

## **THERAPIES CONJUGALES EN GROUPE**

### **PREAMBULE**

Certaines souffrances de couple sont nettement améliorées par la thérapie conjugale, d'autres au contraire y résistent y compris lorsque chaque conjoint entreprend une thérapie individuelle.

Les couples peuvent connaître des problèmes en rapport avec l'actualité de leur relation.

Ils peuvent aussi rencontrer des difficultés qui tiennent à un équilibre trop difficile à trouver entre leurs traditions familiales respectives. Elles peuvent être trop proches ou au contraire trop éloignées l'une de l'autre.

L'expérience montre que les couples se forment et durent pour des raisons qui sont évidentes à tous (attachement, désir, projet de vie familiale...).

Ces aspects ont une évolution en propre et peuvent générer des moments constructifs et de satisfaction mais aussi de crises et de souffrance.

L'histoire de chaque conjoint joue à ce propos un rôle important.

Néanmoins, aucun couple ne peut se définir seulement par lui-même.

Une histoire conjugale a toujours un ancrage dans l'histoire familiale de chaque conjoint.

Cette histoire ne se résume pas seulement aux relations avec la génération des parents. Elle s'élargit aux ancêtres (grands-parents et arrière-grands-parents) et plus volontiers encore, ce qui n'est pas le moindre des paradoxes, lorsque l'histoire familiale paraît effacée.

Tout se passe, comme si un couple rejouait, à son insu, dans le creuset de son intimité, des pans de l'histoire ancestrale de chaque conjoint d'une façon parfois très favorable pour l'équilibre du couple ou au contraire très péjorative.

L'intimité affective, émotionnelle qui est la raison d'être d'un couple fait aussi qu'il est le lieu le plus approprié pour que certains drames ancestraux, insuffisamment soldés par les générations antérieures, se réactualisent d'une façon déconcertante entre les conjoints.

Dans la dynamique de tous les couples, on observe des échos, des résonances entre l'histoire familiale de chacun qui peuvent avoir des aspects contre-intuitifs. Le « trop plein » de l'histoire de l'un des conjoints (trop d'informations, trop d'évidences ou trop de raccourcis) peut révéler par exemple la même problématique, mais d'une façon cryptée chez l'autre. Au contraire, le « trop plein » des histoires familiales peut faire écran à certains pans qui paraissent effacés alors qu'ils ont sur le couple une influence active comparable à une emprise qui peut générer une souffrance durable, des crises fréquentes.

Dans le cadre d'une thérapie, il est souvent moins difficile en groupe thérapeutique d'aborder le décryptage de son histoire familiale.

Le groupe représente en effet un dispositif utile pour soutenir, sécuriser et stimuler chaque personne en favorisant le travail psychique de chacun grâce aux échos qui se produisent entre participants.

Cet étayage individuel et conjugal que représente en l'espèce un groupe thérapeutique permet d'accéder plus facilement aux traces d'une histoire familiale qui aurait pu, sans cet appui, conserver son pouvoir pathogène.

Grâce aux résonances d'ordre émotionnel, au travail de mémoire auquel chaque participant est invité, un processus de réparation, de reconstruction personnelle et conjugale peut stimuler des ressources affectives propres à chaque personne et à chaque couple.

Par ce biais, il est possible de moduler l'influence de certaines transmissions générationnelles pathogènes sur le fonctionnement et les dysfonctionnements des couples.

L'objectif est de permettre à chaque couple de trouver des solutions d'apaisement pour diminuer la souffrance au niveau individuel comme au niveau conjugal.

Les deuils particulièrement complexes, les traumatismes à répétition, les secrets de famille et les filiations problématiques représentent le cœur du travail proposé.

Ces éléments ont généralement une traduction sensible évidente avec notamment une vive angoisse, de la culpabilité, une ambivalence marquée des sentiments, des reproches sans fin, des moments dépressifs, de l'agressivité avec surtout l'impression prédominante de vivre un phénomène d'emprise. Ce dernier aspect est parfois vécu en miroir dans le couple.

Il est parfois attribué de façon très exagérée à l'autre conjoint ce qui contribue, non pas à régler le problème, mais à l'aggraver car la source du problème n'est pas prioritairement dans la relation du couple mais plutôt dans celle qu'il entretient avec l'histoire transgénérationnelle.

Ces manifestations très profondes de la souffrance ont parfois tendance à résister aux thérapies individuelles ou conjugales les mieux conduites et proviennent de mémoires ancestrales actives qui ont donc un effet très délétère sur l'équilibre émotionnel du couple.

## **Méthode**

La méthode proposée résulte d'une expérience très ancienne de l'animation de groupes dans une perspective systémo-analytique.

*Comment la méthode proposée aujourd'hui s'est elle construite ?*

En plus d'une solide expérience de la thérapie familiale et de la thérapie conjugale, l'intervenant a mené un travail approfondi, pendant près de vingt ans, avec un groupe de type semi-ouvert (c'est à dire avec des participants définissant eux-mêmes le temps passé dans ce groupe).

Cette méthode recourt, du point de vue du travail de groupe, à la technique du sculpting et invite chacun des participants à construire son génogramme sur quatre générations (en utilisant les ressources de l'imaginaire si certains éléments plus concrets venaient à manquer).

Le sculpting est une approche thérapeutique qui est pratiquée depuis longtemps, en Amérique du nord et en Europe, sous l'impulsion de nombreux formateurs ou de nombreux thérapeutes de groupe.

Il permet d'associer une technique centrée sur le corps afin de favoriser l'élaboration par la parole, des sensations, des émotions, des sentiments, des souvenirs de chacun.

Cette technique se réfère à l'hypothèse d'une mémoire ancestrale inscrite dans l'esprit comme dans le corps. Par cette médiation, il est possible de pallier ce qui est trop lacunaire dans le psychisme.

Le travail avec les rêves représente également une fonction de soutien à l'élaboration secondaire de l'ancestralité.

Génération par génération, événement par événement, objet symbolique après objet symbolique, l'histoire familiale de chacun, de chaque couple est ainsi travaillée en associant construction de sculptures, travail sur l'onirique et actualisations c'est-à-dire en cherchant toujours un lien entre « l'ici et maintenant » et les problèmes actuels du couple en lien avec l'ancestralité.

Le confort émotionnel de chaque contributeur au travail du groupe donne le rythme et fixe l'horizon de cette recherche avec pour principe d'aboutir tout au long du processus de groupe à une moindre souffrance.

## **Déroulement des séances de thérapie**

Chaque session est dédiée à la demande de l'un des couples.

L'exploration de l'histoire familiale de chacun des conjoints sera guidée par le génogramme réalisé par chacun.

## **Public concerné**

Tout couple ayant entrepris au préalable une démarche thérapeutique individuelle ou conjugale et ressentant la nécessité d'une approche conjointe des mémoires ancestrales.

Tout couple n'ayant encore sollicité aucun accompagnement mais attentif aux questions relatives à l'ancestralité et à ses conséquences sur la vie conjugale

## **Organisation**

Le groupe est constitué de 4 ou 5 couples.

Un engagement pour au moins une année est souhaitable pour garantir l'efficacité du processus thérapeutique et assurer un équilibre harmonieux du fonctionnement du groupe.

6 week end par an sont prévus.

Durée de chaque session : 14 h (8 heures le samedi-6 heures le dimanche)

## **Tarif**

200 €uros TTC par personne et par week-end, à régler lors de chaque regroupement.

## **Lieu**

Dijon, Lyon ou Région Grand-Est.

## **Le thérapeute**

Bernard Greppo : psychiatre honoraire des hôpitaux, thérapeute familial et conjugal, thérapeute de groupe.

A exercé pendant près de 40 ans à Paris et à Lyon.

Pendant près de 23 ans et jusqu'à Septembre 2018, a été responsable médical de l'IRIS de Lyon (Institut Régional d'Interventions Systémiques) dont il a été le co-fondateur.

Ancien membre de l'association internationale de psychothérapie de groupe (IAGP)

La diversité de son expérience permet au thérapeute d'utiliser à partir d'une formation systémique et analytique, ces référentiels théoriques dans une approche systémo-analytique et psychogénéalogique groupale originale et sécurisante.

D'autres activités professionnelles l'ont amené à intervenir comme :

- Superviseur auprès de nombreuses équipes, de protection de l'enfance, de psychiatrie comme d'institutions médico-sociales accompagnant ou accueillant des personnes en situation de handicap.
- Expert judiciaire, spécialiste des questions familiales, mandaté par le Juge des Enfants et le Juge aux Affaires Familiales.
- Intervenant auprès de l'École de la Magistrature (ENM).
- Enseignant dans plusieurs DU.
- Formateur en approche systémique appliquée à la thérapie et aux organisations.