

Brigitte de Werra

Utilisation de livres d'images en thérapie de couple?

A première vue, cette question paraît saugrenue. Comment? Travailler avec des adultes, des adultes en crise comme ceux qui consultent en consultation conjugale, par le moyen de livres d'images, donc de livres écrits et dessinés pour des enfants? Pourtant, depuis bientôt quatre ans, inspirée par le travail de Annette Pestalozzi et Denise von Stockar à Zurich, j'utilise avec plaisir et succès cet "outil transitionnel" dans mon travail de consultation conjugale et thérapie de couple.

Plaisir, car les livres d'images font appel à notre imagination, donnent une vision nouvelle, ouvrent l'horizon tant du thérapeute que des patients. Succès, car ce travail semble ouvrir des discussions et libérer des pensées.

"Guérisseuse d'âme" était surnommée la bibliothèque de Thèbes; "guérisseurs d'âme" sont certains livres utilisés dans le travail de réflexion avec les couples.

D'autres "moyens transitionnels", qui permettent d'arriver à une meilleure compréhension, à un meilleur éclairage émotionnel et intellectuel d'une relation affective (telle que la relation de couple) seraient les contes, les métaphores, les proverbes.

Le livre d'images s'avère spécialement riche, car il apporte le texte, une "histoire", mais aussi toute la finesse du dessin, du détail illustré, des espaces vides ou pleins, des couleurs contrastées ou non.

Quand peut-on utiliser des livres d'images? Comme pour tous les outils transitionnels, il s'agit d'abord de créer une relation *suffisamment bonne* (Winnicott) avec le couple de patients.

Le cadre de consultation, stable et sécurisant, une relation de travail établie permettent d'introduire un livre et de le travailler. Ce livre, qui aura une grande portée thérapeutique, est choisi avec soin; il est proposé à un moment précis de la thérapie, avec un diagnostic et une *hypothèse de travail* bien mûrie.

Il ne s'agit pas de "raconter une histoire sympathique", mais bien de provoquer chez les patients une discussion, une prise de conscience qui leur sera utile dans la compréhension et la gestion de leur conflit. C'est pour cette raison qu'il est indispensable d'accorder assez de temps à la discussion d'un livre proposé.

Les désaccords dans la perception d'un récit donnent souvent lieu à des interactions très importantes concernant les valeurs de chacun, par exemple: "*Est-il important d'être le plus fort?*" - "*Doit-on protéger le faible?*" - "*A-t-on le droit d'être faible, chacun à son tour?*" (réf. à *Toi grand et moi petit*, de G. Solotareff, l'Ecole des loisirs).

Ou alors ces désaccords permettent également enfin l'expression d'un sentiment enfoui depuis longtemps, comme un deuil, une colère par exemple.

Le livre d'images, par sa manière directe, mais subtile, de présenter l'interaction humaine, permet aux patients de se situer, de se différencier ou de s'identifier, mais, en tout cas, de mûrir et grandir par un travail psychique.

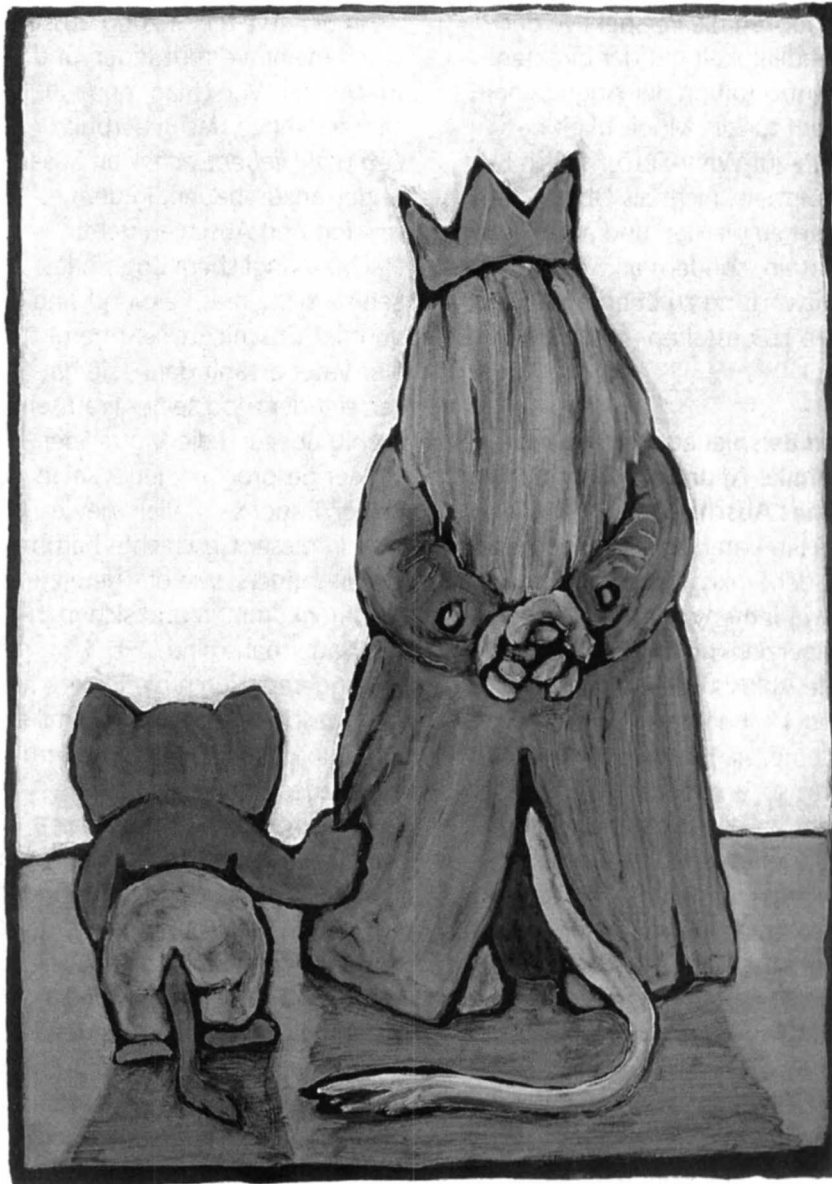
Le fait que le livre d'images ne se situe en général pas dans le temps nous permet aussi de montrer que le conflit présenté est un thème permanent dans le couple - par exemple la lutte pour le pouvoir, le manque de distance avec les familles d'ori-

gine, l'envie de fusion totale (*Petit Bleu et Petit Jaune*, de Leo Lionni, l'Ecole des Loisirs) qui est dangereuse pour l'individualité de chacun...

Last but not least, il est très important que le thérapeute ait *bien intégré* le livre qu'il raconte, qu'il soit au clair sur ses propres émotions face aux sentiments évoqués. Le temps qu'il se donne pour l'élaboration du message perçu par chacun des partenaires fait partie du confort indispensable à un bon travail thérapeutique.

Raconter un livre est raconter une histoire; raconter une histoire permet indirectement à ceux qui l'entendent de se resituer face à leur propre récit de vie, de se la redire mutuellement, et éventuellement d'y trouver un nouveau sens. L'être entier des patients est touché; cet outil de travail doit donc être manié avec précision et compétence.

N'oublions pas l'élément supplémentaire que le livre peut apporter, celui du bien-être face à une oeuvre artistique. Les éléments humoristiques peuvent aussi aider à prendre de la distance.



Toi grand et moi petit, de G. Solotareff, (l'Ecole des loisirs)

Pour conclure, je voudrais présenter deux vignettes cliniques:

- Un couple dans la trentaine vient me trouver; ils ont beaucoup insisté pour avoir un rendez-vous rapidement, "sinon on va se séparer". Madame a l'air très fatiguée, Monsieur plus bronzé mais très nerveux. J'apprends que Monsieur a perdu son travail d'enseignant il y a 6 mois, qu'il s'occupe (mais mal, dit Madame) des enfants et du ménage, et Madame travaille à 100% comme secrétaire d'une grande entreprise. Après quelques entretiens difficiles, où les discussions dérapent souvent vers des reproches mutuels, je décide de leur apporter le livre de *Toi grand et moi petit* de G. Solotareff.

Ce livre traite d'un petit éléphant démunie qui est adopté par le roi-lion; celui-ci

renvoie l'éléphant devenu grand, car il le ressent comme une menace pour son autorité; l'éléphant part, mais retrouve bien plus tard le roi-lion déchu et misérable : à son tour de le protéger et de l'aider, mais tout en respectant la consigne de l'ordre établi entre eux : *7b/ grand et moi petit*, même si la situation a changé complètement.

Après un mouvement d'étonnement par le fait de raconter un livre "d'enfants", le couple entre dans l'histoire et nous pouvons faire, sur plusieurs séances, un travail très important sur les notions de pouvoir, de disqualification, de choix de valeurs, de la permanence du lien.

Ils me demandent de pouvoir raconter l'histoire à leurs enfants

- ce qu'ils font; et le commentaire du fils de 8 ans, qui m'a été rapporté, résume peut-être ce qui a été obtenu:

"Comme ça, les deux sont contents et personne n'a perdu."

Le livre m'a permis de sortir de la répétition des reproches mutuels et de la disqualification continue, qui était déjà un de leurs thèmes récurrents.

- Un couple d'environ 50 ans consulte; Monsieur complètement bloqué, Madame très volubile, mais en larmes lorsqu'elle me parle du décès de leur fils il y a trois ans dans un accident de voiture. Monsieur reste de pierre. Le mutisme subsiste aussi à la maison; le seul contact que Monsieur désire sont les rapports physiques - ce que Madame ne supporte pas car, pour elle, ce contact-là va avec une relation affective et exprimée.

Le fait que Monsieur soit d'accord de venir à la consultation conjugale me fait penser qu'au fond de lui-même, il désire aussi changer quelque chose. C'est là que le livre de *Leila*, de Sue Alexander (éd. Bayard) me vient à l'esprit et que je décide de l'introduire dans les entretiens.

Cette histoire est celle de Leila, jeune bédouine, qui rompt la loi du silence qui entoure la mort de son grand frère bien-aimé et arrive à faire comprendre à la tribu que de parler des morts les fait vivre dans notre mémoire. Les dessins qui accompagnent ce récit sont très fins, délicats, respectueux.

L'effet du récit de ce livre est très fort et émouvant: Monsieur se met à pleurer, à sangloter, à dire sa tristesse et sa rage.

Madame est surprise, émue, mais parvient à lui parler, à partager sa peine et à dire: "Voilà, enfin je ne suis plus seule."

Ils reviennent encore quelques mois, mais ont amorcé une relation vraie, qui permet l'expression de la tristesse partagée, pour arriver à une autre étape de leur vie.

Adresse: Brigitte de Werra, Conseillère conjugale, FRTSCC, Chemin du Village 46, CH-1012 Lausanne.