

SE FORMER ET ANALYSER SA PROPRE PRATIQUE

POUR AMÉLIORER SES RÉSULTATS AU QUOTIDIEN

Grégoire VITRY (PhD) (1), Emmanuelle GALLIN, Audrey BECUWE (PhD, HDR)

Améliorer sa pratique de thérapeute par l'évaluation et l'observation, quelle que soit son approche, et tisser une nouvelle relation avec ses patients, c'est tout l'intérêt de l'expérience SYPRENE. Décryptage et explications.

Après quatre ans de formation, Anne-Charlotte de Maupeou, membre du réseau SYPRENE (Systemic Practice Research Network), praticienne en hypnose et clinicienne de la relation, témoigne des changements qui se sont installés dans sa relation au patient depuis qu'elle utilise l'évaluation et l'amélioration de pratique : « *L'analyse de ma propre pratique me permet de mettre la relation au cœur du changement et d'améliorer mes résultats.* »

Qu'est-ce que l'amélioration et l'évaluation de pratique ? Comment induit-elle une amélioration des résultats ? Comment crée-t-elle un changement dans la pratique thérapeutique et dans la relation au patient ? Comment s'est développée cette pratique ? Revenons sur cette nouvelle discipline et ses rouages internes.

L'EXPÉRIENCE SYPRENE

L'amélioration de pratique en tant que discipline à part entière découle des résultats liés au réseau SYPRENE de pratique de recherche (PRN - *Practice Research Network*) mis en place en 2014 par le centre de recherche LACT pour combler le fossé entre praticiens et chercheurs. Dans le but d'évaluer, au départ, l'efficacité et l'efficience de la thérapie systémique stratégique et d'observer les processus d'intervention et de changement, SYPRENE rassemble une vingtaine de membres praticiens originaires de sept pays différents. De nombreuses institutions et centres de recherche ont rejoint ce programme : LACT (Paris), le Laboratoire de psychopathologie et de neuropsychologie de

GRÉGOIRE VITRY

Chercheur en psychologie et sociologie à l'université de Paris-Descartes (Cermes3) et Paris 8. Thérapeute systémicien, directeur de LACT et président de Sypres (Syndicat des praticiens en systémie). Diplômé de l'Ecole de Palo Alto, il se passionne pour le monde de la complexité depuis de nombreuses années. Il développe depuis 2016 SYPRENE, un réseau PRN (Thurin et al., 2012) en approche systémique permettant notamment d'améliorer sa pratique en étroite collaboration avec le monde universitaire. Coauteur pour les ouvrages *Quand le travail fait mal* (InterEditions, 2017) et *Stratégies de changement : 16 prescriptions thérapeutiques* (Érès, 2020).
g.vitry@lact.fr



l'université de Paris 8, le CERMES3 (CNRS), le Centre de thérapie stratégique d'Arezzo (Italie) du Pr. Giorgio Nardone, le MRI de Palo Alto (Californie), le centre de formation CIRCÉ (Paris) fondé par Teresa Garcia, l'université UNAM - National Autonomous University of Mexico (Mexico City), l'Institut Mimethys (Nantes) du Dr. Eric Bardot, ou encore la University of Louisiana-Monroe (Louisiane). Pensé au départ comme un outil au service de

EMMANUELLE GALLIN

Thérapeute systémicienne, chargée de recherche à LACT et doctorante en sciences de gestion à l'université de Limoges. Ses recherches portent sur le rôle des croyances dans le modèle de Palo Alto. Professeure de yoga spécialisée dans la régulation des troubles sensoriels, elle est également l'auteure de TSA-TED-TDAH, ce yoga est pour vous.
egallin@lact.fr



AUDREY BECUWE

Maître de conférences HDR en sciences de gestion à l'IAE de Limoges. Chercheur en gestion des ressources humaines et comportement organisationnel, systémicienne. Ses recherches portent sur la gestion des compétences, la gestion de la diversité et l'engagement organisationnel. Elle a publié, entre autres, dans la « Revue de gestion des ressources humaines », la revue « Travail, genre et sociétés », la « Revue des sciences de gestion ». Membre scientifique de la revue « Humanisme et entreprise ».
audrey.becuwe@unilim.fr



la recherche, SYPRENE est devenu avant tout un puissant outil d'observation et d'évaluation de pratique au service de l'amélioration des résultats pour tout praticien professionnel, quelle que soit son approche (hypnose, systémique, TCC...).

Plusieurs questionnaires rapides (moins de 30 secondes) permettent à l'intervenant d'évaluer de façon quantitative et qualitative à la fois l'alliance thérapeutique avec le SRS (Miller & Duncan, 2004) et l'état de bien-être contextualisé (individuel, interrelationnel, social et global) avec l'ORS (Miller & Duncan, 2004). Le GHQ 12 (Goldberg, 1972) clarifie l'état de bien-être du point de vue de l'individu. Enfin la question de l'échelle (2) évalue l'évolution de la résolution de problème du point de vue du patient et de celui du thérapeute.

On a pu ainsi établir – pour l'approche systémique stratégique – en analysant les interventions de 22 thérapeutes avec 1 150 patients, une amélioration significative ou une résolution complète du problème dans 79 % des cas, avec une moyenne de 5,4 séances et une durée de traitement de 5,3 mois (Vitry et al., 2021).

Mais au-delà de ces calculs statistiques, les intervenants ont témoigné d'une amélioration de leur pratique qui s'explique notamment par le rôle central d'une prise en compte rigoureuse et globale du *feedback* dans ce processus d'amélioration

continue. Les questionnaires permettent au praticien et au patient d'avoir un *feedback* sur l'avancée de la situation au fur et à mesure de la thérapie et de procéder à des ajustements, chemin faisant. C'est, nous rappelle Anne-Charlotte de Maupeou, « l'observation de mon propre travail, de la relation et des processus qui me permet d'améliorer ma propre pratique en utilisant l'interface SYPRENE, au fur et à mesure des séances. »

... le patient se sait écouté et impliqué dans le processus de changement

Décryptons... Le terme de *feedback* n'est pas employé dans un cadre conceptuel théorique, mais il désigne « la manière dont le thérapeute peut savoir que la relation dans laquelle il s'engage avec le client progresse bien vers une issue thérapeutique. L'intégration des points de vue fait partie de ce nouveau paradigme à la fois dans la recherche et la pratique » (Duncan et al., 2012, p. 15).

Dans SYPRENE, le *feedback* mesuré grâce à l'échelle ORS, SRS et GHQ12 permet au praticien de faire évoluer l'intervention en fonction des évolutions des évaluations. Le réajustement de la thérapie renforce d'autant l'alliance thérapeutique

que le patient se sait écouté et impliqué dans le processus de changement. Duncan et al. (2012) concluent que la combinaison d'une mesure du progrès et de l'apport du *feedback* à l'intervenant « produit constamment un changement cliniquement significatif, avec des effets du traitement dépassant tout ce que l'on avait pu voir dans la littérature concernant ce que l'on nomme la psychothérapie appuyée empiriquement ("empirically supported psychotherapy"). Les taux de dégradation sont réduits de moitié, tout comme l'abandon. Adjoignez un *feedback* (au thérapeute) concernant l'évaluation formelle de la relation par le client, et ce dernier est moins susceptible de connaître une dégradation de son état, a une plus grande probabilité de rester davantage de temps, et a deux fois plus de chances d'arriver à un changement cliniquement significatif » (2012, p. 68).

COMMENT LE FEEDBACK AMÉLIORE LA PRATIQUE POUR TOUT INTERVENANT ?

Watzlawick et al. (1975, p. 28) identifient deux types de changements : le premier, issu de la théorie des groupes, « prend place à l'intérieur d'un système donné, qui, lui, reste inchangé » ; le second, résultat de la théorie des types de logique, modifie le système lui-même. Le rôle du *feedback* dans le processus de changement a été souligné par l'école de Palo Alto qui attribue ces changements de types 1 et 2 à deux niveaux d'apprentissage : celui qui permet des transforma-

tions internes au système donné (type 1), et l'autre qui aboutit à la transformation du système lui-même (type 2). On parle donc d'apprentissage de type 1 lorsque les règles relationnelles demeurent inchangées au sein d'un même système (Wittezaele & Garcia, 1992, p. 269). Par exemple, lorsqu'il existe un écart par rapport à une norme de fonctionnement, celui-ci sera compensé par des réactions

... un processus de régulation par *feedback*...

qui visent à revenir au point d'équilibre (homéostasie). Il s'agit d'un processus de régulation par *feedback* que l'on retrouve dans tout système de soi par rapport à soi, de soi par rapport aux autres (famille, entreprise, etc.) ou de soi par rapport au monde (culture, etc.).

L'apprentissage de type 2 correspond à un « changement des prémisses (...) qui gouvernent le système en tant que totalité » (Watzlawick et al., 1975, p. 41). Paul Watzlawick remarque qu'un apprentissage de type 2 apparaît de manière hasardeuse, comme une illumination soudaine et imprévisible. Il s'agit ici de questionner les différents niveaux de complexité d'apprentissage afin d'identifier ce qui, sur le plan du *feedback*, contribue à maintenir le système dans une position d'équilibre

(homéostasie) inchangée et ce qui permet d'en modifier les règles de fonctionnement et donc le point d'équilibre (3).

Gregory Bateson (1979) illustre ce concept de niveaux d'apprentissage à partir de ses travaux sur les dauphins, parlant de deutéro-apprentissage où le dresseur récompense la capacité d'innovation (apprentissage de type 2) du dauphin. Ce type d'apprentissage nous intéresse dans toute intervention thérapeutique (systémique, hypnose, TCC, EFT, ICV...) puisque le travail thérapeutique consiste à accompagner une personne afin qu'elle puisse modifier sa représentation de son problème.

Le *feedback* reçu par les questionnaires permet de focaliser le patient sur l'état de son apprentissage du changement et sur le résultat de ses nouvelles expériences. L'apprentissage est donc au centre de la transformation du patient, mais aussi de la stratégie du praticien.

COMMENT ET POURQUOI SE FORMER À L'AMÉLIORATION ET L'ÉVALUATION DE PRATIQUE ?

L'apprentissage par *feedback* est également au cœur de la pratique même de l'intervenant, qui va également analyser les résultats et les effets de sa pratique séance par séance. Dans ce cadre, SYPRENE va devenir un outil qui permet au praticien d'encoder et accéder à ses propres statistiques. Au-delà de ce suivi, il lui offre un reflet de sa pratique et une réflexion sur ses points forts et les points à améliorer.

Cela inclut le nombre moyen de rendez-vous, le taux de *drop-out*/abandon, le type de problématique pour lequel il est sollicité, la durée moyenne de traitement pour ses patients/clients, les problématiques traitées et l'efficacité, ou encore la stratégie mise en place pour une problématique donnée et le moment auquel cela a été fait. L'outil permet aussi à l'intervenant de documenter ses séances, de renforcer la rigueur de l'intervention grâce à un meilleur suivi du processus, de faciliter la préparation et l'analyse du travail réalisé et de se préparer au mieux lorsqu'il est supervisé. Un véritable système d'aide à la pratique a été programmé dans SYPRENE afin d'assister le praticien pour rechercher une tentative de solution et les prescriptions en s'appuyant sur des mots clés relatifs aux symptômes, émotions, diagnostics, logiques ou systèmes de perception/réaction. L'intuitivité et l'ergonomie ont également été adaptées aux outils numériques, tablettes et smartphones, avec des possibilités d'envois directs au patient en temps réel.

L'utilisation de SYPRENE nécessite un apprentissage rigoureux et durable. Le temps nécessaire pour que les étudiants maîtrisent et pratiquent l'amélioration et l'évaluation de pratique est de deux ans minimum. Elle permet au thérapeute en formation d'apprendre à améliorer ses résultats grâce à une qualité d'écoute et une alliance thérapeutique renforcées notamment avec les questionnaires ORS et SRS,



Salle des officiers, batterie du Chaberton, Montgenèvre (05). © Michel Eisenlohr

qui optimisent l'implication du patient dans le processus thérapeutique et l'observance des traitements. Elle lui permet d'évaluer, à l'aide d'outils scientifiques, le nombre de séances ainsi que la durée et le taux de réussite de ses interventions et de pouvoir communiquer avec ses collègues. La mise en œuvre de l'auto-observation de la pratique à travers le *feedback* est un facteur commun permettant de prédire une meilleure efficacité du traitement, une réduction du temps et donc du coût de la prise en charge, comme le rappelle Miller et al. (2020) formateur chez LACT.

SYPRENE, en tant que plateforme d'observation, permet d'acquérir un *mindset* centré sur l'amélioration continue de pratique et de placer l'observation de pratique au cœur de l'apprentissage. Cet

apprentissage d'auto-observation de pratique doit être une **pratique délibérée**, au sens de Bruce Wampold, formateur chez LACT, avec l'installation d'une routine d'amélioration.

TEMOIGNAGE : « L'ANALYSE DE MA PROPRE PRATIQUE ME PERMET DE METTRE LA RELATION AU CŒUR DU CHANGEMENT. »

Claude de Scorraïlle, psychologue, clinicienne de la relation et membre de SYPRENE, témoigne : « L'analyse de ma propre pratique rend possible une amélioration au niveau de la relation avec mes patients. Ils se sentent d'autant plus écoutés. Ils voient avant même que la séance ne démarre que je suis proche de

leur préoccupation. L'évaluation de leur niveau de bien-être nourrit en général un sentiment d'espoir thérapeutique ; espoir que les choses puissent concrètement évoluer. Malgré le cadre formel des questionnaires, les questions me permettent d'adopter une position basse, d'établir une communication authentique et d'entrer dans l'univers de mes patients ; d'approcher de façon rigoureuse leur ressenti pour ajuster au mieux l'intervention. »

... des sessions
entièrement
consacrées à
l'observation
de pratique...

Avec le questionnaire SRS, le patient est aussi interrogé sur la manière dont il perçoit la thérapie et ses avancées. Anne-Charlotte de Maupeou explique ainsi à ses patients : « Je suis intéressée par votre feedback pour être sûre que ce que nous faisons vous convient bien, et être au plus proche de ce qui se passe en séance afin de voir ce qu'il convient de faire évoluer ou pas. » Au niveau de sa pratique personnelle, elle ajoute que l'observation de pratique et l'échange entre pairs lui ont permis de ne pas s'installer dans une routine et de rester « en alerte », d'identifier ses « best-practices », de « balayer les angles morts », de découvrir les freins et les obstacles qui

empêchent la thérapie d'avancer de manière optimale : « C'est un miroir qui fait aussi découvrir au thérapeute ses propres tentatives de solution en tant que thérapeute. »

FORMALISER L'ENSEIGNEMENT
DE L'AMÉLIORATION DE PRATIQUE :
LES CURSUS LACT ET PARIS 8

L'expérience de SYPRENE nous conduit à la même conclusion et nous avons développé dans nos modules de formations des sessions entièrement consacrées à l'observation de pratique, avec notamment les intervenants Scott Miller et Bruce Wampold sur ces nouveaux types d'apprentissage. Ce champ entier de recherche nous a

... rester attentif à sa
pratique et découvrir
une nouvelle relation
avec ses patients

amené à créer un programme de formation de 50 heures sur un an chez LACT, en partenariat avec l'université Paris 8, sur l'amélioration de pratique accessible à tout intervenant diplômé quelle que soit son approche thérapeutique. Ce programme de formation intitulé « Partagez avec vos pairs et améliorez votre pratique quelle que soit votre approche » (<https://bit.ly/3GqeeDr>) fait également partie intégrante de l'ensemble des formations

EN 2023, JE ME FORME EN HYPNOSE ET EN SYSTÉMIE ! DÉCOUVREZ LES PROCHAINES FORMATIONS À RENNES



Hypnose, douleur aiguë et anesthésie

12 jours à Rennes à partir des 8, 9 et 10 mars 2023

D^r Franck Bernard, médecin anesthésiste, responsable de la formation

Hypnose, douleur et troubles chroniques

9 jours à Rennes à partir des 22, 23 et 24 mars 2023

D^r Stéphane Charré, médecin anesthésiste

Hypnose et médecine générale

12 jours à Rennes à partir des 23, 24 et 25 mars 2023

D^r Pierre Le Grand, médecin généraliste, responsable de la formation

De la consultation systémique à la thérapie familiale

12 jours à Rennes à partir des 15, 16 et 17 mai 2023

M. Frédérique Berben, psychologue, responsable de la formation

Hypnose et créativité thérapeutique

30 jours à Rennes à partir des 1^{er}, 2 et 3 juin 2023

D^r Claude Virot, psychiatre, responsable de la formation

ECHANGEZ SUR VOTRE PRATIQUE AVEC LE CYCLE DE SUPERVISION EN LIGNE



avec le D^r Claude Virot, psychiatre

EN LIGNE

Information et dates
des supervisions en
scannant
ce QR code



DEVENEZ MARRAINE OU PARRAIN D'UN COLLÈGUE

Ensemble, diffusons l'hypnose

au choix

PRÉ-CONGRÈS 2023 OFFERT

1 JOUR D'ATELIER OFFERT

AVEC LE PARRAINAGE*

 **Emergences**



RETROUVEZ TOUTES
LES INFORMATIONS SUR
WWW.HYPNOSES.COM

* Voir conditions sur le site www.hypnoSES.com

dispensées aussi bien en hypnose (<https://www.lact.fr/conferences-decouverte/formation-hypnose>) qu'en approche systémique (<https://www.lact.fr/clinicien-de-la-relation>).

Dans les cursus complets, des modules de formation sont dispensés dès la première année par Scott Miller, Bruce Wampold, Olivier Brosseau et Grégoire Vitry sur les fondamentaux de la recherche en matière d'amélioration de pratique, l'utilisation des questionnaires ORS et SRS, l'apprentissage de la pratique réflexive (comment s'améliorer sur les sujets suivants : 1. structure de la séance ; 2. espoir thérapeutique ; 3. alliance thérapeutique ; 4. ressources du thérapeute ; 5. ressources du patient), l'utilisation de SYPRENE, les facteurs communs et la pratique réflexive permettant d'améliorer les ressources de l'intervenant.

LES PREMIERS PAS VERS L'AMÉLIORATION DE SA PRATIQUE

En conclusion, améliorer sa pratique par l'évaluation et l'observation est une discipline pertinente pour tout thérapeute, quelle que soit sa méthode d'intervention. C'est un choix délibéré qui nécessite engagement, rigueur et humilité. Pour suivre cette voie, il est indispensable de suivre une formation à l'analyse de la pratique et à ses outils (questionnaires ORS, SRS, GHQ12, résolution de problème). Cette démarche est un engagement dans la durée, qui nécessite un temps hebdomadaire dédié. C'est le choix d'avancer dans sa pratique, de s'interroger sur

les leviers d'amélioration et sur de nouveaux objectifs, c'est rester alerte et attentif à sa pratique et découvrir peu à peu une nouvelle relation avec ses patients. C'est refuser de s'enfermer dans une routine aveugle. C'est garder une pratique vivante au service de l'amélioration de ses propres résultats d'intervention.

Notes

- Contact : gvitry@lact.fr / 01 48 07 40 40.
- L'échelle de résolution des problèmes est née avec Alex Molnar et Steve de Szazer (1987) et était à l'origine appelée « échelle inversée ».
- Gregory Bateson aborde deux autres formes de changements liés à des apprentissages différents. Le niveau 3 met en jeu la capacité à modifier l'identité d'un système. La quatrième forme de changement, que Bateson qualifie de « révolutionnaire », consiste en un éveil à quelque chose d'entièrement nouveau, unique et transformateur. Ce type de changement ne se limite pas à un individu : tout un collectif est touché (par exemple, une espèce).

RESSOURCES

- Duncan B.L., Miller S.D., Wampold B., Hubble M. (2012), *L'essence du changement*. Bruxelles, De Boeck ; Publication d'origine en anglais (2010) : *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy* (2nd ed.), Washington DC, APA Books.
- Goldberg D. (1972), *The detection of psychiatric illness by questionnaire*, « Maudsley Monograph », 21. <https://ci.nii.ac.jp/naid/10013026758/>
- Miller S.D., Duncan B.L. (2004), *The outcome and session rating scales: Administration and scoring manual*, Institute for the Study of Therapeutic Change.
- Molnar A., De Szazer S. (1987), *Solution-focused therapy: Toward the identification of therapeutic tasks*, « Journal of Marital and Family Therapy », 13 (4), pp. 349-358.
- Vitry et al. (2021), *Effectiveness and Efficiency of Strategic and Systemic Therapy in Naturalistic Settings: Preliminary Results from a Systemic Practice Research Network (SYPRENE)*, « Journal of Family Therapy » (2021), 0: 1-2. doi: 10.1111/1467-6427.1234
- Vitry G. (2021), *Pratiques et efficacité de l'approche systémique stratégique dans la prise en charge des troubles de santé mentale*, Thèse de doctorat, Université Paris-Descartes.