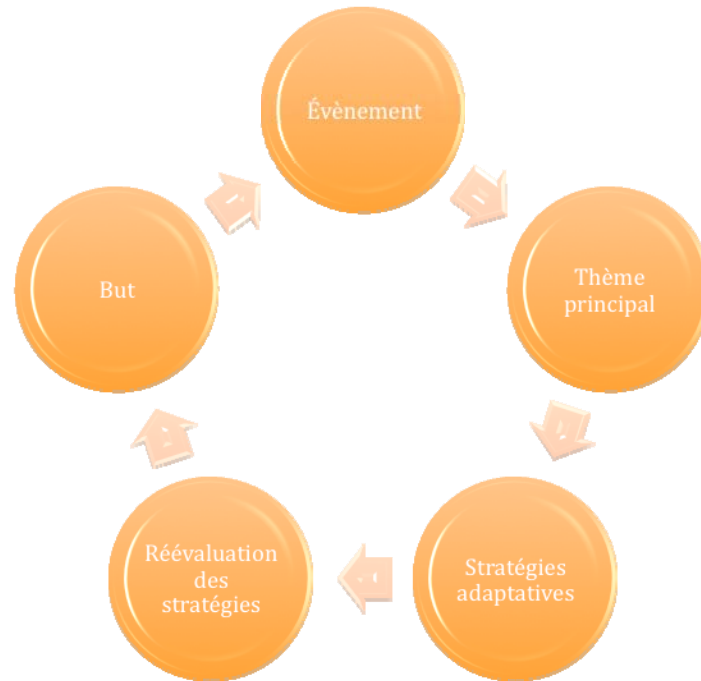


DÉROULEMENT D'UNE ENTREVUE EN PSYCHOTHÉRAPIE INTÉGRATIVE

Michel Giroux, psychologue
www.michelgiroux.net



1. Le psychologue invite le client à repérer un événement dans la semaine qui vient de s'écouler, il peut être agréable ou désagréable, réussi ou problématique. En thérapie intégrative, le client s'exerce d'abord sur son quotidien, même si des exercices ou des questionnaires viennent parfois ponctuer la thérapie.
2. À partir de cet événement émerge un thème principal, qui oriente le déroulement de la rencontre. Ce thème permet au client d'accéder à la vision qu'il a de lui-même, de ses relations et de la vie.
3. Le psychothérapeute aide le client à approfondir ce thème, à le replacer dans son parcours de vie et dans le contexte de sa famille d'origine. Une attention particulière est portée à la reconnaissance des stratégies adaptatives utilisées par le client dans sa vie quotidienne et tout au long de son itinéraire de vie.

4. Le thérapeute aide le client à définir les composantes cognitives, émotionnelles, relationnelles et comportementales comprises dans cette thématique.
5. Le psychologue invite le client à réévaluer ses stratégies d'adaptation en précisant leurs avantages, leurs limites et à en imaginer de nouvelles, plus efficaces.
6. Au terme de la rencontre, le client précise avec l'aide du psychologue comment il souhaite vivre dorénavant les situations similaires. Le client formule un but précis et approprié, détermine les moyens pour l'atteindre, prévoit les obstacles à affronter et précise un degré de réussite réaliste.
7. En résumé, en psychothérapie intégrative, une entrevue suit une boucle : de la relecture d'une situation actuelle à la formulation des buts précis pour changer son quotidien.
8. Cette structure d'entrevue est utilisée aussi bien en thérapie individuelle qu'en thérapie de couple.