

Comportements de réversion ou situations de persécution ?

Voici un entraînement possible destiné à traiter les comportements de réversion (rebrousser chemin), de rétention, d'irrésolution, de retrait, voire de troubles de situation de persécution. Patient et thérapeute, à tour de rôle élaborent un scénario. Puis ils argumentent pour justifier leur choix. Chacun pioche 4 cartes au hasard. L'histoire doit mener à une conclusion/morale cohérente.

PATIENT

« Il était une fois une petite fleur qui se sentait seule »

Solitude mise en avant



THERAPEUTE

« On pouvait remarquer une fleur qui poussait à un endroit particulier »

Singularité, originalité mise en avant

« Quelqu'un avait déposé une graine à cet endroit »



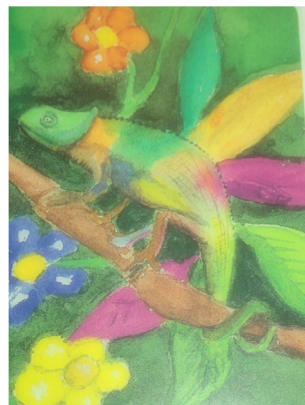
« Tous les passants qui l'avaient remarquée en étaient étonnés »



Admiration

« Elle a été transportée dans un jardin par un jardinier et fut envahie par les autres plantes »

Crainte d'un envahissement



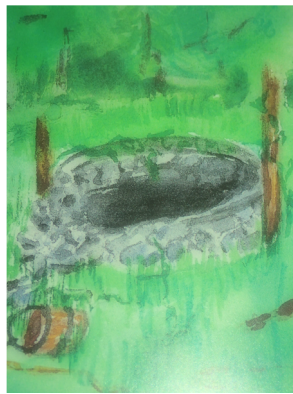
« Un passant décida de l'acheter pour la planter dans son jardin »



Valorisation de soi

« Le jardinier parti un bon moment et au retour, il s'aperçut que les loups avaient dévoré les moutons. La plante résista sous la neige »

Confirmation d'une crainte



« Dans le jardin, il y avait un puits pour l'arroser abondamment »



Faire grandir sa propre valeur

MORALE DE L'HISTOIRE

?



« Il partit en vacances et au retour il s'aperçut qu'elle était devenue aussi grande qu'un arbre. »



Aboutissement des efforts

L'histoire inventée à deux n'est pas nécessairement longue. Il importe surtout de bien argumenter d'un côté comme de l'autre, que le thérapeute propose la voie à suivre, et favorise la mise en place d'éléments de décision nécessaires à la construction de soi.