

DIFFERENCIATION, INTEGRATION OU ECLECTISME EN TCC COUPLE ?

« *Je veux être formée en TCC de couple !* » ... « *Je ne veux pas mourir idiot !* »,

Hommage à Georges Wolinski, martyr de l'intégrisme (1934-2015).

Maryse Wolinski ; « *George si tu savais* » (Points, 2011) *Chambre à part* (Albin Michel, 2002)

Toutes les thérapies de couple fondées sur des preuves s'accordent sur les 6 principes suivants. Mais même si elles peuvent paraître similaires parfois, bien évidemment elles diffèrent chacune à partir de là, (Christensen, 2018)

- 1) fonctionner à partir d'un cadre conceptuel cohérent.
- 2) présenter une perspective dyadique des problèmes du couple,
- 3) modifier les comportements dangereux et perturbateurs induits par les émotions.
- 4) susciter un comportement privé jusque-là évité, basé sur les émotions.
- 5) favoriser une communication constructive
- 6) construire sur les ressources, et encourager les comportements positifs.

Si on peut se dire idiomatiquement formé(e) en TCC Couples, reste à savoir de quoi on parle... Marion Cuddy, Linda Charvoz François Allard, Camille Lefrançois, chacun spécialiste d'un modèle de référence, répondront de leurs points de vue respectifs au cours du Webinaire du lundi 25 octobre à 18h30, organisé par l'AFTCC, en préparation du GIE Couple qui se tiendra lors du congrès 2021 de l'AFTCC...

- Peut-on s'autoriser à amalgamer des modèles existants pour cause de ressemblances, de demandes résolutoires « unidimensionnelles » des couples qui se limiterait à mieux communiquer, du partage basique de l'acronyme TCC ?
- L'erreur première vient de l'idée simple qu'on peut importer ou mélanger telles quelles des techniques individuelles aux contextes dyadiques qui seraient en eux-mêmes faciles, ou qu'il existe un consensus technique « mou » entre les différents courants TCC, que le domaine d'application au couple n'est pas trop différent du domaine individuel et serait dès lors facilement accessible.
- Or il y a des objectifs et des spécificités stratégiques dans chacune des approches de thérapie TCC conjointe ... De plus Thérapie conjointe veut dire dyadique issue de recherches « basées sur le couple », l'unité d'analyse étant désormais l'interaction comportementale en situation et pour corser le genre, le contexte étant le couple, chaque couple est unique !

1- Evolution depuis le Background behavioriste des années 70, Trois techniques traditionnelles (Com, RP, EC) sont officiellement partagées par tous les modèles, mais cependant leurs applications y diffèrent. Sont-elles des facteurs communs ?

Importance des processus ; exemple : Processus d'acceptation émotionnelle, face aux Processus d'érosion du couple, et au Processus de coercition. On comprend l'importance des outils de lecture des dynamiques interrelationnelles particulière (ex : Analyse DEEP)

2- Quatre modèles de référence basés sur le Couple selon les 3 courants TCC historiques (IBCT, Christensen - ECBCT, Baucom - TC par Phase, Bodenmann - CBCT, Dattilio), on note des directions conceptuelles différentes selon des recherches spécifiques diverses, à partir de bases théoriques respectives ou communes pour certains, sur des processus pathologiques eux-mêmes différenciés autant que les processus thérapeutiques à leur opposer. Ainsi, des variables indépendantes qui varient indépendamment !

3- **Recherches collectives conjointes** Ces facteurs spécifiques n'empêchent pas en amont, de collecter des études sur les processus dyadiques, la sexualité des couples, les problèmes de personnalité, de dominance, de patterns d'interaction, des concepts propres à la psychologie du couple, globalement les éléments interrelationnels actifs dans les comportements individuels relationnels, et vice versa....Le contexte couple est-il une spécificité nord-américaine... ?

- A.S. Gruman, JU, L, Lebow, D,K, Snyder (2015) *Clinical Handbook of Couple Therapy* Guilford Press, 5 ème edition

4 - **Contexte de recherche et de validation empirique, et contexte clinique.** *Ces modèles établissant chacun différemment leurs interventions sur les contextes émotionnels, les schéma cognitifs, des patterns comportementaux, etc... ont ainsi développé des stratégies spécifiques, donc des techniques évoluées, comportementales, cognitives ou expérientielles qui parfois se ressemblent mais s'appliquent différemment, et parfois s'opposent.*

5- **CONTEXTE DE FORMATION ET D'APPLICATION.** *Peut-on les mélanger, les appliquer en même temps éclectiquement ? Doit-on plutôt s'y former spécifiquement ? Et même ne faudrait-il pas bien les connaître avant d'en choisir un ? Etre polyvalent certes, mais ces modèles « intégratifs » chacun à leur manière, ont une cohérence, une unité, un rationnel bien à eux, à la fois à acquérir donc sans les mélanger, puis à pratiquer...taillés sur mesure ...*

Ayant tous animé les activités de l'ADTCCF depuis 2009 sur les différents modèles sur lesquels chacun de nous travaille, nous répondrons à vos questions spécifiques.

Dre Marion CUDDY présentera les travaux de Don Baucom (2002) Enhanced Cognitive-Behavioral therapy for Couple, A contextual approach Washington DC , APA

Cuddy, M, (2018) : *Thérapie comportementale et cognitive à partir du contexte.* In Allard, F. & Antoine, P., Eds, Le couple en Thérapie comportementale cognitive et émotionnelle. Elsevier Masson

Pre Linda CHARVOZ présentera sa collaboration avec Guy Bodenmann : Thérapie de couple centrée sur la gestion du stress. Coping dyadique, méthode des 3 phases.

Constant, E., Charvoz, L., & Bodenmann, G. (2018). *Amélioration du coping dyadique dans le cadre des thérapies de couple reposant sur des programmes d'entraînement à la gestion du stress.* In F. Allard & P. Antoine (Eds.),

Linda Charvoz, (2008) *Empathie, Couple et Dépression.* PIE Petre Lang

François ALLARD présentera les travaux de Andrew Christensen *Une thérapie d'acceptation émotionnelles des différences pour les couples en Difficultés*

Allard, F. & Antoine, P., (2018), *Le couple en Thérapie comportementale cognitive et émotionnelle.* Elsevier Masson.

Dre Camille LEFRANÇOIS COUTANT présentera La thérapie de couple à l'épreuve du Positionnement Grégaire son application aux situations de Dominance dyadique.

Fradin, J., & Lefrançois, C. (2014). *La Thérapie Neurocognitive et Comportementale : Prise en charge neurocomportementale des troubles psychologiques et psychiatriques.* Bruxelles : de Boeck.