

# La thérapie narrative expliquée par Gérard Ostermann



Fondation vaudoise contre l'alcoolisme  
Bulletin d'information | janvier 2020 | n°4

Dans son dernier numéro du FVA Info, la [Fondation vaudoise contre l'alcoolisme](#) publie l'interview du médecin français Gérard Ostermann, professeur de thérapeutique à Bordeaux.

Interviewé par Jean-Philippe Rapp, le médecin présente la thérapie narrative. En quelques questions-réponses, le professeur parvient à situer clairement cette nouvelle approche et sa pertinence pour les personnes souffrant d'alcoolisme ou d'anorexie par exemple. Extraits.

«L'estime de soi est un élément majeur. La confiance et l'estime passent par l'autre. Les gens qui travaillent à leur propre estime se trompent lourdement. J'ai besoin de l'autre pour devenir moi, tout en étant différent·e, ce qui est quand même incroyable, paradoxal. En même temps, c'est à partir de là que se fonde le paysage de soi, c'est-à-dire celui des intentions et des valeurs théoriques, mais qui sont des valeurs incarnées.»

«La thérapie narrative, c'est déconstruire la réalité dans laquelle les personnes se sont enfermées ou emprisonnées. Par un jeu de questions, nous pouvons les faire douter un peu de la vérité de ce qu'ils énoncent pour qu'ils passent à une autre représentation.»

Ce FVA Info N°4 présente également les formations, dont les supervisions ou la formation des jeunes qui mènent un travail de prévention comme pair·e-s dans les manifestations festives.

[«FVA Info»](#) 6 pages en format pdf