

« La supervision est une relation qui concerne une relation qui concerne d'autres relations ».

- Fiscalini, 1997

Les difficultés inhérentes à la supervision dans la formation des psychologues cliniciens : les doctorants doivent-ils taire ce qu'ils sont ?



Etienne Hébert, Ph.D.

Psychologue

Directeur du Département des sciences de la santé

Université du Québec à Chicoutimi

Qu'est-ce qui poussent les gens à faire une demande d'aide psychologique ?

- La souffrance
- Les gens viennent consulter parce qu'ils ne trouvent plus par eux-mêmes de solution à leurs difficultés.
- Malgré qu'ils souffrent, les gens ont de la difficulté à changer parce que cette perspective soulève en eux un sentiment de peur qui est parfois d'abord plus important que leurs souffrances actuelles (Eagle, 1999).
- Les gens apprennent plus facilement lorsque leur situation de vie générale est bonne ; à l'inverse, les apprentissages sont plus difficiles lorsque les conditions de vie ou que les épreuves à traverser sont plus difficiles (Merriam & Clark, 1992).

Quelle est donc la situation initiale des doctorants en psychologie ?

- Ils doivent apprendre à aider des gens qui souffrent, qui ne trouvent plus de bonnes solutions à leurs difficultés et qui ont peur du changement.
- Même s'ils ont un bagage de connaissances théoriques, l'expérience est souvent d'abord très angoissante parce que les futurs psychologues se trouvent démunis et voudraient en faire plus pour soulager la souffrance de leurs patients, qu'ils éprouvent d'ailleurs souvent comme la leur (Driver, 2008).
- Par ailleurs, si les psychologues répondent de la même manière que l'a déjà fait leur entourage à leurs difficultés, il n'y aura pas de changement dans l'état des patients.
- Ils doivent donc savoir des choses que les patients ignorent !

Vers qui les doctorants se tournent-ils pour obtenir de l'aide ?

- Les superviseurs
- Les psychologues ne peuvent faire évoluer un traitement psychologique s'ils ne sont pas à l'aise avec les difficultés dont souffrent le patient (Freud, 1910).
- La supervision est importante pour s'assurer que les gens ont une pratique efficace (Roth & Fonagy, 1996).
- Le rôle des superviseurs est donc d'aider les psychologues en formation à développer un certain confort en séance tout en s'assurant de bien comprendre la souffrance du patient et de bien cibler l'aide dont il a besoin (Overholser, 2004).

L'apprentissage du rôle de psychologue nécessite donc ...

- La supervision, qui doit viser le développement d'habiletés dans les sept compétences prescrites par l'OPQ :
 1. Relations interpersonnelles
 2. Évaluation
 3. Intervention
 4. Recherche
 5. Éthique et déontologie
 6. Supervision
 7. Consultation
- Mais cet apprentissage nécessite lui-même le développement de l'écoute de soi et de ses propres réactions devant les difficultés que vivent les patients.

Apprendre à écouter ses propres réactions impliquent certaines découvertes ...

- Notamment que les patients provoquent en nous des réactions affectives :
 - Nos patients nous énervent.
 - Nos patients nous attendrissent.
 - Nos patients nous mettent carrément en colère !
 - Nous voudrions parfois leur expliquer la vie !!
- Dans ce premier cas, le superviseur doit en fait normaliser ces réactions, ce qui facilitera les capacités du supervisé à s'approprier ses propres réactions et à les utiliser dans son travail clinique (Gregurek, 2007).
- Ne pas s'intéresser à ce que le patient nous fait vivre revient à renoncer à utiliser du matériel qui peut pourtant améliorer le résultat de la psychothérapie (Hayes, Gelso, & Hummel, 2011).

... Et que tout n'est pas toujours aussi simple qu'il n'y paraît ...

- Il arrive également que les patients provoquent des réactions qui ne sont pas propres aux difficultés qu'eux vivent, mais qui appartiennent en propre au doctorant en psychologie.
- Par exemple :
 - Le patient et le doctorant peuvent vivre tous deux des conflits semblables.
 - La simple position de psychologue peut soulever des angoisses et des inquiétudes.
 - Les rôles associés à la position de psychologue peuvent paralyser et empêcher d'apporter une aide signifiante.

Que faire dans cette situation ?

- Il s'agit là d'un problème complexe qui a une longue histoire :
 1. Se concentrer uniquement sur les aspects éducatifs de la supervision et inviter le psychologue en formation à consulter lui-même pour ses difficultés.
 2. Permettre au supervisé d'explorer en partie ce conflit afin de lui permettre de faire l'expérience de l'exploration de ses propres zones grises (Szecsödy, 2008).
- Les avocats de la première solution soulignent (a) qu'il est possible que certains superviseurs culpabilisent les psychologues en apprentissage s'ils s'intéressent aux conflits que soulèvent les patients et (b) que la supervision est un lieu pour apprendre et non pour se faire soigner (ex. Ekstein & Wallerstein, 1972 ; Kadushin, 1992; Langs, 1980 ; voir Sarnat [1992] pour une discussion plus complète).

Que faire dans cette situation ?

- Cependant, la première position laisse en suspens le problème des difficultés que font vivre les patients au doctorant en psychologie.
- Il s'agit d'une occasion pour les psychologues en apprentissage d'apprendre justement quelque chose (Itzhaky & Itzhaky, 1996; Szecsödy, 2008).
- De plus, si certaines récurrences se manifestent dans les suivis psychothérapeutiques du doctorant, le superviseur doit avoir la liberté d'apporter le matériel en supervision et d'en discuter avec le supervisé. Le rôle du superviseur est alors de permettre au supervisé d'observer ces récurrences et d'en discuter suffisamment pour que celui-ci décide ou non d'agir sur celles-ci (Haesler, 1993; Szecsödy, 2008).

Enfin, qu'en est-il de la relation superviseur-supervisé, des récurrences qui s'y produisent et des modes comportementaux qui s'y développent ?

- Le superviseur doit être à l'affût de ce qui se passe dans la dyade de supervision (Frawley-O'Dea, 2003).
- En fait, selon Langs (1989), le superviseur peut modéliser l'exploration des relations interpersonnelles en nommant et en discutant lui-même les interactions qui se déroulent dans la supervision.
- C'est en s'intéressant à cette dyade que les difficultés les plus importantes vécues par le doctorant en psychologie dans la formation de son identité professionnelle pourront être adressées et résolues (Sarnat, 1992).

Enfin, qu'en est-il de la relation superviseur-supervisé, des récurrences qui s'y produisent et des modes comportementaux qui s'y développent ?

- D'ailleurs, et dans une perspective d'apprentissage expérientielle (Kolb, 1984), ce que nous faisons avec nos supervisés est plus important, aura plus d'impact, que ce que nous disons qui devrait être fait (Jarmon, 1990).
- Une étude de Ladany et ses collaborateurs (1996) vient appuyer cette idée: la plupart des non-dits en supervision de la part du supervisé auraient finalement été pertinents dans le cadre de la supervision et importants dans le développement du psychothérapeute.
- Cependant, il doit y avoir une limite claire dans la relation de supervision !

En conclusion

- Le dévoilement de soi et l'exploration de l'expérience vécue du doctorant en psychologie dans sa supervision lui permet :
 1. De mieux comprendre l'expérience de ses patients ;
 2. De dénouer certaines impasses par une meilleure compréhension de sa propre dynamique personnelle ;
 3. D'adresser certaines insécurités et conflits quant à son identité professionnel ;
 4. De vivre une expérience semblable (mais qui n'est pas la même) à celle de la psychothérapie.