



Yves Gros-Louis, psychologue

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

Fondements des approches collaboratrices

Voici les principales positions d'une approche collaborative :

Le client détient autant d'expertise que le thérapeute.

Le client est consulté sur plusieurs aspects de la thérapie : il détermine les changements attendus et le chemin pour y arriver, il trouve et applique les solutions, il collabore au choix des techniques, à la fréquence des rencontres, etc.

Les notes, rapports, diagnostics sont accessibles et compréhensibles au client dans un langage non professionnel.

Le thérapeute a une position égalitaire avec le client, il peut proposer des options ou directions mais le client a toute la latitude pour disposer! Le thérapeute n'a pas d'agenda caché; s'il a une idée, il la partage comme une possibilité à discuter.

Le thérapeute ne sait pas ce qui est mieux pour le client; c'est ce dernier qui le sait.

L'attitude de ne pas savoir est une composante essentielle de cette approche.

La première loyauté est envers le client et non envers son approche; il est préférable d'abandonner une approche qui ne marche pas plutôt que le client;

L'alliance est plus importante que l'approche ou n'importe quelle théorie.

Le client arrive avec sa propre théorie sur son problème, son processus de changement, son propre langage et ses propres solutions; ce n'est pas au client de s'adapter au thérapeute mais le contraire. Celui-ci cherche à créer avec le client une nouvelle approche originale sur mesure.

Le client est invité à donner son avis sur l'ensemble de l'intervention.

Le client est toujours motivé, il a sa façon particulière de collaborer.

Le client a toutes les ressources pour résoudre sa situation problématique.

Le changement est toujours possible.

Le langage préféré est celui du client.

La thérapie devient une conversation !

L'intervention devient une invention issue de l'alliance thérapeutique !