



Yves Gros-Louis, psychologue

Centre Psycho-Solutions,
centre@psycho-solutions.qc.ca
<http://www.psycho-solutions.qc.ca>

Titre de la formation :

Approche brève orientée vers les solutions / formation de base

Problématique : Les services de santé mentale publics, privés ou communautaires se tournent de plus en plus vers des approches d'intervention à court terme en raison de la restriction des budgets disponibles mais aussi en raison de la demande de la clientèle qui recherche de services brefs et efficaces. Par ailleurs, les intervenants s'intéressent de plus en plus vers des approches à court terme et des méthodes qui favorisent la qualité du lien thérapeutique ainsi que la contribution des clients au changement, qui sont les deux facteurs les plus importants du succès de l'intervention selon la recherche.

Besoins : L'intervenant doit pouvoir compter sur une approche qui répond à ces divers besoins. En misant principalement sur la motivation, les objectifs et les solutions de clients, l'approche brève orientée vers les solutions donne beaucoup de pouvoir au client. En outre, par sa vision collaboratrice et positive, elle crée une qualité d'alliance qui favorise l'engagement et réduit la durée de l'intervention.

Formateur : Le formateur est psychologue et il agit comme psychothérapeute depuis 1980 auprès d'une clientèle adolescente, adulte, conjugale et familiale. Une forte partie de sa clientèle comprend des problèmes de dépendance ainsi que des personnes des Premières Nations. De plus, il pratique l'approche brève orientée vers les solutions depuis 1994. Il agit comme superviseur, formateur et conférencier sur cette approche et d'autres approches collaboratrices depuis 1996. Actuellement, il consacre environ 80 jours par an à donner de la formation et de la supervision à travers le monde francophone.

Clientèle : Intervenants intéressés aux approches positives et collaboratrices à court terme comme l'approche brève orientée vers les solutions. Les participants seront témoin de deux démonstrations du formateur et auront quatre occasions de pratiquer divers outils présentés au cours des deux jours à partir de leurs situations cliniques. Groupe limité à 30 personnes.

Durée de la formation : 12 heures sur 2 jours. Les deux jours sont des exposés théoriques agrémentés de questions des participants, de démonstrations et de pratiques en sous groupes de 3 participants. Cette activité sera reconnue pour une durée de 12 heures aux fins de la formation continue en intervention. Une attestation de participation sera remise à chaque participant à la fin des deux jours.

Objectifs :

1. Situer l'approche brève orientée vers les solutions dans le courant des approches à court terme et sa validité empirique ;
2. Expliquer l'art de fixer des objectifs de qualité avec le client et de créer une alliance de qualité avec les trois types de relation d'aide : acheteur, demandeur et visiteur ;

3. Identifier les attitudes et les outils développés par l'approche pour utiliser l'attraction du futur : meilleurs espoirs, question miracle ;
4. Situer les questions et le langage développés par l'approche pour utiliser les compétences du client et pour le faire avancer vers le changement désiré : questions sur les exceptions, sur les compétences, questions à échelle ;
5. Préciser les diverses étapes d'une séance orientée vers les solutions et le processus global d'intervention ;
6. Expérimenter et mettre en pratique les outils de l'approche.

Préalables : Avoir une charge de clients en intervention. Accepter de faire des pratiques en sous-groupes.

Contenu :

1. Fondements de l'approche
 - 1.1 Les trois vagues de la psychothérapie
 - 1.2 Bref historique de l'approche, principaux auteurs, version 2.0 (de Shazer, S., 1996 ; de Shazer, S. et al., 2002 ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 1.3 Support empirique de l'approche (Franklin, C, et al., 2012 ; Macdonald, A., 2111)
 - 1.4 Postulats et hypothèses fondamentales de l'approche (de Shazer, S., 1996 ; de Shazer, S., 1999 a ; de Shazer, S., 1999 b ; de Shazer, S., 2002 ; Cabié, M.-C. & Isebaert, L., 1997)
 - 1.5 Trois règles de base du fondateur de l'approche (de Shazer, S., 1996)
2. Attitudes de base de l'approche
 - 2.1 Ne pas savoir ou un pas derrière (Berg, I.-K. & Dolan, Y., 2002 ; Berg, I.-K., 1996)
 - 2.2 Foi dans le client (Furman, B. & Ahola, T., 1992)
 - 2.3 Vision positive du client (Duncan, B. L. & Miller, S. D., 2003)
 - 2.4 Le client est toujours motivé (de Shazer, S., 1999 a)
 - 2.5 L'accent sur les forces (DeLong & Berg, I.K., 2003)
 - 2.6 Exercice 2 à 2 sur la vision positive du client : double écoute
3. Notre conception de la motivation et version 2.0 (Gros-Louis, Y., 2006)
 - 3.1 Stratégies dans la relation de type acheteur
 - 3.2 Stratégies dans la relation de type demandeur
 - 3.3 Stratégies dans la relation de type visiteur
 - 3.4 Validation orientée vers les solutions (Quick, E. K., 2012)
 - 3.5 Une bonne question
 - 3.6 Questions relationnelles (Berg, I.-K. & Kelly, S., 2001)
4. Utilisation du futur : utilité et version approche 2.0 (Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 4.1 Questions efficaces pour le futur : vos meilleurs espoirs (Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 4.2 Questions sur les différences (Dolan, Y.-M. & Pichot, T., 2010 ; Bannink, F., 2010)
 - 4.2.1 Utilité de ces questions
 - 4.2.2 Exemples concrets
 - 4.3 Des meilleurs espoirs de qualité :
 - 4.3.1 Pertinents pour le client

- 4.3.2 Concrets, observables, « vidéo »
- 4.3.3 Formulés de façon positive
- 4.3.4 Décrits les premières étapes du changement
- 4.3.5 Sous le pouvoir du client
- 4.4 Démonstration par le formateur sur validation et les meilleurs espoirs
- 4.5 La question « miracle » : utilité (de Shazer, S., 1999 a ; Berg, I.-K., 1996 ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
- 4.6 La question miracle 2.0
- 4.7 Quelques variantes possibles
- 4.8 Questions d'élaboration
- 4.9 S'assurer de réponses de qualité
- 4.10 Questions de relance
- 4.11 En situation de couple ou de famille
- 4.12 Exercice en grand groupe sur les meilleurs espoirs et question miracle
- 5. Utilisation des compétences : utilité et version 2.0 (de Shazer, S., 1996 ; Berg, I.-K., 1996 ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 5.1 Questions sur les exceptions
 - 5.1.1 Exceptions vers le miracle
 - 5.1.1.1 Langage et attitudes pour trouver des exceptions
 - 5.1.1.2 Détailler une exception
 - 5.1.1.3 Encourager à répéter l'exception
 - 5.1.2 Exceptions pré-traitement et inter-séances
 - 5.1.2.1 Résultats de recherche et utilité de ces questions
 - 5.1.2.2 Attitudes et langage pour utiliser ces questions
 - 5.1.2.3 Quand utiliser ces questions
 - 5.1.3 Exceptions de non problème ou de problème partiel
 - 5.1.3.1 Détailler et inciter à répéter l'exception
 - 5.1.3.2 Quand utiliser ces questions
 - 5.1.4 Questions d'adaptation (Ratner, H., George, e. & Iveson, C., 2012)
 - 5.1.4.1 Exceptions avec des « cas lourds » ou en crise
 - 5.1.4.2 Attitudes et langage pour utiliser ces questions
 - 5.1.4.3 Exemples concrets de questions
 - 5.1.5 Détailler les exceptions (Walter, J.-L. & Peller, J.-E., 2000)
 - 5.1.5.1 Vérifier l'écologie de l'exception
 - 5.1.5.2 Découvrir la recette du succès
 - 5.1.5.3 Pour répéter le succès
 - 5.2 Questions sur les compétences : utilité
 - 5.2.1 Détailler une compétence
 - 5.2.2 Transférer la compétence
 - 5.2.3 Exercice 2 à 2 : Reconnaître et utiliser davantage une compétence
 - 5.2.4 Démonstration : un client très pessimiste face à l'avenir ; illustrer vision positive
 - 5.3 Questions à échelle : utilité et version 2.0 (de Shazer, S., 1996 ; Berg, I.-K., 1996 ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 5.3.1 Détailler le niveau actuel : un succès partiel, un léger progrès
 - 5.3.2 Préparer le prochain pas vers le futur souhaité
 - 5.3.3 Bien employer cette question
 - 5.3.4 Utilisation variée de la question à échelle

6. Le langage « solution » (O'Hanlon, W.-H. & Weiner-Davis, M., 1995 ; de Shazer, S., 1996 ; de Shazer, S., 1999 a ; de Shazer, S., 1999 b ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009)
 - 6.1 Importance du langage dans l'intervention
 - 6.2 Stratégies de langage lors de la validation
 - 6.2.1 Choisir des mots offrant des possibilités de changement
 - 6.2.2 Remplacer les mots limitant les possibilités
 - 6.2.3 Offrir des recadrages
 - 6.2.4 Complimenter
 - 6.3 Stratégies de langage lors des questions
 - 6.3.1 Les présuppositions
 - 6.3.2 Stratégies d'« empowering » du client (Bannink, F., 2010)
 - 6.3.3 Exercice 2 à 2 : Utilisation exhaustive de la question à échelle
7. Étapes d'une séance : version 2.0 (Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 7.1 Étape d'une première séance
 - 7.2 Étape d'une deuxième séance et suivante
 - 7.3 Fin de séance
 - 7.4 Suggestions
8. Processus global d'intervention (Berg, I.-K., 1996 ; de Shazer, S., 1996 ; de Shazer, S., 1999 a ; de Shazer, S., 1999 b ; Connie, E. & Metcalf, L., 2009 ; Ratner, H. & George, E., 2112)
 - 8.1 Quoi faire quand le client rapporte des exceptions
 - 8.2 Quoi faire quand le client ne trouve aucune exception
 - 8.3 Quoi faire quand le client rapporte se détériorer
 - 8.4 Quoi faire si le client ne s'améliore pas après 3 ou 4 rencontres
 - 8.5 Quand et comment mettre fin à la psychothérapie
 - 8.6 Quoi faire en cas de rechute (Berg, I.-K., 1996)
9. Conclusion et bibliographie

Méthode et stratégie pédagogique : L'exposé théorique est accompagné d'un power point qui comprend 105 acétates qui sont reproduites dans un cahier exhaustif remis à chaque participant ; beaucoup de place est laissé aux questions des participants. L'activité est ponctuée à chaque jour d'une démonstration par le formateur avec un participant volontaire et de deux exercices en sous-groupes de trois personnes pour pratiquer divers outils proposés. Ces exercices pratiques durent entre 20 et 30 minutes ; le formateur supervise les pratiques et revient en grand groupe sur chaque exercice.

Attestation : Une attestation accréditée de participation est remise à chaque participant en mentionnant son nombre d'heures de participation réelle.

Références :

- ANDERSON, H.** Conversation, language, and possibilities: a postmodern approach to therapy. New York: Basic Books, 1997.
- BANNINK, F.** 1001 Solution-Focused Questions: Handbook for Solution-Focused Interviewing. New-York : Norton, 2010.
- BERG, I.-K.** Services axés sur la famille, Saint-Hyacinthe : Edisem, 1996.
- BERG, I.-K. & MILLER, S.-D.** L'alcool une approche centrée sur la solution, Bruxelles : Satas, 1998.

- BERG, I.-K. & KELLY, S.** Des solutions à inventer dans les services à l'enfance, St-Hyacinthe : Edisem, 2001.
- BERG, I.-K. & DOLAN, Y.** Récits de solution, Bruxelles : Satas, 2002.
- BORTOLINO, B., KIENER, M., & PATTERSON, R.** The Therapist's Notebook on Strengths and Solution-Based Therapies: Homework, Handouts, and Activities. New-York : Routledge, 2009.
- CABIÉ, M.-C. & ISEBAERT, L.** Pour une thérapie brève, Ramonville : Erès, 1997.
- CONNIE, E. & METCALF, L.** The Art of Solution Focused Therapy. New-York : Springer, 2009.
- DeLONG & BERG, I.K.** De l'entretien à la solution, Bruxelles : Satas, 2003.
- DE SHAZER, S.** Différence - Changement et thérapie brève, Bruxelles : Satas, 1996.
- DE SHAZER, S.** Les mots étaient à l'origine magiques, Bruxelles : Satas, 1999.
- DE SHAZER, S.** Clés et solutions en thérapie brève, Bruxelles : Satas, 1999.
- DE SHAZER, S.** Explorer les solutions en thérapie brève, Bruxelles : Satas, 2002.
- De SHAZER S., DOLAN Y., KORMAN H., TREPPER T., McCOLLUM E., BERG** Au-delà des miracles. Un état des lieux de la thérapie brève solutionniste. Bruxelles : Satas, 2007.
- DOLAN, Y.-M.** Guérir de l'abus sexuel et revivre, Bruxelles : Satas, 1996.
- DOLAN, Y.-M. & PICHOT, T.** La thérapie brève centrée sur les solutions dans les services médico-sociaux, Bruxelles : Satas, 2010.
- DUNCAN, B. L., HUBBLE, M. A. & MILLER, S. D.** Psychotherapy with Impossible Cases, New-York : Norton. 1999.
- DUNCAN, B. L. & MILLER, S. D.** Le client, héros de la thérapie, Bruxelles : Satas, 2003.
- FRANKLIN, C, TREPPER, T. S., McCOLLUM, E. E., & GINGERICH, W. J.** Solution-Focused Brief Therapy: A Handbook of Evidence-Based Practice, New-York : Oxford, 2012.
- FURMAN, B. & AHOLA, T.** Solution Talk : Hosting Therapeutic Conversations, New-York : Norton, 1992.
- Gros-Louis, Y.** (2006) Intervenir avec des clients peu motivés ou non volontaires. Manuel de formation. Wendake.
- MacDONALD, A.** Solution-Focused Therapy: Theory, Research & Practice. London : Sage, 2011.
- MILLER, S. D., DUNCAN, B. L. & HUBBLE, M. A.** Pour en finir avec Babel : à la recherche d'un langage unificateur, St-Hyacinthe : Edisem, 2001.
- NELSON, T. S. (Eds.)** Doing Something Different: Solution-Focused Brief Therapy Practices. New-York : Routledge, 2010.
- O'HANLON, W.-H. & WEINER-DAVIS, M.** L'orientation vers les solutions - Une approche nouvelle en psychothérapie, Bruxelles : Satas, 1995.
- QUICK, E. K.** Core Competencies in the Solution-Focused and Strategic Therapies: Becoming a Highly Competent Solution-Focused and Strategic Therapist. New-York : Routledge, 2012.
- RATNER, H., GEORGE, E. & IVESON, C.** Solution focused brief therapy, London:Routledge, 2012.
- WALTER, J.-L. & PELLER, J.-E.** Becoming Solution-Focused in Brief therapy, New-York : Brunner-Mazer, 1992.
- WALTER, J.-L. & PELLER, J.-E.** Recreating Brief Therapy, New-York : Norton, 2000.