

# Le conte systémique

La méthode narrative en thérapie  
de couple et de familles

YVELINE REY

© ESF Sciences Humaines

© ESF Sciences Humaines

# **Le conte systémique**

La méthode narrative en thérapie  
de couple et de familles

Yveline Rey

© ESF Sciences Humaines

**Art de la psychothérapie**  
Collection dirigée par Ivy Daure



© ESF Sciences Humaines

Composition : Pixellence

© 2024, ESF Sciences humaines  
SAS Cognitia  
37, rue La Fayette  
75009 Paris

[www.esf-scienceshumaines.fr](http://www.esf-scienceshumaines.fr)



ISBN : 978-2-7101-4773-2

ISSN : 1269-8105

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2e et 3e a, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droit, ou ayants cause, est illicite » (art. L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

## Note de l'éditeur

ESF Sciences humaines est sensible à l'inclusion des genres dans le contenu des ouvrages publiés dans la collection L'Art de la Psychothérapie. Par souci de lisibilité des ouvrages, nous faisons le choix de recourir au masculin générique. Celui-ci désigne par conséquent autant le genre féminin que le masculin et toutes les personnes sans distinction de genre.

© ESF Sciences Humaines

© ESF Sciences Humaines

**En hommage à Philippe CAILLE**, co-auteur de la première édition publiée en 1988 par ESF éditeur, sous le titre *Il était une fois... La méthode narrative en systémique* ; il reste très présent et source d'inspiration dans les pages de cette nouvelle édition, remaniée, actualisée et augmentée du conte systémique.

### **Remerciements**

J'adresse ma profonde gratitude à l'ancienne équipe du CERAS de Grenoble pour avoir soutenu au long cours la recherche en approche systémique et pour leur apport dans l'exercice de la thérapie familiale. Sans eux, rien n'aurait été possible. Sans pouvoir, ici, tous les citer, je mentionnerai, plus particulièrement : Yves Boissenot, Marie-Thérèse Colpin, Lucien Halin, Joël Picart, Gisèle Rosset, Nicole Sprock, Patrick Vinois. Certains d'entre eux ont largement collaboré à la transmission du flambeau du CERAS de Grenoble au CERAS de Nouvelle-Aquitaine, je les en remercie vivement. Sans oublier notre assistante, Chantal Volpi, pour sa précieuse et fidèle collaboration sur plusieurs décennies.

Je tiens également à exprimer toute ma reconnaissance à Sabine Lagardère, Céline Paris Zapata, Edouard Zapata ainsi que nos collègues du CERAS Nouvelle-Aquitaine, pour leur enthousiasme et leur dynamisme qui sont porteurs de nouveaux projets.

Enfin je veux remercier très chaleureusement Christine Daviet pour sa relecture attentive aussi exigeante que constructive et ses encouragements. Cet ouvrage lui doit beaucoup.

© ESF Sciences Humaines

# Sommaire

|                                                                                                     |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Le conte systémique, un rituel poético-thérapeutique</b>                                         | 9  |
| <b>Introduction</b>                                                                                 | 11 |
| Le conte systémique appartient au courant des méthodes narratives                                   | 13 |
| L'autre appartenance significative du conte systémique est celle de la famille des objets flottants | 14 |
| Que peut trouver le lecteur dans cet ouvrage ?                                                      | 15 |
| <b>Prologue</b>                                                                                     | 17 |
| Conversation entre Ambroise, le grand-père, et Isaure, la petite-fille                              | 17 |
| <b>1. Du conte traditionnel au conte systémique</b>                                                 | 21 |
| L'aïeul, le conte traditionnel                                                                      | 22 |
| Différences entre le conte systémique et le conte traditionnel                                      | 23 |
| Modèle du thérapeute et modèle de la famille. Le conte comme régulateur d'interaction               | 25 |
| Le conte systémique                                                                                 | 28 |
| Mais quelle est la famille qui apparaît dans le conte systémique ?                                  | 29 |
| Finalités contradictoires des modèles familiaux : appartenance familiale et insertion communautaire | 31 |
| Mode et conditions d'emploi du conte systémique                                                     | 35 |
| Pour conclure                                                                                       | 37 |
| <b>2. Il était une fois... Un Petit Poucet des temps modernes</b>                                   | 39 |
| L'itinéraire de la rencontre                                                                        | 43 |
| La période structurale et anti-homéostatique                                                        | 45 |
| La phase esthétique                                                                                 | 48 |
| Du drame familial au conte de la famille                                                            | 51 |
| Pour conclure                                                                                       | 53 |
| <b>3. Du jeu de l'enclave céleste au conte de la bonne famille</b>                                  | 55 |
| Concepts théoriques de la première étape : emprunts à la première cybernétique                      | 57 |
| Le jeu de l'enclave céleste                                                                         | 59 |
| Seconde étape : du contre-paradoxe au dialogue                                                      | 63 |
| Pour conclure : réflexion sur le voyage après fin du parcours                                       | 71 |
| <b>4. La jeune fille et la mort, une Belle au bois dormant du temps des robots</b>                  | 73 |
| Chanson de geste                                                                                    | 74 |

|                                                                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| En toile de fond : l'anorexie mentale comme phénomène complexe<br>et communication à niveaux multiples .....                        | 77  |
| Impossible de conclure.....                                                                                                         | 87  |
| <b>5. « Routiers et capitaines » ou l'ambiguïté du voyage</b> .....                                                                 | 89  |
| Quelle est la demande : voyage-croisière ou exploration de l'inconnu ? .....                                                        | 91  |
| Sculpturations phénoménologiques : les positions dans l'espace, la place des uns<br>et des autres et la répartition des rôles ..... | 93  |
| <b>Épilogue</b> .....                                                                                                               | 99  |
| <b>Bibliographie</b> .....                                                                                                          | 107 |

© ESF Sciences Humaines

# Le conte systémique, un rituel poético-thérapeutique

Cette nouvelle publication revue et actualisée du livre *Le conte systémique : Une méthode narrative en thérapie de couple et de famille* réalisée par Yveline Rey est un beau récit qui raconte l'histoire de sa collaboration fructueuse avec Philippe Caillé et les nombreux outils systémiques qu'ils ont créés, contribuant ainsi à l'épaisseur de la méthode narrative de manière spécifique et de l'approche systémique plus généralement.

Dans une perspective de transmission du modèle systémique d'accompagnement des familles et des couples, Yveline Rey joue un rôle fondamental dans le panorama français et international. À travers ce travail de passation et de circulation de l'histoire, Yveline Rey permet à un grand nombre de professionnels de profiter de ses enseignements et de son expérience clinique. C'est avec générosité qu'elle a retravaillé intégralement un texte qui a été une révélation pour plusieurs générations de thérapeutes et qui se trouve ici très frais.

Cette même générosité se retrouve dans le mouvement du thérapeute dans l'écriture du conte systémique qu'il proposera ensuite à une famille, une personne, un couple, une institution, ou encore un groupe de travail.

J'invite les professionnels à penser le conte systémique comme un rituel poético-thérapeutique de grande puissance. Pour l'avoir pratiqué à plusieurs reprises<sup>1</sup>, l'émotion et la connivence entre chaque protagoniste du système thérapeutique sont convoquées. Le conte fait émerger une affectivité enfantine aux racines de l'attachement. Il rend fier, il donne de l'espoir, il avance une note positive d'espoir, il métaphorise l'histoire de celui/ceux à qui il s'adresse et par conséquent lui donne une nouvelle allure, un autre regard.

Écrire un conte est un choix fort, d'engagement envers les personnes pour lesquelles il a été écrit et les retours sont toujours très touchants : « *C'est la première fois qu'on écrit mon histoire.* » « *Jamais personne n'avait écrit une histoire sur nous et notre famille.* »

---

1. Cela a été illustré dans certaines de mes publications notamment dans : *Thérapie systémique individuelle : une clinique actuelle*, ESF sciences humaines 2019.

Un code commun est alors proposé par cette histoire qui raconte le système de façon poétique, tout en faisant référence aux moments douloureux, aux traumatismes et souffrances vécues. Le conte ne triche pas, il est l'expression de l'authenticité et de l'humanité du thérapeute et c'est bien cela qui lui donne toute la puissance que le lecteur percevra dans cet ouvrage.

La transmission, l'émotion et le don sont des ingrédients indispensables aux conteurs que nous sommes. Passeur d'espoir et d'histoire, le conte systémique est un chemin, une voie, une voix qui portera les personnes au-delà du temps de l'accompagnement.

Je suis très heureuse et honorée que ce livre fasse partie des publications de référence de la collection *Art de la Psychothérapie*, il y a toute sa place par la créativité et sensibilité artistique qu'il dégage, sans oublier son potentiel clinique. Ce livre est un impératif dans la bibliothèque des professionnels qui travaillent dans le secteur médico-social et psycho-éducatif.

Ivy Daure

© ESF Sciences Humaines

# Introduction

*Il était une fois...* Formule rituelle et magique du conte de fées. Invitation à un voyage dans le temps, elle contribue à créer une atmosphère enchantée où le réel s'estompe au profit d'un univers transfiguré et rassemble un auditoire enfantin ou autre, autour de mythes universels qui parlent à chacun.

Dans cet ouvrage, il s'agit de la même chose, une langue poétique et métaphorique qui s'inscrit dans une tradition orale, s'inspire de récits où l'imaginaire l'emporte sur le rationnel et, en même temps, de toute autre chose.

Le conte systémique, tel qu'il a été conçu par Philippe Caillé et moi-même dans les années 1980, est avant tout un rituel thérapeutique qui appartient à la famille des « objets flottants », nous y reviendrons.

Comment est né le conte systémique, dans quel contexte ?

Comme souvent, c'est la difficulté qui stimule la créativité. Notre équipe de thérapie familiale recevait dans le cadre du Centre Médico Psycho Pédagogique (CMPP) de Grenoble, une famille adressée par l'école pour le plus jeune garçon qui présentait des problèmes de comportement qualifiés de psychotiques. Cette famille, composée des deux parents et de trois enfants, venait régulièrement depuis environ six mois. Tous se montraient ponctuels, assidus et coopérants. Nous avons consacré plusieurs entretiens à leur génogramme<sup>1</sup>. Les parents prenaient même un plaisir certain à nous raconter l'épopée de leur famille sur plusieurs générations.

Les rencontres s'enchaînaient dans la même ambiance aussi feutrée que lisse. Force était de constater que rien ne bougeait, rien ne changeait. Les comportements du jeune garçon restaient problématiques. Philippe Caillé, notre superviseur d'alors, est consulté. Il nous fait remarquer que nous sommes devenus des amateurs passionnés de l'histoire de cette famille, elle-même fascinée par son destin. L'horloge du temps est bloquée. Elle peut remonter le temps mais non se mettre en marche vers le futur. Qu'est-il possible de faire pour inverser ce fonctionnement et qu'un avenir redevienne possible ?

---

1. Daure I., Borcsa M., *Les génogrammes d'aujourd'hui*, ESF sciences humaines, 2020.

Le psychologue, thérapeute familial, lors des séances, propose de leur écrire et de leur soumettre un conte de fées, un remake de la Belle au bois dormant, une sorte de miroir grossissant de leur situation. Mais ce conte, pour poétique et élégant qu'il soit, ne modifie pas grand-chose. À son tour, la famille est comme captivée et hypnotisée par ce récit. Il est clair qu'il manque un espace de respiration et de distanciation. Il convient d'ajouter du tiers.

C'est à partir de cette situation problématique que nous avons travaillé avec Philippe Caillé sur l'idée de transformer le conte merveilleux en récit systémique.

Ce qui signifie qu'il n'y a pas d'un côté, un conteur qui détient un savoir et de l'autre, une assemblée passive qui écoute l'histoire. Mais plutôt un questionneur qui, à travers une histoire regroupant certains éléments apportés par les consultants, les interroge et invite chaque participant de la consultation à continuer et compléter le récit.

Le conte systémique est né. Il ressemble à une symphonie inachevée et se trouve au carrefour de plusieurs routes et tendances.

C'est la grande époque des paradoxes et injonctions contre-paradoxaux développés, à la suite des travaux de Paul Watzlawick et col. (1975), par l'école de Milan dirigée par Mara Selvini Palazzoli (1978). Au cours de cette période dite de première cybernétique, le couple, la famille, le groupe, l'institution, sont considérés comme un système relationnel observé par un intervenant observateur des interactions et de leur mode de communication. Le changement, autrement dit l'amélioration quant au problème apporté, passe par les hypothèses sur la fonction du symptôme dans le groupe familial concerné. En effet, si le symptôme n'est plus fonctionnel (par exemple réunir toute la famille autour du problème du patient) dans la communication de la famille, il va s'estomper et disparaître.

Ce qui se traduit, dans la pratique, par une prescription du comportement problématique et une injonction à ne rien changer en fin de thérapie. Cette injonction à ne rien changer soutient l'homéostasie, autrement dit les équilibres en jeu. Ces techniques qui souvent se révèlent efficaces peuvent néanmoins provoquer un malaise chez les participants et les thérapeutes familiaux par leur côté incisif et brutal.

Le conte systémique est une manière infiniment plus élégante de se dire au revoir en laissant la porte ouverte à une possible reprise de contact.

Son élaboration théorique et méthodologique s'inscrit dans l'évolution du paradigme systémique. S'il s'élabore à partir de l'observation des comportements et de la façon dont les membres du couple ou de la famille interagissent et se traitent, le conte systémique s'inspire aussi de l'histoire familiale telle qu'elle est racontée avec ces événements marquants. Enfin, un dernier point et non le moindre, il prend en compte le ressenti du thérapeute, ses résonances émotionnelles à cette danse interactionnelle, et à l'atmosphère qui se dégage de la narration et des échanges. De plus,

en invitant le patient et les membres de sa famille à devenir coauteur du récit, il rejoint la notion de « NarrActeur » qu'on retrouve dans la thérapie narrative.

## Le conte systémique appartient au courant des méthodes narratives

En bref, les méthodes narratives ont d'abord été conceptualisées par M. White en Australie dans les années 1980<sup>2</sup> avant de connaître un important essor porté par le mouvement constructiviste. On y trouve d'autres notions qui peuvent également s'appliquer au conte systémique :

- **La conversation thérapeutique** entre le patient et le thérapeute qui a pour objectif de modifier la narration du patient et d'en changer la signification. Elle favorise également l'émergence des compétences de chacun. Ce qui est le cas avec l'invitation à compléter et terminer le conte du thérapeute.
- **L'externalisation du problème** qui consiste à le considérer comme extérieur au patient désigné et à évaluer l'influence qu'il peut avoir sur sa vie. Dans le conte, le problème est souvent métamorphosé et en conséquence désolidarisé du seul patient.

Les outils des méthodes narratives, que l'on peut retrouver dans le conte systémique, permettent d'explorer et d'interroger la construction du monde du patient et de sa famille. L'objectif de ces méthodes est une co-crédation de sens qui offre une lecture alternative et élaiare la fonction du symptôme dans l'univers familial ou/et institutionnel.

Ces quelques indications montrent comment le conte systémique s'inscrit dans ce courant. Conte systémique et méthodes narratives émergent sur fond de mouvement constructiviste. L'idée centrale est que des propositions alternatives, à l'histoire apportée et complétée dans l'espace thérapeutique, favorisent désaliénation et distanciation face à un univers saturé de représentations figées. L'ouverture à d'autres possibles est facilitée et la créativité stimulée.

Il convient, cependant, d'en souligner les différences. Si la méthode décrite dans cet ouvrage peut être aussi utile en thérapie individuelle, elle s'est élaborée dans le cadre et la dynamique des thérapies familiales. La spécificité de l'approche systémique familiale, s'inscrit dans la lignée de l'ethnologue G. Bateson (1987) pour qui « le contexte est matrice du signifié ». En d'autres termes, le problème, le malaise et/ou le patient doivent être appréhendés dans leur contexte (couple, famille, école, etc.). C'est la raison pour laquelle le conte systémique peut être appliqué en formation, analyse de pratique et supervision.

Il en découle que les relations, dans cette approche contextuelle, ne peuvent être envisagées que dans une dynamique circulaire et non de manière linéaire : « *je ne sais*

2. Souche L., 8 films pour comprendre la thérapie narrative, Editions In Press, 2024.

*ce que j'ai voulu dire que lorsque vous m'avez répondu », selon la formule de Norbert Wiener<sup>3</sup>. Ce sont les « fins » de conte qui nous renseignent sur ce que nous avons dit et ce qui a été entendu.*

### **L'autre appartenance significative du conte systémique est celle de la famille des objets flottants**

Ce fut d'abord une famille sans nom. Lors de la collaboration au long cours avec Philippe Caillé, notre chemin s'est peuplé et enrichi de techniques à forte composante analogique (non verbale) telles les sculptures familiales. Ces outils utilisés en entretien étaient définis comme des rituels thérapeutiques.

Puis, Philippe et moi-même sommes tombés d'accord sur le titre générique d'objets flottants. Philippe les voyait comme des sortes de balises qui délimitaient, définissaient un contexte sur une mer agitée. De mon côté, je me les représentais plutôt comme des sortes de montgolfières qui permettaient d'observer le territoire dans son ensemble et vu du ciel ! Mais l'essentiel pour nous deux était qu'ils continuent de flotter... sur mer et dans les airs sans se laisser contaminer par la problématique apportée en consultation ni enfermer dans le drame.

Leur objectif principal est de créer un espace tiers où pourraient se côtoyer différentes logiques et s'élaborer de nouvelles représentations. Cet objectif étant servi par le fait que chaque objet introduit un questionnement légitime, au sens que la réponse n'est pas déjà connue, sans passer par un langage rationnel.

Par exemple, le blason familial demande, à travers ses cases vides : qui êtes-vous ? En tant que couple, famille, équipe, etc. Le blason familial consiste à élaborer avec l'ensemble du groupe son blason, en remplissant les cases vides d'un schéma de blason en choisissant un objet, un événement passé, des ressources du présent, des projets d'avenir et une devise qui définissent le groupe. Et personne n'a l'idée de sortir une carte d'identité !

Le jeu de l'oie<sup>4</sup>, sorte de chemin de vie reconstitué en déposant des cartes sur un plateau de jeu, questionne l'histoire familiale à partir du choix de dix événements significatifs de leur parcours commun. Puis, dans un second temps et à travers des cartes symboliques, le thérapeute demande à chacun de définir son ressenti émotionnel pour chaque événement retenu par le groupe. Si la case départ cible le mythe des origines du chemin de vie de la famille, la case arrivée demande, elle, si une projection dans le futur est envisageable.

Les sculptures, représentation et mise en scène des relations entre les différents membres du groupe en les positionnant dans la salle de consultation, interrogent sur

3. Wiener N., *Cybernetics*, Hermann, 1948.

4. Rey Y., Colpin M.T., *Le jeu de l'oie dans tous ses états*, Fabert, 2014.

la danse interactionnelle et sa chorégraphie. Quelle est la place de chaque personne du groupe ?

Les masques, en invitant chaque participant à confectionner, à partir d'un matériel fourni (papier à dessin, tissu, colle), une représentation des deux parents, disent : quelle représentation avez-vous des figures parentales ?

Le conte systémique, comme on l'a vu, revisite le récit familial et ses mythes tout en posant la question du futur.

Mais avec les objets flottants<sup>5</sup>, on entre de plain-pied dans le paradigme de la complexité. Il faut, en effet, entendre à la fois :

- objet concept, qui s'inscrit dans une théorie constructiviste ;
- objet expérience, qui crée un espace de rencontre codifié où se développe un autre style de communication et qui scande les étapes du parcours ;
- objet esthétique, qui par la surprise du beau et de la co-création favorise le changement au-delà du contrôle, du pouvoir et de la technique. En ce sens, il véhicule également une forme d'éthique ;
- objet narratif, enfin, qui invite à raconter autrement la problématique apportée, par le jeu, la poésie, la métaphore, l'iconographie, l'analogie. Il engage à une conversation créative et donc thérapeutique.

Instruments d'ouverture et de compréhension, les objets flottants ne sont en aucun cas des outils de réparation. Leurs paramètres sont ceux de l'espace, du temps, de l'ordre et du désordre. Leur finalité est de mettre au travail les compétences et les ressources des patients en marquant et sécurisant le contexte de la rencontre et en activant imagination et innovation.

## Que peut trouver le lecteur dans cet ouvrage ?

La conversation entre un grand-père Ambroise et sa petite-fille Isaure, en guise de prologue, crée une atmosphère décalée et définit quelques styles narratifs. Il y est déjà question du conte de tous les contes, *Les Mille et Une Nuits*. Ce conte-cadre, même s'il vient de la tradition, présente déjà une forme de thérapie. Le dialogue entre Ambroise et Isaure amorce aussi les similitudes et différences entre le conte traditionnel et le conte thérapeutique systémique. Ce qui rapproche les deux formes de récit est la métamorphose des personnages, des paysages et des autres éléments. Ce qui les différencie est que le conte traditionnel va des mythes universels au particulier, chacun peut s'y reconnaître ; alors que le conte systémique, lui, va du particulier, individu ou famille, à l'universel des mythes.

Ces thèmes, en les resituant dans le cadre des thérapies familiales, seront approfondis dans le premier chapitre. Il aborde aussi la question des modèles qui structurent nos comportements et servent de toile de fond à nos systèmes de croyances.

---

5. Caillé P., Rey Y., *Les objets flottants*, Fabert, 2004.

Les modèles opérationnels concernent les savoirs faire, les codes et les règles de base de la vie en société. Ils sont utiles en pédagogie, l'un des objectifs étant de les transmettre et de les faire évoluer en fonction des contextes et en vue d'une plus grande efficacité dans les apprentissages. Chaque famille développe également ses modes opérationnels qui organisent la vie quotidienne, distribuent les places, les rôles et les tâches<sup>6</sup>. Par exemple, chez nous, on plie les serviettes de cette façon ou on coupe les tomates dans leur longueur, etc.

Le modèle fondateur qui identifie le couple, la famille ou le groupe comme unique, lui confère sa singularité et ce qui fait la spécificité de ce dernier. Les modèles fondateurs sont constitués d'un certain nombre de croyances, de convictions, de valeurs partagées par tous les membres d'une cellule familiale. Ce modèle cognitif chorégraphie les relations et autres rituels propres à chaque famille.

Il sera aussi question dans ce chapitre des contradictions qui peuvent exister entre la finalité d'appartenance et les finalités de l'insertion communautaire qui sont souvent un point crucial en psychothérapie. Enfin, ce chapitre décrit la méthodologie du conte systémique ou comment le construire et en quoi il peut être utile.

Les chapitres suivants présentent, à titre d'illustration, des cas cliniques qui ciblent différentes problématiques souvent rencontrées en thérapie familiale. Chaque vignette est précédée de son conte. Comme si l'éclairage de l'ambiance de l'atmosphère émotionnelle venait donner le ton au déroulement des faits.

Le lecteur y rencontrera :

Un petit poucet des temps modernes.

Du jeu de l'enclave céleste au conte de la bonne famille.

La jeune fille et la mort, une Belle au bois dormant du temps des robots.

Routiers et capitaines ou l'ambiguïté du voyage.

Un conte plus spécifique à la thérapie de couple émerge au sein de la conversation entre Ambroise et sa petite-fille Isaure, comme conclusion à cet ouvrage.

Cette seconde conversation, comme la première, est en référence aux « métalogues » proposés par Gregory Bateson<sup>7</sup> et définis comme « une conversation sur des matières problématiques : elle doit se constituer de sorte que non seulement les acteurs y discutent vraiment du problème en question, mais aussi que la structure du dialogue dans son ensemble, soit, par elle-même, relevante pour le fond. »

Elle est surtout une façon de refermer ce livre sur une note poétique et, espérons-le, porteuse de magie et de ré-enchantement.

6. Rey Y., Halin L., *Prendre place*, Fabert, 2008 et Rey Y., *Quelle est ma place, où est ma place ?* Fabert, 2023.

7. Bateson G., *Vers une écologie de l'esprit*, Seuil, 1972.