

La revue internationale pour les professionnels de soutien direct

Comprendre le transfert et le contre-transfert dans la profession de soutien direct

Par : Scott Robins

Je suis parti de la bonne vieille école de la vie qui veut que « Si ça fait coin-coin, si ça marche et si ça nage comme un canard, c'est sans doute un canard ». Aujourd'hui encore, je saute naïvement à la même conclusion et suppose que c'est un canard. Et j'essaie toujours d'aligner mes canards.

Mères, frères, sœurs, amis... voilà quelques-uns de mes sujets préférés. Tous suscitent rapidement des sentiments en moi, sans que je doive trop réfléchir à la relation ou aux nombreux souvenirs qui se sont formés au fil du temps. Certains des souvenirs et des sentiments associés sont bons, d'autres mauvais, certains compliqués, d'autres flous et méconnaissables. Il y en a d'autres aussi, comme « père, soignant(e), souverain, hors-la-loi » ou « amoureux/amoureuse ». Que sont-ils, et pourquoi d'autres partagent-ils la même image avec des expériences, des souvenirs et des sentiments différents, et pourtant il y a quelque chose de très familier dans chacun de ces personnages? Carl Jung les appelait des archétypes (Jung, 1968). Ce sont des symboles de notre psyché et de notre compréhension de nous-mêmes. Nous avons tous une image et un sentiment associé au mot « mère » ; ce sont nos attentes vis-à-vis de toute maternité. La fraternité et la sororité sont des concepts auxquels nous pouvons tous nous identifier également ; même si nous n'avons pas de frères ou de sœurs, nos structures sociales les incluent en tant que symboles fréquents ayant une signification définie. J'ai toujours trouvé ces archétypes et symboles de sens fascinants. Leur influence sur mes relations, mes attentes et mes interactions sociales est remarquable.

Éditeurs : Angie Nethercott, M.A., RP
Chanelle Salonia, M.A., BCBA



Hands | Mains

TheFamilyHelpNetwork.ca
LeReseaudaideauxfamilles.ca



On dit aux travailleurs de première ligne que le soutien n'est pas et ne doit pas être une « thérapie ». C'est ce que peuvent dire leurs superviseurs et leurs formateurs. C'est possible, mais la relation entre le client et le/la professionnel/le de soutien direct (PSD) est par nature thérapeutique, et les relations durables qui s'établissent sont des alliances qui s'infiltrent dans les relations interpersonnelles. Selon l'*American Psychological Association* (APA, 2022), la thérapie adopte une relation de collaboration qui se concentre sur le traitement psychologique d'un client pour l'aider à développer des habitudes plus efficaces. Le thérapeute « fournit un environnement de soutien qui vous permet de parler ouvertement avec quelqu'un qui est objectif, neutre et qui ne porte pas de jugement. » Le/la PSD a également pour consigne d'être ouvert, de ne pas porter de jugement, d'être objectif et neutre. Les outils sont différents mais les objectifs et les résultats sont

similaires. Alors, en tant que PSD, comment comprendre la manière d'être objectif ou neutre alors que nous sommes aussi humains?

La base de la théorie du transfert implique que la personne accompagnée transfère sans le savoir des sentiments sur une personne de son passé sur le ou la PSD. L'histoire des personnes qui reçoivent des services de soutien est complexe et fréquemment marquée par des traumatismes. Ce transfert serait accompagné d'attentes et de prédispositions émotionnelles qui pourraient sérieusement compliquer le plan de soutien et la relation entre le client et le ou la PSD. Si cela est vrai, alors le transfert n'est pas seulement une expérience « thérapeutique ». L'expérience du transfert et du contre-transfert est beaucoup plus courante que nous le pensons.

Les relations entre les PSD et les personnes qu'ils soutiennent sont toujours complexes en raison de la nature intime d'une grande partie du soutien fourni par un(e) PSD. Les PSD apprennent rapidement les détails les plus intimes de l'histoire de la personne soutenue, de ses besoins non satisfaits et de ses objectifs ; cela laisse la personne soutenue désavantagée et vulnérable aux actions d'un étranger. Il est donc logique que la personne soutenue s'appuie sur le transfert pour apaiser l'inconfort inhérent au rôle de l'étranger dans sa vie. Ce sont les actions des PSD qui suscitent des réactions de la part de la personne qu'ils soutiennent ; ces réactions peuvent être bénéfiques ou nuisibles au plan de soutien. Alors que l'environnement thérapeutique est limité dans le temps et se mesure souvent en semaines, l'environnement accompagné s'étend souvent sur toute une vie. La personne accompagnée vivra et revivra son histoire avec le ou la PSD pendant toute sa vie. Le thérapeute privilégie un environnement où la thérapie est dispensée, séparé de l'environnement du client, et hors de sa zone de confort. Le/la PSD apporte son soutien au client à son domicile. Il y a là quelque chose d'intime.

La base de la théorie du transfert implique que la personne accompagnée transfère sans le savoir sur elle des sentiments concernant une personne de son passé. Les personnes présentant une déficience intellectuelle ou un trouble du développement ont souvent vécu des traumatismes complexes. Ce transfert serait accompagné d'attentes et de prédispositions émotionnelles qui pourraient sérieusement compliquer le plan de soutien et la relation de travail entre le client et le personnel de soutien direct. D'autre part, le contre-transfert peut également se produire lorsque le/la PSD projette ses sentiments sur le client.

On peut commencer à utiliser cette notion pour éclairer la planification du soutien et les interactions entre le client et le personnel de soutien. Lorsqu'elle est comprise, l'expérience de transfert et de contre-transfert peut être efficace pour soutenir une personne, mais seulement si les sentiments sont identifiés de manière visible et appropriée.

Trois grandes catégories de transfert ont été identifiées par Madson (2021) :

- On parle de transfert positif lorsque des aspects agréables des relations passées sont transférés sur le professionnel de soutien. Cela peut permettre au client de voir le professionnel de soutien comme étant bienveillant, sage et empathique, ce qui est bénéfique pour le processus de soutien. Ces expériences peuvent être déroutantes si nous ne sommes pas conscients de ce qui se passe. Elles nous font nous sentir bien et, soudainement, nous controns le transfert par une réponse chaleureuse, et nous pouvons prendre des rôles que nous ne devrions pas jouer - mère, père, amant(e) ou ami(e).
- Le transfert négatif se produit lorsque des sentiments négatifs ou hostiles sont transférés sur le professionnel de soutien. Bien que cela puisse sembler préjudiciable, si le professionnel de soutien le reconnaît et l'admet, cela peut devenir un important sujet de discussion et permettre au client d'examiner ses réactions émotionnelles. On peut

aussi les décrire comme manipulateurs, effrayants, non coopératifs ou utiliser d'autres termes péjoratifs en supposant un contre-transfert négatif.

- On parle de transfert sexualisé lorsqu'un client se sent attiré par son thérapeute. Il peut s'agir de sentiments d'intimité, d'attraction sexuelle, de vénération ou d'émotions romantiques ou sensuelles.

Pouvez-vous deviner quels sont les transferts à éviter?

Cela ne mettra peut-être pas fin à la discussion avec l'ami(e) ou la personne chargée de fournir un soutien. Je fais ce métier depuis plus de 20 ans, et je n'ai toujours pas de réponse simple. J'ai cependant quelques lignes directrices et une compréhension qui me facilitent la tâche en tant que personne qui se soucie des autres. L'expérience de recevoir un soutien est complexe pour la personne qui le reçoit et l'est tout autant pour celle qui le fournit.

J'ai commencé cet article à partir d'une position d'école de vie du type « Si ça fait coin-coin, si ça marche et si ça nage comme un canard, c'est sans doute un canard ». Mais de quoi s'agit-il réellement? D'amitié et de lien.

Amitié - le statut social le plus recherché. J'ai 24 amis sur Facebook ; je ne sais pas si c'est beaucoup, ma fille a souri, gloussé puis m'a dit qu'elle en avait 214 ; mon petit-fils dit qu'il a un BFF, je ne sais pas ce que ça veut dire. J'ai des amis de jeu - je ne les ai jamais rencontrés dans la vie réelle, mais nous jouons tous les jeudis soir. Mes amis du café ne sont pas là en ce moment ; ils font tous autre chose, je ne sais pas trop ce qu'ils font, ni si je le saurai vraiment un jour ; nous avons simplement parlé météo et politique. J'ai rendu visite à des amis chez eux avant qu'ils ne déménagent. Je pense encore à mes amis du lycée et à mes amis du monde entier que je n'ai pas vus depuis des années. Ma collègue m'a dit qu'elle pensait que nous étions amis ; un autre collègue m'a accusé de ne pas vouloir être ami quand j'ai refusé un rendez-vous au café.

Alors, quelles sont mes directives? Tout d'abord, les « amis » peuvent être une fausse piste. Je suppose que les amis sont importants, sinon nous n'en aurions pas. Pour moi, il s'agit de confiance et de camaraderie, d'être avec des personnes avec qui j'ai envie d'être, et qui ont envie d'être avec moi. Nous partageons du temps, un espace et des ressources parce que nous le souhaitons, et non parce que l'un ou l'autre y est contraint, même si mon père a dit à mon frère de partager sa barre chocolatée avec moi alors qu'il n'en avait pas envie. C'est peut-être différent : c'est mon frère et nous n'avions pas le choix.

En tant que PSD, je pense aux limites. Je travaille avec Bob depuis très longtemps. Il y a des années, lors d'une réunion, quelqu'un lui a demandé s'il avait des amis. Il a réfléchi un moment et a répondu « Scott ». Je n'avais pas l'intention de le corriger ou de discuter des subtilités de l'« amitié » ; je considérais qu'on pourrait en reparler plus tard. J'ai simplement dit : « Il est peut-être temps d'ajouter d'autres personnes à cette liste. Aimerais-tu avoir plus d'amis? » Il a acquiescé.

Parfois, je me voyais comme une mère porteuse. Un substitut, une relation tutélaire jusqu'à ce qu'il trouve un véritable ami. Comme Pinocchio qui voulait être un véritable petit garçon, Bob voulait être un véritable ami. J'ai été ce qui s'en rapprochait le plus pour lui pendant longtemps. Il y a deux ans, un autre jeune homme est décédé pendant l'épidémie de Covid. Bob a entendu parler de son décès ; il a dit que ce n'était pas juste qu'il ne puisse pas aller aux funérailles. Un

an plus tard, le jour de l'anniversaire de sa mort, nous avons parlé de ce jeune homme, et Bob a dit qu'il lui manquait ; qu'il était son meilleur ami. « Aimerais-tu avoir d'autres amis? » ai-je demandé ; il a acquiescé.

En tant que professionnel du soutien dans une petite communauté, mes vies personnelle et professionnelle se chevauchent parfois avec les personnes avec lesquelles je travaille actuellement et celles avec lesquelles j'ai travaillé dans le passé, lorsque je les rencontre au club local, dans la communauté ou dans les centres de loisirs locaux. Avec certains, je partage des intérêts - la musique, la vidéographie ou le bénévolat lors d'événements locaux. Certains sont les amis de mes amis. Certains sont devenus des collègues et nous collaborons sur certains projets. Je prends toujours le temps de les saluer et de parler avec eux. Je suis amical et familier. C'est ce que j'appelle être authentique, et je ne me débats pas trop longtemps avec des notions de personnification ou d'imitation. Ils ont tous des amis, maintenant.

On ne me présente plus comme un « travailleur », un « employé » ou un « ami ». On dit simplement « C'est Scott », et je peux me présenter ; ils n'ont pas à défendre ou à justifier leur relation avec moi. Quand je suis avec Bob, je dis aux gens que je le connais depuis des années. Je peux poursuivre la conversation par « Comment connaissez-vous Bob? » ou « Où l'avez-vous rencontré? ». La conversation ne porte pas toujours sur moi.

Le fait de vivre dans une petite ville signifie que les cercles sont restreints et que les possibilités d'amitiés sont limitées pour Bob et les personnes qu'il connaît. Cela peut nécessiter que nous devons travailler plus dur en tant que PSD pour rechercher des occasions pour les personnes que nous soutenons de rencontrer d'autres personnes avec lesquelles elles auront des intérêts communs et qui peuvent éventuellement devenir des amis.

Cependant, je comprends les violations des limites et le contre-transfert. Il y a un devoir et une norme de soins plus élevés pour un PSD. Mon rôle n'est pas d'être l'ami des personnes que je soutiens, mais de les aider à acquérir les compétences nécessaires pour développer et entretenir des amitiés et à rechercher des occasions de mettre ces compétences en pratique avec d'autres personnes de leur communauté. Certains aspects des limites ne peuvent être violés. Qu'il s'agisse de relations sexuelles avec des collègues de travail, de relations amoureuses avec des clients, d'exploitation financière ou autre d'une autre personne. Nous devons comprendre que certaines choses sont contraires à l'éthique, malavisées, voire illégales.

En tant que professionnel de soutien, je dois être tenu responsable de mes actions et je ne peux pas violer ces limites évidentes. Il existe des choses que je ne peux pas faire.

Un ami m'a dit : « Il y a les bons coin-coin et les mauvais coin-coin. Un bon coin-coin, c'est le bruit que fait un canard. Un mauvais coin-coin, c'est quelqu'un qui prétend être ce qu'il n'est pas. »

Quelle leçon faut-il retenir? Ne soyez pas un mauvais coin-coin.

À propos de l'auteur

Scott Robins – Dès mon plus jeune âge, je me suis trouvé dans la situation de soutenir les autres dans la poursuite de leurs projets, de leurs rêves et de leurs objectifs. C'est toujours une source de réflexion et d'enrichissement, un cadre d'apprentissage merveilleux. Je suis un professionnel du soutien direct qui s'intéresse de près aux pratiques fondées sur des preuves et à la science du soutien. Je le fais depuis plus de 20 ans. Au fil du temps, j'ai remarqué que tout le monde n'est pas, ou ne veut pas être, un leader, et que certains ont du mal à suivre. Je me retrouve à soutenir les leaders, les apprenants, les suiveurs et ceux qui sont indécis, non informés ou entre les deux.

Références

- American Psychological Association (2022). *Psychotherapy*. Consulté en juillet 2022.
- Berman, Carol W., and Bezkor, Mary F. (2010). Transference in patients and caregivers. *American Journal of Psychotherapy*, 64 (1): 107- 114.
- Dalenberg, C. J. (2000). Countertransference in psychotherapy: Definitional issues. In C. J. Dalenberg, *Countertransference and the treatment of trauma* (pp. 3–22). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10380-001>
- French, Robert M. (2007). If it walks like a duck and quacks like a duck...The Turing Test, Intelligence and Consciousness. In *Oxford Companion to Consciousness*, edited by T. Bayne, A. Cleeremans P. Wilken. Oxford: Oxford University Press.
- How 'transference' makes you hard to live with (2022). *The School of Life*. Consulté en 2022. <https://www.theschooloflife.com/article/how-transference-makes-you-hard-to-live-with/>.
- Jung, Carl (1974). *Collected Works of C.G. Jung Vol 6 - Psychological Types*. 2. Vol. 6. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, Carl (1968). *Collected Works of C.G. Jung Vol 9 - The Archetypes and the Collective Unconscious*. 2nd. Traduit par Gerhard Adler. Vols. 9, Part 1. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Madeson, M. (2021). Transference vs countertransference in therapy: 6 examples. *PositivePsychology.com*. Juin. Consulté en août 2022. <https://positivepsychology.com/countertransference-and-transference/>.
- Stefana, Alberto (2015). The origins of the notion of countertransference." *The Psychoanalytic Review*, 437-460. doi:10.1521/prev.2015.102.4.437.

Réponses aux FAQ au sujet de la revue internationale

- 1) Cette revue est destinée à être distribuée à grande échelle; vous n'avez pas besoin de permission pour la transférer. Vous avez cependant besoin de permission pour la publier dans un bulletin d'information ou un magazine.
- 2) Vous pouvez vous abonner en faisant parvenir un courriel à anethercott@handstfhn.ca
- 3) Nous acceptons les soumissions. Envoyez les idées d'articles par courriel à anethercott@handstfhn.ca
- 4) Nous apprécions la rétroaction sur tout article qui apparaîtra ici.

