

Familles

À quoi servent les thérapies multifamiliales?

Judith Monfrini

Créer l'émulation pour accompagner les séparations conflictuelles, c'est ce que proposent les thérapies multifamiliales. Un concept novateur appliqué, depuis l'an dernier, par la consultation psychothérapeutique pour familles et couples du Département de psychiatrie des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG), en collaboration avec As'trame Genève.

Le programme s'appelle «Parents avant tout» (PAT) et s'appuie sur la psychodynamique de groupe, soit les bienfaits d'être plusieurs à réfléchir. Il est remboursé par l'assurance de base. La deuxième session de PAT débute mercredi, à l'Hôpital de Belle-Idée.

Conflits destructeurs

De nombreuses études démontrent l'impact délétère des conflits parentaux durables et non résolus sur les enfants. Avec des risques importants de développer des souffrances psychologiques et des maladies psychiques, voire psychiatriques. Le conflit de loyauté peut être si fort pour l'enfant qu'il préfère prendre parti pour l'un des parents plutôt que de rester coincé au milieu de querelles, avec un risque de perte du lien.

PAT accompagne parents et enfants de manière séparée, dans deux groupes parallèles distincts, durant neuf sessions, avec l'idée que chacun des membres des autres familles, qui ont un vécu similaire, peut aider les autres. Il permet aussi aux enfants d'être témoins de l'effort que leurs parents font pour mieux s'entendre et les protéger. Les deux groupes parents-enfants se croisent au début de chaque session et pendant la pause.

La «Tribune de Genève» a assisté à la séance d'information de PAT. Sept familles différentes se sont retrouvées à Belle-Idée. Elles étaient accompagnées de leurs proches, chargés de les soutenir durant le programme. Devant eux,



Les thérapies multifamiliales accompagnent groupes de parents et groupes d'enfants pour dénouer les conflits.

cinq thérapeutes, deux pour le groupe des parents et trois pour celui des enfants.

Paroles de participants

Pour détendre l'atmosphère, en début de séance, un enregistrement audio se fait l'écho imaginaire des pensées des participants. «J'espère que cela se passera bien», s'inquiète une mère. Une autre s'interroge: «Est-ce que ce groupe va nous aider? Nous avons déjà fait tellement de thérapies...» Un père affirme être «très stressé» et un autre «se sent mal» de voir son ex-femme.

Les deux thérapeutes du groupe des parents présentent à tour de rôle les avantages thérapeutiques de l'approche multifamille. PAT vient des Pays-Bas et a démontré son efficacité en Europe, en mettant l'enfant au centre de la démarche.

La D^{re} Katharina Auberjonois, médecin adjointe dans le service des spécialités psychiatriques des HUG et responsable de la consultation familles et couples, relève que «dans les séparations conflictuelles, chacun a tendance à penser que l'autre doit changer», mais elle rassure: «Vous avez toutes les com-

pétences! Nous allons vous demander de faire un petit pas de côté, d'oublier vos pensées négatives. L'enfant est au carrefour des regards que vous vous portez, et le conflit amène souvent les parents à ne plus le voir comme il est.»

Alexandra Spiess, thérapeute de famille et responsable de la Fondation As'trame, souligne que le programme tend à rendre le vécu des enfants plus accessible. La participation des parents aux sessions «est un message fort». Elle détaille ce qui les attend. «Le but est de travailler sur les dynamiques conflictuelles et de voir dans quelle posture

chacun se trouve. Il s'agit également de ressentir ce que vit l'enfant, à travers des jeux de rôle.»

Un extrait du film «Les Berkman se séparent» est ensuite diffusé. La scène où les parents s'investissent devant leurs enfants fait réagir la salle. «Il y a tout dans ce film», lance à voix haute l'un des participants. Alexandra Spiess indique qu'apaiser la dynamique conflictuelle permettra de libérer de l'énergie pour autre chose. «Si vous n'êtes plus un couple, vous restez néanmoins parents, et l'idée est de faire la meilleure équipe possible, pour le bon développement de l'enfant.»

Bricoler pour exprimer

Christina Moses Passini, la thérapeute responsable du groupe des enfants, explique qu'ils vont réaliser des bricolages autour de thèmes pertinents pour eux, comme leur maison. Leur travail sera présenté aux parents lors de la sixième séance. Elle passe un court enregistrement des réactions des enfants de l'an dernier. «J'ai adoré ce groupe», dit l'un d'eux. «Il faut toujours garder espoir», lâche un autre. En entendant ces petites voix, les parents sont troublés.

S'adressant aux proches chargés d'apporter du soutien, la D^{re} Auberjonois les invite à écouter le parent «sans le renforcer dans sa posture, pour ne pas rigidifier le conflit». Mais aussi «à quitter les changements effectués, protecteurs pour l'enfant». Une rencontre Zoom est agendée avec eux. La séance se termine autour d'un buffet mêlant couples, proches et thérapeutes dans une atmosphère détendue, teintée d'espoir.

Retrouvez toutes les infos sur <https://www.hug.ch/specialites-psychiatriques/parents-avant-tout-pat>

tdg.ch



Scanner le QR code pour découvrir et vous inscrire à «Familles», notre newsletter pour les Genevois.