

LA METAPHORE THERAPEUTIQUE

Ne pas lutter

Quand il était petit, Milton **Erickson**, l'inventeur de la méthode de l'hypnose **Ericksonienne**, observait un jour son père qui voulait faire rentrer un **veau** dans l'étable en tirant la corde de son cou mais le **veau** ne bougeait pas. Le petit Milton s'amuse des efforts désespérés du père, puis propose son aide....



Sollicitation paradoxale

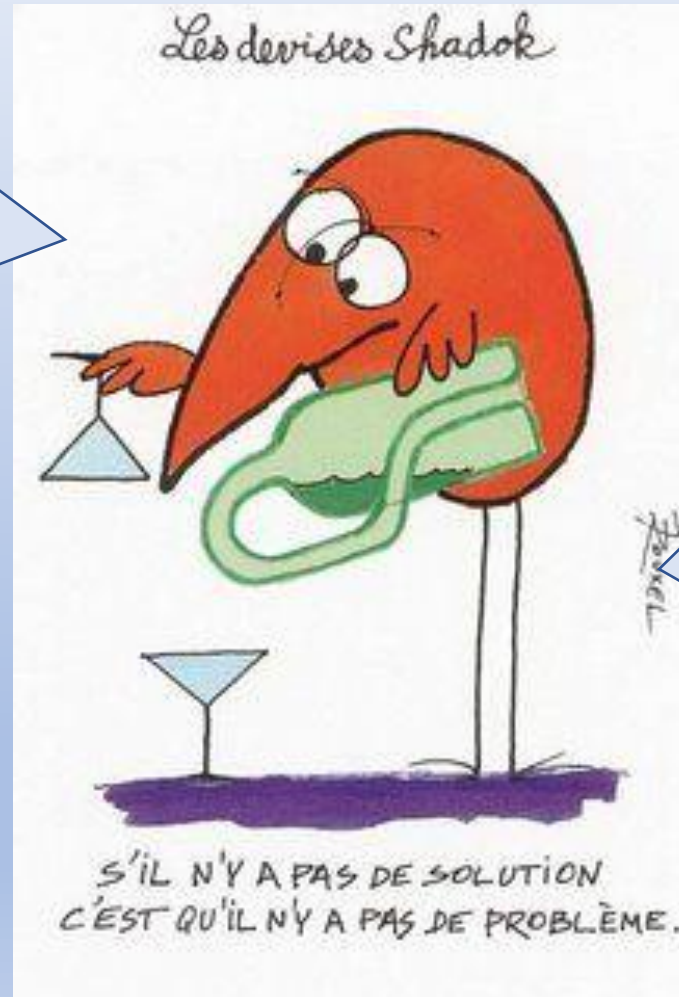
Plus on lutte contre quelque chose,
plus la force exercée augmente d'un côté comme de l'autre



Problèmes ou solutions?

Orienté problème

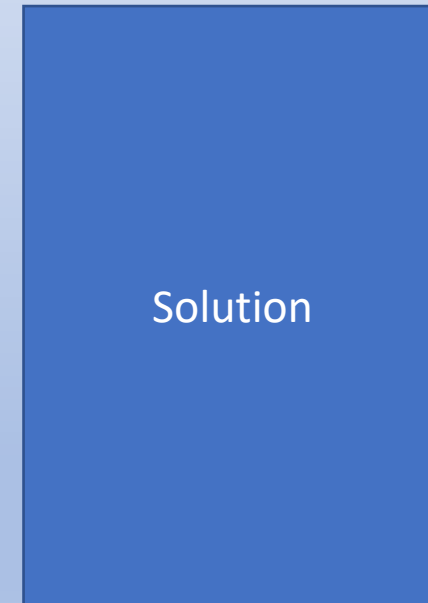
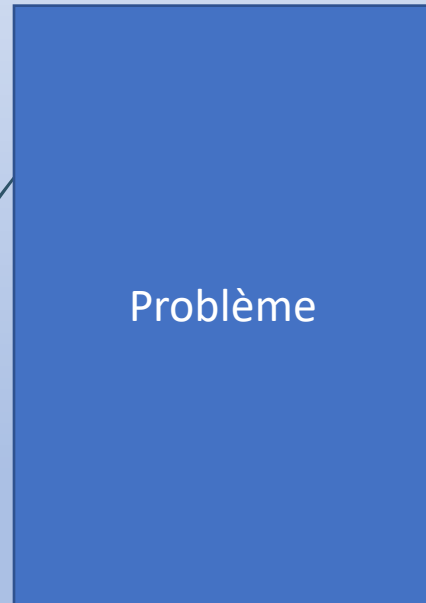
- Centré sur ce qui ne va pas
- Risque de sentiment d'échec
- Qui devrait résoudre le problème?



Orienté solution

- Qui donne ou trouve la solution?
- Y'a-t-il une « bonne » solution?

Rester dans l'équation problème et solution au problème
Ne permet pas à la personne de...



SYMBOLES ET METAPHORES

Offrir un regard
différent



Chercher des
ressources

Intérioriser une
ressource

Le symbole relie

Le terme de symbole vient de symbolon, (grec) qui **signifie relier**. Par exemple, relier les deux moitiés d'un tesson de poterie comme dans l'ancienne Rome, moitiés dont deux sujets étaient porteurs. Lorsqu'ils faisaient à nouveau coïncider les deux moitiés entre eux, cela permettait une reconnaissance mutuelle entre les deux personnes, possédant chacune l'une des deux moitiés.



Signe ou symbole?

Le signe est « *la désignation abrégée d'un fait connu* ». Un signe serait, par exemple, le sens interdit qui ne peut signifier qu'une seule chose, apprise par tous

« *Le signe est toujours moins que le concept qu'il représente, alors que le symbole renvoie toujours à un contenu plus vaste, que son sens immédiat et évident.* ».



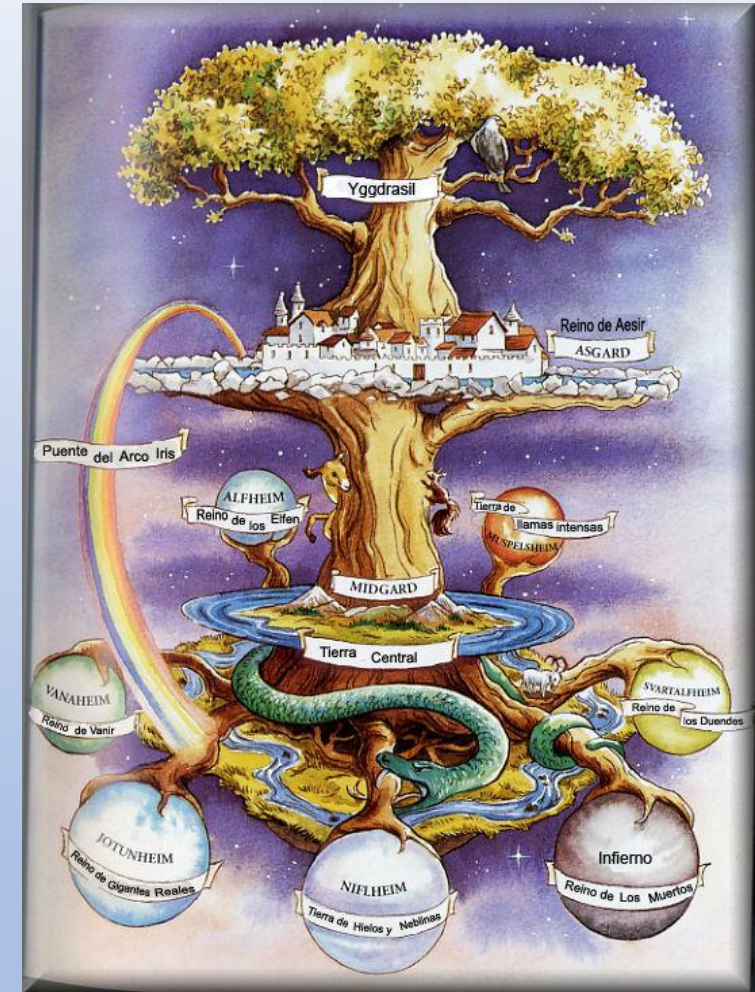
Symboles

Selon les psychanalystes, les symboles sont préexistants dans l'inconscient personnel (Freud) ou collectif (Jung). Les symboles possèdent donc des significations communes aux différents individus, mais chacun, ensuite, selon son histoire affective, est plus ou moins sensible à tel ou tel aspect du symbole

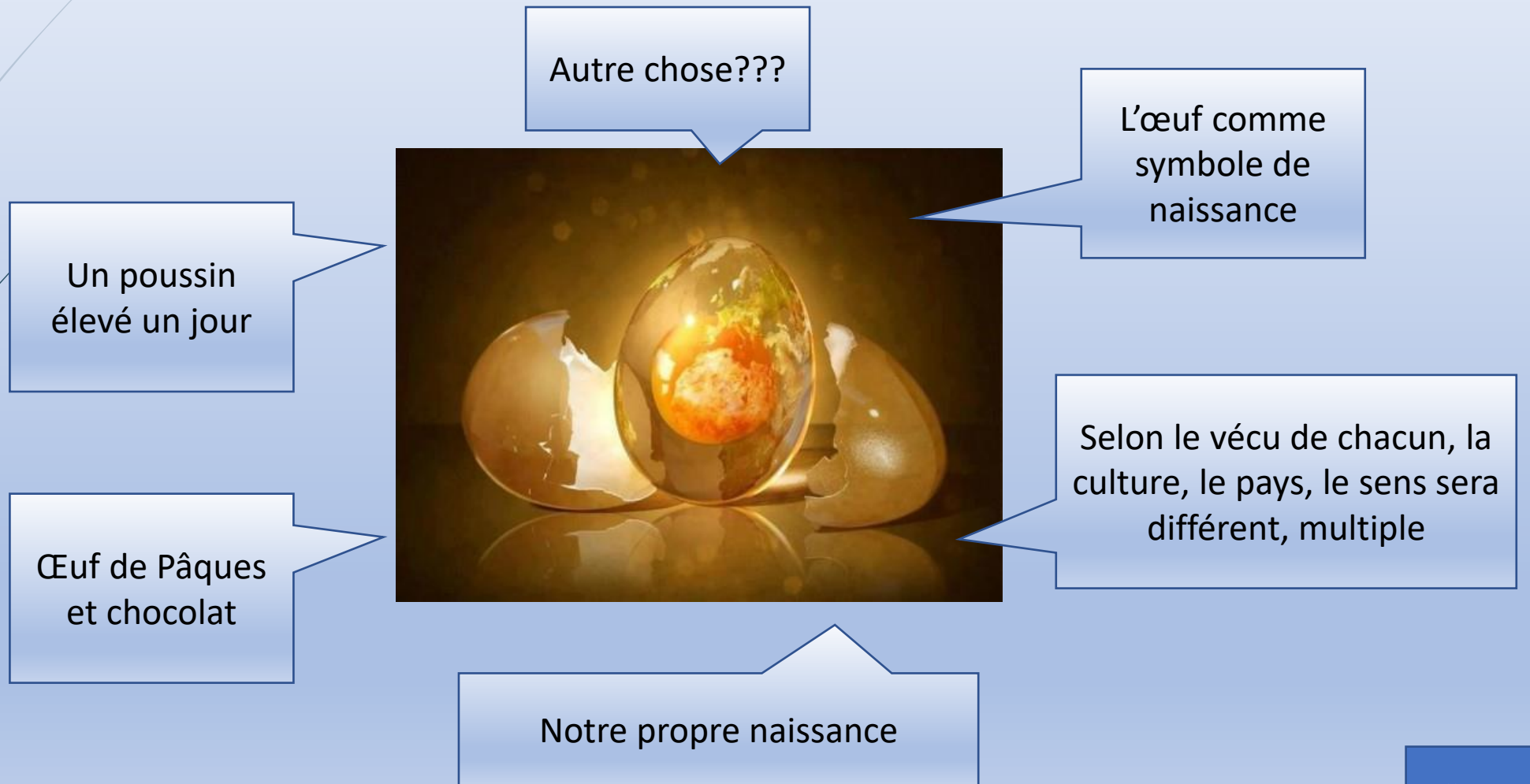
« Les symboles, sont des produits naturels et spontanés. »

« Le symbole implique quelque chose de vague, d'inconnu, ou de caché pour nous. »

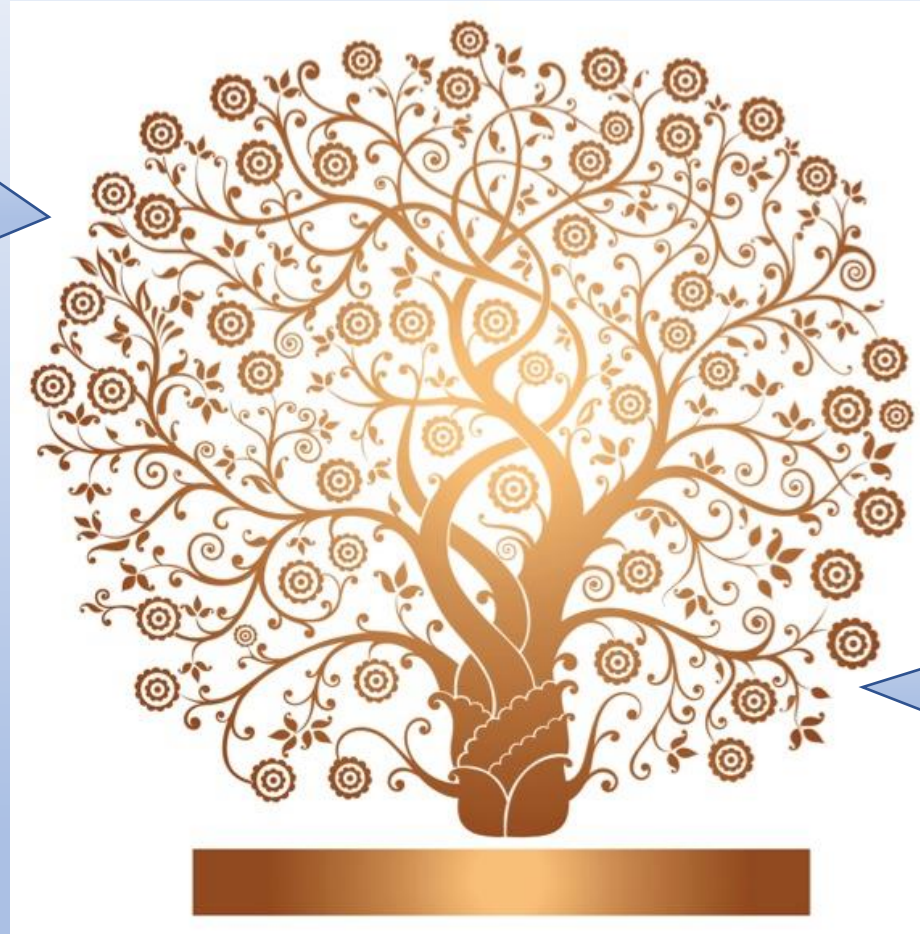
« Ce mot ou cette image, ont un aspect "inconscient" plus vaste, qui n'est jamais défini avec précision, ni pleinement expliqué. Personne d'ailleurs ne peut espérer le faire. » CG. JUNG



Le symbole représente



Le symbole relie
et représente



Il se situe plutôt
du côté de l'image

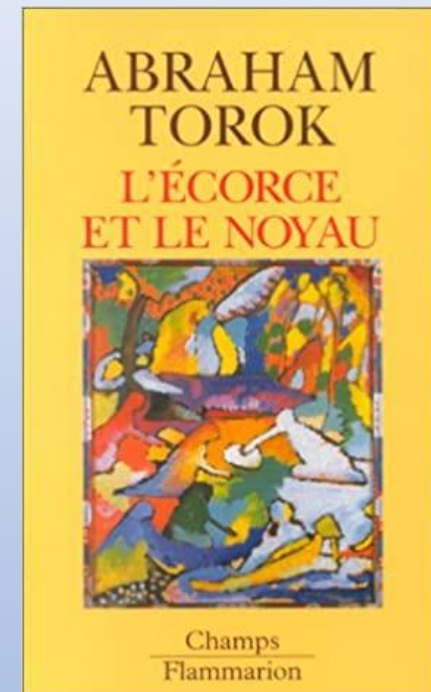
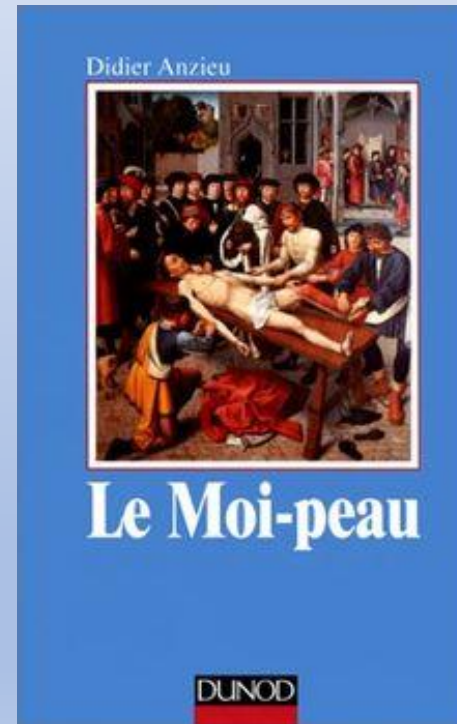
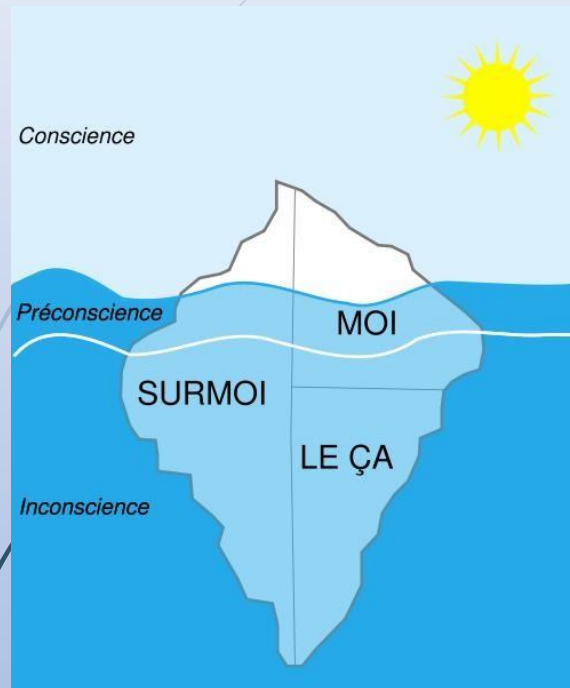
La métaphore

La métaphore qui nous vient du latin *metaphora*, (venu lui-même du grec *μεταφορά* qui signifie transport), est une **figure de style fondée sur l'analogie et/ou la substitution**.

Elle est plus **un jeu langagier** qu'une représentation. La métaphore permet ainsi de parler du printemps de la vie pour en signifier la jeunesse, d'être fort comme un roc, d'avoir une santé de fer, d'avoir un gros sac à dos de souci.



La pensée métaphorique



Utiliser des métaphores

Employer la métaphore en thérapie permet au patient de ré-explore sa propre histoire à la recherche **d'un nouvel éclairage** pouvant déboucher sur un changement.

Quel que soit le moment où l'on propose ce travail sur les métaphores, il s'agit de **mobiliser la personne d'une manière qui échappe au contrôle rationnel**, il y aura ainsi un accès possible à une autre « lecture » de leur histoire, à un sens plus proche de celui de l'inconscient, de l'insu.

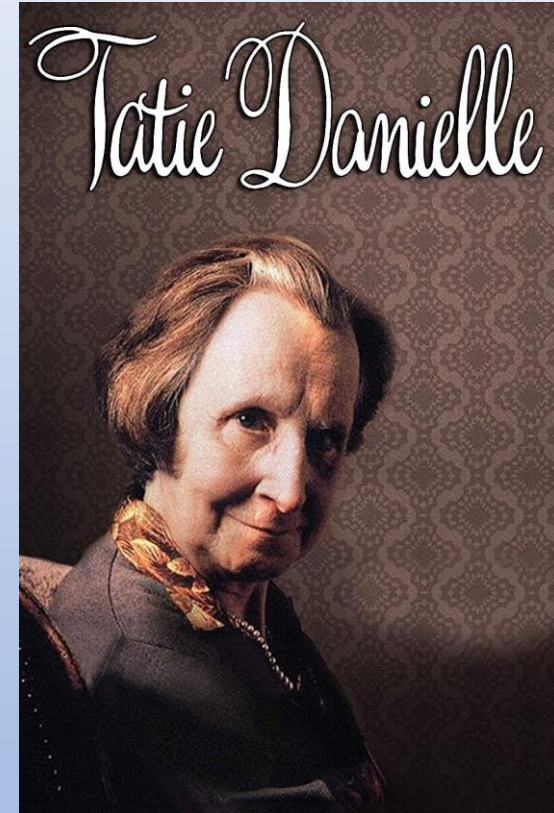


Tatie Danielle

Quelqu'un que vous n'aimez pas, dans le style Tatie Danielle, vient à votre soirée. Vous n'avez pas envie de la voir mais si vous la laissez dehors, elle va se manifester encore plus, sonner, taper à la porte, téléphoner....

Il est plus « économique » de la laisser entrer et qu'elle puisse s'asseoir avec les autres, faire partie du paysage et ne pas être super agitée et réactive.

Il en est de même pour la douleur, une idée, quelque chose qui dérange. Plus on tente de l'éviter, plus ça augmente.



Accepter l'imperfection

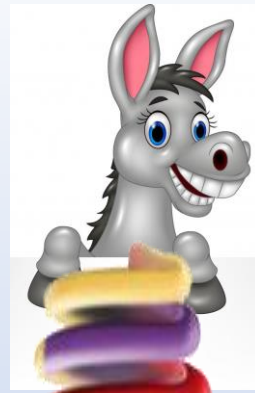
En Chine, un porteur d'eau possédait deux grosses cruches, chacune d'elle pendante aux extrémités d'une solide perche qu'il portait sur ses épaules. L'une était percée et le porteur d'eau arrivait chez lui tous les soirs avec une cruche et demie d'eau.

AU bout de deux années, la cruche abimée dit un jour, à son propriétaire, qu'elle avait honte d'elle-même, car elle laissait fuir de l'eau tout au long du chemin et ne remplissait pas bien son office.

Le porteur s'adressa à elle en lui disant: « *as-tu remarqué que le long du chemin, du côté où tu te trouves, poussent de magnifiques fleurs. Et cela parce que tu les as arrosées jour après jour, tandis que je pouvais ensuite les cueillir et ramener toute cette beauté dans ma maison* ».



Voir la faille



Je tourne en rond et je retrouve toujours ma zone de fragilité



La thérapie permet d'entrer dans un mouvement en spirale et lorsque je repasse sur ma faille, je la vois de plus en plus loin

KAWA comme modèle ergo et métaphore

La rivière de la vie

Travaux de Michael Iwama et de son équipe



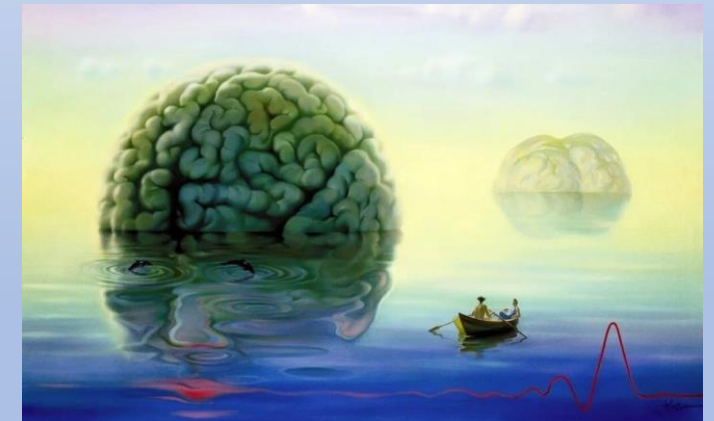
Au Japon, le collectivisme prime sur l'individualisme, et l'harmonie avec la nature sur l'autonomie.

Un modèle avec un influence culturelle particulière

Aider à trouver sa propre métaphore

En "psy", l'idéal serait que ce soit le patient qui **trouve sa propre métaphore** et non pas qu'on essaie d'en appliquer une sur lui, de façon artificielle. Une métaphore thérapeutique devrait nous permettre de comprendre notre métier, pas de métaphoriser l'histoire de la personne à sa place même si l'idée de la rivière est séduisante.

Certains vont gravir une montagne, d'autres s'engager dans une quête, d'autres encore trouver d'autres pistes personnelles. Favoriser l'utilisation de la métaphore en thérapie est **une voie à développer**, en particulier dans les groupes d'expression.





A vous de jouer!

Trouvez
des métaphores
de l'ergothérapie