

# Recension de «Défis de familles» sur la thérapie systémique

Recension par Jean Martin, médecin de santé publique et bio-éthicien



Nahum French est un pédiatre lausannois bien connu, Jon Schmidt est psychologue. Tous deux sont thérapeutes de famille et œuvrent ensemble depuis dix ans. Ils ont beaucoup collaboré avec Gérard Salem. L'ouvrage qu'ils publient présente seize histoires tirées de leur pratique, avec les enseignements et les commentaires. Elles résument le déroulement de la thérapie et illustrent la palette des difficultés qui perturbent, agitent ou compliquent la vie des familles.

**Cothérapeutes.** Dans l'avant-propos : « Nous sommes cothérapeutes et amis. Cette complicité nous a conduits à écrire ce livre à quatre mains, à deux cerveaux et à deux cœurs. Il est le témoignage de nos expériences mais il dit aussi ce que nous sommes. Notre but est de permettre à tout un chacun de se rendre compte que, dans la salade familiale, il y a du chili piquant, du persil amer, du vinaigre acide ainsi que du miel et des pétales de roses. »

**Approche systémique.** Selon les auteurs, l'approche systémique considère la famille comme un ensemble d'éléments reliés les uns aux autres. Ils prennent l'exemple d'un mobile suspendu : le fait de toucher une des pièces fait inévitablement bouger l'ensemble de la structure mais le mobile tient toujours en équilibre (homéostasie). L'état d'esprit qu'ils prônent est la bienveillance. Elle laisse à l'autre le bénéfice du doute et évite d'attribuer instantanément une intentionnalité aux actes.

**Les récits.** Quelques facettes de situations qui font l'objet d'une narration : l'enfant roi, celui à haut potentiel, ou hyperactif ; le patient désigné ; l'adolescent en quête d'identité, le coming out difficile à propos d'homosexualité ; l'enfant adultifié, parentifié, ou à l'inverse l'adultescent, c'est-à-dire la personne de 30 ou 40 ans qui vit comme un ado. Sont abordées les tensions du couple, voire les ruptures, les familles recomposées, les difficultés rencontrées dans l'adoption, en particulier internationale. Sont discutés aussi les rapports et les différences entre lien conjugal et lien parental.

**La comptabilité familiale.** Les relations avec les grands-parents sont bien présentes : difficultés liées à un modèle familial patriarcal, aux origines culturelles différentes posant problème après transplantation en Suisse, etc. Les contentieux non réglés depuis l'enfance sont une problématique importante : les auteurs parlent de comptabilité familiale (le « grand livre des comptes »), d'« ardoise » (sur ces sujets, lire aussi le livre de Sylvie Galland « La relation entre les adultes et leurs parents », [recension](#) dans REISO).

**Les questionnements.** « Les échanges entre nous deux ont enrichi notre travail, nous forçant à nous interroger quotidiennement sur notre pratique et à cibler nos interventions, pour trouver les mots justes. Nous autorisant à nous questionner mutuellement et devant nos patients, tout en les invitant à se joindre à la discussion. Pour leur fournir de nouvelles briques pour tenter de construire un avenir plus sain et plus heureux. »

**Dans l'inconnu.** « La thérapie de famille est avant tout une expérience au cours de laquelle ses membres, comme les thérapeutes, s'aventurent dans l'inconnu, chacun avec son histoire, ses valeurs, ses rêves [...] C'est là que se situe

la beauté du voyage, pour trouver l'essentiel. L'espace et le temps de la thérapie permettent à chacun de définir et de négocier son rôle et sa place, entre les libertés et les contraintes du quotidien, chacun à son rythme. »

Défis de familles sera lu avec intérêt, profit – et souvent plaisir – par celles et ceux qui connaissent ou ont connu des moments difficiles, parfois déchirants, dans leurs existences familiales mais aussi, sans doute aucun, par celles et ceux dont la vie serait plutôt un fleuve tranquille.

«Défis de familles. 16 histoires de thérapie systémique», Nahum Frenck et Jon Schmidt, Le Mont-sur-Lausanne : Editions LEP Loisirs et Pédagogie, 2019, 157 pages

[LEP](#)