



La PGRO appliquée à la thérapie conjugale (TC): évaluation et intervention

DRE NATHALIE GAUTHIER, PH.D., PSYCHOLOGUE

CCCF POITRAS-WRIGHT, CÔTÉ

3^e cycle international du CIG

Dynamiques conjugales =
reproductions d'impasses
relationnelles?

**MOST COUPLES HAVE NOT
HAD HUNDREDS OF
ARGUMENTS; THEY'VE HAD
THE SAME ARGUMENT
HUNDREDS OF TIMES.**

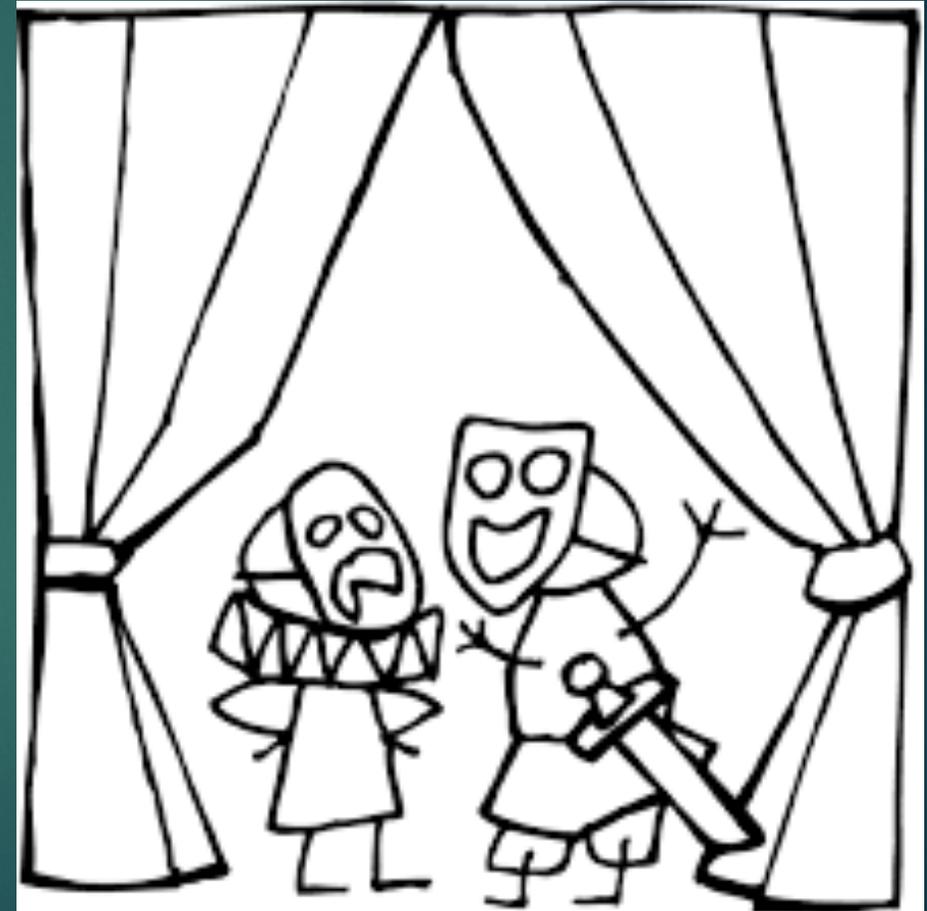


Plan

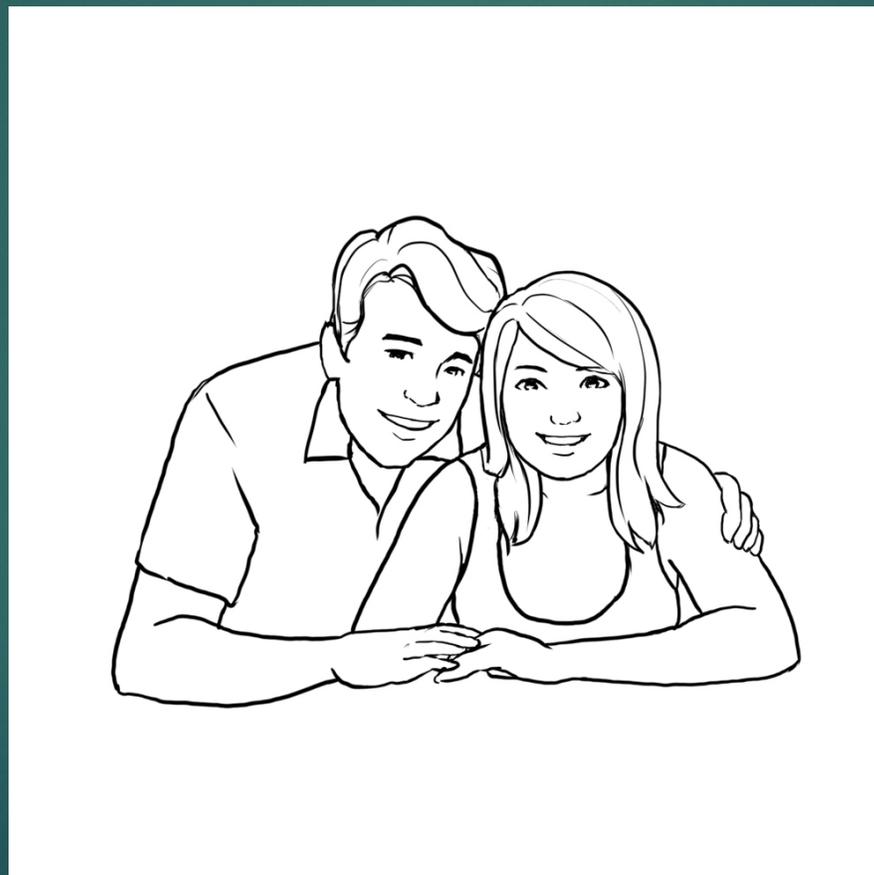
- ▶ Dynamiques conjugales vue selon la PGRO
 - ▶ Couples sains
 - ▶ Couples en difficulté
- ▶ Concepts clés  liés aux conflits conjugaux
 - ▶ Identification projective (IP)
 - ▶ Clivage
 - ▶ Estime et apaisement
- ▶ Évaluation en TC
- ▶ Intervention en TC
- ▶ Questions

Dynamiques conjugales

- ▶ Les liens conjugaux sont similaires aux liens parents-enfants.
 - ▶ Relations d'objet (transfert)
 - ▶ Notions de monde interne vs monde externe



Couples sains



Couples en difficulté



Ginette et Étienne



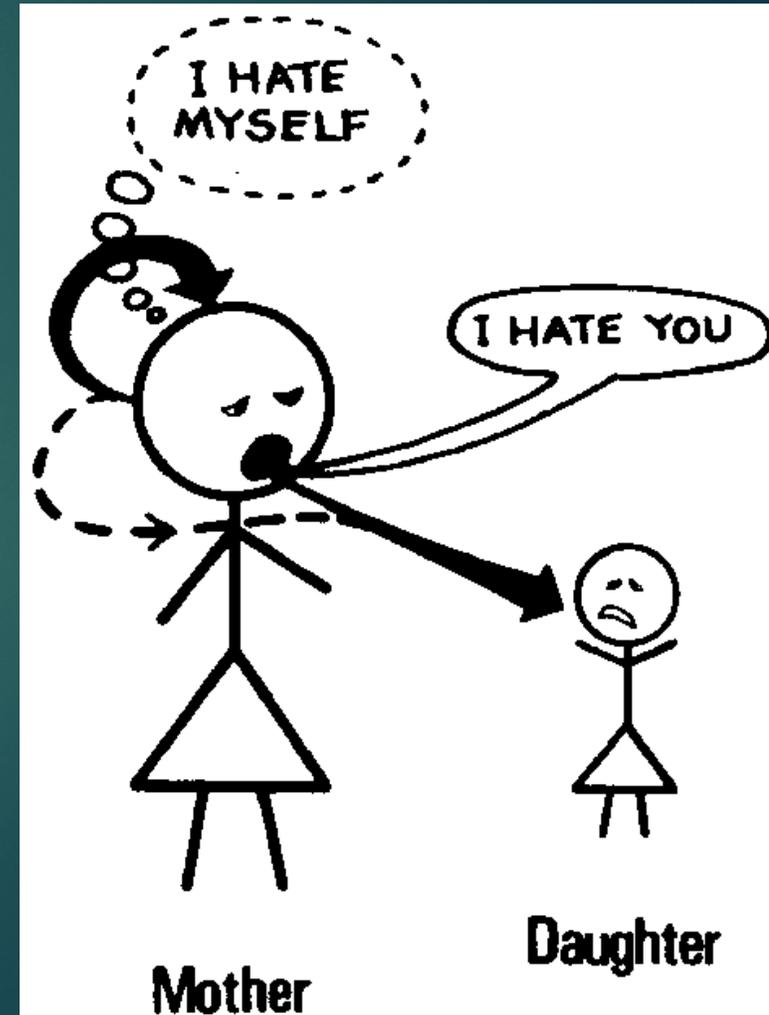
Identification projective (concept 🗝️)

▶ 4 fonctions de l'IP (Odgen 1979):

1. Défense (+ pathologique)
2. Communication
3. Relation d'objet
4. Changement psychologique (- pathologique)

▶ Objectifs de ces 4 fonctions: Résoudre une situation inachevée à l'origine du dilemme de contact qui cause des impasses dans le couple.

(Dandeneau, 2012)



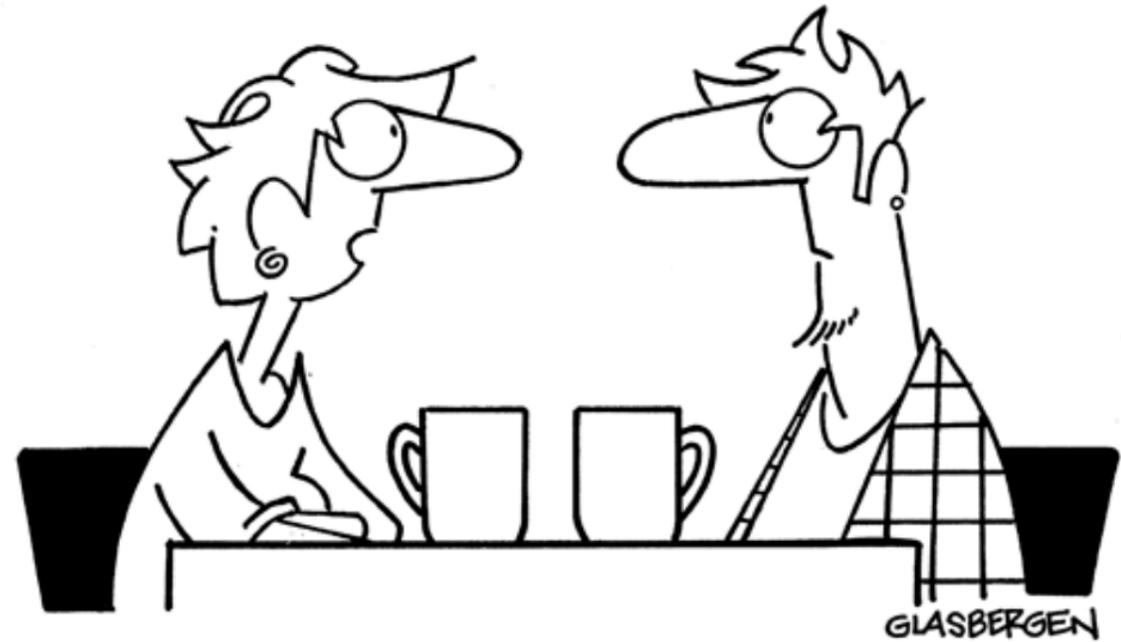
Clivage (concept 🗝️)

- ▶ Mécanisme de défense qui influence les cognitions et l'humeur et qui amène la personne à avoir une perspective dominante qui est soit « toute bonne » soit, « toute mauvaise ».
- ▶ Siegel (1992, 1999) a mis au point un modèle de clivage en couple fondé sur les schémas interpersonnels et les modes de relation spécifiques dérivés de la constellation de défense de clivage, déni et identification projective.
- ▶ Clivage: Très présent chez les couples dont les partenaires ont des vulnérabilités narcissiques ainsi que chez les couples violents (Siegel et Geller, 2000; Goldner, 2004).



Estime et apaisement (concept 🗝️)

- ▶ Dans le couple, le partenaire a le pouvoir d'offrir de la sécurité et de l'estime. Lorsque ce nouvel objet échoue à offrir ces fonctions ou répète les dynamiques frustrantes et blessantes de l'enfance, la réponse émotionnelle peut être assombrie par des vestiges du passé (Siegel, 2015) .
 - ▶ Espoir déçu de résoudre l'inachevé qui réside dans le Microchamp Introjecté (MI).



**“Of course I can accept you for who you are.
You are someone I need to change.”**

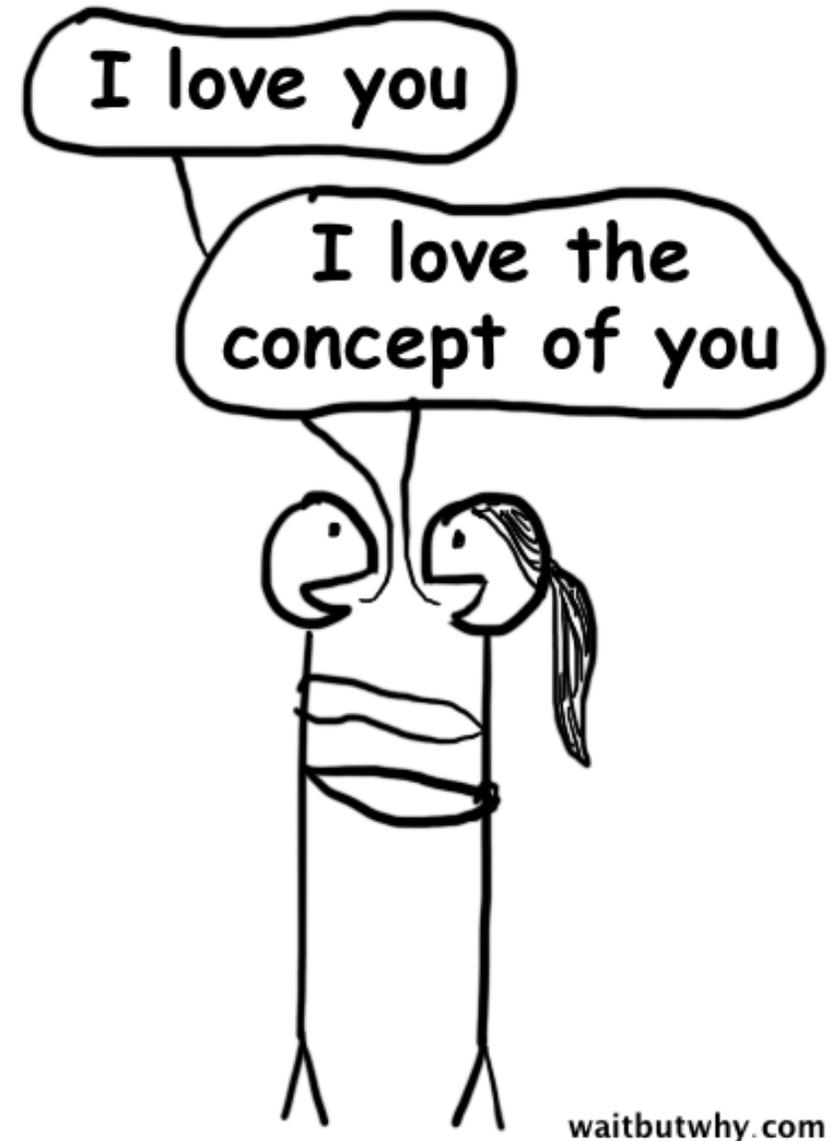
Ginette et Étienne



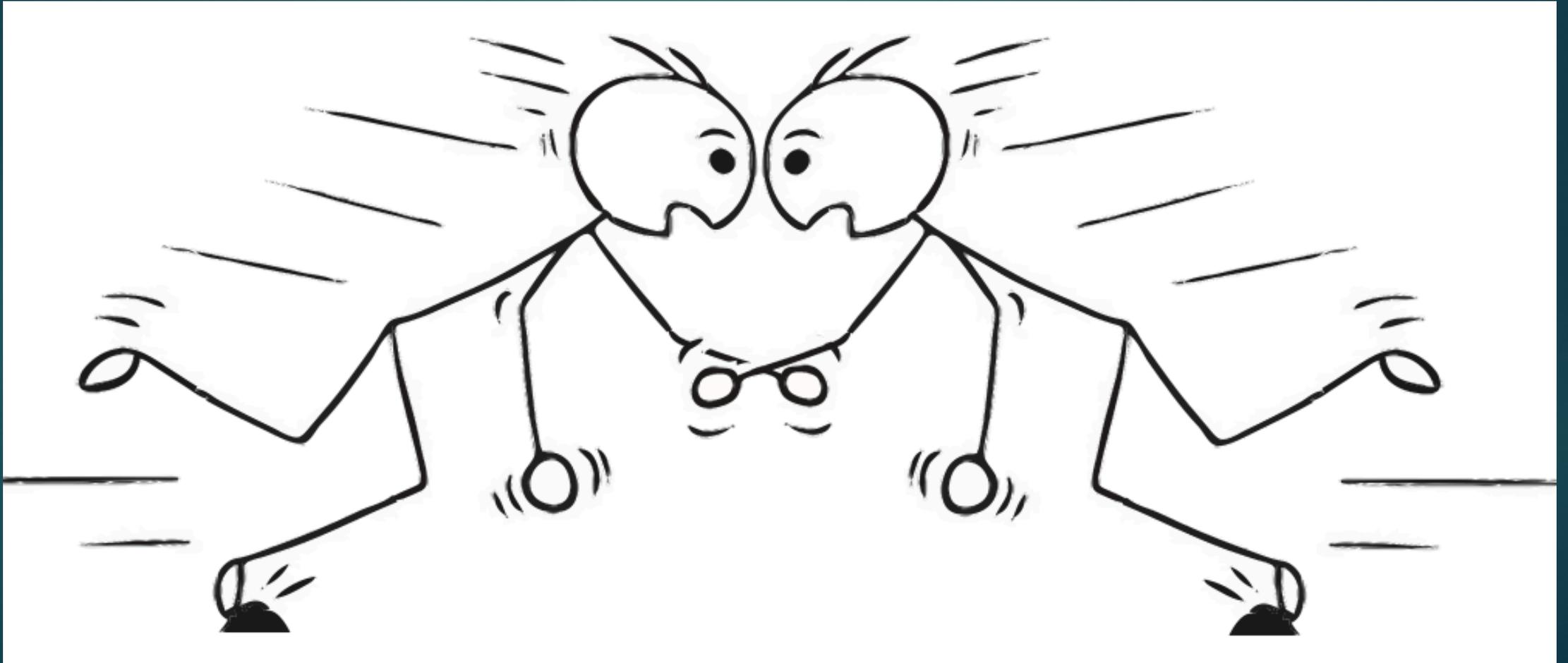
Choix d'un partenaire amoureux

- ▶ Basé sur
 - ▶ Des facteurs conscients
 - ▶ Des facteurs inconscients
 - ▶ Une congruence entre les relations d'objet (complémentarité inconsciente)

(Dandeneau, 2012)



Difficultés conjugales = enjeux
individuels qui s'accrochent les pieds



Les contraires s'attirent

- ▶ Chez les TP (Self fragilisé), comme ils se sentent incomplets, ils cherchent inconsciemment un partenaire pour corriger ou satisfaire des échecs relationnels passés (Situation inachevée).
 - ▶ Ils vont être attiré par leur « autre moitié », à la fois indispensable et intolérable
 - ▶ P.ex. la danse d'un couple narcissique qui se retire/ borderline qui cherche la rassurance

(Landucci et Foley, 2014)



Les contraires s'attirent... se polarisent

- ▶ Polarisation des partenaires
 - ▶ Sadique-Mazochiste
 - ▶ Dominant-Soumis
 - ▶ Sain-Malade
 - ▶ Indépendant-Dépendant, etc.
- ▶ Chaque partenaires fait porter par l'autre la partie intolérable à l'intérieur d'eux même. Le couple devient une personnalité entière dans la dyade conjugale, mais chacun des partenaires reste seul et incomplet.



Les contraires s'attirent... et se repoussent.

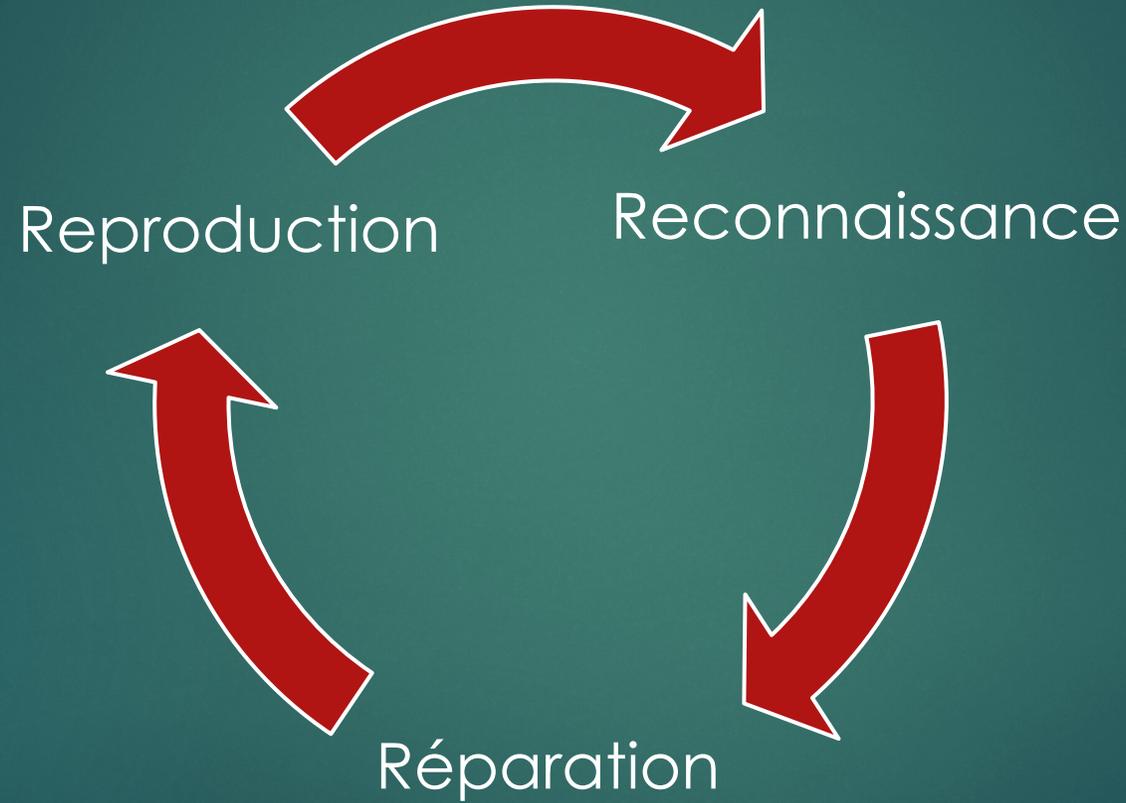
- ▶ Ce qui initialement attirait les partenaires en vient à causer des conflits (promesses déçues)
- ▶ Désillusions que les besoins qui cherchent à être comblés, ne le sont pas par leur partenaire, loin d'être parfait.
- ▶ Vision de chacun qui devient plus négative, moins de coopération, blâmes mutuels pour les problèmes relationnels
- ▶ Reproduction d'impasses relationnelles



Dilemme de contact et IP

- ▶ Lorsqu'un aspect du microchamp introjecté (MI) est activé, le dilemme de contact entre en action, ce qui influence la façon dont le présent est interprété et auquel il répond.
- ▶ La TC permet de mettre à jour des dynamiques relationnelles, formées de biais perceptuels inconscients.
 - ▶ Les impasses relationnelles des partenaires d'un couple peuvent être perçues comme des reproductions de situations qui font écho à la situation inachevée à l'origine du dilemme de contact.

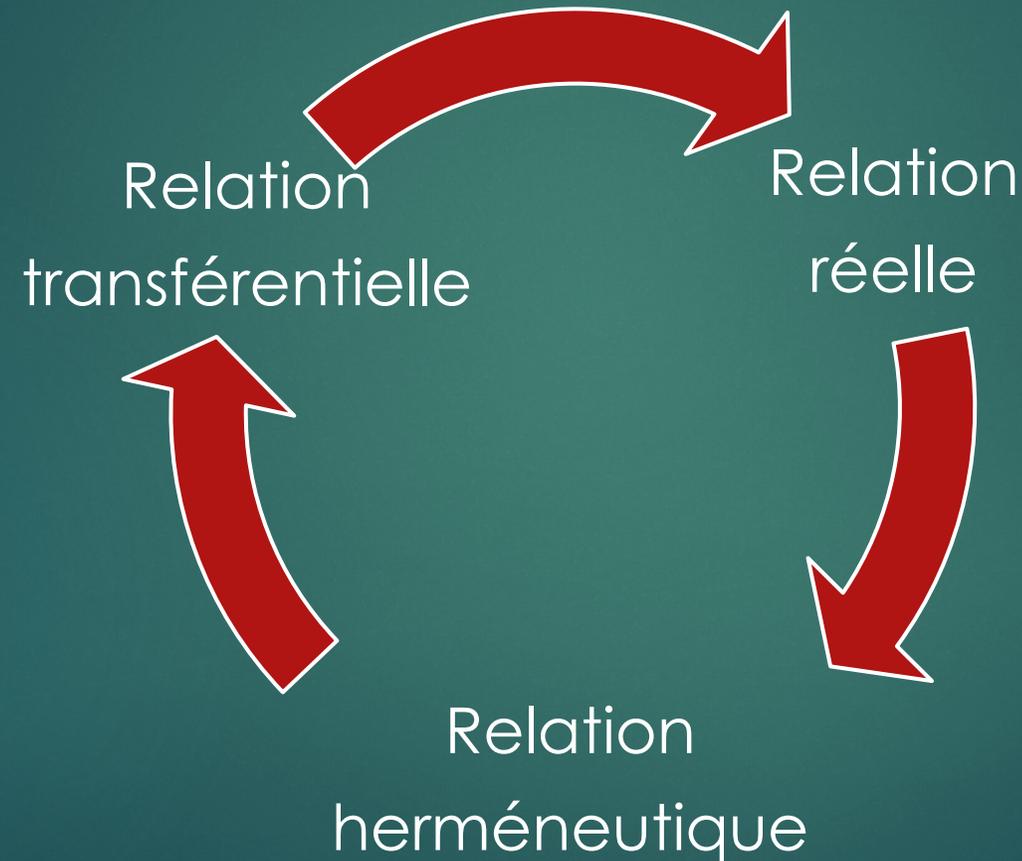
Les cycles thérapeutiques: R-R-R



Ginette et Étienne



Les axes de la relation de couple et thérapeutique



Ce qui est observable en séance de TC

- ▶ Les partenaires utilisent le clivage et l'identification projective (IP) pour rendre un conflit *interne* en conflit *externe*.
 - ▶ La représentation interne du parent (ou la représentation interne de Soi), est clivée et projetée sur le conjoint.
 - ▶ La personne qui projette va se comporter d'une telle façon d'amener le partenaire à se comporter comme l'objet interne projeté sur lui. (IP)
 - ▶ P.ex. un mari qui a été infantilisé par sa mère peut recréer cette situation dans son couple en se comportant comme un enfant et en évoquant des réponses maternelles chez sa femme.
 - ▶ Les conflits conjugaux peuvent être vus comme des reproductions de conflits avec un parent

But de la TC

- ▶ Aider les partenaires à se réguler affectivement afin de permettre la mentalisation (préalable à l'herméneutique)
 - ▶ Aidera à explorer et découvrir les besoins et les blessures à l'origine de la détresse du couple (mieux comprendre les enjeux développementaux à l'œuvre dans la dynamique)
- ▶ Aider les partenaires à repérer et reconnaître les reproductions d'impasses qu'ils rejouent à l'externe afin qu'ils réalisent que c'est un conflit *interne* qu'ils rejouent à l'externe par IP.
 - ▶ Faire du sens de ces reproductions par le dialogue herméneutique
 - ▶ Prendre consciences des parties intolérables qu'ils projettent sur l'Autre (représentations *internes*) vs la réalité *externe*.

Buts de la TC

- ▶ Aider les partenaires à
 - ▶ Accéder et exprimer les émotions primaires et favoriser une réception empathique.
 - ▶ Voir leurs contributions individuelles dans les conflits conjugaux.
 - ▶ Réparer le lien (et les blessures de chacun) en créant de nouvelles expériences émotionnelles dans le champ 1
 - ▶ Un minicycle de reproduction-reconnaissance-réparation
- ▶ Créer un lien affectif sécure et souple dans lequel chacun peut évoluer librement dans les trois chantiers développementaux tout en devenant complet et différencié (Dandeneau, 2012)

La pratique de la TC

- ▶ La structure du processus thérapeutique
 - ▶ Attitude du thérapeute: curieux et conscient
 - ▶ Des thèmes et dynamiques qui émergent dans l'interaction de couple
 - ▶ Des réactions individuelles de chaque partenaire
 - ▶ Des réactions personnelles du thérapeute à chaque partenaire et à la relation de couple comme une entité
 - ▶ L'objectif de la thérapie
 - ▶ Créer une compréhension de ce qui se passe selon différentes perspectives.

La pratique de la TC

- ▶ La structure du processus thérapeutique
 - ▶ Le thérapeute doit être confortable
 - ▶ Explorer des émotions qui peuvent faire remonter à la conscience des souvenirs et des liens qui n'ont pas été compris jusqu'à présent (champs 1, 2, 3, 4). Les reconnaître et les valider.
 - ▶ Ce n'est qu'alors qu'il est possible de faire le lien entre la façon dont le passé s'est mêlé au présent d'une manière qui complique la capacité d'un partenaire de construire la relation qu'il recherche.
 - ▶ Emmener les partenaires à offrir de la reconnaissance et de l'empathie l'un avec l'autre et à prendre conscience des thèmes communs qui étaient auparavant situés dans un seul membre (créé une opportunité de vivre un nouveau niveau d'intimité).

Séances de couple vs séances individuelles

- ▶ Typiquement 3-4 séances d'évaluation dont une séance en individuel avec chacun des partenaires (histoire développementale, relations amoureuses passées, choix de profession)
- ▶ Lors de l'intervention, les séances sont font en couple.
 - ▶ Permet de maintenir la neutralité thérapeutique
 - ▶ Évite de rester pris avec des secrets

Lorsqu'un partenaire a un trouble de santé mentale

- ▶ Thérapie individuelle en parallèle avec un thérapeute différent pour un partenaire ou les deux.
 - ▶ Idéalement, avoir une autorisation pour discuter avec le thérapeute individuel / psychiatre / médecin.
- ▶ Parfois, le thérapeute conjugal va suspecter un trouble de santé mentale pas encore diagnostiqué et devra orienter au besoin le partenaire vers la ressource appropriée.

Durée de la thérapie

- ▶ Parfois long terme (2-3 ans)
- ▶ Parfois court terme (3-4 mois)

Rôles du thérapeute conjugal



Paramètres de l'évaluation

- ▶ 2 à 3 séances, durée 1h30
- ▶ Investigation d'une multitude de thèmes
- ▶ Couple en crise:
 - ▶ évaluation brève
 - ▶ gestion de crise en priorité
 - ▶ évaluation complète en simultané ou reportée

Paramètres de l'évaluation

- ▶ Dévoilement d'un secret (ex. infidélité)
- ▶ Problématique de garder le secret (Butler et al., 2010):
 - ▶ Collusion avec l'infidèle = trahison envers le trompé
 - ▶ Mains liées dans l'intervention
 - ▶ Consentement préalable sur confidentialité
 - ▶ Accompagner l'infidèle dans le dévoilement ou mettre fin aux séances
 - ▶ Orienter en individuel au besoin
 - ▶ Exceptions

Évaluation

- ▶ Motif de consultation
 - ▶ Pourquoi ils consultent?
 - ▶ Quelles difficultés ils rencontrent?
 - ▶ Depuis quand?
 - ▶ De quelle nature?
 - ▶ Quels en sont les déclencheurs?
 - ▶ Patrons d'interactions (p. ex. : poursuite-retrait, rationnel-émotif, domination-soumission, etc.)
 - ▶ Tentatives de changement antérieures
 - ▶ Attentes face à la démarche
- ▶ Qui a pris la décision de consulter en TC?
 - ▶ Déclencheur du désir/nécessité de consulter
- ▶ Conséquences du motif:
 - ▶ Impact sur le couple/la famille/la santé mentale des 2 individus
 - ▶ Songent-ils à la séparation?

Évaluation

- ▶ Histoire du couple
 - ▶ Étapes marquantes qui ont déterminé l'évolution de l'engagement et de la dynamique du couple
 - ▶ La rencontre initiale (attirance, séduction et initiatives)
 - ▶ La rapidité d'évolution du sérieux de l'engagement
 - ▶ L'évolution du fonctionnement du couple et l'apparition des difficultés
 - ▶ L'impact des événements stressants et des changements importants en vérifiant la façon de s'y adapter
 - ▶ TC passées?
- ▶ Intimité affective et sexuelle

Évaluation

- ▶ Communication
 - ▶ Les dynamiques relationnelles qui émergent en séance (p.ex. tendance des partenaires à se blâmer. Ou avoir des attentes irréalistes)
 - ▶ Comment l'Autre est perçu (faire des liens avec les représentations internes de Soi et de l'Autre)
 - ▶ Comment comme psychologue, chacun des partenaires vous perçoivent? (Informatif sur les représentations de l'Autre)
 - ▶ Les réactions non-verbales des partenaires et le climat émotionnel dans la pièce).
 - ▶ La sensibilité des partenaires l'un envers l'autre, les tentatives de valoriser ou dévaloriser l'autre et les expressions de rejet ou de mépris observées en séances.
- ▶ Résolution de conflits
- ▶ Prises de décisions
- ▶ Partage d'activités en couple vs temps passé seul

Évaluation

- ▶ Sphère familiale
 - ▶ Éducation des enfants
 - ▶ Répartition des tâches et responsabilités
 - ▶ Relation avec les beaux-enfants (famille reconstituée)
- ▶ Sphères individuelles
 - ▶ Histoire développementale
 - ▶ Atmosphère développementale, traumas de type I et II
 - ▶ Personnalité des parents, relation avec parents et fratrie, expression des émotions, gestion des conflits, modèle de couple parental, relations actuelle, petite enfance, école, adolescence, événements marquants
 - ▶ Représentations de Soi (positives et négatives)
 - ▶ Représentations de l'Autre (positives et négatives)

Évaluation

- ▶ Sphères individuelles (suite)
 - ▶ Amitiés
 - ▶ Type de relations, durée, possibilité de se confier, réseau de soutien
 - ▶ Relations amoureuses passées
 - ▶ Premières relations, relations de couple significatives, attrait, raison des ruptures, périodes de célibat, expériences sexuelles
 - ▶ Travail
 - ▶ Choix de carrière, satisfaction actuelle, description du poste, aspirations, place du travail
 - ▶ Identité
 - ▶ Définition de soi, estime, intérêts
 - ▶ Thérapie individuelle
 - ▶ Type de problématique, date et durée, effet
 - ▶ Consommation de drogues / alcool
 - ▶ Santé

Évaluation

- ▶ Les forces du couple
 - ▶ Bénéfices à évaluer
 - ▶ Vision complète et nuancée du profil/dynamique du couple
 - ▶ Leviers pour l'intervention, source de renforcement et de consolidation de leurs acquis

Évaluation

- ▶ Explosions extrême de colères, de contrôle extrême, comportements d'intimidation, d'abus d'alcool ou de substances, de nourriture ou de sexualité sont à noter.
 - ▶ Possibilité d'orienter le couple ou un partenaire à une autre ressource
- ▶ Et enfin... « Qu'est-ce que je n'ai pas évalué qui serait utile pour moi de savoir? »

Mandats thérapeutiques

Définition:

Un mandat thérapeutique est une entente entre les deux conjoints et le thérapeute quant à la direction à suivre pour l'intervention (Poitras-Wright & St-Père, 2004)

- ▶ Amélioration de la relation (réconciliation)
- ▶ Remise en question (ambivalence)
- ▶ Négociation ou acceptation de la séparation
- ▶ Gestion de crise

Le plan de traitement et l'établissements d'objectifs

- ▶ Aider le couple à faire la transition d'une perspective de reproches et de blâmes à une perspective qui permet une appréciation plus complexe des réponses émotionnelles et comportementales.
 - ▶ Mettre à jour le clivage et l'identification projective qui sont des dynamiques qui affectent les partenaires de façon individuelle et de façon dyadique (à explorer et à traiter).
- ▶ Établir des buts en collaboration avec les partenaires et en respectant leurs priorités.
- ▶ Lorsqu'il y a ambivalence face à la démarche en TC:
 - ▶ Valider l'ambivalence des partenaires face à la TC
 - ▶ Aider les partenaires qui clivent à reconnaître les pensées et émotions qui les amènent à des modes polarisés pour qu'ils puissent éviter de réagir impulsivement (p.ex. abandon prématuré de la TC).

Techniques en TC

- ▶ Créer un climat sécuritaire
- ▶ Apprendre du passé
- ▶ Utiliser le contretransfert
- ▶ Déchiffrer l'IP
- ▶ Créer une conscience des thèmes récurrents (liens interchamps)
- ▶ Confronter le clivage
- ▶ Créer un accordage et de l'empathie (champ 1-2)
- ▶ Séparer le passé du présent
- ▶ Construire de nouvelles façons de tolérer et gérer les différences

Utilisation du contre-transfert

- ▶ Façon pour le thérapeute d'examiner ses propres réactions comme une forme de communication qui émane du couple. Peut être conceptualisé comme une forme d'IP où le thérapeute en vient à « comprendre » un thème qui n'a pas encore été articulé, mais qui a besoin d'être compris.
- ▶ C'est une forme de communication émotionnelle qui alerte le thérapeute de dynamiques qui n'ont pas encore été résolues avec succès ou intégrées, mais qui sont rejouées de façon interpersonnelles dans la relation.

Compétences cliniques

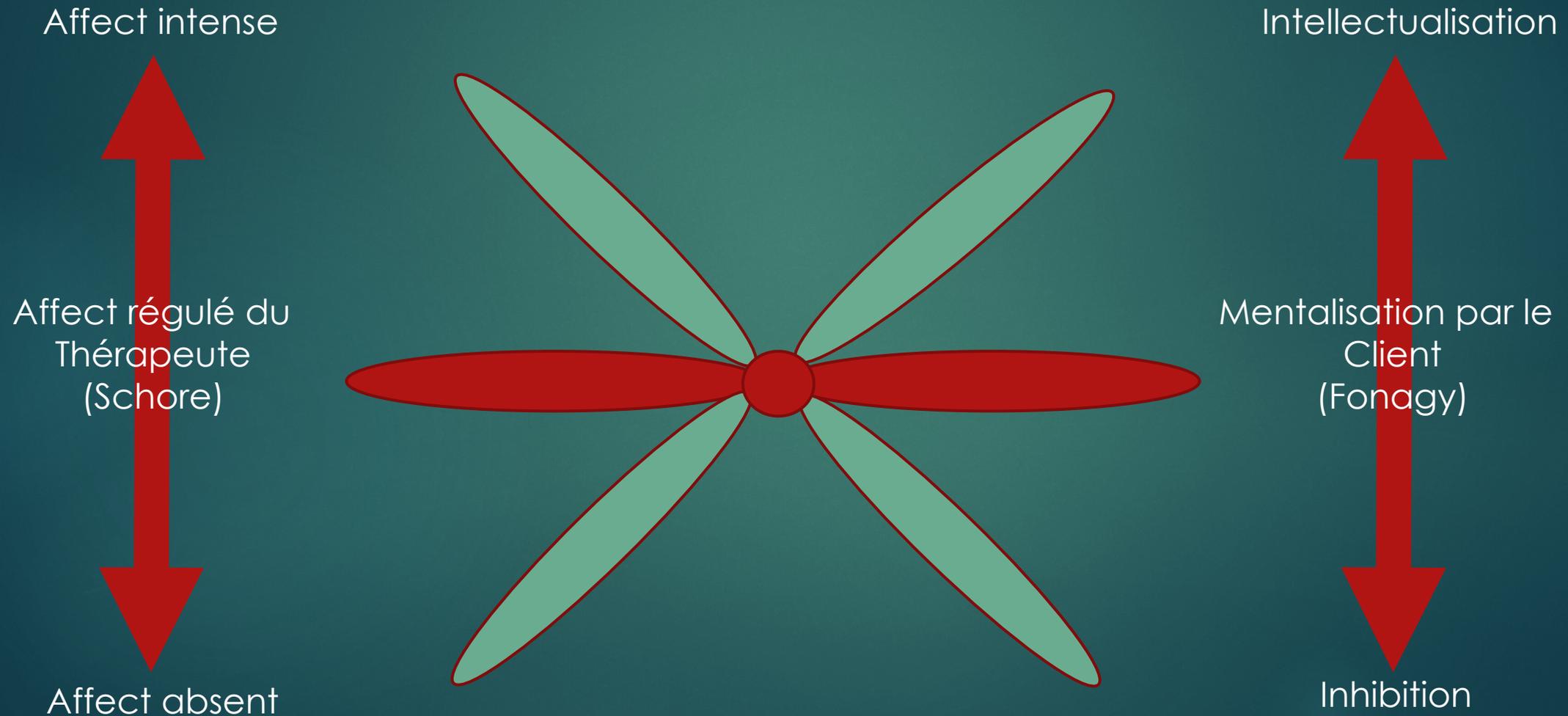
- ▶ Compétences affectives
- ▶ Compétences réflexives
- ▶ Compétences interactives

ATHÉNA = déesse de l'herméneutique

- ▶ Affect à Proximité
- ▶ Tolérance à la complexité
- ▶ Humilité d'offrir une contribution de sens qui soit rejetée
- ▶ Écoute herméneutique (la musique derrière les mots)
- ▶ Naïveté
- ▶ Agressivité (ad-gressere = aller vers)



Régulation affective et mentalisation



Contre-indications à l'herméneutique

- ▶ Quand le client est dysrégulé (p.ex. situation de crise)
 - ▶ La simple position phénoménologique peut être nuisible.
 - ▶ L'interprétation est mieux que l'herméneutique dans ce cas là parce que ça vient donner un contenant, un sens provisoire (l'interprétation contient).
- ▶ Quand le client ne peut avoir les outils pour le faire (not psychologically minded)

Techniques thérapeutiques utiles en TC

- ▶ Intervention de pleine conscience dans les moments où l'un des partenaires est dysrégulé.



(Siegel, 2014)

Déni, dissociation et mémoire émotionnelle en TC

- ▶ Dans les moments de déni et de dissociation de l'un ou des partenaires, le thérapeute peut créer un environnement sécurisé dans lequel les émotions peuvent être exprimées et tolérées. (Siegel, 2012)
 - ▶ Nommer les sentiments, créer un espace où le sens peut émerger et permettre un lien avec la douleur non résolue du passé.

Ginette et Étienne



Difficultés des couples dont l'un des partenaires a un TP

- ▶ Communication
- ▶ Lutttes de pouvoir
- ▶ Attentes irréalistes
- ▶ Sexualité

Snyder et Whisman (2003)

- ▶ Dynamiques au long cours qui ont escaladé jusqu'au niveau de crise
 - ▶ Les TP ont arrivent avec leurs processus de pensée déformés et leurs comportements inadaptés qui sont présents depuis très longtemps.

Défis dans le traitement des TP en TC

- ▶ Les TP sont égo-syntones : « Je n'ai pas de problème »
 - ▶ Défi pour la construction de l'alliance thérapeutique
 - ▶ Durée de thérapie plus longue
- ▶ Les TP vivent plus de violence dans leur relations amoureuses.
- ▶ Le niveau de discorde au sein de leur couple est plus élevée chez les jeunes adultes ayant un TP que ceux sans TP
- ▶ Les TP borderline vivent
 - ▶ Moins de satisfaction conjugale
 - ▶ Plus d'insécurités d'attachement
 - ▶ Plus de violence entre conjoints

Prévalence estimée par groupes de personnalité selon le DSM-5

Groupes de TP	PRÉVALENCE %
Groupe A	5.7
Paranoïaque	2.3-4.4
Schizoïde	3.1-4.9
Schizotypique	1.9-3.9
Groupe B	1.50
Antisocial	0.2-3.3
Borderline	1.6-5.9
Histrionique	1.84
Narcissique	0-6.2
Groupe C	6.0
Évitante	2.4
Dépendante	0.5-0.6
Obsessionnelle-compulsive	2.1-7.9

Facteurs qui augmentent les chances de succès en TC

▶ Lorsque

- ▶ Les deux partenaires sont prêts à se remettre en question et à changer individuellement
- ▶ Chaque personne est investie pour l'amélioration du couple
- ▶ Le psychologue est à la fois habilitéé à travailler avec les TP et la TC
- ▶ Les partenaires sont aussi en TI

Mécanismes de changement

- ▶ La capacité des partenaires à s'auto-observer et d'observer leurs dynamiques relationnelles
- ▶ L'intelligence émotionnelle
- ▶ Empathie mutuelle et apaisement

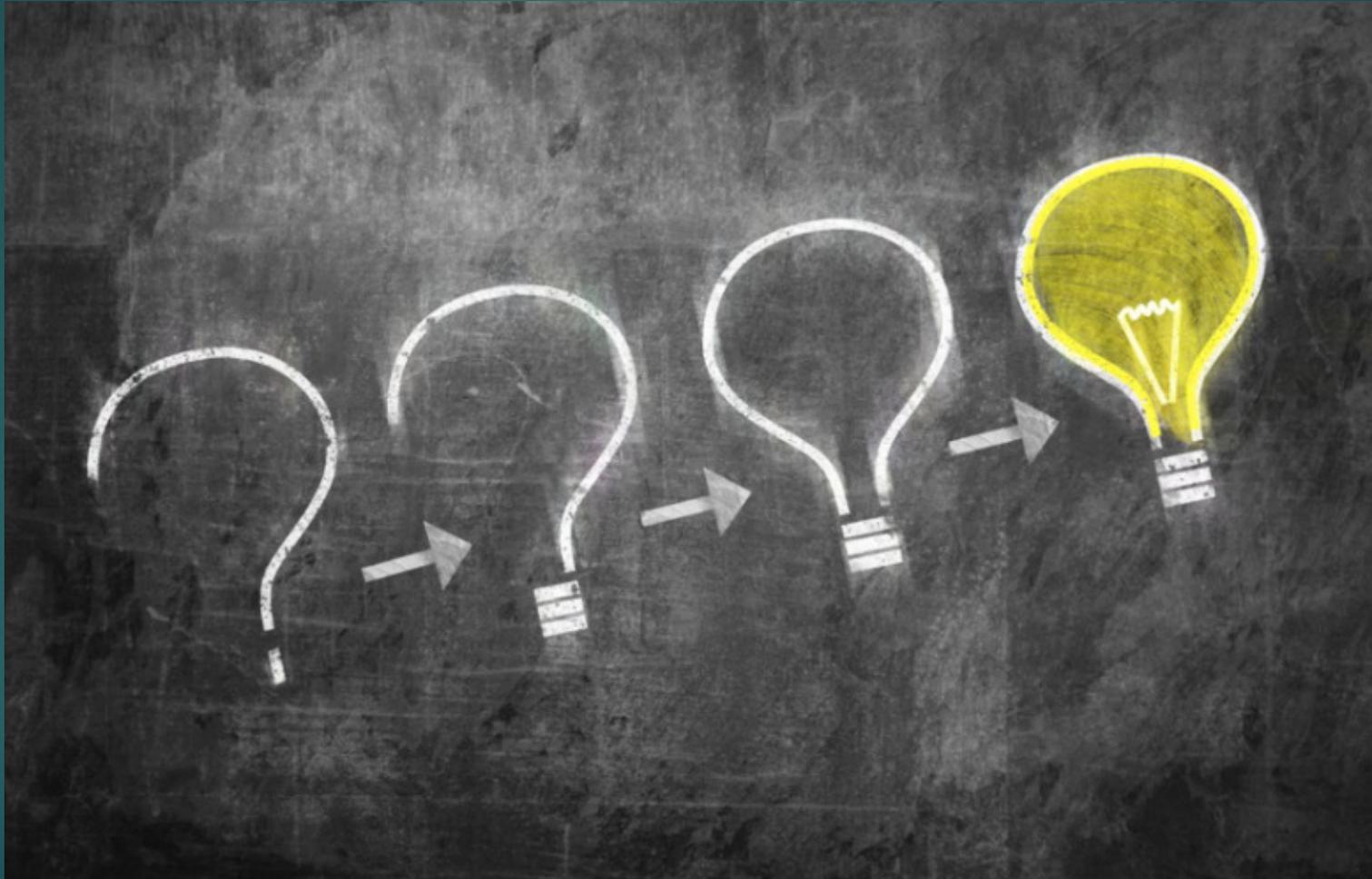
Défis dans le traitement des TP en TC

- ▶ Plus le psychologue pousse pour du changement, plus les partenaires résistent (anxiogène de changer pour le couple).
- ▶ La séparation ou le statut quo sont des options qui doivent être considérées comme des issues acceptables pour le thérapeute.
 - ▶ Ce n'est qu'à ce moment que le couple réalisera que c'est à eux de voir s'ils veulent changer leurs vies.

Éviter les erreurs stratégiques

- ▶ Ne pas reconnaître le déni et la dissociation
- ▶ Suridentification

Questions ?



Références

- ▶ American Psychiatric Association., & American Psychiatric Association. (2017). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- ▶ Dandeneau, M. (2012). La dynamique du couple: un essai théorico-clinique. In L. Girard, & G. Delisle (Eds). *La psychothérapie du lien, Genèse et continuité*. Montréal: Les Éditions du CIG.
- ▶ Delisle, G., et Girard, L.(2012). La psychothérapie gestaltiste des relations d'objet: état des lieux. In L. Girard, & G. Delisle (Eds). *La psychothérapie du lien, Genèse et continuité*. Montréal: Les Editions du CIG.
- ▶ Goldner, V. (2004). When love hurts: Treating abusive relationships. *Psychoanalytic Inquiry*, 24(3), 346-372.
- ▶ Landucci, J., & Foley, G. N. (2014). Couples Therapy: Treating Selected Personality-disordered Couples Within a Dynamic Therapy Framework. *Innovations in clinical neuroscience*, 11(3-4), 29-36.
- ▶ Livingston, M. (2009). Sustained Empathic Focus and its Application in the Treatment of Couples. *Clinical Social Work Journal*, 37, 3, 183-189.
- ▶ Livingston, M. S., & Livingston, L. R. (2006). Sustained empathic focus and the clinical application of self-psychological theory in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 56, 1, 67-85.
- ▶ Ogden, T. H. (1979). On projective identification. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 60, 357-73.
- ▶ Poitras-Wright, H., & St-Père, F. (2004). Grille d'évaluation des mandats en thérapie pour la recherche sur l'efficacité de la thérapie conjugale [A therapeutic mandate evaluation grid for use in research on the effectiveness of couple therapy]. Unpublished document.
- ▶ Schore, A. N. (2008). *La régulation affective et la réparation du soi*. Montréal: Éditions du CIG.
- ▶ Siegel, J. (2012). Denial, Dissociation, and Emotional Memories in Couples Treatment. *Couple and Family Psychoanalysis*, 2, 1, 49-64.
- ▶ Siegel, J. P. (2006). Dyadic splitting in partner relational disorders. *Journal of Family Psychology : Jfp : Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (division 43)*, 20, 3, 418-22.
- ▶ Siegel, J & Geller CSW, Janet. (2000). The Reenactment of Abuse in the Marital Relationship: Theoretical and Clinical Considerations. *Journal of Family Social Work*. 4. 57-74.
- ▶ Siegel, J.P, (2015). Object Relations Couple Therapy. In A. S. Gurman, J. Lebow & D. Snyder, *Clinical Handbook of Couple Therapy 5th Ed.*. (pp. 224-245). New York: Guilford.
- ▶ Siegel, J. P. (2014). The Mindful Couple. *Clinical Social Work Journal*, 42, 3, 282-287.