

Frank Farrelly et la thérapie provocatrice

Wilfrid MARTINEAU

Né en 1931, ancien élève de Carl Rogers, Frank Farrelly est psychothérapeute, professeur à l'université du Wisconsin.

C'est un homme rond, jovial, extrêmement chaleureux, capable de laisser sa pensée papillonner ou son verbe divaguer librement sans perdre de vue le patient. Si son humour est parfois décapant, c'est surtout sa capacité à jouer sur deux registres, digital et analogique, d'une manière confusionnante, qui est la plus étonnante. Il a développé une approche originale de la relation qu'il a nommée « thérapie provocatrice », car l'échange très animé par un thérapeute fort peu conventionnel paraît essentiellement basé sur l'exagération, l'excès, la provocation.

Bien sûr, beaucoup de thérapies, singulièrement au sein du mouvement systémique, peuvent utiliser une petite touche de provocation. Maintes interventions thérapeutiques de Milton Erickson sont teintées de provocations souvent destinées à confusionner le patient pour lui faire changer de regard sur ce qu'il vit ou sur son symptôme. Seulement, Frank Farrelly semble en avoir fait le centre de toute relation thérapeutique même si, derrière la drôlerie et l'excès, se profilent bien

d'autres ressorts thérapeutiques dont beaucoup s'inscrivent dans le courant systémique. S'il a développé cette approche, c'est sans doute qu'il a été confronté assez tôt dans sa carrière, à des patients dits difficiles, peu demandeurs, que d'autres auraient qualifiés de « résistants ». Qui n'a d'ailleurs pas eu l'expérience d'avoir tenté, parfois en désespoir de cause, une intervention peu conventionnelle devant l'échec répété de moyens thérapeutiques plus convenus et avoir la surprise d'un résultat peu attendu.

Frank Farrelly a décidé de faire de cette intervention exceptionnelle une règle de base de toute intervention, mettant la provocation au cœur de sa pratique thérapeutique pour bousculer le patient ancré depuis longtemps dans un mode de fonctionnement immuable dont il se plaint sans pouvoir en changer. Toutefois, ces interventions demandent un savoir-faire, des précautions et une capacité d'alliance avec le patient pour faire passer cette dose d'optimisme thérapeutique qui fait du changement non l'exception, mais le moteur de toute vie.

Les pré-supposés thérapeutiques

On y retrouve ceux communément admis dans les thérapies d'inspiration éricksonienne et les thérapies systémiques qui reposent

sur une vision positive de l'homme et de sa capacité de changement. Le changement peut être rapide et radical. L'amorce d'un changement peut entraîner une réaction en chaîne par effet « boule de neige ». Il est avant tout mise en route d'un comportement différent et est donc lié à une expérience nouvelle vécue, autant pendant la séance qu'après la séance. Cette expérience nouvelle, si elle est provoquée par le thérapeute, reste sous la responsabilité du patient qui décide de ses choix futurs. Bien sûr, Frank Farrelly utilise les moyens qui lui sont propres, même les moins habituels, pour amener le sujet à se mobiliser vers ses objectifs ou à recadrer des croyances « aliénantes » quand celles-ci maintiennent l'immuabilité.

Tout patient a des ressources qu'il ne soupçonne même pas et est souvent moins fragile qu'il se l'imagine. Le dialogue thérapeutique déconcertant est là pour lui faire découvrir sa force, ses capacités et abolir les dernières résistances. Et justement, l'absence de changement ne sera jamais mis sur le compte de la supposée résistance du patient, mais sur celle de l'inadaptation de l'approche thérapeutique pour inviter voire provoquer le thérapeute dans ses certitudes et amener à une révision des stratégies employées. Selon Frank Farrelly : « *Si le patient ne changeait pas, ce n'était pas nécessairement signe qu'il "résistait" au changement... mais cela pouvait être un indice que la thérapie n'était pas*

WILFRID MARTINEAU

Psychiatre des hôpitaux, chef de service de psychiatrie à l'Hôpital St Jacques (CHU de Nantes), membre de l'AREPTA-Institut Milton Erickson de Nantes, formateur en hypnose, thérapie brève, thérapie familiale, chargé d'enseignement à l'université de Nantes.

Wilfrid.martineau@chu-nantes.fr



appropriée. » Quant au changement, il se réalise le plus souvent grâce au défi. Devant un problème, il y a deux types d'attitude : éviter ou faire face. Si les patients viennent consulter, c'est qu'ils sont dans l'évitement. Seule la confrontation peut leur permettre de modifier cette éternelle tentative de solution. Frank Farrelly prend tous les moyens pour responsabiliser le patient, restaurer sa dignité en créant au cours de la séance une confrontation vive au problème. Après, le sujet garde toute liberté de choix mais il ne peut plus se considérer comme victime de son symptôme ou de sa vie.