

A propos de l'atelier de perfectionnement ASPCo du Professeur Guillem Feixas le

5 juin 2010 sur le thème

“Case formulation using the Repertory Grid in constructivist psychotherapy”

L'intérêt pour le constructivisme reste hélas pour l'instant encore complètement marginal à l'ASPCo¹ (ou était-ce parce que la langue de l'atelier était l'anglais ?) en tout cas nous n'étions que 8 passionnés à être présents lors de l'excellent atelier pratique qu'a donné le professeur Guillem Feixas en juin dernier à Genève.

Le professeur Feixas enseigne la psychologie à l'université de Barcelone et bien qu'il ne soit pas un habitué des ateliers ASPCo pour des questions de barrière linguistique, il était déjà présent lors du 7ème congrès international sur le Constructivisme en psychothérapie organisé en septembre 2000 par l'ASPCo (ce qui montre à quel point l'approche constructiviste, tout en restant discrète, est bien présente dans notre association).

Depuis de longues années maintenant, lui et son équipe en lien avec diverses universités espagnoles et anglaises, travaillent sur l'utilisation de la «*Repertory Grid*» en psychologie. Cette grille d'analyse a été créée par George A. Kelly, un des pères du constructivisme, qui a développé dès le début des années 50 la théorie des construits personnels (*Personal construct theory*) et la «*repertory grid*»² qui permet de les analyser. Cette théorie tout comme l'approche constructiviste de manière plus générale s'appuie sur une approche phénoménologique de l'être.

La théorie des *personal constructs*³ considère la personne comme un **JE** qui construit à chaque instant sa propre compréhension du monde, selon un certain nombre de paramètres de sens « *personal meanings* ». George Kelly voit l'humain comme un scientifique qui génère des hypothèses afin de se faciliter l'interprétation et la compréhension des événements. Ces hypothèses sont des constructions personnelles,

¹ Malgré la présence parmi nous d'un distingué constructiviste dont l'ouvrage devrait bientôt paraître en français (GP Arciero, G Bondolfi, *Selfhood, identity and personality styles*, Ed Wiley-Blackwell, 2009)

² Nommée ci-après *Repgrid*

³ Ceux qui ont envie d'approfondir le sujet trouveront sur le net beaucoup d'informations sur George Kelly, par exemple pour débiter voir wikipedia en anglais

originales et différentes pour chacun. Bipolaires par nature, elles s'élaborent dès la petite enfance et sont basées sur l'interaction entre le tempérament de l'enfant et sa découverte du monde au moyen des interactions avec les autres.

Les *constructs* constituent l'unité de base qui nous permet de discriminer les événements auxquels nous sommes soumis moment après moment. Nous sommes guidés par un réseau complexe et fini de significations (*meanings*) et ce système est constitué de construits personnels hiérarchisés. Les construits les plus centraux appelés «*core constructs*⁴» sont ceux qui définissent l'identité personnelle ; ils coexistent avec des construits plus périphériques qui leur sont subordonnés, qui sont activement impliqués dans la compréhension des événements et qui permettent de générer une action en réponse.

Le sentiment d'identité personnelle, qui repose au centre du système des construits, est représenté par les «construits noyau» dont l'invalidation génère un grand désarroi et de fortes résistances. Cette partie du système est essentiellement non-verbale ou implicite mais c'est elle qui dirige les décisions prises à des niveaux plus périphériques. Certains de ces construits peuvent être contradictoires, car ce système n'est pas un système logique mais empirique, et c'est précisément cela qui va provoquer des conflits internes entre différents buts personnels. Le sujet cependant n'est, la plus part du temps, pas conscient des conflits provoqués par le système lui-même.

Un des buts de la *Repgrid* est justement de mettre à jour cette structure centrale afin de permettre le dénouement de ces conflits⁵.

Cette grille est utilisée en consultation lors d'un entretien semi-structuré qui va en général prendre place, dans la démarche constructiviste (lignée Kelly), lors de la deuxième séance, mais qui peut également être utilisée en TCC ; elle peut être par exemple administrée lorsque le traitement se trouve dans une impasse, en début de traitement lorsque l'on a à faire à un cas complexe, ou en cas de trouble de la personnalité. Dans cette démarche, le but thérapeutique ne sera plus l'identification de distorsions cognitives et leur remplacement par des pensées plus réalistes, mais bien plutôt la contribution au développement du système des construits, en générant des

⁴ Que je traduirai en général ici par constructions noyau

⁵ L'équipe des chercheurs de G. Feixas a démontré la présence significative de dilemmes intérieurs, résultats de conflits entre les constructions noyau lors de troubles psychiques.

construits alternatifs plus opérationnels. Le thérapeute sera une sorte d' «Inspecteur Colombo» qui utilisera sa curiosité et son goût de la découverte pour cheminer avec le patient et non plus, comme en TCC classique, un mentor/éducateur/entraîneur actif et persuasif. Cette approche centrée sur la personne implique l'étude des théories que la personne elle-même s'est forgée sur le monde. Elle n'a pas pour but de classer le sujet dans des catégories prédéfinies théoriquement (par exemple catégories diagnostiques de la CIM ou du DSM) mais se propose d'explorer et de mettre en relief l'idiosyncrasie de ces constructions noyau.

La technique de la *Repgrid* est donc une procédure structurée qui a pour but d'éliciter un répertoire de *constructs*⁶ et qui va ensuite explorer leur structure et leurs interrelations. C'est une grille très simple que le thérapeute remplit avec le patient. En se basant sur une liste de personnes significatives pour le patient⁷, le thérapeute va le questionner sur des dyades afin de déterminer les pôles délimitant chaque construit : « est-ce que pour vous ces deux personnes sont semblables ou différentes ? Qu'est ce qui les différencie ? En quoi se ressemblent-elles, qu'est ce qui serait l'opposé de cette caractéristique⁸ etc ? Cette procédure est répétée pour chaque dyade d'éléments choisis et doit respecter les critères suivants : S'assurer que chaque élément apparaisse au moins une fois dans les dyades présentées ; toujours inclure l'élément Soi en conjonction avec la mère, le père, le/la conjointe, la persona non grata et la fratrie.

Il est également possible de relever les données du construit en utilisant des éléments uniques⁹ dans un entretien prenant alors la forme d'une conversation informelle. On va demander au sujet de décrire dans ses propres mots la «personnalité» ou la manière d'être de chacun des éléments présents. L'interviewer doit simplement noter les construits tels qu'ils apparaissent en demandant au sujet de préciser chaque fois le pôle inverse à celui nommé.

⁶ Elle est couramment utilisée en psychologie du travail, management, marketing, etc.

⁷ Les parents, la fratrie, le soi actuel et le soi idéal, une persona non grata, un compagnon ou un conjoint actuel ou ex doivent toujours en faire partie.

⁸ Cette dernière question est très importante ; on pourrait croire que par exemple le contraire de généreux serait avare, mais comme nous l'avons dit plus haut, ces construits sont totalement individuels et on ne peut donc pas utiliser des opposés tels généreux/avare, il est indispensable de demander au patient quel est **pour lui/elle** l'opposé significatif ; par exemple généreux/parcimonieux, ou généreux/économe etc.

⁹ *monadic elicitation*

Une fois que les divers construits ont été répertoriés, on va demander au sujet de noter, pour chaque élément cité, l'endroit où il se situe sur chaque continuum défini par les pôles, selon une échelle allant de 1 à 7 (voir ci-après).

Repertory Grid form		Moi actuel	père	Soeur aînée	Compagnon	mère										Moi idéal
1. <i>Égoce ntr ique</i>	1. <i>Ouvert aux autres</i>	2	5	1	7	2										7
2. <i>Généreux</i>	2. <i>économe</i>	3	1	7	2	6										2
3.	3.															
4.	4.															
5.	5.															
6.	6.															
7.	7.															
8.	8.															
9.	9.															
10	10															
11	11															
12	12															
13	13															
14	14															
15	15															
16	16															
17	17															
18	18															
19	19															
20	20															

1 VERY MUCH SO	4 MIDDLE POINT	5 A LITTLE
2 QUITE A LOT OF		6 QUITE A LOT OF
3 A LITTLE		7 VERY MUCH SO

Voici donc la *Repgrid*, avec en abscisse des cases permettant de faire figurer les personnes signifiantes (au minimum 10 éléments, 20 au maximum) pour le patient, par exemple : Soit actuel, mère, père, frère, sœur, compagnon ou compagne, meilleur ami, meilleure amie, persona non grata, idéal du moi etc. et en ordonnée les pôles de chaque axe défini, par exemple : égoцентриque/ouvert aux autres ; généreux/parcimonieux ; timide/détendu ; etc. Il est nécessaire d'obtenir 10 construits au minimum, il n'y a pas

de maximum prescrit. Les petites cases formées par les croisements des abscisses et des ordonnées servent à indiquer la place de la personne le long du continuum concerné.

La grille remplie peut être ensuite dépouillée selon une analyse des correspondances sur un site mis à disposition par le professeur Feixas¹⁰ (il est possible d'y effectuer 4 dépouillements gratuitement) et permettra de faire émerger un ou plusieurs axes le long desquels les dimensions et les personnes significatives vont se situer. Si l'on obtient par exemple un axe expliquant le 50% ou plus de la grille, nous serons face à une situation pas trop complexe possédant un bon degré de différenciation/intégration des éléments, avec peu de construits contradictoires. Par contre, plus le % expliqué sera faible, plus nous serons face à une situation complexe ou chaotique.

La grille peut cependant être «simplement» utilisée comme un outil clinique lors des entretiens. **CEPENDANT**...cet atelier clinique ayant hélas été un peu trop court pour obtenir un mode d'emploi complet de la technique et de son application en psychothérapie, il reste aux thérapeutes intéressés la tâche passionnante et périlleuse (?) d'expérimenter la technique, sur soi, sur ses proches puis peu à peu sur des patients afin d'en explorer la souplesse et la richesse et de s'en approprier¹¹.

Suite à cet atelier, j'aimerais encore souligner la générosité du professeur et de son équipe qui ont mis *on line* à la disposition de tous les intéressés le manuel complet du *repertory grid*, ;ce désir de partager le savoir est assez rare pour qu'il vaille la peine de le souligner. J'espère vivement que le professeur Feixas sera présent pour un nouveau workshop, lors d'un autre perfectionnement de l'ASPCo et/ou lors du Congrès de 2012 à Genève, afin de continuer l'exploration de cet instrument passionnant.

Par Anne Bourquin Büchi
Psychothérapeute FSP

¹⁰ <http://www.terapiacognitiva.net/record/gridcor.htm>

¹¹ Sur le même site www.terapiacognitiva.net, on trouvera en anglais le manuel complet sous le titre *A manual for the repertory grid*