

Comment identifier les forces et les ressources des familles

Présentation du 14 octobre 2008

Jean-Charles Perron, inf., (c) Ph. D., professeur

Département des sciences de la santé

Université du Québec en Abitibi-Témiscaminque

Courriel : jean-charles.perron@uqat.ca

<p>La famille de Claudia, une famille à problèmes. La mère de Claudia (11 ans) est inquiète. Celle-ci a régulièrement des appels de l'école l'avisant que Claudia a manqué des cours. À la maison, le climat est tendu. Claudia se dit tannée de vivre dans cette famille. L'intervenante de l'école a identifié plusieurs lacunes dans cette famille. Elle a d'ailleurs avisé la mère qu'elle recommanderait à nouveau un placement si les choses ne s'amélioraient. La mère dit ne plus savoir quoi faire.</p>	<p>La famille de Claudia une famille pleine de ressources. La famille de Claudia (11 ans) a une routine pour le coucher qui permet à la fois à Claudia et à sa mère de se reposer. La mère fait régulièrement des activités-récompenses avec Claudia, ce qui leur permet de vivre des périodes d'intimité. Claudia a l'impression d'être plus près de sa mère qu'elle ne l'a jamais été. L'intervenante de l'école a identifié avec la mère plusieurs ressources dans la famille. La mère sent que ses actions sont souvent utiles pour sa fille. Elle souhaite en faire davantage.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Chaque question est une intervention :

Si vous étiez un des membres de la famille de Claudia, quelle histoire aimeriez-vous vivre ? La réponse semble évidente. Pourtant, à travers nos questions, nos évaluations et nos outils d'évaluation, nous construisons souvent à notre insu une histoire de déficits dans la famille. Nos questions peuvent en outre contribuer à définir le problème de façon irrésoluble pour la famille, accentuant ainsi leur sentiment d'impuissance (sans parler du nôtre). Nos interventions sont logiques avec le modèle de résolutions de problème que nous utilisons depuis plus d'un siècle qui nous amène à poser d'abord et surtout des questions sur le problème pour découvrir le problème caché dans chaque individu ! Depuis quelques années se développe un courant différent centré davantage sur les forces et les ressources. En dépit de sa simplicité, cette orientation vers les forces et les ressources des familles nécessite un changement important de la part des professionnels de la santé. Leur nouvelle cible : construire petit à petit des solutions où les héros du changement sont maintenant les membres de la famille.

Les avantages de se centrer sur les forces sont nombreux

- On mobilise rapidement la famille vers le changement !
- On augmente le sentiment de pouvoir agir (*empowerment*)
- On se centre rapidement sur le changement souhaité par la famille.
- On situe le changement dans un présent accessible qu'importent les difficultés du passé.
- On démontre à la famille qu'ils font déjà des choses utiles.
- Souligner les forces, encourager les familles est plus aidant que faire les choses à leur place.
- La résistance fait place à collaboration.

Comment identifier les forces

Principes :

Restez simple, identifiez une action, un comportement, une valeur qui peut être reconnue par la famille. Exprimez clairement votre encouragement au plan non verbal (par exemple, ton de voix, expressions faciales, gestuelle appropriée). Au plan verbal, les encouragements doivent être brefs : éviter les longues formulations. Une à quatre phrases suffit.

Reconnaître une force actuellement en action, la souligner rapidement durant la rencontre clinique. Dès le premier contact avec la famille (ou un de ses membres), orienter les questions sur les forces ou les moments où il n'y a pas de problèmes. Se donner comme professionnels l'obligation de souligner une force de la famille dans les premières minutes de la rencontre. On se centre ainsi soi-même sur les forces de la famille plutôt que sur les déficits (notre tendance naturelle).

À titre d'exemple, en rencontre avec un jeune homme qui présente des glycémies trop élevées, parler d'abord des moments où sa glycémie est mieux contrôlée. Le faire élaborer sur ses stratégies dans ces moments « de force »..

- Parlez-moi des moments où vous votre glycémie est < 7 .
- Le féliciter pour cette journée-là et lui demander : « comment expliquez-vous que votre glycémie ait été à moins de 7 ? »
- Parlez-moi des jours où vous êtes satisfaits de votre alimentation ?
- Qu'importe la situation, observez et soulignez leur compétence.
- Énurésie : Posez des questions sur la dernière fois qu'il n'a pas mouillé son lit ? Se montrer curieux en explorant les comportements associés.
- À l'urgence : dire : « vous êtes venu consulter au bon moment » pour souligner la capacité de la personne à demander de l'aide avant qu'il ne soit trop tard.

Poursuivre l'encouragement

Aussitôt qu'on observe un début d'amélioration, on fait détailler ces petits changements qui résultent d'habitude de la mobilisation de ressources efficaces et disponibles à ce moment-ci dans cette famille. À chaque rencontre, on identifie et on souligne les forces des membres de la famille. En procédant ainsi, on attribue à la famille la responsabilité du changement, on reconnaît leurs efforts pour résoudre le problème, on les rassure quant à leur propre pouvoir de chercher des solutions et de les appliquer. Ces encouragements sont plus efficaces s'ils sont associés à ce que dit ou fait le client (d'où la nécessité de demeurer attentif à toute amélioration). En somme, il est primordial d'éviter de vous placer en position de convaincre les membres de la famille qu'ils ont des comportements positifs.

Exemples :

- « Comment vous êtes-vous décidé à faire cela (air étonné) ? La formulation sous forme de questions vise avant tout à souligner ce point positif, cette force plutôt qu'une explication formelle ».
- « Vous aviez été échaudé dans les autres contacts, comment avez-vous eu le courage de tenter à nouveau de faire une activité avec votre adolescent ? »
- « Bon travail » (en donnant une poignée de main).

- Aux parents avec des adolescents : « nous sommes impressionnés cette semaine par votre nouvelle idée de prendre soin de vous-mêmes et non seulement des enfants ».

Vous êtes invité à soumettre vos questions au conférencier en lui écrivant à l'adresse suivante.
jean-charles.perron@uqat.ca

Références sur le sujet : <ftp://uqat.ca/ftp/temp/14%20octobre%202008%20perronjc/>