

GREA: journée cyberaddiction
Lausanne, 29 mars 2012

Le modèle PHENIX

Philippe Beytrison

Psychologue-psychothérapeute FSP

Thérapeute systémique et de famille

ASTHEFIS

philippe.beytrison@phenix.ch

www.phenix.ch



Le modèle PHENIX

Une approche multidimensionnelle, basée sur le modèle MDFT pour les adolescents:

- 4 dimensions:

- adolescent

- parents

- interactions familiales

- extrafamiliale (école, pairs, loisirs...)



Le modèle PHENIX

- Quelques spécificités du modèle MDFT:
 - intensité élevée
 - durée limitée
 - travail par phases:
 1. construction de l'alliance
 2. travail sur les changements
 3. consolidation et clôture
 - travail en équipe (dont fait partie le superviseur)
 - supervision « live »



Le modèle PHENIX

Approche multidimensionnelle également pour les adultes:

- 4 dimensions:

- individuelle
- conjugale
- familiale (famille nucléaire, d'origine)
- extrafamiliale (travail, loisirs,...)



Le modèle PHENIX

Les enjeux de la thérapie pour le thérapeute:

- Créer et maintenir une bonne alliance thérapeutique avec chacun(e)
- Encourager l'augmentation de l'expression émotionnelle dans la famille
- Inviter les membres de la famille à négocier pour résoudre les conflits
- Aider les parents à améliorer la qualité de l'encadrement parental

Le modèle PHENIX

Vignette clinique 1:

Madame Z. téléphone au sujet de son fils Robert, 16 ans. Celui-ci passe de plus en plus de temps sur son ordinateur, dans sa chambre. Ses notes scolaires dégringolent, il a stoppé ses activités sportives, ne voit plus ses amis, a perdu du poids. La famille se compose encore du père et d'un petit frère.



Le modèle PHENIX

Monsieur B., 33 ans, prend contact pour lui-même. Il vit seul, mais a une relation sentimentale avec une femme de son âge depuis environ six mois, travaille comme indépendant, est très proche de ses parents. Il se plaint de passer toujours plus de temps sur des sites pornographiques à la maison, mais depuis peu aussi au travail. Enfin, il fait état de problèmes de sommeil, de maux de tête et de perte de motivation pour son activité professionnelle.

Le modèle PHENIX

A l'usage des parents (mais pas seulement...!):

- Quelle place pour LES écrans à la maison?
- Quelles règles d'utilisation? Quelles conséquences en cas de leur non-respect?
- Quel temps, moi parent, je passe à l'écran?
- De quelle façon gérons-nous (adultes et enfants) le temps libre? L'ennui?
- Quelle est notre conception de la vie familiale? Quelles valeurs souhaitons-nous promouvoir en son sein?

Le modèle PHENIX

Quelques pistes:

- Ne pas interdire internet aux jeunes
- Montrer un intérêt pour leurs activités plutôt que les dénigrer
- Discuter du choix des activités ensemble
- Construire les règles **avec** les jeunes
- Encourager la diversité dans les activités
- Aborder les difficultés avant qu'elles ne deviennent un problème

Le modèle PHENIX

Epictète disait, il y a déjà quelques années...:

« Ce qui trouble les hommes, ce ne sont pas les choses, ce sont les jugements qu'ils portent sur les choses ».

Ainsi en va-t-il probablement aussi de nos rapports à internet...

Le modèle PHENIX

Pour aller un peu plus loin...

1. Ausloos G. (1995), *La compétence des familles*, ERES
2. Beytrison P. (2010), L'encadrement parental, un concept méconnu plus que jamais actuel, *Thérapie Familiale*, vol. 31, numéro 4, p. 451-463
3. Coenen R. et al. (2010), Les symptômes interdits, *Journal du droit des jeunes*, mars 2010, p. 1-7 www.roland-coenen.com
4. Gaillard J.-P. (2010), *Enfants et adolescents en mutation*, ESF
5. Kuenzli F. (2010), Comment diriger son attention sur ce qui marche en psychothérapie? www.reflexivepractices.com
6. Nielsen P., Croquette Krokhar M. (2008), La cyberaddiction à l'adolescence, *Psychoscope* numéro 7, 2008
7. Spapen P. et al. (2010), La thérapie familiale multidimensionnelle des adolescent(e)s dépendants du cannabis, *Thérapie Familiale*, vol. 31, numéro 2, p. 117-132

