

Le cadre théorique de ma pratique de supervision en counselling¹

Mary Kilborn

Traduction : Françoise Ducroux-Biass

Mary Kilborn s'est éteinte le 28 juin 2000, à la suite d'une hémorragie cérébrale. Elle était formatrice de thérapeutes à l'Université de Strathclyde (Glasgow) en Écosse. Agréée par la BAC² en tant que thérapeute, superviseur et formatrice, elle œuvrait pour une éthique rigoureuse dans sa profession en participant très activement au comité d'agrément de cette association. Elle était également coordinatrice de l'Association de la Thérapie Centrée sur la Personne d'Écosse (PCT Scotland). L'approche de Carl Rogers lui tenait à cœur et souvent elle faisait des présentations de counselling lors de forums internationaux. Passionnée par la théorie, elle participait activement aux journées de réflexion sur la théorie qui se tenaient à Norwich. Elle parlait plusieurs langues et avait également des liens professionnels avec l'Allemagne et la Grèce. Elle a publié un certain nombre d'articles, notamment sur l'acceptation, l'intimité, le challenge et l'éducation dans l'approche centrée sur la personne. Ces articles ont tous été traduits en français.

Publié avec l'aimable autorisation de la fille de l'auteur, Julia Riddel.

¹ Ndt: en anglais et en particulier dans l'ACP, les termes *counselling* et *thérapie* sont interchangeables. Pour la cohérence du texte, il a été décidé de conserver *counselling* et *counsellor* en français.

² Ndt: British Association for Counselling, devenue depuis la BACP, incluant ainsi la psychothérapie dans son titre.

Résumé

Dans ce texte, écrit en réponse au questionnaire de la BAC à la suite de sa demande d'agrément, l'auteur analyse sa pratique de supervision. Elle la situe clairement dans l'approche centrée sur la personne, tout en se référant au modèle du processus de Shohet et Hawkins, qu'elle a adapté. Elle met en évidence le climat de confiance qui constitue la base de la supervision centrée sur la personne et décrit les six phases de sa pratique de superviseur, après avoir fait une brève allusion aux notions essentielles qui concernent le travail de conseiller et aux différents contextes ouverts à l'activité du counselling.

Mots-clés: supervision, confiance, sécurité, approche centrée sur la personne, contenu, manière d'être, processus, sentiments.

Je suis superviseur centré sur la personne. Cela signifie que, dans ma manière d'être avec les personnes que je supervise³, j'essaie de mettre en pratique une approche qui manifeste un profond respect pour la personne, une vision positive de la nature humaine et une croyance dans les ressources personnelles de la personne. Je cherche à offrir à mes supervisés les conditions essentielles d'empathie, de regard positif inconditionnel et de congruence. J'offre ces conditions aux termes du contrat⁴ de supervision passé avec eux en faisant la distinction entre supervision et thérapie. Alors que la thérapie centrée sur la personne considère qu'il est «nécessaire et suffisant» d'offrir ces conditions, la portée de la supervision est plus large: elle a pour objectif l'aide offerte au supervisé afin qu'il puisse assurer une pratique sûre et efficace.

Pour moi, la supervision repose sur la confiance. J'ai pour objectif de créer un climat dans lequel le supervisé se sente en sécurité pour explorer les zones de son travail qui lui créent des difficultés, ou simplement d'explorer de plus près son travail professionnel. Dans son article *La supervision*,

³ Ndt: appelé ci-après supervisé, le masculin étant utilisé dans un sens général.

⁴ Ndt: en langage anglo-saxon centré sur la personne le terme contrat est utilisé dans le sens d'un accord plus ou moins formel entre le praticien et le client et ne revêt pas nécessairement un sens juridique.

le conte du client manquant,⁵ Dave Mearns met en évidence la nécessité d'apporter en supervision ce qui inquiète le supervisé. S'il y avait une chose dont le supervisé ne désirerait pas parler en supervision, c'est bien la chose dont il devrait parler car son travail de counselling refléterait probablement cette réticence. Dans le *Dictionary of Counselling*⁶ la supervision est littéralement définie comme une surveillance du travail du conseiller: «la supervision, est-il dit, protège le client et soutient le superviseur». Pour moi, le fait d'établir un climat de confiance et de soutien permettant au supervisé d'apporter en supervision tout ce qui l'inquiète, ouvre la porte sur un examen et une discussion de la situation qui véritablement protègent le client et rendent le travail du supervisé plus efficace.

Il y a une manière d'enseigner les éléments de formation en supervision, en particulier pour les supervisés peu expérimentés ou ceux qui sont encore en formation de conseiller. Ma méthode se base principalement sur le modèle de l'approche centrée sur la personne et aussi sur ma manière de questionner le supervisé. Comme l'a dit Carl Rogers dans *Client-Centered Approach to Supervision*,⁷ l'enseignement doit être «très subtile». Il part de l'assomption que «chacun pratique la thérapie du mieux qu'il peut, au moment même.» Avec mes supervisés, je ne parle de ce que j'aurais fait à leur place que s'ils me le demandent particulièrement, ou si je sens que cela pourrait stimuler leur imagination. Autrement je reste avec le matériau qu'ils apportent. Je considère les supervisés comme des collègues. Je partage le pouvoir avec eux et je respecte la façon dont ils considèrent leur travail. Toutefois, j'ai vraiment conscience de mon autorité en tant que superviseur; je sais que c'est à travers ma réponse à leur travail et dans la façon dont je les invite à examiner leur manière d'être conseiller, que je leur permets d'atteindre leur meilleur niveau professionnel et de l'offrir à leurs clients. Mon but est de permettre aux supervisés d'améliorer et d'affiner leurs savoir-faire

J'encourage les supervisés à prendre connaissance du contexte dans lequel ils travaillent. Je leur demande de se rendre compte des exigences du travail dans un centre de counselling, dans un cabinet médical ou en

⁵ Mearns, D., (1995), *Supervision, a Tale of the Missing Client*, British Journal of Guidance and Counselling, 23 (2), pp. 421-427.

⁶ Feltham, C., Dryden, W., (2004), *Dictionary of Counselling*, London, Whurr publishers.

⁷ Hackney, H., Goodyear, R.K., (1984), Carl Rogers's Client-Centered Approach to Supervision, in Levant, R. & Schlien, J. (eds), *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New Directions and Theories*, New York, Praeger.

libéral. Nous considérons la façon dont le client a été adressé au conseiller, de même que le chemin qui l'a amené à la première session. Nous examinons les questions relatives au contrat, au counselling de courte et de longue durée. La déontologie et la confidentialité sont des thèmes régulièrement abordés.

Pour en venir à ma pratique de supervision, je me suis rendu compte qu'il était judicieux pour moi de me reporter au modèle de processus de Shohet et Hawkins⁸ et de l'adapter. Ce modèle comprend six phases que je vais maintenant explorer plus en détail :

(1) Une partie importante de la supervision consiste dans la description par le supervisé du contenu des séances qu'il amène. Cela lui permet de formuler l'histoire du client et, au cours de la description, d'indiquer la compréhension qu'il en a. Cela me permet, à moi, superviseur, de donner la possibilité au supervisé de rester avec ce que dit son client et d'être empathique et acceptante. Je peux ainsi faire la distinction entre cela et les assumptions et interprétations personnelles du supervisé. La narration de l'histoire du client peut également fournir au supervisé l'occasion de partager et de déposer un matériau lourd, ce qui est très important pour des conseillers inexpérimentés.

(2) L'exploration des apports du conseiller et de sa manière d'être avec un client déterminé est le deuxième aspect de la supervision. Cet aspect est particulièrement important pour que le supervisé puisse considérer son rôle dans la relation thérapeutique et comment il offre les conditions essentielles. En cela, les enregistrements audio et vidéo s'avèrent très utiles car ils sont pour le supervisé l'occasion de mieux prendre conscience de ses réponses au cours de la session.

(3) Au fur et à mesure que le supervisé gagne en expérience, je l'encourage à se centrer sur le processus thérapeutique. Je lui demande de décrire le processus tel qu'il le voit. Discerne-t-il un mouvement, un changement ? Je le renvoie à la théorie de la personnalité telle qu'elle est exposée dans les « dix-neuf propositions » (cf. « La Théorie de la personnalité et du comportement » dans *Client-Centered Therapy*⁹ ou encore « La psychothérapie considérée comme un processus » dans *Le développement de la personne*). Je l'encourage à voir dans quelle mesure le client devient responsable de son comportement, si son lieu d'évaluation s'intériorise et si l'image qu'il a de lui-même évolue.

⁸ Hawkins, P., Shohet, R., (1989), *Supervision in the Helping Professions*, Open University Press.

⁹ Ndt.: Rogers, C. R., (1951), *Client-Centered Therapy*; non traduit en français.

(4) Une autre facette très importante de la supervision concerne l'exploration des sentiments et des attitudes du conseiller qui surviennent pendant la thérapie (phénomène connu sous le nom de contre-transfert dans certaines approches). À mon avis, il s'agit de l'un des rôles clés de la supervision, à savoir d'aider le supervisé à entrer en contact avec ses propres sentiments lorsqu'il travaille avec tel ou tel client. Ce n'est souvent qu'en supervision que l'on découvre nos réponses et sentiments inconscients vis-à-vis de notre client. Ces sentiments peuvent être en relation avec des expériences passées du supervisé ou en réaction au matériau apporté par le client. En tant que superviseur, permettre au supervisé de se rendre compte de ce qu'il ressent quand il travaille avec un client est un défi et constitue pour moi la partie la plus excitante de la supervision. Je n'utilise aucune technique ou exercices particuliers mais, parfois à l'aide de symboles, j'invite mon supervisé à explorer ses attitudes et ses sentiments inconscients vis-à-vis de chaque client.

(5) En tant que superviseur centré sur la personne, j'ai indiqué au début de cet exposé que j'essaie de conformer mon comportement et ma pratique à cette approche. De plus j'essaie de me centrer avec mon supervisé sur la relation de supervision. Nous essayons de voir ce qui se passe entre nous dans l'ici et maintenant pendant que nous considérons le travail du conseiller avec son client. Nous essayons de discerner s'il y aurait entre lui et moi un processus parallèle à ce qui se passe entre lui et son client et si ce qui se passe entre nous pourrait nous mettre sur la voie d'une dynamique cachée dans la relation thérapeutique. Cette manière de faire permet au supervisé d'avoir une meilleure compréhension de son travail, une meilleure prise de conscience de soi, et souvent le rend plus libre dans ses relations thérapeutiques.

(6) Finalement, je porte mon attention sur mes propres sentiments et attitudes vis-à-vis de mon supervisé au cours de la supervision. J'utilise à cette fin ma propre supervision. Cela peut m'aider à découvrir des pensées et des sentiments dont je n'avais pas conscience et qui auraient pu influencer ma session de supervision. Je trouve également extrêmement bénéfique de partager mes sentiments avec mon supervisé. De nouveau, ceci a pour rôle de mettre en pratique l'approche centrée sur la personne et, le non-dit étant dit, signifie que tous les deux, mon supervisé et moi-même, nous prenons de plus en plus conscience de ce qui se passe entre nous. Ceci rend notre travail ensemble plus efficace, conduit à une plus grande prise de conscience de soi et accroît l'expérience du supervisé.

En tant que superviseur, j'essaie de rester ouverte à tout enseignement qui s'offre à moi. J'utilise ma propre supervision de mon travail de superviseur de manière aussi efficace que possible. En fait, j'ai deux superviseurs. Il y a celui auquel je me réfère régulièrement pour le travail que je fais en supervision. Avec l'autre, je prépare la formation de supervision que nous assurons ensemble et nous nous supervisons mutuellement.

J'encourage mes supervisés à me faire des feed-back. Il y a deux ans, j'ai décidé de faire une recherche sur une petite échelle en invitant douze de mes supervisés à répondre à un questionnaire concernant le travail que nous faisons ensemble. Celui-ci portait sur la manière dont je les stimulais. Il a d'abord été observé que j'ai tendance à être trop empathique et acceptante au cours des premières sessions. Une deuxième constatation mit en évidence le fait que je n'exprime ma congruence que lorsqu'une profonde relation de confiance s'est instaurée entre mes supervisés et moi-même. C'est alors que je peux inviter mes supervisés à examiner de plus près la relation qu'ils ont avec moi et leurs clients.

Articles de l'auteur parus en français

- Niveaux d'intimité dans la relation thérapeutique, in *Mouvance Rogérienne*, N° spécial 95/96 (article paru dans *The BAPCA Reader*, PCCS Books, 2000).
- La qualité de l'acceptation, in *Mouvance Rogérienne*, N° 13, septembre 1998 (présenté au 6^e Forum International de l'ACP juin 1995 en Grèce et publié dans *The BAPCA Reader*, PCCS Books, 2000, et dans *Brennpunkt* 78, 1999).
- La confrontation et la supervision centrée sur la personne sont-elles compatibles ? (présenté à la Conférence de Lisbonne en juillet 97 et publié dans *Person-Centred Practice*, Vol. 7, N°2, Autumn 1999).
- La confrontation et l'approche centrée sur la personne, in *Mouvance Rogérienne*, N° 16, juin 1999 (publié dans *Women Writing in the Person-Centred Approach*, Ross-On-Wye, PCCS Books, 1999).
- Les concepts de l'ACP ont-ils leur place dans l'école d'aujourd'hui?, publié dans ce numéro, et dans un livre inédit à ce jour, titre provisoire: *Carl R. Rogers Aujourd'hui? (Éducation, Thérapie, Formation)*.
- Une approche centrée sur la personne (conférence), in *La Relation d'Aide*, Nancy, Presses Universitaires de Nancy, 1997.