

Coaching Transfert Supervision



TRANSFERT ?

Une histoire de miroir, une histoire de sujet...

Nous croyons savoir mieux que l'autre ce dont il a besoin ?

Projetons-nous sur l'autre des intentions, des souhaits
à partir de nos interprétations ?

Répétons-nous dans le présent des situations passées ?

Oui ? Alors sans nul doute, nous transférons !

Il existe peu d'instants où nous vivons la réalité du présent.

Notre quotidien est perclus d'analyses, d'observations,
de jugements et d'interprétations.

Nous avançons le plus souvent avec l'idée que nous nous faisons de l'autre, avec le souvenir de ce que nous voulons retenir d'un événement, avec la croyance de ce que nous voulons voir. Et « cerise sur le gâteau » nous sommes convaincus de ce qui peut être bon pour l'autre !

Notre rapport à l'autre et au monde est considérablement influencé par notre éducation, nos expériences de vie, nos conditionnements. Ils nous prédisposent à juger et à interpréter. Nous définissons l'autre au regard de ce que nous lui prêtons. Nous lui attribuons « une valeur », nous lui imputons « une identité ». Ces projections sur l'autre freinent et limitent la différenciation, l'altérité, l'accueil de l'autre tel qu'il est. Parfois même, nous reportons sur l'autre une émotion qui nous appartient, ce qui donne lieu à une amplification de la situation et à une intensité émotionnelle déplacée, décalée et disproportionnée.

Ce déplacement sur l'autre de nos croyances, de nos jugements, de nos ressentis, est ce que l'on appelle un transfert.

« La réalité vraie » n'est alors plus au centre de la relation. Celle-ci est faussée, déformée, livrée aux malentendus. En quelque sorte, c'est prendre « nos désirs, nos manques, nos inconforts pour la réalité ». Ce qui s'active alors c'est un véritable tour de passe-passe, entraînant les protagonistes dans des situations échappant à toute réalité objective.

Cette confusion relationnelle nous place sur le terrain du fourvoiement et de « la maldonne ». Imaginons l'autre – par exemple un client porteur d'une demande de coaching de vie – en se faisant des idées sur ce qui pourrait être bon pour lui, sur ce qui lui serait nécessaire. S'identifier à l'autre est déjà un des premiers mouvements du transfert. Ce jeu du miroir ou l'autre n'est vu qu'en fonction de soi-même est très souvent actif dans la relation.

Projeter sur l'autre des désirs, des sentiments, des jugements, est une façon d'expulser ce qui est encore méconnu et étranger à la connaissance de soi-même. Ce qui nous encombre, ce que nous ne voulons pas ou ne pouvons pas voir, ce qui est en souffrance est ainsi déplacé vers l'autre.

LE TRANSFERT EST UN MOUVEMENT DE REACTIVATION DE CERTAINES FACETTES DE NOTRE PASSE DANS LE PRESENT.

Le transfert est un mouvement de réactivation de certaines facettes de notre passé. Ces translations vers l'autre engagent des interac-

tions complexes pas toujours faciles à repérer mais terriblement agissantes.

Tant que ces déplacements opèrent, il est peu aisé de tenir compte de la situation réelle et la qualité relationnelle est entâchée d'une grande subjectivité.

Ceci dit, les « dynamiques transférentielles » sont si fréquentes et si inévitables qu'elles font parties du paysage relationnel.

Dans la relation professionnel de l'accompagnement/client se déploient, de façon implicite et explicite, de multiples stratégies transférentielles.

La communication verbale comme non verbale est infiltrée en permanence par ce mécanisme inhérent à toute organisation vivante. Et précisons bien sûr, que chaque transfert reçoit en écho des mouvements en retour appelés contre-transfert.

2 Exemples : Le transfert et contre-transfert

Un premier exemple afin de faciliter la compréhension du transfert :

Adèle se présente pour la première fois à son rendez-vous chez un praticien en massages-bien-être. Adèle sonne à la porte. Marc, le praticien en massages-bien-être, ouvre et l'accueille. Stupéfaction pour Adèle, Marc ressemble à l'un de ses ex petits amis. Après un temps bref de recul, puis traversée par des sentiments multiples et confus, Adèle parvient difficilement à trouver son calme intérieur. Durant tout le massage, Adèle refoule ses pensées liées à son ex-petit ami.

Elle transfère ainsi sur le praticien son histoire du passé. Elle ne profite pas comme elle le souhaiterait de ce massage. Elle oscille entre culpabilité, rage et colère, contre elle-même et la situation vis-à-vis de laquelle elle ne parvient à s'extraire.

Quant à Marc, il ressent depuis le début de l'anxiété et se sent mal à l'aise. Il ne sait pas pourquoi mais cela influe sur la qualité de sa pratique. Il vit un contre-transfert du transfert de sa cliente, et cela sans qu'un mot soit échangé sur ce qui se passe, chez l'un comme chez l'autre.

Marc oublie certaines séquences de son massage, butte malencontreusement en plusieurs fois contre la table de massage, fait tomber de l'huile sur le visage, bref il cumule dans ce contre-transfert qu'il n'identifie pas plusieurs erreurs et maladresses.

Un deuxième exemple :

• *Francis, cadre dans un groupe international est de plus en plus démotivé. Il décide d'aller voir un coach afin d'entreprendre une reconversion. Il exprime alors, pendant de nombreuses séances son désespoir, sa culpabilité à ne pas réussir sa vie. Il se sent minable. Malgré quelques sursauts et actions dynamiques, il retombe dans une léthargie envahissante. Et la situation s'enlise. Au fur et à mesure des séances, André, le coach, a le sentiment d'être happé par le désespoir de son client. Il lui semble à son tour s'enliser dans cet accompagnement.*

André, dans son désir de voir son client sortir de sa torpeur, mobilise énergie, stratégies et solutions pour qu'il s'en sorte. André ne reste pas à sa place, franchit les limites de sa posture en prenant progressivement la place de son client. Il s'identifie à son problème. Le symptôme du client devient très agissant et comme la juste distance entre le coach et son client a disparu, André et Francis se retrouvent dans un état confusionnel et fusionnel.

Le transfert est à la fois mouvement et espace. Dans cette dynamique se rejouent les moments les plus douloureux, les manques, ce qui n'a pas été encore réparé, traversé, conscientisé. D'une certaine façon le transfert et le contre-transfert ont le mérite d'éclairer, souvent par des répétitions, ce qui est encore obscur, non élucidé, non accepté de notre histoire. La difficulté, et non la moindre, c'est qu'en situation professionnelle, c'est le client qui en pâtit lorsque le transfert et le contre-transfert agissent sans limite, sans considération de ce qui se passe, sans conscience.

En se méprenant sur le client, en lui attribuant des caractéristiques, des besoins, des aspirations qu'il n'a pas, il disparaît en tant que sujet, en tant qu'être. Il devient objet de nos projections, miroir de nos transferts. La relation est ainsi embrouillée et confuse, la responsabilité, l'engagement professionnel, l'éthique du praticien sont mis en échec.

Dans cette configuration, quelle place laissons-nous à l'altérité et à la relation vraie avec l'autre? L'utilisation de l'autre comme miroir ou comme support de nos conditionnements, de nos failles, de notre part d'inconnu, offre peu d'espace à la notion même de bien-être.

Les processus de transfert sont considérables dans toute relation et ils surgissent dans une infinité de situations. Ils sont porteurs tout à la fois de fermetures s'ils restent dans l'obscur de nous-même, d'ouvertures si nous les débusquons et trouvons le sens dont ils sont détenteurs. Ce qui se transfère est de l'ordre du mouvement, de l'ambivalence, de l'énigmatique mais aussi de l'évolutif. Sans compter que « le feu de l'action transférentielle » use et épuise le praticien lorsqu'il répond, avec inconscience, aux injonctions des histoires passées mais encore opérantes.

Quelles réponses possibles aux transferts pour le professionnel de l'accompagnement ?

L'important est d'être, en premier lieu, témoin et observateur de sa position, de ses intentions, de ses désirs et de ses choix.

Il s'agit d'inclure la conscience dans chacun de nos actes et prendre la responsabilité de ce qui nous traverse en terme de ressentis, sentiments, jugements.

D'une certaine façon, le transfert reconnu et accepté est un outil de connaissance de soi.

Il est une invitation à se rencontrer, à se découvrir, à clarifier en nous ce qui peut l'être.

Devenons attentif « à ce qui se produit en nous », en ne fuyant plus –ou moins – ce qui nous anime, en accueillant le client tel qu'il est, là où il en est.

Nous offrons ainsi un espace, un entre-deux dans lequel le client,

reçu comme un sujet et non pas comme l'objet de nos transferts, aura tout loisir d'évoluer comme bon lui semble, de se relaxer comme il en éprouve le besoin, bref de vivre un temps de bien-être...son bien-être.

La relation d'accompagnement est le lieu d'une rencontre et d'une création. Notre position particulière de praticien vis-à-vis de nos clients induit la responsabilité d'en faire un bon usage. La connaissance progressive et lucide de nos transferts est assurément un processus qui nous engage dans une éthique et professionnalisation de notre activité.

Historique du transfert

Vers 1895, en occident, le terme de transfert a été utilisé par S. FREUD afin de nommer certains phénomènes verbaux et non-verbaux qui troublent la relation entre professionnel et client, consciemment ou inconsciemment.

Ce terme, comme les mécanismes qui lui sont associés, sont largement observés, analysés et décryptés dans les domaines concernés par la psychologie, mais aussi dans les secteurs sociaux, de la relation d'aide, d'accompagnement et dans la formation.

Si S. FREUD a révélé ce processus, d'autres psychanalistes ont fait évoluer ce concept. Parmi ceux-ci, Sandor FERENCZI, Mélanie KLEIN, Jacques LACAN, André GREEN...

A RETENIR

D'une façon générale, le transfert se définit comme le déplacement, le report d'une habitude ou d'un sentiment, d'une personne sur une autre.

Le transfert est lié aux mécanismes de répétitions, aux automatismes qui se projettent sur des personnes ou des objets apparemment pas concernés par les émotions et les attitudes déployées par la personne.

Le transfert est une irruption inconsciente dans le présent d'une situation passée.

QUESTIONS...

Pouvons-nous contrôler le transfert ?

Le transfert ne se maîtrise pas. Il surgit tout simplement. En revanche, nous pouvons réguler ses effets dès lors que l'on est attentif à ce qui nous traverse, nous touche ou nous blesse dans une relation.

Transférons-nous souvent dans nos relations ?

En permanence, et très souvent de façon inconsciente. Notre responsabilité en tant que professionnel de la relation d'accompagnement mais aussi vis-à-vis de nos proches, c'est d'éclairer et de poser plus de conscience dans tout ce qui réactive nos émotions et nos jugements.

En quoi le transfert est-il préjudiciable à la qualité de notre prestation ?

Notre transfert sur l'autre ne nous permet pas d'accueillir le client tel qu'il est. Nous interprétons ses propos en fonction de notre propre grille de lecture. Nous perturbons la relation et surtout nous modifions la réalité de celle-ci.

Le transfert est-il contournable ?

Non. C'est un mouvement naturel inhérent à notre condition humaine. C'est le report inconscient sur l'autre des sentiments et des ressentis éprouvés dans le passé mais qui influent encore sur notre comportement et notre relation avec l'autre.

Que peut faire le coach de vie avec la notion de transfert ?

Dès la première rencontre entre deux personnes, il y a transfert. C'est un phénomène ordinaire. Cependant, il convient que le coach de vie en prenne conscience afin qu'il ne soit pas entraîné dans l'histoire de son client et/ou de la sienne. Ce n'est ni son rôle, ni sa place.

Et par exemple, il est indispensable qu'il comprenne les motifs de son engagement : Pourquoi ai-je choisi de devenir coach de vie ? Qu'est-ce que cela évoque de positif ou de négatif au regard de mon histoire ? Qu'est-ce que j'attends de mon investissement auprès des autres ? Est-ce que cela me donne l'impression d'être important pour quelqu'un ? etc..

ETYMOLOGIE

* Le terme de transfert vient d'une racine indo-européenne : **bher** qui signifie porter. En latin, c'est le verbe **ferrer** qui donne **supporter**, **rapporter** et enfin **trans-ferre** porter à travers, transporter, porter en traversant un espace

Source : *Le transfert dans la relation éducative*, Joseph ROUZEL., Ed. Dunod

* Le terme transfert vient de transférer utilisé dès 1874 pour indiquer un déplacement d'un endroit à un autre ; Il s'est spécialisé dans les langages de la médecine (1890) et de la psychologie (1895)

Source : *Dictionnaire historique de la langue française*, Ed. Le Robert

* Le terme de supervision vient de super qui signifie au-dessus, d'en haut et de videre qui est issu de la racine indo-européenne **weid** qui évoque le fait d'être observateur, témoin, de constater, d'examiner mais aussi de délier

LA SUPERVISION : Une nécessité dans l'accompagnement

Dans le champs du relationnel opère une rencontre spécifique où l'accompagnant est travaillé par ce qui se vit, se joue ou se réactualise. Il y a intensité émotionnelle, charge affective. Ces scénarios qui s'entrechoquent sont des fragments de vie qui se confrontent. Il y a, de l'un à l'autre, des messages, des informations, des signifiants de chaque histoire qui s'interpellent.

La responsabilité, l'éthique et l'engagement du coach de vie est de désencombrer au mieux la relation de ce qui pourrait surgir des transferts et contre-transferts. Il lui appartient de se désengager d'un savoir sur l'autre, savoir ce qui est bon pour l'autre par exemple... Dans un échange humain, le transfert projette et déplace d'une personne à une autre, ce qui à l'instant, est interpellé sur les plans, psychique, émotionnel et organique. Le désir porté sur l'autre comme celui de bien faire, d'orienter, de dire à la place de l'autre est une façon de prendre le pouvoir, de maîtriser, de contrôler. Le transfert devient alors empêchement et obstruction à être tel que nous sommes tant que « nos sacs de nœuds » s'interposent, s'entremettent et se dressent dans un face à face répétitif et sclérosant. Il y a confusion, malentendu, embrouillement... Les histoires se répètent, se ressassent et ne permettent pas une juste distance et un entre-deux délagé.

L'ACCOMPAGNANT DOIT APPRENDRE A SE DÉPRENDRE DU TRANSFERT...

L'accompagnant doit apprendre à se déprendre du transfert. Que peut-il engager comme processus dans ce sens ?

En premier lieu de ne pas s'emparer de l'histoire de l'autre, de « la patate chaude » qui lui est adressée consciemment ou inconsciemment le plus souvent.

Comment faire pour ne pas s'en emparer ? Ne pas répondre à la question ! C'est Maurice BLANCHOT qui écrivait « la réponse à la question, c'est le meurtre de la question ». Lorsqu'une question est posée par un client, afin d'avoir l'avis, le conseil sur ce qu'il vient vivre et d'éprouver, il est difficile pour le praticien de résister à la pression d'une réponse pour et à la place de son client. Comblé le vide créé par la question est le premier piège dans lequel l'accompagnant doit éviter de tomber.

En revanche, soutenir la question du client et veiller à ce que rien ne vienne obturer cet espace ouvert rentre dans l'obligation éthique de l'accompagnant.

Comment le client peut-il élaborer sa réponse si le praticien lui fournit la sienne ?

Là où s'engage la subjectivité du praticien, il y a nécessité d'une prise de conscience de sa part sur ce qui se joue dans la relation, de sa place et de ses intentions.

La situation transférentielle que nourrit de manière ordinaire la relation d'aide, de conseil et d'accompagnement doit

s'épurer de ce qui rend « aveugle » et de ce qui procure une toute-puissance et une toute-jouissance .

Comment amener plus de lucidité et de conscience à tous les professionnels impliqués dans un processus transférentiel comme les travailleurs sociaux, psychologues, enseignants, soignants, éducateurs, coachs, praticiens de la relation d'aide ou d'accompagnement ?

Qu'est-ce qui va amener un professionnel à se démêler du transfert ?

Jean LAPLANCHE évoque la nécessité de transférer un transfert en un lieu d'échange et de partage de l'expérience, en lieu où l'on s'interroge sur ce qui s'invite dans la relation.

Pour effectuer cette distanciation, cette prise de conscience, le professionnel doit consentir à accepter et à reconnaître ce qui « le travaille » dans la relation.

Et de fait l'espace approprié pour ce processus réflexif, c'est la supervision.

DU TRANSFERT A LA SUPERVISION

UNE SUITE NATURELLE POUR TOUT PROFESSIONNEL DE LA RELATION

Du transfert à la supervision, il y a une suite naturelle, inévitable et incontournable pour tout professionnel de la relation. Au-delà du fait de prendre du recul avec son quotidien, le coach de vie trouve, grâce à ce dispositif, les moyens d'éclairer la relation jusqu'alors floutée par le transfert. Ce qui affecte le professionnel surgit et s'incarne par une parole, une émotion ou une pensée. Dans ce surgissement se fabrique de la clairvoyance et de la connaissance. Le repérage de facteurs subjectifs, décalés et projetés indûment sur l'autre nourrit une conscience et un ajustement dans la posture avec son client. Le dispositif de la supervision crée un espace de mouvement, d'éclaircissement et de traduction.

Qu'apporte la supervision ?

C'est en premier lieu un espace structuré dans lequel se partage une expérience professionnelle, un vécu organique, psychique, émotionnel au service de l'accompagnement le plus juste possible. Il est aidant pour ce qui est de la mise en ordre des idées, du développement d'une posture réflexive sur l'action passée avec son client, d'une prise en considération du vécu. Ce recul élargit le regard, le « mature » et le professionnalise. Il devient plus attentif, plus accueillant, moins intentionnel.

De quoi est-il question en supervision ?

Ce qui vient se débattre en supervision c'est ce qui est de l'ordre du conflictuel, avec le client comme avec soi-même, de l'émotionnel (peur, tristesse, joie, colère, etc..) de l'embarras, de

l'appréhension, du désarroi éprouvé à la suite d'une réponse, du sentiment d'impuissance face à une demande comme du plaisir éprouvé à un instant particulier, et de la séduction opérée à un moment précis de l'accompagnement.

Qu'est-ce que la supervision apporte au professionnel de la relation ?

D'être lui-même accompagné dans ses questionnements, ses doutes, ses convictions. La supervision renforce l'identité professionnelle et optimise la posture d'accompagnant.

La supervision est un dispositif qui permet au professionnel de poser sa parole et de la faire circuler, de s'exposer sans risque devant un interlocuteur bienveillant. Un espace de libre-échange, de questionnement des pratiques, évitant ainsi des dérives toujours possibles lorsque l'accompagnant se renferme sur lui-même. La supervision renforce la confiance professionnelle.

En situation de doutes, de frustrations, de regrets, elle est un support indispensable.

La supervision ouvre un espace de professionnalisation et de formation continue pratique indispensable.

Dans l'exercice de la relation d'accompagnement, le professionnel se pose face à son client avec, sa personnalité, ses capacités, ce qui est en mouvement en lui, ce qui « se travaille », son savoir académique et surtout son savoir-être.

Aussi, nourrir ses possibles et éclairer ses ressources sont des éléments majeurs du moteur central qui permet d'être là, présent, conscient autant que possible, ancré, centré, disponible et accueillant. L'intérêt premier de la personne accompagnée nécessite, de la part du coach de vie, un engagement dans le repérage des mouvements transférentiels.

Bibliographie

LE TRANSFERT Pour qui me prenez vous ?
Saverio TOMASELLA Ed. Eyrolles

Psychologie du transfert - C.G. JUNG
Ed. Albin Michel

Le transfert dans la relation éducative
Joseph ROUZEL Ed. Dunod



Roger DAULIN

Fondateur de Ecol'COACH
Formation à la relation d'accompagnement
par le coaching de vie
www.formation-ecolcoach.fr