entre vous ? D'autres types de changements : déménagement, changement de travail ?
- Vos enfants sont-ils mariés ? Parlez-moi de leurs conjoints. - Combien d'enfants ont-ils ? Quel est leur âge, leur sexe ? Leur rang dans la fratrie.
- Y a-t-il eu des décès parmi eux ? Quand ? Des enfants mort-nés, des avortements ou des fausses-couches ? Une adoption ? Un enfant porteur d'une difficulté particulière ?
- Parlez-moi des liens qui les unissent à leurs conjoints ?
- Y a-t-il eu des séparations ? Des divorces ? Des ruptures de liens entre vous les frères et sœurs ?
- Vous, votre conjoint ou certains de vos enfants connaissent-ils des problèmes particuliers d'alcoolisme, de suicide ? De quelles maladies avez-vous souffert : cancer, maladies respiratoires, allergies, maladie mentale, problème juridique ? (Faire préciser).
- Parlez-moi de cette difficulté. Quand cela a-t-il commencé ?
- Comment vous ou vos enfants avez-vous réagi ? Comment voyez-vous le problème ?
- Le climat familial était-il différent ? Qui s'est impliqué ?
- Y a-t-il eu une aide extérieure ? Comment le problème a-t-il évolué ?
- Parlez-moi de vos sœurs et frères ? Combien sont-ils ? Leur rang dans la fratrie ?
- Vos frères et sœurs sont-ils mariés ? Parlez-moi des liens qui les unissent à leurs conjoints ? Y a-t-il eu des séparations ? Des divorces ? Des ruptures de liens entre vous les frères et sœurs ?
- Combien d'enfants ont-ils ? Quel est leur âge, leur sexe ?
- Y a-t-il eu des décès parmi eux ? Quand ? Des enfants mort-nés, des avortements ou des fausses-couches ? Une adoption ?
- Certains connaissent-ils des problèmes particuliers d'alcoolisme, de suicide ? De quelles maladies ont-ils souffert cancer, maladies respiratoires, allergies, maladie mentale ? (Faire préciser).
- Quelles étaient les relations entre eux, oncles et tantes et leurs neveux et nièces, c'est-à-dire vos enfants ?
- Parlez-moi de vos parents. Quand sont-ils nés ? Sont-ils encore vivants ? La date du décès ? Où vivent-ils ? Que font-ils ? Comment se sont-ils rencontrés, quand se sont-ils mariés ? Quels liens les unissaient ? Quelle était leur religion, leur nationalité (ou leur race) ?
- Y a-t-il eu séparation ? Divorce ? Y a-t-il eu un autre mariage ? Y a-t-il eu des enfants de cet autre mariage ? Des ruptures de liens entre vos parents et certains de vos frères et sœurs ?
- Vos parents ont-ils connu des problèmes particuliers d'alcoolisme, de suicide ? De quelles maladies ont-ils souffert cancer, maladies respiratoires, allergies, maladie mentale ? (Faire préciser)

2. Dessin projectif

3 heures



2.1 Atelier 1 : Définition du dessin projectif

- Former 3 groupes
- Donner un large morceau de papier à chaque groupe et les laisser choisir une question des suivantes :
 - ▶ Qu'est-ce que le dessin projectif ?
 - ▶ Quels sont les objectifs du dessin projectif ?
 - ▶ Quand utilise-t-on le dessin projectif ?
- Les participants peuvent écrire ou dessiner sur le papier comme ils le souhaitent.
- Leur accorder 15 min avant que chaque groupe présente son travail aux autres

Vous pouvez compléter les réponses des participants après que chaque groupe ait terminé sa présentation :

Qu'est-ce que le dessin projectif ?

- **Le dessin projectif est un outil psychologique qui consiste à demander à une personne accompagnée de dessiner quelque chose** afin de rendre visible le fonctionnement psychologique et cognitif de la personne ainsi que la représentation de ses relations interpersonnelles. **Dans le programme d'accompagnement familial, on demande généralement aux personnes : « dessinez votre famille »**
- **Il révèle des émotions, des représentations ou des conflits internes cachés (inconscients) et projetés dans le dessin par la personne accompagnée.**

Quels sont les objectifs du dessin projectif ?

- **Discuter de manière plus approfondie des relations familiales et du rôle de chaque membre de la famille.** Ainsi, la personne accompagnée et l'accompagnateur/trice peuvent mieux appréhender les dynamiques familiales à travers ces dessins, et également mieux

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

comprendre le comportement de la famille vis à vis de certains évènements ou certaines personnes.

- **Identifier la place de la personne accompagnée au sein de sa famille** et lui permettre de questionner cette place et l'image familiale ainsi construite.
- **Expliquer des comportements, des réactions ou des relations entre les membres de la famille (maltraitance d'un enfant, colère soudaine d'un parent, jalousie excessive, réticence à se faire soigner, à utiliser un moyen de contraception ...) qui semblent irrationnels et échappent à la compréhension de l'accompagnateur/trice et/ou de la personne accompagnée**

Quand utilise-t-on le dessin projectif ?

Le dessin projectif est un outil simple et utile, mais il nécessite plus de participation de la famille que le génogramme. **Il est donc recommandé de l'utiliser après avoir construit le génogramme.**

Aux Philippines, il est utilisé avec 1 famille sur 4. On l'utilise surtout lorsqu'on a l'impression qu'un enfant est délaissé et/ou maltraité : on demande à l'enfant et aux parents de dessiner leur famille, on compare ensuite les deux dessins pour rendre compte (à la famille et à l'accompagnateur/trice) de la place de l'enfant dans la famille.

En général, il est particulièrement utile :

- **Pour compléter le génogramme**, quand l'accompagnateur/trice considère estime que certaines problématiques importantes de la famille n'ont pas pu être abordées.
- Quand l'accompagnateur/trice veut **mieux comprendre les dynamiques familiales actuelles** (tandis que le génogramme représente l'historique de la famille).
- Lorsqu'il y a **un problème spécifique avec un membre de la famille** (par exemple, quand un enfant en particulier semble négligé ou abusé dans la famille) : le dessin projectif peut être utilisé avec ce membre et/ou avec un autre membre. L'accompagnateur/trice s'intéressera alors particulièrement à la représentation de la personne en question dans le dessin.

2.2 Atelier 2 : Utiliser le dessin projectif

- Demander aux participants de se mettre par binômes (si possible, de manière aléatoire, mais ce n'est pas obligé)
- Les laisser trouver un endroit où ils pourront se parler en toute confidentialité et leur demander à chacun de faire, à tour de rôle, le dessin projectif de l'autre.
- Pendant cette séance d'entraînement, les participants ont le droit de choisir les informations qu'ils veulent partager : **ils ont le droit de ne pas répondre aux questions ou d'inventer une famille fictive s'ils ne souhaitent pas parler d'eux-mêmes.**
- Leur donner environ une heure / une heure et demi pour le faire.
- Vous pouvez vous associer à un participant si le groupe est impair. Sinon, restez disponible pour les questions des participants mais n'intervenez pas dans le processus de construction du dessin projectif.
- Si les participants ne savent pas faire un dessin projectif, lire à voix haute le texte suivant avant qu'ils ne commencent.

- Expliquer le dessin projectif avec la phrase suivante : "aujourd'hui, je vous propose de **dessiner votre famille.**"
- Si le conjoint n'est pas là, vous pouvez rajouter : "vous pouvez discuter de ce que vous avez

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

observé avec votre conjoint/enfant plus tard”, et si d’autres membres de la famille sont présents, vous pouvez également leur demander de dessiner leur famille, pour ensuite comparer les dessins.

- Si la personne accompagnée demande ce qu’elle doit dessiner, l’accompagnateur/trice doit lui dire que c’est la seule instruction qu’elle lui donnera. Ce qui compte est la façon dont elle a compris et interprété cette instruction, ce qui sera reflété sur son dessin.
- Pendant que les membres de la famille dessinent, l’accompagnateur/trice observe uniquement.

Une fois que la famille a fini de dessiner :

- L’accompagnateur/trice doit poser des questions à la personne accompagnée à propos de chaque détail qu’il/elle remarque afin de mieux comprendre l’ensemble du dessin et d’éviter de tirer des conclusions hâtives.
- Il est important de supposer que **tous les détails sont significatifs, mais qu’il n’y a pas une explication automatique**
 → **La personne accompagnée est la seule personne qui peut donner un sens à ses dessins.**
- Si la personne accompagnée ne donne pas d’explications directement après avoir fini de dessiner, vous pouvez lui poser les questions suivantes pour faciliter la discussion :
 - ▶ “Quelle est la 1^{ère} chose à laquelle vous avez pensé quand je vous ai donné l’instruction ?” exemple : la personne accompagnée a dessiné une maison. L’accompagnateur/trice peut demander “pourquoi avez-vous dessiné une maison ?”
 - ▶ Alternativement, on peut aussi simplement demander “qu’avez-vous dessiné?”

2.3 Atelier 3 : Partager en groupe

- Après cela, regrouper les participants et les laisser exprimer leurs sentiments : ils n’ont pas à partager leur histoire personnelle, mais simplement ce qu’ils ont ressenti pendant l’utilisation du dessin projectif. Vous pouvez aussi leur poser les questions suivantes :
 - ▶ Comment vous sentez-vous maintenant ?
 - ▶ Qu’est-ce qui était difficile (en tant qu’accompagnateur/trice et personne accompagnée) ?
 - ▶ Avez-vous découvert des aspects de vous-même que vous ne connaissiez pas ?
 - ▶ A quoi faut-il faire attention lorsqu’on fait un dessin projectif avec une personne ?
- Cette dernière partie peut être très sensible et délicate. Il est important d’avoir créé un environnement sécurisé pour l’ensemble des participants avant d’aborder cette partie (règles de bienveillance, de non-jugements, ...).

Vous pouvez ensuite fournir aux participants une liste spécifique d’interprétations potentielles des dessins (voir ci-dessous ainsi que la page suivante), en se rappelant que **tout est important mais qu’il n’y a pas de signification spécifique** (ne pas donner la liste avant d’avoir fini le dessin, pour laisser les participants trouver leurs propres questions).

- Le dessin d’une maison évoque les sentiments de la personne envers sa famille
- Les fenêtres, les portes et les chemins se réfèrent à une ouverture, et une volonté d’interagir avec les autres

Réseau Pratiques

Partage d’expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>

- De grandes portes ou beaucoup de fenêtres peut indiquer un besoin de mieux s'entendre avec les autres
- Des ombres, des volets, des barreaux, des rideaux et des chemins longs et sinueux indiquent une réticence de trop révéler sur soi-même
- Un dessin où les membres de la famille se trouvent dans des chambres différentes indique de l'isolement, ou un manque d'interaction entre les membres de la famille (peut aussi indiquer un abus dans la famille)
- Les victimes d'abus sexuel pourraient mettre plus de précision sur les caractéristiques sexuelles de certains membres de la famille, et plus généralement, une insistance excessive sur les détails sexuels du dessin peut indiquer des problèmes d'ordre sexuel.
- Une personne qui omet ou déforme des parties du corps peut souffrir de dysfonctionnements psychologiques et/ou émotionnels
- Un manque de détails, des parties incomplètes du dessin, ou l'utilisation de lignes un peu floues est une combinaison d'éléments qui apparaît chez des individus sévèrement déprimés.

Ce que vous voyez	Exemples de questions à poser	Ce que vous apprenez/ ce qui peut être représenté
L'ordre dans lequel les membres de la famille sont dessinés et leur place sur le dessin	<ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi avez-vous dessiné votre sœur en premier ? Pourquoi as-tu dessiné les parents aux 2 extrémités des enfants ? 	<p>Montre les relations (exemple, la distance entre les parents peut indiquer un conflit entre le père et la mère)</p> <p>Peut indiquer un problème de parentalité (exemple : dessiner l'enfant en dernier peut être un signe de négligence)</p> <p>Peut indiquer les rapports hiérarchiques au sein de la famille.</p>
Espace entre les membres de la famille	<ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi avez-vous dessiné le père si loin du reste de la famille ? - Pourquoi certains membres sont dessinés plus près l'un de l'autre que d'autres ? 	<p>Montre des rapprochements, des conflits, de la distance physique ou émotionnelle</p>
Tailles différentes de membres de la famille	<ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi la mère est-elle dessinée si grande/si petite par rapport au reste de la famille ? 	<p>Montre l'importance / la valeur d'un membre, une position de pouvoir réelle ou désirée (ex: la mère veut être plus forte que le mari quand elle subit une violence conjugale dans la famille)</p>
Les habits	<ul style="list-style-type: none"> - Que portent-ils ? - Pourquoi votre sœur est-elle habillée comme une princesse ? - Pourquoi n'as-tu pas de chaussures ? 	<p>Montre la perception de soi réelle ou désirée, la perception des membres de sa famille (peut donner des indices sur la personnalité), et les relations (les membres dont la personne qui dessine se sent le plus proche peut être mieux habillés par exemple).</p>
Qui est inclut ou exclut	<ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi avez-vous dessiné uniquement votre côté paternel/maternel de la famille à la place de votre famille actuelle ? (exemple : mari et enfant) ? - Pourquoi avez-vous exclu votre père/frère ? - Pourquoi n'avez-vous pas inclut vos enfants qui sont mariés ? 	<p>Montre comment la personne accompagnée se situe (ex : dans sa famille maternelle/paternelle, ou sa famille actuelle).</p> <p>Montre comment les personnes accompagnées considèrent l'évolution de la famille (ex : leur enfant qui a sa propre maison est considéré mature et ne fait plus partie de la famille directe)</p> <p>Peut montrer des problèmes parentaux ou de négligence</p> <p>Peut être un indicateur d'abus sexuel (si le père ou la mère n'est pas inclut dans le dessin)</p> <p>Peut montrer de la résistance (ex: si la mère a fait adopter son enfant, elle risque de ne pas le dessiner pour ne pas s'en souvenir).</p>
D'autres objets sur le dessin (maison, animaux...)	<ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi avez-vous dessiné un gros soleil/une grosse maison ? - Qui habite ici ? Qu'est-ce qui se passe dedans ? Comment c'est la nuit ? 	<p>Montre souvent ce qui manque dans la vie de la personne accompagnée, ainsi que ses rêves ou désirs</p> <p>Montre ce qui compte pour la personne accompagnée.</p>
Personne	<ul style="list-style-type: none"> - Qui est cette personne ? Qui sont ces gens ? Quel âge ont-ils ? 	

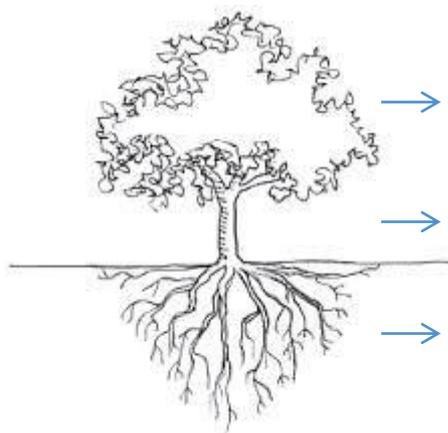
Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

3. L'arbre de vie

3 heures



Futur: mon enfant va aller à l'école, je vais arrêter de me disputer avec mon mari, nous vivrons dans une grande maison en province.

Présent : on habite dans une petite maison, je me dispute beaucoup avec mon mari, nous avons faim

Passé : Je suis né à Cebu en 1974. Ma mère est partie, j'ai déménagé à Manille, mon enfant est mort, j'ai un nouveau mari et 3 nouveaux enfants.

3.1 Atelier 1 : Définir l'arbre de vie

- Former 3 groupes
- Donner un large morceau de papier à chaque groupe et les laisser choisir une question des suivantes :
 - ▶ Qu'est-ce que l'arbre de vie ?
 - ▶ Quels sont les buts de l'arbre de vie ?
 - ▶ Quand utilise-t-on l'arbre de vie ?
- Les participants peuvent écrire ou dessiner sur le papier comme ils le souhaitent.
- Leur accorder 15 min avant que chaque groupe présente son travail aux autres

Vous pouvez compléter les réponses des participants après que chaque groupe ait terminé sa présentation :

Qu'est-ce que l'arbre de vie ?

- L'arbre de vie est un outil psychologique avec lequel on demande à la personne accompagnée **de dessiner un arbre en tant que métaphore de sa vie avec** :
 - ▶ **Les racines représentant son passé**
 - ▶ **Le tronc son présent (sa vie actuelle)**
 - ▶ **Les feuilles son futur.**
- Après le dessin, on demande à la personne accompagnée d'écrire quelques phrases à propos de son passé près des racines, à propos de sa vie actuelle près du tronc et à propos de son futur près des feuilles.
- Cela permet aux gens de parler de leur passé sans raviver des traumatismes, mais plutôt en renforçant le lien avec leur propre histoire, et en les aidant à se projeter dans le futur.

Quels sont les objectifs de l'arbre de vie ?

- **Discuter de manière approfondie de l'histoire personnelle d'une personne et du lien entre**

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>

son passé et sa vie actuelle.

- **Relancer une dynamique positive en parlant des projets futurs et des rêves de la personne accompagnée.** En revisitant et en extériorisant des faits sur son passé, la personne accompagnée est capable de repenser à ces événements passés d'un point de vue nouveau (et plus sûr), et de les lier aux événements futurs. Cela peut également l'aider à remarquer qu'elle a déjà surmonté des problèmes dans le passé, et peut également l'aider à découvrir ses sources de résilience.
- **Aider la personne accompagnée à se (re)créer un récit de vie,** et ainsi rétablir un sentiment de contrôle sur sa vie, et améliorer son sentiment de cohérence

Quand utilise-t-on l'arbre de vie ?

L'arbre de vie est un outil simple et utile, mais il nécessite plus de participation de la famille que le génogramme. **Il est donc plus utile de l'utiliser après avoir créé le génogramme.**

Aux Philippines, on utilise l'arbre de vie avec 1 famille sur 5, quand la personne accompagnée a du mal à exprimer ses rêves, ou quand elle pense trop à son passé ou n'en parle pas du tout.

En général, il est particulièrement utile :

- **Pour compléter le génogramme,** quand l'accompagnateur/trice considère estime que certaines problématiques importantes de la famille n'ont pas pu être abordées.
- Lorsque la personne accompagnée souhaite **mieux comprendre les liens entre son passé et son présent**
- Quand la personne accompagnée semble **bloquée dans son passé, et montre des difficultés à penser à son futur,** comme si rien ne changera jamais.
- Quand l'accompagnateur/trice sent que **certains événements passés influent toujours sur sa situation actuelle,** même si la personne accompagnée n'en parle pas.

3.2 Atelier 2 : Utiliser l'arbre de vie

- Demander aux participants de se mettre par binômes (si possible, de manière aléatoire, mais ce n'est pas obligé)
- Les laisser trouver un endroit où ils pourront se parler en toute confidentialité et leur demander à chacun de faire, à tour de rôle, l'arbre de vie de l'autre.
- Pendant cette séance d'entraînement, les participants ont le droit de choisir les informations qu'ils veulent partager : **ils ont le droit de ne pas répondre aux questions ou d'inventer une famille fictive s'ils ne souhaitent pas parler d'eux-mêmes.**
- Leur donner environ une heure / une heure et demi pour le faire.
- Vous pouvez vous associer à un participant si le groupe est impair. Sinon, restez disponible pour les questions des participants mais n'intervenez pas dans le processus de construction de l'arbre de vie.
- Si les participants ne savent pas utiliser l'arbre de vie, lire à voix haute le texte suivant avant qu'ils ne commencent.

- Expliquer l'arbre de vie avec la phrase suivante : "dessiner un arbre avec des racines, un tronc, et des feuilles. Dessiner l'arbre que vous souhaitez". La personne accompagnée a le droit de dessiner des fruits, des fleurs, des branches si elle le souhaite. Vous pourriez ensuite lui demander ce qu'ils représentent.
- "après avoir dessiné, vous pouvez aussi écrire quelque choses" : *(dans certains cas,*

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

l'animateur peut assister la personne si elle ne sait pas écrire, mais c'est toujours la personne accompagnée qui dessine).

- ▶ “A côté des racines, vous pouvez raconter des événements passés significatifs, parler de personnes qui vous sont importantes, de dates qui vous viennent à l'esprit, de certains regrets ou événements que vous aimeriez oublier. Tout ce que vous trouvez pertinent dans votre passé”.
- ▶ “A côté du tronc, vous pouvez parler de votre situation actuelle. Avec qui êtes-vous ? combien d'enfants avez-vous ? le nom de votre conjoint, de vos enfants. Comment allez-vous en ce moment ? ...”
- ▶ “ A côté des feuilles, vous pouvez écrire des choses qui concernent vos rêves, vos plans pour le futur, ce que vous espérez, ce à quoi vous aspirer dans la vie, et les choses que vous voulez accomplir un jour. Vous pouvez parler de ce que vous souhaitez pour le futur, pour vous ou pour votre famille.”
- Pendant que la personne accompagnée dessine, l'accompagnateur/trice ne fait qu'observer.
- Si le passé est en majorité composé d'évènements difficiles, et que la personne accompagnée n'arrive pas à se projeter dans le futur, l'accompagnateur/trice peut poser les questions suivantes : “malgré ce qui vous est arrivé dans votre passé, comment vous voyez-vous dans quelques années ? Ou comment voyez-vous votre futur ? s'il y a une chose que vous aimeriez avoir dans votre vie en ce moment, qu'est-ce que ça serait ?”

Après le dessin :

- Le but de cet outil est de créer un lien entre le passé, le présent, et le futur, afin d'améliorer le sentiment de cohérence et de contrôle d'une personne. Par conséquent, l'accompagnateur/trice devrait avant tout :
 - ▶ Aider la personne accompagnée à connecter ses différents récits (passés, présentes, futurs) et à renforcer son identité (qui je suis, et qu'est-ce que je veux maintenant)
 - ▶ Souligner les ressources de la personne accompagnée et comment elle a réussi à surmonter des défis passés, et à utiliser ses expériences pour se construire.
 - ▶ Terminer la visite sur une note positive : discuter des projets évoqués avec la personne accompagnée, et du fait que les choses peuvent toujours évoluer. L'accompagnateur/trice peut aussi encourager la personne accompagnée à regarder l'arbre de vie plus tard, pour voir les évolutions qui ont été accomplies depuis.
- Par ailleurs, l'accompagnateur/trice peut aussi poser des questions sur des spécificités du dessin, en tant que projection de l'image de soi. (voir tableau ci-dessous). Comme pour le dessin projectif, tout est important mais il n'y a pas de signification automatique → **la personne accompagnée est la seule personne qui peut donner une signification à son dessin.**

3.3 Atelier 3 : Partager en groupe

- Après cela, regrouper les participants et les laisser exprimer leurs sentiments : ils n'ont pas à partager leur histoire personnelle, mais simplement ce qu'ils ont ressenti pendant l'utilisation du dessin projectif. Vous pouvez aussi leur poser les questions suivantes :
 - ▶ Comment vous sentez-vous maintenant ?

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>

- ▶ Qu'est-ce qui était difficile (en tant qu'accompagnateur/trice et personne accompagnée) ?
- ▶ Avez-vous découvert des aspects de vous-même que vous ne connaissiez pas ?
- ▶ A quoi faut-il faire attention lorsqu'on fait un arbre de vie avec une personne ?
- Cette dernière partie peut être très sensible et délicate. Il est important d'avoir créé un environnement sécurisé pour l'ensemble des participants avant d'aborder cette partie (règles de bienveillance, de non-jugements, ...).

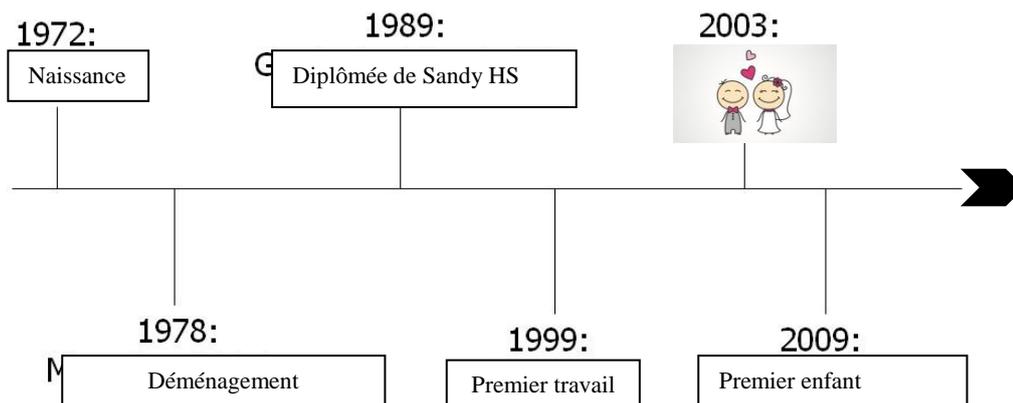
Vous pouvez fournir aux participants des modèles de questions à poser (ne pas la leur donner avant pour laisser les participants trouver leurs propres questions).

- Quel genre d'arbre avez-vous dessiné ? Pourquoi ? *(le dessin même de l'arbre est supposé mettre en avant des sentiments de force ou de faiblesse, tandis que le genre d'arbre qu'une personne dessine est lié à la psychè ou l'inconscient d'une personne.)*
- Qu'est-ce que vous avez dessiné en premier ? Pourquoi ?
- Pourquoi avez-vous représenté le tronc aussi large mais de petites racines ?
- Vous pouvez me raconter l'histoire de ce que vous avez dessiné ?
- Comment vous sentiez-vous en dessinant et en écrivant ? Comment vous sentez-vous en regardant ce que vous avez dessiné et écrit ?
- Comment vous sentez-vous après avoir partagé tout cela ? Vous sentez-vous mieux ?
- Pensez-vous que cette activité vous a aidé ?
- Dans quels sens ?

4. Ligne de vie

3 heures

LIGNE DE VIE



4.1 Atelier 1 : Définir la ligne de vie

- Former 3 groupes
- Donner un large morceau de papier à chaque groupe et les laisser choisir une question des suivantes :
 - ▶ Qu'est-ce que la ligne de vie ?
 - ▶ Quels sont les objectifs de la ligne de vie ?
 - ▶ Quand utilise-t-on la ligne de vie ?
- Les participants peuvent écrire ou dessiner sur le papier comme ils le souhaitent.
- Leur accorder 15 min avant que chaque groupe présente son travail aux autres

Vous pouvez compléter les réponses des participants après que chaque groupe ait terminé sa présentation :

Qu'est-ce que la ligne de vie ?

- La ligne de vie est un outil psychologique qui demande à la personne accompagnée de placer **tous les évènements importants de sa vie, depuis sa naissance au jour actuel.**
- Dans notre approche d'accompagnement familial, nous demandons, généralement à la personne accompagnée **de placer 5 évènements majeurs**, étant donné des contraintes liées au temps de la visite. Mais il n'y a pas toujours de limite au nombre d'évènements.
- Elle encourage les gens à parler de leur passé, et à lier les évènements entre eux
- Comme tous les outils vus précédemment, cet outil repose sur l'hypothèse que raconter et

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

construire sa propre histoire renforce le sentiment de cohérence et l'identité narrative d'un individu, ce qui, par conséquent, renforce le sentiment d'efficacité personnelle et de contrôle.

Quels sont les objectifs de la ligne de vie ?

- **Discuter de l'histoire personnelle de la personne accompagnée et de son impact sur sa vie actuelle.** Cela permet notamment de mettre en lumière la présence potentielle de thèmes récurrents dans l'histoire de la personne.
- **Aider la personne accompagnée à se (re)créer un récit de vie.** En revisitant et en extériorisant des événements passés, la personne accompagnée est capable de modifier la relation qu'elle a avec son histoire, notamment en comprenant comment sa réaction à certains événements (et non pas seulement les événements eux-mêmes) a influé sur le développement de sa vie.
- **Encourager une nouvelle dynamique en montrant comment les choses ont changé dans le passé, et comme les choses peuvent encore évoluer.** En mettant en valeur ses expériences passées les défis surmontés, la personne accompagnée peut augmenter son sentiment d'efficacité personnelle et découvrir ses sources de résilience.
- **Aider la personne accompagnée à intégrer des événements passés traumatisants :** la représentation graphique montre que la vie a continué (« traversé ») ces événements et ne s'est pas interrompue après ceux-ci.

Quand utilise-t-on la ligne de vie ?

La ligne de vie est un outil simple et utile, mais il nécessite plus de participation de la famille que le génogramme. **Il est donc plus utile de l'utiliser après avoir créé le génogramme.**

Aux Philippines, il a été utilisé avec 1 famille sur 10, surtout quand l'accompagnateur/trice sentait que la personne accompagnée ne s'était toujours pas remise d'un événement traumatisant.

La ligne de vie est utile surtout :

- **Pour compléter le génogramme,** quand l'accompagnateur/trice considère estime que certaines problématiques importantes de la famille n'ont pas pu être abordées.
- Quand l'accompagnateur/trice a du mal à **comprendre le passé d'une personne accompagnée à cause de certaines incohérences,** ou parce que la personne accompagnée n'en parle pas du tout.
- Quand la personne accompagnée semble **bloquée dans son passé, et montre des difficultés à penser à son futur,** comme si rien ne changera jamais.
- Quand l'accompagnateur/trice sent que **certaines événements passés affectent la situation actuelle** de la personne accompagnée (tel qu'un abus sexuel, ou **un événement traumatisant**), même si elle n'en parle pas.

4.2 Atelier 2 : Utiliser la ligne de vie

- Demander aux participants de se mettre par binômes (si possible, de manière aléatoire, mais ce n'est pas obligé)
- Les laisser trouver un endroit où ils pourront se parler en toute confidentialité et leur demander à chacun de faire, à tour de rôle, l'arbre de vie de l'autre.
- Pendant cette séance d'entraînement, les participants ont le droit de choisir les informations qu'ils veulent partager : **ils ont le droit de ne pas répondre aux**

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

questions ou d'inventer une famille fictive s'ils ne souhaitent pas parler d'eux-mêmes.

- Leur donner environ une heure / une heure et demi pour le faire.
- Vous pouvez vous associer à un participant si le groupe est impair. Sinon, restez disponible pour les questions des participants mais n'intervenez pas dans le processus de construction de l'arbre de vie.
- Si les participants ne savent pas utiliser l'arbre de vie, lire à voix haute le texte suivant avant qu'ils ne commencent.

- Expliquer la ligne de vie avec la phrase suivante : "aujourd'hui, nous allons faire votre ligne de vie, comme je l'ai mentionné lors de la visite précédente. Vous pourrez dessiner ou écrire les événements majeurs de votre vie, et les mettre par ordre chronologique. Etes-vous d'accord qu'on le fasse ensemble ? "
- Tout d'abord, demandez à la personne accompagnée de tracer une droite, de la faire commencer par son année de naissance, et terminer par cette année.
- Ensuite, la personne accompagnée **peut écrire (ou dessiner si elle a du mal à écrire) sur la droite, les 5 événements qu'elle considère les plus importants de sa vie, en marquant à côté leurs années respectives.** Si la personne accompagnée a du mal à se restreindre à 5 événements, elle peut en ajouter d'autres. **Elle peut choisir n'importe quels événements, il n'y a pas de règles sur cela.**
- Si la personne accompagnée a du mal à identifier 5 événements, vous pouvez l'aider en lui disant que **certaines personnes** considèrent leur premier amour, la date de leurs accouchements, celle où elles se sont mariés, celle où elles ont quitté la maison de leurs parents, celle où elles ont fini leurs études,...

Après le dessin :

- Le but de cet outil est d'encourager la personne accompagnée de parler de son passé, de faire le lien avec sa situation présente, et d'insister sur les possibilités de changement.
- Si la personne accompagnée ne dit rien après le dessin, l'accompagnateur/trice peut demander "pourquoi avez-vous choisi ces événements ? ». Il vaut mieux poser des questions générales qui concernent tous les événements. Cela aidera la personne accompagnée à parler de ce qu'elle veut et d'éviter les sujets trop sensibles (la personne accompagnée n'est en effet pas obligé de parler de tous les événements qu'elle a noté.

4.3 Atelier 3 : Partager en groupe

- Après cela, regrouper les participants et les laisser exprimer leurs sentiments : ils n'ont pas à partager leur histoire personnelle, mais simplement ce qu'ils ont ressenti pendant l'utilisation de la ligne de vie. Vous pouvez aussi leur poser les questions suivantes :
 - ▶ Comment vous sentez-vous maintenant ?
 - ▶ Qu'est-ce qui était difficile (en tant qu'accompagnateur/trice et personne accompagnée) ?
 - ▶ Avez-vous découvert des aspects de vous-même que vous ne connaissiez pas ?
 - ▶ A quoi faut-il faire attention lorsqu'on fait une ligne de vie avec une personne ?

- Cette dernière partie peut être très sensible et délicate. Il est important d'avoir créé un environnement sécurisé pour l'ensemble des participants avant d'aborder cette partie (règles de bienveillance, de non-jugements, ...).

Vous pouvez compléter les réponses des participants avec les points suivants :

- En fonction de votre relation avec la personne accompagnée, vous pouvez poser les questions suivantes :
 - ▶ Pourquoi avez-vous dessiné une ligne droite / qui monte / qui descend ? (la réponse peut donner des indices sur l'humeur de la personne)
 - ▶ Qu'est-ce qui vous frappe le plus quand vous voyez votre ligne de vie ?
 - ▶ Est-ce que vous pouvez identifier des étapes ou un tournant dans votre histoire personnelle ?
 - ▶ Les événements de votre ligne de vie sont-ils très rapprochés à certains endroits et espacés dans d'autres ? Qu'est-ce que ça veut dire (pour vous) ?
 - ▶ Y a-t-il un centre ou un thème central à votre vie ?
 - ▶ Qui sont les personnes les plus significatives dans votre vie ? Comment ?
 - ▶ Pouvez-vous identifier une question clé/ un leitmotiv / fil conducteur / une crainte / un projet qui, consciemment ou non, a dirigé vos actions et vos choix dans votre vie ? Si c'est le cas, comment cela a influé vos choix et les événements que vous avez vécus ?
 - ▶ Y a-t-il quelque chose ou quelqu'un que vous avez oublié dans votre chronologie (des gens, des accomplissements, des événements, etc...) ?
- Cet exercice peut être émotionnellement éprouvant pour la personne accompagnée, surtout si certains événements difficiles sont entrain de (re)faire surface (viol, deuil, une séparation)
- Par conséquent, il est important de suivre le rythme de la personne accompagnée et de ne pas la forcer à parler de tous les événements qu'elle a notés.
- De plus, la personne accompagnée peut se sentir enfermée, déterminée par ce qui lui est arrivé. Il est donc important d'insister sur le fait que :
 - ▶ Ces événements se sont déjà produits et sont maintenant dans le passé
 - ▶ La personne accompagnée a réussi à surmonter ses difficultés (puisque'elle est toujours vivante, et qu'aucun événement n'a arrêté la continuation de sa vie)
 - ▶ Il y ait eu beaucoup de changements et d'événements dans le passé, ce qui veut dire qu'il peut aussi y avoir beaucoup de changement et d'événements dans le futur
- Enfin, vous pouvez prolonger la ligne jusqu'à après l'année actuelle pour rappeler que la vie continue, et que rien ne s'arrête aujourd'hui. Ensuite, vous pouvez proposer à la personne accompagnée d'écrire des événements ou des rêves qui se passeront plus tard dans l'année.
- Aussi, vous pouvez fusionner les chronologies de vie de plusieurs membres de la famille, notamment celles de 2 conjoints.

5. Annexe : témoignage de patients¹

5.1 Répétition et prise de conscience

En reliant évènements du passé et comportements présents, les outils psychosociaux (généogramme, dessin projectif, arbre de vie et ligne de vie) favorisent le changement.

En effet, **lorsqu'on observe la répétition des mêmes maladies, des mêmes problèmes sociaux ou troubles psychologiques, il existe souvent un événement traumatique très important (souffrance, décès, avortement, abandon, meurtre) qui est passé sous silence.** Cet événement est non connu ou ignoré parce que trop douloureux pour être reconnu. Il devient oublié, en état de latence (en attente) dans la conscience ou glisse même dans l'inconscient. Cet interdit de connaître et de parler de l'événement peut venir des préjugés du groupe, de la marginalisation sociale et de la honte qui y est attachée. C'est ce qu'on retrouve par exemple dans les cas d'assassinat, de viol, d'inceste, d'enfants hors mariage, de maladie mentale ou d'internement en prison. Selon Anne Ancelin Schutzenberger, **c'est l'interdit d'exprimer sa colère et son désespoir vis-à-vis de cet événement qui produirait une imprégnation affective importante dans l'inconscient familial et qui déclencherait la répétition.**

5.2 Courts témoignages

Corinne, 36 ans, agent d'assurances : « **J'ai fait un grand nettoyage** »
 « Le départ de mon conjoint pour une autre femme, deux ans après la naissance de ma fille, m'a conduite à la psycho-généalogie. Depuis longtemps, je ressentais le besoin de travailler sur la place des femmes dans ma famille. J'ai interrogé ceux qui restaient dans le village de mes ancêtres. Et les mairies et les cimetières alentours. J'ai questionné la sœur de ma grand-mère. Elle m'a appris un secret : le père de ma mère n'était pas son géniteur. Plus encore, depuis plusieurs générations, les filles aînées étaient des enfants illégitimes. J'ai fait un grand nettoyage. J'ai trouvé ma place de femme, d'épouse, de mère. Les relations avec ma mère ont, elles aussi, changé. J'ai compris qui elle était. Nous sommes passées à une relation de compréhension. Grâce à la psycho-généalogie, je pense être plus libre. Je me culpabilise beaucoup moins. Ma fille a aujourd'hui 7 ans. Je sais qu'un jour, je lui dirai tout de notre famille. »

Virginie, 42 ans, psychanalyste : « **Je ne subis plus mon destin** »
 « Dans le cadre de ma formation de psychanalyste, j'ai fait un long travail sur moi. Mais, en devenant mère, j'ai revécu des angoisses et d'autres cauchemars. Je manquais d'équilibre personnel. Je craignais de transmettre des non-dits à ma fille. Il me fallait trouver ma place, me réapproprier mon histoire. A la lecture de mon arbre généalogique, de nombreuses coïncidences sont apparues. Depuis longtemps, j'étais hantée par les enfants mort-nés. Or, j'ai découvert différents cas de bébés morts à la naissance sur plusieurs générations. De plus, j'ai vérifié que ma mère était un enfant de "remplacement", née peu de temps après un frère mort en bas âge. Cela se savait, bien sûr, mais personne ne le disait. La psycho

¹ Témoignages provenant du livre « Aïe, mes aïeux » d'Anne Ancelin Schützenberger, qui a beaucoup travaillé sur la psycho-généalogie.

généalogie permet d'accepter ce type d'événements et d'éviter ainsi qu'ils deviennent nocifs pour l'individu. A moi, elle m'a permis de trouver ma place au sein de la famille, et donc de m'affranchir du poids que je portais. Mes angoisses ont disparu. A présent, je ne subis plus mon destin, je le choisis. »

Nathalie, 38 ans, secrétaire : « Je suis libérée de mon angoisse »

« A 18 ans, je voulais faire carrière dans le transport. Or, ce désir était totalement irréalisable puisqu'une angoisse terrible semblait me prédire que si je réussissais mon permis de conduire, j'allais avoir un accident. Je me suis dirigée vers une psychologue. Mon père étant mort d'un accident de voiture, elle a identifié un "conflit transgénérationnel". "Que dois-je faire ?" Lui ai-je demandé. "Rien, m'a-t-elle répondu, puisque vous en avez pris conscience." J'étais soulagée. Pourtant, je me suis vite aperçu que rien n'avait changé. Cette idée de "conflit transgénérationnel" a cependant germé. J'ai commencé à lire des ouvrages traitant de psycho-généalogie, puis j'ai consulté directement une thérapeute spécialisée. Au bout de quatre séances de deux heures, j'avais identifié ma problématique : une succession de morts lors d'accidents de la route sur plusieurs générations. Mon grand-père et mon arrière-grand-père étaient décédés de la même façon, laissant veuves et enfants. Après le "nettoyage de l'arbre", je me sentais déchargée d'un poids. Depuis, je n'ai pas passé mon permis, mais pour des raisons pratiques cette fois-ci. Je suis tout à fait libérée de mon angoisse. »

5.3 Vignette clinique

Jeanne, sa mère, ... et son vilain tonton

Béatrice, 33 ans, arrive à ma consultation avec sa fille Jeanne, 4 ans et demi. Jeanne vit avec sa maman depuis qu'elle a 2 ans et que ses parents se sont séparés. Béatrice est inquiète car elle trouve que depuis quelques mois, Jeanne « régresse » : elle ne la quitte pas d'une semelle, se montre geignarde, s'accroche à sa tétine à laquelle elle avait pourtant renoncé depuis longtemps. « Elle semble bien craintive ces derniers temps », dit Béatrice.

Puis, Béatrice ajoute : « Je viens vous voir parce qu'un jour où Jeanne avait fait une petite bêtise et que j'étais excédée, j'ai voulu lui donner une fessée et Jeanne a réagi comme une enfant maltraitée : elle s'est littéralement pétrifiée et (Béatrice fond en larmes à cet instant), j'ai vu la terreur dans ses yeux, ... exactement la terreur que je vivais quand, tout au long de mon enfance, mon grand frère venait me tabasser dans ma chambre. Il m'utilisait comme punching-ball, j'étais son souffre-douleur et, comme c'était le Dieu de maman, et que papa n'était jamais là, personne ne m'a porté le moindre secours. Je viens vous voir car je veux que Jeanne sache se défendre mieux que moi. »

Aujourd'hui encore, Béatrice paye la facture de ces années de terreur : elle souffre d'attaques de panique et sa vie sentimentale est tumultueuse, empreinte de nombreuses ruptures tant elle a peur de s'attacher et d'être à nouveau le jouet d'un homme. Ainsi, par le biais de son comportement symptomatique, l'enfant communique quelque chose de sa souffrance à lui mais aussi très souvent de la souffrance plus ou moins enfouie d'un membre de sa famille.

Ici, Jeanne, qui pourtant ne connaissait pas ce pan de l'histoire de sa mère, nous révèle à travers son symptôme (manifestation de craintes), le traumatisme pétrifié mais encore insidieusement actif dans les tripes de sa mère. Les jeunes enfants sont comme des

éponges, ils captent ce qu'il y a comme tensions enkystées, comme souffrances dans l'air, souffrances dites ou non dites, liées à des événements actuels ou passés de l'histoire de leurs parents. Edith Tilmans (1995), avec son modèle de **transmission transgénérationnelle des traumatismes**, montre comment un enfant devient le dépositaire d'une souffrance qui ne lui appartient pas directement, mais dont il révèle la persistance. Elle y décrit finement comment elle mobilise le traumatisme du parent par le biais des toutes petites manifestations non verbales des enfants en séance. On voit bien dans cette vignette clinique, combien c'est le parent qui détient la clé de l'énigme du symptôme de l'enfant et qu'une prise en charge individuelle de l'enfant n'aurait pas permis de saisir la complexité de la souffrance de Jeanne.

Mais tentons d'analyser plus avant le mécanisme qui préside à ce phénomène de « résonance émotionnelle » d'une génération à l'autre. Pour ce faire, nous aurons recours à la notion de **transfert** telle que K. Stettbacher (1991) la conçoit. Lorsqu'une situation actuelle rappelle par un trait commun le traumatisme non résolu, plus ou moins refoulé, de l'enfance (une émotion, une odeur, une ressemblance physique entre l'auteur du traumatisme et quelqu'un d'autre,...), il y a une énergie psychique particulière qui se dégage et qui peut prendre des formes diverses : crispation, angoisse, tremblements de la voix, rougissement, agression, pétrification,..., bref, une réaction particulière que l'entourage trouve bizarre, inhabituelle, et incompréhensible. C'est comme si, à son insu même parfois, la personne s'attendait à revivre le traumatisme... Quand le traumatisme n'est pas digéré, quand il n'est pas mis en mots, ce sont les attitudes qui le suintent.

Dans le cas qui précède, quand Béatrice s'apprête à donner une fessée à sa fille, elle retrouve dans ses yeux la peur qui lui rappelle sa propre terreur d'enfant quand son frère venait la frapper. Il y a un trait commun à ces deux situations : la peur face à l'agression et ce trait commun produit ce « transfert » à l'origine de la décharge émotionnelle. La réaction de Béatrice à la peur qu'elle lit sur le visage de sa fille à ce moment-là, même si elle ne fait pas de lien conscient avec ce que son frère lui a fait vivre, a une intensité particulière : elle est en état de choc, l'émotion est forte, on peut imaginer que son anxiété est grande, voire qu'elle y réagisse en serrant très fort sa fille dans ses bras. Jeanne, de son côté, sent bien que sa mère est toute chamboulée, elle trouve sa réaction bizarre, n'en comprenant pas la raison. Jeanne était tout simplement partie sur l'idée d'une fessée bien méritée et voilà que sa mère la prend dans ses bras et semble tout émue. Une situation au départ bien anodine à ses yeux prend soudainement un tour étrange...

Quand un enfant trouve que quelque chose de bizarre se passe au niveau émotionnel chez son parent, c'est insécurisant pour lui, quelque chose lui échappe, alors il peut répéter son comportement, voire l'amplifier dans le but de mieux comprendre son parent. Donc, un comportement au départ banal (avoir peur de recevoir une fessée) se répète, s'installe, se fixe et finit par devenir symptôme car il est amplifié par les réactions de l'entourage, vu qu'il fait vibrer en eux une corde sensible.

Lors de ces rencontres thérapeutiques qui rassemblaient mère et fille, la maman a repris à son compte la terreur qu'elle projetait sur sa fille et cela a permis d'en dégager Jeanne. En racontant le traumatisme de son enfance en présence de sa fille, Madame a pu reprendre le travail d'élaboration de ce traumatisme-là. Jeanne, de son côté, grâce aux interventions où je veillais à ce que sa mère rende intelligible à sa fille le lien entre ces deux histoires, a recommencé à grandir sans peur. On peut donc parler d'une opportunité de libération mutuelle pour la mère et la fille.

Réseau Pratiques

Partage d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement
<http://www.interaide.org/pratiques>