

LES PERSONNAGES EN SOI

Amélie Lesage-Avon, étudiante à la maîtrise en carriérologie (UQÀM)

OBJECTIFS

Objectif général : Permettre au client vivant une situation d'indécision de comprendre plus clairement les enjeux qui le font tergiverser à l'aide de la visualisation.

Objectifs spécifiques

- * Approfondir la compréhension de la problématique en restant collé sur les désirs et besoins du client.
- * Déterminer avec le client les enjeux personnels reliés à son choix.
- * Distinguer avec le client ce qui nourrit l'indécision.

MISE EN CONTEXTE ET PROCÉDURE D'INTERVENTION

Étienne n'arrive pas à décider s'il souhaite faire un retour aux études ou partir encore voyage. Mordu d'aventures, il se promène et parcourt le monde depuis qu'il a obtenu son diplôme d'études collégiales pré universitaire. Il est d'abord allé voir un conseiller en orientation pour faire un choix de programme universitaire, mais Étienne ne semble pas prêt à renoncer à sa vie de voyageur. En effet, il dit à plusieurs reprises qu'il avait encore envie de partir en voyage, mais il persiste aussi à dire qu'il souhaite faire un retour aux études. Après deux rencontres, Étienne avoue qu'il n'est pas certain de vouloir faire le saut et d'avoir une vie stable. Le conseiller peut alors choisir d'utiliser des images internes d'Étienne pour approfondir la compréhension de son indécision.

Conseiller : *J'entends dans ce que tu me dis qu'avant de choisir un programme d'études, tu veux d'abord confirmer ton envie de retourner à l'université.*

Client : *Oui, c'est vrai, je me rends compte que je ne suis peut-être pas prêt.*

Conseiller : *J'ai la sensation qu'il y a deux différentes parties en toi qui n'arrivent pas à s'entendre. Une partie voudrait voyager et l'autre veut étudier ici.*

Étienne : *Oui, c'est ça.*

Conseiller : *Je vais te demander de fermer les yeux. Est-ce que tu peux voir cette partie de toi qui voyage? (Laisser un temps) Quel nom lui donnerais-tu?*

Étienne : *Je l'appellerais Gitan.*

Conseiller : *Intéressant. Comment appellerais-tu l'autre partie?*

Étienne : *Marc.*

Conseiller : *J'aimerais que tu m'expliques pourquoi tu as choisi ces noms.*

Étienne : *Je me sens un peu gitan lorsque je voyage et Marc est mon deuxième prénom.*

Conseiller : *Que signifie ce deuxième prénom pour toi?*

Étienne : *Il signifie la famille.*

Conseiller : *Quel lien peux-tu faire entre la famille et ton choix de continuer tes études?*

Le conseiller peut ensuite proposer à Étienne d'imaginer ce que se diraient les personnages Marc et Gitan. Deux chaises peuvent être utilisées, lorsqu'Étienne s'assoit sur une, il est Marc qui s'adresse à Gitan, la deuxième étant Gitan qui répond à Marc.

Après la discussion, le conseiller doit revenir sur l'activité avec Étienne en lui demandant ce qu'il a observé de ces deux parties. Le conseiller

peut alors discuter avec le client de chacune des parties à l'intérieur d'Étienne. À partir de cette discussion, le conseiller tentera avec Étienne de faire la lumière sur cette indécision en faisant des liens avec ses images internes. Le conseiller pourra ajouter des personnages et au besoin, réajuster au fil des rencontres.

MISE EN GARDE ET AUTRES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Il est possible qu'Étienne ait d'abord un malaise lorsque le conseiller lui demande de s'asseoir dans une chaise et parler à un personnage. Le conseiller peut encourager Étienne à exprimer ce malaise et rappeler que l'exercice doit être vécu comme une expérience plutôt que comme un exercice de performance.

Il est suggéré d'utiliser cette activité lorsque le conseiller sent que l'alliance de travail est bien ancrée. De plus, il est probable que certains clients plus terre-à-terre aient plus de difficultés à se sentir à l'aise dans ce genre d'activité. Cependant, si l'activité est présentée comme une expérience positive, il se peut que des clients, qui au premier abord ne semblent pas ouverts à ce type d'activités, se laissent prendre au jeu.

PHASE DU PROCESSUS

Compréhension

MOTS-CLÉS

- Besoins
- Enjeux personnels
- Indécision
- Tergiverser
- Visualisation

SOURCES D'INSPIRATION ET RÉFÉRENCES

Fortin, B. (2006) *Intervenir en santé mentale*, Québec, Édition Fides.