

## INCONNUS AVEC ADRESSES MAILS

*Dr François Balta*

### **Résumé :**

Cet article présente, sans commentaire, la suite des mails échangés à l'occasion d'une demande d'adresse de thérapeute familial. Il souhaite mettre en évidence les compétences d'une famille à évoluer à partir de quelques demandes d'informations et de quelques échanges de points de vue. L'auteur a volontairement souhaité ne pas ajouter ses commentaires, laissant à chaque lecteur le soin d'en tirer ses propres conclusions.

This article presents, without comment, the continuation of some e-mails exchanged on the occasion of the request for an address of family therapist. It highlights the skills of a family to evolve with a simple sharing of points of view. The author, voluntarily, wished not to add his comments, leaving to every reader the care of drawing from it his own conclusions.

Este artículo presenta, sin comentario, la continuación de algunos e-mails cambiados con ocasión de la demanda de una dirección de terapia familiar. Desea poner en evidencia las competencias de una familia que evoluciona a partir de algunas demandas de informaciones y de algunos intercambios de puntos de vista. El autor, voluntariamente, deseó no añadir sus comentarios, dejándole a cada lector el cuidado de sacar sus propias conclusiones.

*Tous les thérapeutes reçoivent des demandes, soit de rendez-vous, soit d'orientation. Les mails échangés qui constituent cet article l'ont été dans ce contexte des hasards d'une demande.*

*Touché par les informations données dans le premier mail reçu, je me suis donné l'obligation de tenter d'être à leur hauteur. Je les ai considérés comme autant de cadeaux qui méritaient attention et respect.*

*Chaque réponse a suscité de l'imprévu, de part et d'autre.*

*Je laisse à chacun le soin d'en faire sa propre lecture, à partager ou non en retour. J'en garde pour moi des échos multiples et bénéfiques, dont l'idée des ressources qui ne demandent qu'à s'exprimer, si un espace bienveillant est prêt à les accueillir.*

*Enfin, est-ce que nous, thérapeutes, nous n'en faisons pas souvent un peu trop ?*

*Bien sûr, lieux et noms ont été modifiés, et cette publication se fait avec l'accord de ma correspondante.*

**24/3/2014 – Me A.B**

*Cher Monsieur,*

*Je viens vers vous à titre personnel afin de savoir si vous pouviez me recevoir avec mon fils aîné (25 ans) et mon mari. Nous avons vraiment besoin d'une aide extérieure, expérimentée et humaine comme celle que vous proposez pour nous aider à regarder et mettre du sens sur ce qui se joue dans nos relations et empêche notre fils Emilio d'aller de l'avant et de prendre son autonomie.*

*Ma démarche est consentie par tous.*

*Je suis professionnellement engagée dans la relation d'accompagnement. Je suis en thérapie depuis de nombreuses années mais bien mal placée pour dénouer ce qui appartient à notre processus de groupe familial, étant partie prenante dans le système.*

*Aussi je pense qu'une thérapie familiale avec la dimension systémique serait très appropriée (nous avons plusieurs enfants). J'aimerais vraiment que vous puissiez nous accompagner car je suis attachée à ce que le travail que nous décidons de faire aboutisse à un mouvement positif et constructif pour notre Emilio qui est en partie bloqué aujourd'hui.*

*J'espère que vous pourrez nous recevoir ou, le cas échéant, nous recommander un thérapeute familial que vous connaissez.*

*Je vous remercie par avance de votre réponse.*

*Très cordialement*

**25/3/2014 – F.B**

Chère Madame,

merci de votre mail. Je ne consulte plus depuis plusieurs années, me consacrant uniquement à la formation et à la supervision.

Il est possible que ce qui "*empêche Emilio de prendre son autonomie*" ne soit pas tant lié à ce qui "*se joue dans vos relations*" qu'un problème qui le concerne en propre dans sa relation avec le monde hors de la famille... Je trouve toujours regrettable que, en tant que parents, on passe si facilement du désir d'aider à l'auto-reproche. Même le meilleur des parents ne peut éviter à son enfant d'affronter les difficultés de construire sa vie.

Comme souvent avec les mails, vous oubliez de me dire où vous habitez et il est donc difficile pour moi de vous orienter vers un thérapeute familial.

Merci de me donner cette précision pour que je puisse vous répondre d'une manière plus adaptée

Croyez, chère Madame, en mes sentiments les meilleurs

**25/3/2014 – Me A.B**

*Cher Monsieur,*

*Je vous remercie de votre réponse qui vient m'interroger sur le sens même de ma démarche et me fait évidemment réfléchir... Je vais prendre le temps d'élaborer avec son père et ne sais pas à ce jour si nous aurons besoin d'une thérapie familiale.*

*Quoi qu'il en soit je vous donne notre adresse : nous habitons sur XX, afin d'avoir les coordonnées d'un thérapeute que vous me conseillez.*

*Vraiment je tiens à vous remercier d'avoir pris le temps de cette belle réponse qui m'est très utile et vous prie de croire, cher Monsieur, en mon infinie reconnaissance.*

*Très cordialement*

**26/3/2014 – F.B**

Chère Madame,

Le terme de "thérapie familiale" est souvent source de malentendus. Il laisse parfois croire que c'est la famille qui est "malade", alors qu'il s'agit "seulement" la plupart du temps d'aider une famille en souffrance avec la difficulté d'un des siens. Bien sûr, il est quelque peu arbitraire de croire qu'il n'y a aucun lien entre les uns et les autres, et c'est pourquoi il est souvent utile de faire le point en famille et que chacun puisse ainsi partager, le plus tranquillement possible, son point de vue avec celui des autres. Cela permet de lever des incompréhensions liées au fait que chacun tente d'arranger les choses

à sa façon, avec un manque de coordination qui fait souffrir chacun, et ce d'autant que chacun fait de son mieux.

Peut-être pourriez-vous, si ce n'est pas abuser de votre patience, demander à Emilio comment il définit ses difficultés ou son problème, et quel type d'aide il recherche, ainsi que, au passage, quel type d'aide il refuse absolument. Cela pourrait m'aider à mieux vous orienter.

Croyez, chère Madame, en mes sentiments les meilleurs

**2/04/2014 – Me A.B**

*Cher Monsieur,*

*Je me suis autorisée à prendre du temps pour vous répondre et à mon tour j'espère également ne pas abuser du vôtre. Je suis très sensible à la délicatesse de vos réponses et vous en remercie car elles me permettent d'avancer dans cette situation complexe et douloureuse pour moi.*

*Ce temps m'a été nécessaire pour laisser Emilio exprimer ses difficultés et ses besoins. A vrai dire, il dit qu'il prend le temps de vivre, de se connaître, de se différencier et que c'est pour lui l'étape nécessaire avant de travailler. Il lit beaucoup, écrit aussi car il ne cesse de penser et a besoin de poser cela sur papier.*

*Il dit que le problème c'est nous, nos contradictions, celles de son père à qui il reproche son matérialisme. Il dit qu'il n'a pas besoin d'aide mais aimerait peut être que nous allions voir quelqu'un avec lui et le reste de la famille (il a plusieurs frères et sœurs) dans l'espoir de nous changer. Il aimerait tellement par exemple que son père réalise ce qu'il dit, parte en Suède par exemple, comme il dit en rêver. Mais celui-ci s'en défend, comme de tout, en disant qu'il dit cela comme ça !*

*Et Emilio explique alors qu'il n'a pas confiance en lui car ça ne lui donne pas confiance en lui.*

*De mon côté vos mails m'ont permis de prendre conscience de ma difficulté à lâcher Emilio puisque je viens toujours mettre des mots sur des situations qui m'affectent, me touchent et en faisant cela j'ouvre la discussion et crée des difficultés ou des problèmes plutôt que de passer mon chemin. Je parle d'attitudes ou d'appels symbiotiques chez Emilio qui ne me laissent pas indifférente et qui ouvrent à des heures de discussion / débat entre nous deux (par exemple il a modifié son régime alimentaire et je m'en inquiète). Tout le monde est las de ceci, je me sens accaparée et j'ai conscience de répondre aux provocations d'Emilio... je comprend surtout que tout ceci est une manière de rester en lien. Je viens de le signifier à Emilio hier pour ses 25 ans en lui écrivant une lettre dans laquelle je lâche ce lien qui n'a plus lieu d'être. Il m'a remercié en me disant qu'à présent il avait d'autres liens avec l'escalade et qu'il partait grimper !*

*Aussi, après avoir dit à Emilio que j'avais à faire à présent, j'ai demandé à mon mari de m'aider en prenant le relais, bien décidée à me mettre un pavé sur la bouche si ses décisions n'étaient pas celles auxquelles je pensais et, je ne le vous cache pas, m'est venue l'idée de partir moi... Nos relations de couple sont difficiles.*

*Mon mari n'est pas fermé à un travail familial mais n'a jamais voulu faire de thérapie de couple.*

*Voilà, je pense que vous aurez un aperçu un peu plus riche de la situation pour nous proposer les coordonnées d'une personne qui pourrait nous recevoir et nous aider à nous remettre chacun à notre juste place. Notre fille Francès (22 ans) juste derrière Emilio est volontaire pour un travail familial si nous décidions d'en faire un.*

*Je vous remercie de cette disponibilité que vous m'accordez pour comprendre notre problématique et nous aiguiller sur une personne compétente. Nous n'aurons pas eu la chance de pouvoir être accompagnés par vous, pourtant je mesure combien nos échanges par mail ont déjà contribué à m'aider. Merci pour votre générosité. Je vous suis très reconnaissante de cela.*

*Je vous adresse mes salutations les meilleures*

**12/4/2014 – F.B**

Chère Madame,

J'ai moi-même pris un peu de temps avant de vous répondre, et je m'en excuse. Les informations que vous m'avez données méritent en effet d'y réfléchir à deux fois avant de vous conforter dans une démarche thérapeutique.

En effet, si je comprends bien, Emilio veut aider son père à réaliser son rêve, vous souhaitez aider Emilio à construire sa vie (directement ou en confiant cette tâche à son père), et Francès est prête à venir aider tout le monde... J'avoue avoir du mal à penser que parce que chacun veut aider les autres plutôt que soi-même ce soit un problème qui relève de la thérapie, même si, bien sûr, autant de bonnes volontés sont bienvenues pour un travail collectif.

Le problème, de mon point de vue, de cette entraide spontanée, c'est qu'elle ne correspond visiblement pas aux attentes de chaque personne aidée.

Et le plus embêtant, de mon point de vue toujours, c'est qu'Emilio oublie deux choses : la première c'est que rêver d'une chose et la réaliser sont deux choses très différentes : le rêve permet de se faire plaisir sans avoir les ennuis de la réalité. C'est donc une manière de se faire plaisir sans se confronter aux inévitables frustrations de toute réalisation (Comme par exemple, la Suède, sans le froid et les moustiques !). Tous nos rêves ne sont pas faits pour être réalisés mais seulement pour nous procurer un peu de bien-être à peu de frais. La seconde, c'est qu'en attendant, contrairement à ce que Emilio croit probablement, il construit actuellement son mode de vie. Et qu'il prend les habitudes qui correspondent à se contenter lui aussi de rêver sa vie (de travail) plutôt que de s'y confronter. Je vous conseillerai, plutôt qu'une thérapie, de penser plutôt à comment vous, ses parents, vous allez vous organiser pour qu'il puisse continuer à avoir un revenu minimum pour pouvoir continuer à vivre en rêvant sa vie professionnelle. C'est certainement triste, mais cela à la fois vous rassurera et évitera bien des discussions inutiles et douloureuses. Et ça n'empêchera pas Emilio, s'il est prêt un jour à affronter les difficultés d'une vie professionnelle, à sortir du rêve pour se confronter aux duretés de la vie matérielle. Il me semble qu'il vous le dit clairement d'ailleurs: à son père le matérialisme (le gîte et le couvert), à lui l'idéalisme (le monde des idées, du rêve).

Si vous persévérez dans l'idée d'une démarche thérapeutique familiale, je crains que ce ne soit qu'un espace où chacun va essayer de persuader les autres qu'ils devraient faire autrement de manière à être soi-même rassuré. Si vous vous organisez pour être rassurés en tant que parents sans imposer à Emilio ce que visiblement il ne peut pas faire actuellement, les entretiens ne seront que plus faciles et confiants.

Je reste à votre disposition donc si vous souhaitez poursuivre dans cette voie.

Croyez, chère Madame, en mes sentiments les plus dévoués

**20/4/2014 – Me A.B**

*Cher Monsieur,*

*Je vous remercie à nouveau pour votre réponse. J'ai du mal à comprendre comment nos échanges ont autant d'impact sur ce qui se passe chez nous et je ressens le besoin de faire un clin d'œil à la communication inconsciente sans toutefois comprendre vraiment ce que je dis !*

*Je me permets donc de vous donner quelques détails sur l'impact de votre dernier mail avant de vous laisser et vous remercier pour votre générosité.*

*Votre mail est arrivé pile-poil le jour où Emilio est parti en week-end avec des copains en me disant "pour une fois j'applique à l'avance le dicton : en mai fait ce qu'il te plaît" ! après m'avoir dit la veille que nous étions des "cons-joints"(!) ... autant vous dire que je suis contente de ce mouvement qui s'opère car il m'a mis dans le même panier que son père et je me suis sentie plus légère (à ma place). Il m'a également expliqué qu'avant de retourner au travail (il faisait de l'assistantat il y a un an) cela avait été vital pour lui de prendre le temps de vivre, de se faire plaisir et de se mettre à l'escalade. Il a parlé au passé comme si il annonçait que le temps était venu (ou allait bientôt venir) pour lui de se remettre au travail. Il continuait à vrai dire toujours à financer sa vie quotidienne (mais du coup il vit de peu et s'est restreint sur la nourriture) et nous lui payons son loyer et c'est cela que nous souhaitons/souhaitions arrêter avant l'été. Mon mari dit que "c'est en ayant faim que l'on court" ... et que c'est cela qui amènera Emilio à travailler et qu'il faut que j'arrête de m'inquiéter, un point c'est tout ! Même si le studio nous appartient, il doit payer un loyer, sinon ce n'est pas lui rendre service, ça fait 2 ans qu'il a fini ses études d'art.*

*Autant vous dire que votre mail est arrivé à point pour nous aider à voir ensemble la difficulté d'Emilio et nous inviter au dialogue. J'ai alors tenté de discuter avec mon mari en cherchant à lui dire que votre point de vue était intéressant et qu'il me paraissait important de poser un cadre à Emilio mais tout en restant souples et ouverts au dialogue avec lui car ce qu'il vit signe une souffrance intérieure et qu'il n'est pas si grand que cela finalement malheureusement. Etre respectueux de lui en lui demandant déjà tout simplement comment il va, où il en est avec l'échéance de cet été, a-t-il besoin d'un peu plus de temps... et envisager même de s'organiser pour lui donner l'espace et le temps de se mettre en marche sans établir encore et encore un rapport de force. Le désir de partir n'a jamais encore émergé chez Emilio, c'est nous qui lui avons dit de s'installer dans ce studio pensant qu'il aurait la place de se déployer (notre appartement n'est pas très grand, avec tous nos enfants !).*

*Ce ne fut malheureusement pas une discussion sereine et constructive avec mon mari mais un énième conflit entre lui et moi, puisque toute cette tentative de dialogue a été perçue comme une critique et une remise en question (il est perpétuellement sur la défensive quand je lui demande son ressenti, il se ferme et me culpabilise). Autant vous dire qu'Emilio a encore été "l'objet" d'une dispute de couple et rien que de vous l'écrire j'en ai le ventre noué.*

*Mais tout de même quelque chose de positif s'est passé dans cette dispute pour moi et ceci en lien avec votre mail qui a été un détonateur (et en lien avec mon travail thérapeutique aussi) : j'ai pris conscience qu'il était temps pour moi aussi de regarder la réalité en face, de tenir compte de mes ressentis et intuitions, notamment au sujet d'Emilio et d'arrêter de faire des aller-retour autoculpabilisants où je finis par perdre mon latin et laisser mon mari me convaincre. Moi aussi à ma manière je restais dans des rêves en me donnant l'illusion d'un mari parfait (alors qu'il est tout de même souvent*

*dans le déni et dur), d'un couple idéal (alors que nos tensions sont nombreuses) et d'une famille épanouie (alors qu'Emilio ne va pas bien). J'ai donc fait un pas de plus dans le lâcher-prise en arrêtant d'idéaliser justement !*

*Pour en revenir à Emilio qui, comme vous le dites très explicitement, a fait le choix de l'idéalisme en s'opposant au matérialisme, je pense que cela va avoir un impact aussi sans savoir comment réellement concrètement.*

*Chemin faisant j'ai aussi senti que je pouvais faire confiance à Emilio tout en acceptant ce que je ressens (de l'inquiétude parfois) ce qui confirme l'idée de lui laisser du temps. Je pense cependant que c'est à son père et à lui de dialoguer ensemble à ce sujet.*

*Voilà, cher Monsieur, je sais bien que tout ceci ne se fait pas d'un coup de baguette magique car cela n'existe pas. Nous tâtonnerons encore, moi la première. Ce qui me semble important c'est de séparer notre histoire de couple de l'histoire d'Emilio et de donner ainsi un espace à Emilio, qui je l'espère du fond du cœur, va avoir le désir de partir, c'est à dire se donner les moyens de vivre sa vie et se réaliser en se confrontant à la réalité.*

*M'autoriseriez-vous à reprendre contact avec vous si jamais un événement concernant Emilio me questionnait trop ? Peut-être d'ailleurs que vous aurez envie tout simplement de répondre à mon mail ... je ne sais pas.*

*Quoiqu'il en soit, je tiens vraiment à vous remercier de votre disponibilité et votre précieuse aide. Ce qui m'a le plus touchée et permis de reprendre pied aussi, c'est votre regard juste et bienveillant sur Emilio. Merci pour cela.*

*Recevez, cher Monsieur, l'expression de mes sentiments les meilleurs.*

**26/4/2014 – F.B**

Chère Madame,

Je suis très touché de vos mails m'informant de ces évolutions et par votre confiance.

Je suis cependant un peu troublé en ayant l'impression d'avoir participé involontairement à la transformation de vos soucis pour votre fils en un problème de couple. Je voudrais donc partager avec vous mon point de vue sur cette partie de vos soucis. Sans doute ma vision des choses peut être rangée selon l'esprit du temps sous l'appellation de "stéréotypes de genres", mais c'est comme ça que je vois les choses!

Les neuf mois d'une grossesse développent une relation bien particulière entre le futur bébé et sa mère. Ceci la prédispose me semble-t-il à être particulièrement soucieuse de protéger cette vie à venir. Et les mères continuent à assumer cette fonction de protection pour toute la vie de leur enfant. Les pères sont dans une position bien différente : ils se donnent le plus souvent le rôle de préparer leurs enfants aux difficultés de leur future vie dans le monde, qu'ils ont tendance à supposer moins bienveillant à l'égard de leur progéniture que eux et les mamans. D'ailleurs, très tôt, on constate que les pères jouent avec leurs enfants en provoquant des émotions plus rudes (faire peur, mouvements plus ou moins brusques, efforts, luttes...) que les mères qui sont plutôt du côté des ressentis apaisants (bercer, chanter,...). En somme, pères et mères se répartissent des rôles qui visent chacun et tous les deux à préparer le futur: aguerrir et protéger.

Le rôle des pères (endurcir leurs enfants pour résumer très brièvement) n'est pas un rôle bien facile. En effet, les pères pensent que s'ils montraient leur inquiétude face aux épreuves de leurs enfants, ce serait leur dire "tu n'y arriveras pas, tu n'es pas capable, je n'ai pas confiance en toi". Demander au père d'Emilio de parler de ses ressentis, c'est lui demander de traiter son fils comme un incapable, un faible. C'est comme si on demandait

à une mère de renoncer à son envie de protéger son enfant, à ne rien manifester de son inquiétude pour lui devant ce qu'il aura nécessairement à affronter ! Je crains donc que ce que vous voyez comme un problème entre vous et le père d'Emilio ne soit qu'un malentendu sur vos rôles qui ne sont que les deux points de repère entre lesquels Emilio doit pouvoir se situer : protection et prise de risque.

Ce qui me rassure, c'est le fait que votre fils ait choisi d'aller faire de l'escalade avec des copains. Il synthétise ainsi, intelligemment me semble-t-il, sa réponse à vos deux rôles en choisissant une activité qui d'ordinaire inquiète un peu les parents, et avec des copains qui doivent se soutenir et se protéger mutuellement.

Je trouverai dommage que ces différences de rôles si nécessaires à chaque enfant deviennent une cause de conflits et de souffrance pour tous les membres de votre famille.

J'espère que mes points de vue ne participeront pas à de nouveaux désaccords.

Croyez, chère Madame, en mes sentiments les meilleurs.

F. B

PS : Je me demande si Francès n'aurait pas besoin de passer davantage de moments agréables avec vous ou/et son père. Je crains que l'attention consacrée à Emilio ne la prive de celle dont elle pourrait avoir besoin.

**27/4/2014 – Me A.B**

*Cher Monsieur,*

*Je ressens le besoin de vous rassurer :*

*chacun de vos mails ont été porteurs de bon sens et de sérénité, celui-ci tout particulièrement . C'est bon d'entendre une voix d'homme si bienveillante qui, tout au long de nos échanges, m'a permise de remettre de l'ordre là où je répétais un modèle qui n'était pas bon pour Emilio. Chemin faisant, mon mari et moi avons décidé de partir en voyage, désireux d'un dialogue plus doux et apaisé, propice à une complicité que nous avions perdue et que déjà nous retrouvons dans la construction de notre voyage à deux ! Je vous remercie encore pour votre précieuse aide et garderai le souvenir de votre générosité de cœur.*

*Recevez, cher Monsieur, toute ma reconnaissance.*

*Me A.B*

*PS : Francès va bien, elle sait ressentir et exprimer ses besoins, ce qui est plus facile pour nous.*

**27/6/2014 – F.B**

Chère Madame,

je me permets de reprendre contact avec vous.

En effet, nos quelques échanges m'ont fait réfléchir. La manière dont vous avez saisi mes quelques questions et propositions de point de vue m'ont effectivement rappelé à quel point les familles ont des ressources, ce que les thérapeutes disent souvent, tout en mettant plutôt en évidence leurs compétences à eux !

Je souhaiterais publier un article dans une de nos revues de thérapie familiale, article qui se contenterait de partager nos échanges, bien sûr rendus plus "anonymes". Les seuls commentaires qui me sembleraient intéressants, ce sont les vôtres et ceux des membres de votre famille.

Je vous écris donc aujourd'hui pour vous demander l'autorisation de cette publication. Je vous joins le projet tel que je l'ai modifié (les noms, prénoms, dates... sont ainsi changés ainsi que quelques détails).

Il me semble que l'évolution que vous avez effectuée à l'occasion de ces quelques échanges ne peut qu'être un utile rappel aux thérapeutes.

Dans l'attente de votre accord, et de celui de votre famille, croyez, chère Madame, en mes sentiments les meilleurs

**27/5/2014 – A.B**

*Cher Monsieur ,*

*Je réalise ce matin que je vous avais "oublié" et je m'en excuse en espérant que mon silence n'a pas dépassé vos délais de bouclage.*

*Je me suis souvenue ce matin de votre demande et ce n'est pas anodin : Emilio est parti hier faire de la haute montagne et je vis son départ comme un envol du nid ..., et j'ai alors pensé à nos échanges.*

*Pour la publication de nos mails j'ai été surprise et même gênée vis à vis des miens à qui je n'ai pas parlé de notre correspondance. Je l'ai cependant mentionné à mon mari qui était au courant (sans connaître tout le contenu de mes écrits). J'ai eu par la suite la désagréable sensation d'avoir été utilisée (en lien avec mon histoire) et je me suis sentie alors presque obligée de vous dire "oui" par politesse ou en me culpabilisant de n'être pas aussi généreuse que vous l'aviez été ... avec un doute sur votre sincérité même !*

*Il m'a fallu donc ce temps pour vous répondre et décanter tout ceci en filtrant tout ce qui pourrait faire écho à mon scénario.*

*Je me sens à présent libre et spontanée dans ma réponse ; je suis moi même touchée que nos échanges aient pu vous permettre de faire cet article. C'est une belle co-création je trouve !*

*Elle me touche particulièrement car elle résonne en moi sur cette notion de "faire confiance"*

*Elle parle donc d'humilité, du risque de toute puissance et bien avant cela d'humanité puisque vous avez été "touché" tout comme moi ! Je suis vraiment heureuse, si c'est bien le sens de votre article, d'avoir contribué à cela.*

*Je vous donne donc l'autorisation de publier nos échanges avec les modifications souhaitables. Toutefois je vous informe que je n'ai pas demandé l'autorisation aux miens car je ne souhaite pas qu'ils lisent nos échanges (cela m'appartient). J'en ai juste informé mon mari.*

*Enfin, j'aimerais savoir dans quelle publication ce texte va paraître et avoir un exemplaire (ou un lien) .*

*J'espère que tout ceci ne vous importune pas trop.*

*Je vous remercie à nouveau pour ce moment de partage et tout ce que cela m'a enseigné en tant que mère, femme et psychopraticienne.*

*Je vous souhaite un bel été en espérant que j'aurai l'occasion peut-être un jour de vous rencontrer lors d'une de vos conférences ou signature de livre.*

*Avec toute ma reconnaissance*

**21/6/2014 – FB**

Chère Madame,



vosre dernier mail m'a vraiment déconcerté. En effet, je m'étais raconté, à tort donc, que nos échanges étaient partagés par toute votre famille. Vous aviez exprimé le désir de faire une thérapie familiale avec vos proches, il me semblait donc évident que vous les teniez au courant de vos démarches en ce sens, d'autant qu'ils étaient d'accord pour ce travail en commun.

L'idée d'une publication ne m'est venue qu'après nos derniers échanges qui m'informaient me semble-t-il des changements que vous et votre famille aviez mis en place. Je ne peux que regretter que vous vous soyez "sentie utilisée". Bien sûr, j'espérais que mes questions pourraient être utiles, et pourquoi pas même bénéfiques. J'avais donc effectivement l'intention d'être utilisable. Et pour l'être, il m'a fallu à chaque pas, réfléchir à ce que vous me disiez, c'est-à-dire, d'une certaine manière, utiliser au mieux les informations que vous me donniez. D'où peut-être votre impression qui a donc sa base de justesse.

Au fond, rien n'empêche, qu'à travers vous, des changements aient pu se produire aussi chez vos proches. C'est même une des hypothèses à l'origine de l'approche systémique. Nous ne savons pas quelle influence ont nos comportements sur les personnes qui y sont les plus sensibles, les plus réactives.

Je me rends compte que je me suis réjoui sans doute trop rapidement d'améliorations que j'ai peut-être grossies à la mesure de mon plaisir à les imaginer. Du coup, j'hésite un peu à envoyer nos échanges à la revue à laquelle je pensais. Là, il est vrai que je comptais utiliser ces échanges comme exemple contre l'activisme de certains thérapeutes. Me voilà donc pris, la main dans le sac, à utiliser nos échanges contre la doxa ordinaire, après coup certes, mais quand même!...

Une fois encore votre réponse m'aura fait réfléchir, et aidé à voir les choses un peu différemment. J'aimerais qu'il en soit de même de votre côté.

Croyez, chère Madame, en mes sentiments les meilleurs.

**22/6/2014 – A.D**

*Cher Monsieur,*

*En lisant votre mail, j'aimerais vous rappeler toute ma reconnaissance pour le temps que vous m'avez accordé, pour la finesse et la justesse de vos propos : tout ceci NOUS a été fort utile. Je dis "nous" car notre système familial a été impacté par le mouvement qui s'est opéré en moi au fur et à mesure de nos échanges. Votre aide a donc été précieuse et nous sommes au cœur, me semble-t-il, de l'approche systémique telle que je la perçois.*

*J'ai toujours perçu, avec beaucoup de tendresse et d'émotion, la faculté qu'ont les enfants de signifier dans leur comportement ce qui était à revoir chez les parents, un peu comme une main tendue, et ceci de manière inconsciente. Je me dis à présent que ceci a dû influencer ma manière de gérer la communication sur nos échanges.*

*Mon tout premier mail était effectivement issu d'une démarche familiale avec l'accord d'Emilio et de son père. Ils étaient d'ailleurs en copie. Votre réponse m'était destinée (de mémoire ils n'étaient pas en copie) et j'y ai lu un questionnement sur la pertinence d'une thérapie familiale. A partir de ce moment là j'ai avancé dans mes échanges avec vous tout en questionnant Emilio et je lisais vos mails à mon mari... j'ai senti que ce dernier n'était plus vraiment disponible puisque je ne lui donnais pas l'adresse d'un thérapeute, rien de concret en somme (un rendez-vous) et surtout il sentait que je bougeais car vous m'avez permis de clarifier certaines choses. Je n'ai pas voulu alors continuer à informer Emilio de nos échanges puisque derrière ses difficultés me sont vite apparus nos difficultés de couple.*

*Votre écoute et vos retours me faisaient avancer dans la compréhension de ce qui pouvait coïncider dans notre système :*

*vous avez pointé ce qui dysfonctionnait (chacun cherchant à aider l'autre à se réaliser plutôt que de se réaliser) et à partir de cela j'ai compris comment nous nous freinions mutuellement dans nos désirs et comment nos places n'étaient pas bien définies parfois. J'ai alors moi-même trouvé une place plus juste et certainement permis à chacun de retrouver une place plus saine, notamment Emilio (cf les « con-joints»). Mon mari et moi sommes partis en voyage très loin et ce fut très bon ! et ceci a eu une influence sur Emilio qui a concrétisé certains de ses rêves en les finançant : il a accepté des missions alimentaires, est parti depuis 1 mois faire de la haute montagne et part voyager en Chine ! Il commence à se donner les moyens de réaliser sa vie et nous avons réussi à nous accorder en dialoguant en tant que parents dans la gestion du temps qu'il a besoin pour prendre son envol.*

*En choisissant de ne pas partager directement nos échanges avec Emilio et Francès, alors que mon mari s'en désintéressait, j'ai justement eu le sentiment de remettre de l'ordre ! Et puis que leur dire ? J'échange avec un Psy (pardonnez-moi pour la formule) qui comme vous le savez ne reçoit plus mais qui m'aide par mail à trouver une adresse de thérapeute et chemin faisant je m'aperçois que je dénoue certains nœuds et que ceci permet à chacun de reprendre le fil de sa vie...*

*Je me suis dit, peut être à tort, qu'il fallait profiter de ce qui se dénouait tout en me réjouissant d'expérimenter ce mode d'aide tout à fait informel grâce à la disponibilité/l'espace que vous m'avez accordé.*

*Par ailleurs, étant en confiance avec vous, je me suis même autorisée à vous confier, dans mon dernier mail, ma toute première réaction, un brin parano (« sentie utilisée »). Mais comme je vous l'ai dit, j'ai fait le clair avec moi-même et j'ai vite chassé cet inconfort dans lequel je me mettais en réagissant de la sorte alors que, et je suis extrêmement sincère, tous ces échanges ont pu avoir cet impact parce qu'il y avait avant tout de la confiance. Je tiens à m'excuser si je vous ai blessé à travers cette formule.*

*Je ne sais pas ce que vous ferez de tout ceci. J'avoue ne pas trop comprendre votre réflexion et ce sentiment d'être pris « la main dans le sac ». Je suis curieuse, si vous en êtes d'accord, de vous lire à ce sujet.*

*Recevez, cher Monsieur, tout mon respect et mes sentiments les meilleurs*

**23/6/2014 - FB**

Chère Madame,

juste pour éclaircir cette "main dans le sac"... J'apprécie beaucoup les débats avec mes collègues. Je trouve que nos éclairages (critiques) réciproques obligent à la réflexion et à l'ouverture. Ils peuvent aussi, bien sûr, conduire à davantage de rigidité. Je me suis donc rendu compte que l'idée d'une publication était aussi animée chez moi par le désir de critiquer plus ou moins implicitement les postures de pouvoir qui sont celles que, souvent, les apprentis thérapeutes (et pas seulement eux!) viennent chercher en formation pour se rassurer. Votre crainte d'avoir été utilisée m'a permis de me poser la question de l'utilisation que je souhaitais faire de nos échanges vis-à-vis de mes collègues.

Avec mes sentiments respectueux.