

L'entretien d'explicitation dans la démarche de thérapie constructive.

Par Jean-Pierre ANCILLOTTI
Association Métamorphoses, Vallauris¹

1. Un peu de clinique, pour commencer.

Lorsque je reçois M., il se plaint des relations déplorables qu'il entretient avec sa famille. Agé de 35 ans, il est marié et père de deux enfants. Il est en conflit ouvert avec son père, auquel il a écrit qu'il ne voulait plus avoir de relations pour l'instant, car, en particulier, cela avait abouti à blesser son épouse et à créer des problèmes dans son couple. Son grand-père paternel, qui n'accepte pas cette situation, fait tout pour que les relations reprennent. Questionné sur une occurrence précise au cours de laquelle le grand-père a agi de la sorte, M. évoque la situation suivante : « J'étais en vacances chez mon grand-père, et il m'a demandé de téléphoner à mon père. Je lui ai dit que je n'en avais pas l'intention. Il est allé au téléphone, a composé un numéro, puis m'a appelé. C'était mon père au bout du fil. Il a demandé à venir pour voir mes enfants, je n'ai pas su refuser ».

Je lui ai proposé de revenir en pensée sur le déroulement de cette scène. Le questionnement selon les « satellites de l'action », en lui permettant de retrouver le contexte de façon précise (le moment, le salon, les positions respectives, les mots et les gestes, lui ont permis d'envisager les différents moments de l'action (« fragmentation »). M. a commencé à dire qu'il aurait pu s'y prendre autrement pour exprimer son point de vue. Il a repéré de lui même des alternatives possibles.

Je l'ai alors invité à se replacer à ces moments précis, dans la position de faire « comme si » il agissait alors de façon différente, en accord avec son but. Après trois évocations de ces alternatives, il a trouvé ce qu'il dirait à son grand-père, et a découvert que cela serait en somme de peu d'effet. Par contre, M a trouvé ce qu'il aurait voulu dire, brièvement, à son père : « Bonsoir, j'espère que tu vas bien, tu as reçu ma lettre et tu connais ma décision pour le moment. Je te repasse grand-père ».

La phase suivante de l'échange a consisté à lui faire découvrir les compétences qu'il possède, qu'il lui suffit de transposer, d'utiliser dans cette classe de situations. Son but est de pouvoir « aborder les situations de conflit, surtout en cas d'enjeu affectif, sans autant d'appréhension qu'aujourd'hui ». Invité à savoir comment il saurait qu'il parvient, il répond « me remettre à l'esprit mes propres intérêts et ceux de mon foyer face à cette peur de déplaire ». La question est alors de savoir comment. De savoir à quelle compétence faire appel pour y réussir. Il trouve que l'attention qu'il déploie et l'esquive qu'il pratique en un art martial sont ce qu'il convient de déployer désormais.

¹ Site de l'Association - <http://www.metamorphoses.fr>

La suite appartient au seul domaine de la thérapie constructive, dont j'exposerai ensuite les fondations.

Si j'ai rapporté cette situation, c'est pour souligner que « l'évocation » telle que je la pratique permet de faire émerger certains aspects de la cohérence et du projet de la personne. Tout d'abord, d'un point de vue professionnel, la démarche d'explicitation permet, tout en s'informant pour parvenir à une compréhension de la cohérence de la personne, de construire et de développer une manière d'être aux autres différente. Le professionnel se constitue une représentation la plus fidèle possible de comment l'autre perçoit ce qu'il a perçu, et ce qu'il a fait ; ceci est permis par le questionnement suivant les catégories de verbalisation, les satellites de l'action, en accueillant l'émotion sans se centrer sur cette dernière. D'autre part, du point de vue de la personne qui consulte, tout en s'auto informant sur ses propres actions et représentations actuelles, d'opérer parfois une reconstruction de ces représentations ; on notera que ces remaniements, cette réécriture en quelque sorte, peuvent parfois demeurer un temps en germe, pour s'exprimer par la suite.

2. Où l'on voit que la démarche constructive a besoin de l'outil de l'explicitation.

En analysant ce à quoi je suis parvenu dans ma pratique, j'ai proposé ce terme de « thérapie constructive » pour deux raisons :

- la première est que ce mot peut renvoyer à une épistémologie, à savoir une épistémologie constructiviste, c'est-à-dire à une théorie de la connaissance (comment connaît-on, comment savons-nous ce que l'on sait, et comment sait-on que l'on sait ?...) ; cependant, j'ai choisi une autre dénomination que « thérapie constructiviste » pour éviter un « isme » de plus. « Je ne fais pas de purisme, je ne fais pas de « isme », je fais du travail », disait Le Corbusier. Je suis un praticien.
- la deuxième raison est donc venue de la volonté de me placer surtout du point de vue de la pratique : « au commencement était l'action », ai-je désormais coutume de dire.

Cette dénomination « constructive » est intéressante en ce qu'elle situe avec suffisamment de précision ma position : la démarche constructive ne consiste pas tellement à regarder ce qui s'est passé, ce qui appartient au passé, ni à y chercher des causes : j'ai quitté le « pourquoi » pour passer au « comment ».

J'utilise un questionnement singulier, dit d'explicitation, auquel je me suis formé avec Pierre VERMERSCH et Catherine LE HIR, en l'adaptant à la finalité thérapeutique :

- Définir ce qui fait problème au moment précis où la personne consulte à travers l'évocation de situations vécues, spécifiées et concrètes.
- Appréhender la cohérence de la personne et la logique du système dans lequel elle évolue.
- En repérer les points d'entrée
- Y inclure également le thérapeute ou les thérapeutes.
- Permettre, dans le même mouvement, la fin de la souffrance et de la plainte, et l'émergence d'un projet constructif pour et par la personne.

Mon objectif, dès la première séance, est donc de parvenir à repérer « la porte d'entrée » thérapeutique. Pour cela, j'attache une attention toute particulière aux représentations de chacun des acteurs du système dans lequel évolue la personne qui consulte. Je leur accorde une place centrale dans la recherche de compréhension de la cohérence de cette personne, apprenant à me

tenir loin des jugements, des commentaires, de ma propre vision. Par cette position, qui est loin d'être facile à acquérir, j'entends permettre à la personne qui consulte de trouver par elle-même une piste de solution.

Comment agir, de façon concrète, une fois cette position adoptée ? Je fais des propositions tout à fait minimalistes, paradoxales, ou humoristiques, de petites tâches à expérimenter. Je suis attentif à tout ce qui se rapporte à une intention, un but, un projet sur lequel prendront appui les propositions d'action, d'expériences.

En effet, et le travail sur les représentations des liens d'attachement le confirme, le problème central est celui des représentations de chacun des acteurs. Si les représentations se modifient, les acteurs vont agir autrement. Comment faire en sorte que les représentations se modifient ? Par une action différente, inhabituelle, bizarre, qu'une ou plusieurs personnes concernées vont effectuer. La responsabilité du thérapeute est de choisir l'action susceptible d'avoir cet effet de modification de point de vue, et de savoir proposer cette expérience.

3. Hypothèses et outils de la démarche constructive.

Si les hypothèses de travail de la thérapie constructive sont peu nombreuses, les conséquences en sont complexes. Il convient d'exposer brièvement ces hypothèses pour réaliser la place essentielle que l'explicitation tient dans cette démarche :

3.1. - La cohérence

Quel que soit le fonctionnement de la personne, ou ses « symptômes », j'ai observé que ce fonctionnement est cohérent, de son point de vue ; il existe une cohérence du sujet, une manière continue d'être au monde et d'agir avec les autres qui est originale. Cette cohérence est le résultat dynamique de l'histoire de la personne s'exprimant à un moment précis, c'est-à-dire de la construction de schèmes d'interaction avec le monde physique (PIAGET), de « schémas-d'être-avec-autrui » (STERN). Elle synthétise l'ensemble des fonctionnements qui réalisent l'identité de la personne, qui lui permettent de se reconnaître comme étant "la même" à travers les changements de la vie, et cela bien qu'elle ne soit plus tout à fait "pareille" jour après jour ; la cohérence de la personne organise la façon de voir le monde et les personnes, de sentir et d'agir, qu'elle s'est construite au cours de son histoire. Elle s'incarne dans un contexte, cadre l'action en ses limites, préfigure des buts, mobilise des ressources internes et externes.

La cohérence de la personne est donc tout à la fois produit du développement, et co-productrice du développement. L'expérience personnelle du sujet tout au long de sa vie est le processus interactif qui construit la cohérence autant qu'elle ne la révèle. Et cette cohérence est autogénératrice, en permanente construction, ce qui ouvre la possibilité d'une certaine réorganisation, de certains remaniements, de nouveaux apprentissages. Ainsi, pour paraphraser J.C. LEMOIGNE, « le producteur devient le produit [l'un des produits] et ce produit est son propre producteur ».

Du coup, le rôle du thérapeute est, à travers et grâce au questionnement, de se faire une idée de la cohérence propre à la personne, de son fonctionnement. Pour y parvenir, il est nécessaire de lâcher prise, d'accueillir comportements et verbalisations de manière bienveillante.

L. est amené par sa soeur et sa mère. Plusieurs fois interné en hôpital psychiatrique, il a été catalogué schizophrène. Au cours de l'entretien que les thérapeutes mènent avec lui et sa soeur, à propos des « fugues » dont il est coutumier, L. déclare abruptement que ces problèmes viennent de ce qu'il a « des chaussures magnétiques ». Je lui demande alors s'il est d'accord pour me décrire une fois où ces chaussures magnétiques ont agi. Il le fait volontiers, indiquant dans quelles circonstances précises elles lui ont été offertes, et un exemple concret de leur action. Il décrit même un épisode où il a tenté, avec sa soeur, de s'en débarrasser en les jetant dans un container d'ordures ménagères. Mais chaque fois, les chaussures magnétiques ont été les plus fortes. C'est là que l'on voit s'ouvrir deux possibilités professionnelles bien différentes : ou bien le considérer comme un psychotique, un fou, à lier évidemment, ou bien le considérer comme une personne qui a construit une expérience différente, mais cohérente. Optant pour le second point de vue, je lui ai fait remarquer qu'il n'avait pas, présentement, ses chaussures au pied. Il a acquiescé. Je lui ai alors demandé comment il avait fait pour les enlever, puisque ce sont toujours elles qui ont le dessus. Je me suis levé, en montrant mes chaussures, en disant : « Moi quand j'ai des chaussures magnétiques, je ne peux plus faire ce que je veux, aller où je veux, ce sont elles qui commandent ». J'ai orienté les chaussures vers la porte, j'ai commencé à marcher à pas forcés vers la porte, tout en restant le buste tourné vers L., et en continuant à parler ainsi. J'ai ouvert la porte en avançant à pas de plus en plus saccadés, en continuant à parler sur le même thème. Quand j'ai franchi la porte, L. s'est mis à rire. Je suis revenu m'asseoir, le contact était établi : l'explicitation et l'humour sont des outils complémentaires pour élaborer une « intervention d'opportunité » destinée à interrompre un pattern. La suite fut très constructive, mais c'est là un autre chapitre.

Cette notion centrale de cohérence renvoie donc à la construction du sujet au cours de la vie de la personne. Elle implique une conception constructiviste de la mémoire humaine. Comment rendre compte de cette identité qui nous fonde et qui, par-delà les changements fait que nous sommes au fil du temps toujours les mêmes, quoique chaque jour un peu différents ? En quoi est-elle capitale dans la démarche constructive ? Parmi les événements fondateurs, je fais une place particulière aux liens d'attachement que chacun construit au cours de son histoire, dans et par les interactions avec le monde et les autres². Ce thème est crucial en thérapie constructive.

Le questionnement va ainsi porter sur le contexte de vie, qui peut produire un sens différent selon les personnes qui y interagissent. Par exemple, le thérapeute va s'adresser aux parents d'un enfant ou d'un adolescent désigné comme « perturbé ». Les « problèmes », l'incohérence apparente du comportement de l'enfant, de l'adolescent, reflètent avant tout le point de vue des adultes, ou d'une institution. Des éléments concrets du contexte, des relations familiales, des objectifs de chacun, les moyens qui ont été mis en oeuvre, et ainsi de suite... correctement recueillis grâce à la démarche d'explicitation, peuvent permettre d'avoir un regard différent, amener à une plus grande tolérance. Les parents apportent des éléments cruciaux d'information.

² Jean-Pierre ANCILLOTTI, L'entretien d'explicitation comme méthode de questionnement des attachements de l'adulte, in H. MONTAGNER et Y. STEVENS, L'attachement, des liens pour grandir plus libre, L'Harmattan, Paris, 2003.

De plus en plus, j'accueille dans un premier temps les parents -seuls- pour recueillir ces informations concrètes. Le questionnement permet au thérapeute de saisir la position de chacun des protagonistes, d'y voir plus clair dans le fonctionnement du système. Dans le même temps, le même mouvement, les parents réalisent mieux ce qui se passe en répondant de façon concrète, par la description d'interactions, de situations qui se sont réellement passées, spécifiées dans le temps et l'espace.

Ce qui fait en outre l'originalité de la démarche constructive, c'est que je demande aux parents : « Votre fils a-t-il parlé d'un projet qui lui est personnel ? Quand ? Dans quelles circonstances ? À qui ? En quels termes, précisément ? Comment a-t-il été perçu ? Reçu ? etc. ». L'explicitation est alors mise en oeuvre de façon à élucider chacune des réponses.

Si je rencontre l'enfant ou l'adolescent lui-même, les mêmes questions lui seront posées dans le cours de l'entretien, et la même élucidation sera menée.

Pour conclure provisoirement sur ce point, disons qu'au même titre que le comportement et les interactions, le projet est une porte d'entrée thérapeutique essentielle. Il est à prendre au sérieux, même s'il paraît farfelu. Théoriquement, il incarne la dimension téléologique de la thérapie constructive qui la distingue d'autres approches. Dans la pratique, accepter et accompagner un jeune, par exemple, dans les premiers pas guidés par son projet va lui permettre de le réaliser, ou de le modifier, ou d'en changer - c'est-à-dire de reprendre la main, de décider pour lui-même. Comment ?

3.2. - Le moyen : le contrat de communication

Le point essentiel que je voudrais aborder maintenant brièvement est le suivant : comment mettre en place le cadre d'une interaction thérapeutique constructive, quelles que soient la ou les personnes reçues, parents et/ou enfant, adolescent(e), pour pouvoir questionner de la sorte, de manière concrète et spécifiée ?

Notre outil essentiel en la matière est le contrat de communication, qui permet d'installer puis de réguler l'échange, à tout moment des interactions, contrat comportant les éléments suivants :

- 1) - Je vais vous poser des questions...
- 2) - Vous y répondrez si vous le souhaitez, sinon vous passez (Joker ou Excuse !).
- 3) - Je ne vous demanderai pas pourquoi.
- 4) - Si vous répondez ce sera donc sincère.
- 5) - Si vous souhaitez arrêter avant, vous me le dites et nous reprendrons rendez-vous.

En outre :

- Je donne toujours le temps imparti pour l'entretien avant de commencer.
 - Je remercie toujours pour les informations ou les réponses recueillies.
 - Je reviens sur ce contrat, en tout ou partie, aussi souvent que nécessaire pour réguler l'échange.
- Cet outil s'avère à l'expérience d'une puissance insoupçonnée, et thérapeutique en lui-même. Il agit aux trois niveaux de la communication, de la relation, et du contenu : le cadre, la logique et la ponctuation de l'échange sont clairement définis ; une relation de confiance s'instaure, car le thérapeute veille pour les deux interlocuteurs au respect du contrat ; l'interlocuteur est libre d'apporter ou pas les éléments, les informations concrètes qui lui paraissent pertinentes de son

point de vue, d'exprimer son ressenti, si et seulement si, précisément, il se sent en mesure de les exprimer.

J'observe à chaque rencontre que la mise en place du contrat de communication, instaure un cadre connu, donc rassurant et confortable pour chacun. Ensuite, en toute rigueur, il permet l'émergence du projet de la personne qui consulte, et son expression, qui sera respectée par tous les autres acteurs ; les thérapeutes sont perçus comme ceux qui y veilleront avec soin. Ce contrat de communication constitue ainsi le cadre, le « contenant » qui permet la mise en oeuvre ultérieure de la méthodologie de l'explicitation. Cette manière particulière de questionner est essentielle dans le contexte thérapeutique, car elle met au centre le vécu de l'action de la personne, dans laquelle s'origine ses représentations (énactions). Nous le savons, elle est contre habituelle et demande par conséquent une formation spécifique qui doit être suivie par tout thérapeute constructif. Une fois acquise, elle se combine harmonieusement avec les questions systémiques visant à mettre à jour le système interactionnel, en lui donnant un sens, celui de l'émergence du ou des projet(s).

3.3. - La position du thérapeute :

Pour le professionnel la nécessité d'acquérir la capacité personnelle à tout entendre, à tout accueillir, est essentielle. Sans compassion ni complaisance, de manière authentique, quoi que l'on entende par là. La limite posée ensuite au thérapeute est d'ordre social, légal, éthique, quant à savoir ce qu'il prendra en charge, dans le cadre d'un « contrat thérapeutique », cela lui appartient. Mais ce choix sera d'autant plus pertinent et réfléchi qu'il aura été abordé par un contrat clair, grâce à des informations fiables, explicites, relatives au fonctionnement de la personne et dans son contexte spécifié.

Lorsque l'on dit « tout accueillir », il convient de se placer du point de vue de la compréhension de la cohérence du sujet et du projet ; ce qui signifie apprendre à se tenir loin des jugements, appréciations, commentaires... La démarche constructive se définit par conséquent, dans la mesure où chacun possède sa propre cohérence, comme une mise à distance de toute classification, nosographie, organisation en pathologies dûment répertoriées (DSM, Classification Misés et autres recueils d'étiquettes).

Pourtant, qu'il est difficile de ne pas être submergé par ses propres jugements lorsque la personne évoque des situations vécues ! C'est pourtant un certain détachement, une distance à respecter qui rend possible une attitude d'accompagnement. Cette attitude permet l'explicitation des représentations du sujet, de la cohérence de ses actions, et donc, à partir de là, la définition du problème, les tentatives qui ont été mises en place pour le résoudre, et la porte d'entrée pour l'intervention thérapeutique centrée sur son projet.

Dans le cadre de l'Association Métamorphoses, nous avons instauré des rencontres mensuelles entre praticiens. Au cours du travail que nous menons sur cette question de la « position » nous nous sommes interrogés pour savoir en quoi la formation à l'explicitation constitue une réponse concrète à la question : « comment acquérir cette position ? ». Cette discussion continue. Pour l'heure, de la même façon que l'on dit que la culture c'est ce qui reste quand on a tout oublié, on peut se demander ce qui reste quand on a tout oublié des techniques acquises lors de la

formation à l'explicitation. C'est le « renversement de point de vue ». Nous pouvons observer que nous pouvons établir un autre type de relation à soi-même et donc aux autres. C'est pouvoir laisser venir la réponse plutôt de qu'aller la chercher, dans l'idée d'une « position de lâcher-prise, d'accueil ». Il n'y a rien chez le thérapeute, une page blanche. L'idée, la position de laisser venir abolit l'angoisse du vide. La seule attente, comme on anticipe que cela se fera, est l'attente que la personne remplisse par elle-même le contenant que nous lui proposons. Observation précieuse pour les thérapeutes. La réflexion continue.

En résumé, l'épistémologie constructive est donc minimaliste, elle s'organise à partir de deux hypothèses (la cohérence, la position), et met en oeuvre deux outils de base (le contrat de communication et les techniques d'explicitation). Elle se coordonne et se complète parfaitement avec la visée du projet de la personne, permettant son émergence de façon confortable. Grâce à l'explicitation, par la formation du thérapeute et par la position qu'elle permet d'acquérir, un nouveau cadre relationnel s'instaure. Il permet la mise en oeuvre de la démarche constructive centrée sur le projet de la personne, question que nous pourrions aborder ultérieurement, car l'explicitation y tient également une place, bien que de façon différente. J'ai écrit plus haut qu'il existe un domaine dans lequel la mise en oeuvre de l'explicitation tient une place importante dans la démarche constructive : il s'agit de la question de la représentation des liens d'attachement chez l'adulte.

4. Une illustration de l'effet de l'explicitation.

Assez souvent en consultation, concernant les problèmes que des parents rencontrent avec leur enfant, il est avancé un principe explicatif qui cherche du côté de l'héritage génétique des théories pour rendre compte de tempéraments, de choix, d'inclinations, de comportements. Il est parfois intéressant de prendre en compte ces jugements, qui reposent sur des observations, des comparaisons, des analogies ; tout d'abord, parce qu'elles déterminent l'attitude que la personne qui parle va adopter envers celle dont il est question ; ici s'enracinent des scénarios de vie ("J'ai divorcé deux fois comme l'a fait ma mère"), ou des prédictions qui peuvent être auto-réalisantes ("Moi aussi j'ai eu des difficultés en lecture et j'ai redoublé mon CP"), des auto-justifications ("J'ai souvent vu mon père taper ma mère, alors je pense que je ne peux pas m'empêcher de faire pareil"), etc.

De telles affirmations sont à prendre au sérieux, par ce qu'elles donnent à observer du fonctionnement de l'interlocuteur, de ses attentes, de ses buts, et de sa position. Je cherche, à travers ce qui est dit, à saisir ce qui relève des liens d'attachement tels qu'ils sont actualisés par de telles déclarations. Je les prends donc au sérieux d'un triple point de vue :

- sur le plan psychologique, pour mieux comprendre la personne qui consulte, il existe un intérêt à questionner, de manière respectueuse, sans influence, de telles représentations par l'impact qu'elles ont dans le présent et peuvent avoir dans le futur ;
- sur le plan thérapeutique, un tel questionnement peut présenter un grand intérêt par les pistes de proposition de travail qu'il ouvre ; il constitue souvent un travail thérapeutique par lui-même, car il permet une auto-information pour la personne, une mobilisation et un début de mentalisation, quelquefois une prise de conscience. Nous allons développer ces trois points de vue, en partant à chaque fois de notre démarche constructive, qu'elle étaye largement.

- cela implique une méthode d'approche particulière, qui permette d'une part d'éviter toute induction de la part du professionnel sur le contenu de ce qui est rapporté, et qui minimise d'autre part les phénomènes de reconstruction dans et par l'interaction ; j'ai donc logiquement recours aux techniques de l'explicitation, pour développer l'aspect compréhensif des représentations de la personne concernant la façon dont il vit les liens d'attachement.

En effet, il est désormais admis que le vécu familial est souvent à l'arrière-plan du "problème" énoncé par la personne qui consulte : elles concernent ce que l'adulte apporte avec lui, au titre de contexte historique personnel, de représentations, de schèmes habituels d'actions et de réactions. Selon Daniel STERN, cette catégorie de représentations, provenant de régularités détectées et construites par le bébé, puis l'enfant, ont un aspect stable, constant, servant de support à la manière d'établir ses transactions avec l'environnement humain³. De ce point de vue, il peut être important de les questionner, pour avoir des informations pertinentes sur la cohérence de la personne, en particulier concernant ses relations familiales, sa position vis-à-vis de ses enfants et de ses propres parents. Ce questionnement s'inscrit donc dans une démarche prenant en compte le développement, l'histoire personnelle et l'histoire en train de se faire à travers les cadres construits dans le passé et s'appliquant aujourd'hui sans que la personne en ait forcément conscience ; il s'inscrit dans une perspective transgénérationnelle. Dans les travaux concernant les attachements tels que peut les exprimer l'adulte, l'objectif le plus constant est de faire apparaître les représentations de la personne en tant que "fils ou fille de", "petit-fils ou petite fille de", de lui permettre de les verbaliser, de les mobiliser aussi dans une perspective de changement⁴.

Dans une perspective constructive, la pratique et la théorie se conjuguent en effet pour indiquer l'importance des attachements construits durant l'enfance et l'adolescence, envers des figures essentielles, parents et grands-parents, collatéraux ou amis, qui ont servi de cadre, de référence, de modèles, de limites aussi au développement. L'importance de ces attachements est mise en évidence, au cours des entretiens, en ce qui concerne :

- les conduites adoptées, les anticipations construites, les émotions ressenties,
- la manière d'entrer en relation avec les autres, de façon corporelle, sensorielle, spatiale (proxémique), langagière...
- les opinions qui sont formées de manière non consciente sur soi-même et autrui, les jugements qui sont émis à ce sujet.

Mais l'expérience nous montre aussi que les liens d'attachement peuvent aussi être remodelés, voire reconstruits, au moins partiellement, par l'adulte ; ce qui doit rendre prudents dans l'interprétation et l'usage thérapeutique que l'on peut en faire. Ce que j'obtiens, dans un entretien d'explicitation des attachements, c'est bien le point de vue actuel de l'adulte, qui mêle le retour du passé tel qu'il a été vécu subjectivement dans le réel, et ce qu'en a fait le sujet construisant sa propre réalité. La démarche ouvre visiblement des choix à la personne qui consulte : conserver cette forme de liens en ce qu'ils la structurent positivement dans son projet, ou décider d'un travail visant à dépasser les croyances sous-jacentes et les limitations qu'elles entraînent pour elle.

³ Daniel STERN, *Le monde interpersonnel du nourrisson*, Paris, PUF, 1989.

⁴ D. STERN, *La constellation maternelle*, Paris, Calmann-Lévy, 1995.

Corollairement, cette explicitation des liens permet de proposer de nouvelles expériences, de nouvelles tâches à la personne qui consulte, afin de lui faire envisager d'autres points de vue, de lui permettre de s'ouvrir de nouveaux choix dont elle aura la responsabilité.

Enfin, je fais régulièrement une expérience étonnante : l'explicitation des attachements du point de vue adulte mobilise des processus mentaux qui perdurent et évoluent selon une dynamique conduisant à des régulations, des réévaluations, bref des équilibrations. Ainsi, les personnes questionnées font état, spontanément lors de séances ultérieures, ou au détour d'une conversation thérapeutique sur un autre thème, ou lors d'une évaluation du parcours thérapeutique, de l'importance qu'a eu pour elles ce moment, et les éléments évoqués. De plus, elles peuvent rapporter une continuation du processus, une remise en cause de certains de leurs comportements, de certains jugements, à la lumière de ce travail. Du point de vue du thérapeute, il observe une attitude, une position plus ouverte, des interrogations, chez la personne, un questionnement réflexif ultérieur de sa propre cohérence.

Il existe donc une dimension particulière de mobilisation et d'apprentissage constructif, et je pense que l'explicitation se trouve au coeur de cette dimension de reprise du développement.