



POINT FORT/ THÉRAPIE OU SUPERVISION?

En travail social, la supervision a trouvé ses marques.

JEAN-MARIE CATTIN, TRAVAILLEUR SOCIAL, SUPERVISEUR, INTERVENANT EN ÉQUIPE

La nécessité est reconnue, tant pour le thérapeute que pour le travailleur social, d'avoir travaillé sur la question de sa posture professionnelle. Ce sont des métiers où l'outil principal du professionnel est la relation créée avec l'utilisateur et son évolution dans le temps. Il est donc important de développer une bonne capacité à prendre du recul par rapport à cette relation et par rapport à soi-même, comme professionnel en relation. Quels sont les sentiments, les attitudes, les paroles, les comportements, les représentations, les résonances qui sont vécus par le professionnel? Comment cela entre-t-il en jeu dans la relation et dans le travail d'accompagnement du patient ou de l'utilisateur? Si une supervision individuelle est exigée dans le cursus de formation des psychothérapeutes (200 heures) comme des travailleurs sociaux (20 heures), ces processus de supervision sont cependant très différents.

Des champs professionnels distincts

Dans le champ thérapeutique, les psychothérapeutes ont comme modèle ce qui se vit dans le monde médical: le superviseur est un expert du domaine dans lequel travaille le supervisé. Le but de la supervision porte sur l'enseignement approfondi de la méthode choisie – psychothérapie psychanalytique, cognitivo-comportementale, systémique ou humaniste – et permet au futur thérapeute de confronter sa pratique et d'y réfléchir avec un spécialiste.

Dans le champ du travail social, la supervision était, à ses débuts, la mise en application de certains concepts de la psychanalyse au travail social, plus particulièrement auprès des travailleurs so-

ciaux, afin de leur permettre de mettre la distance adéquate entre eux-mêmes et les usagers. Mais actuellement, la supervision en travail social a trouvé son identité propre, à savoir permettre aux travailleurs sociaux de trouver et d'ajuster leur posture face aux usagers et aux collègues, ou de se situer dans un environnement professionnel qui devient de plus en plus complexe.

Dans une supervision professionnelle sont abordées des questions issues de la pratique du travailleur social: son identité professionnelle, comment se situe-t-il en tant que travailleur social, comment peut-il répondre à une demande en tenant compte à la fois des exigences de la profession, des souhaits des usagers, des possibilités et des limites de l'institution? Un professionnel de plus longue date peut également ressentir le besoin de chercher à s'ajuster intérieurement afin de trouver com-

ment il va agir suite à des modifications de loi, de procédure ou de conditions de travail.

Repères pour éviter la confusion

On entend parfois que la supervision est une sorte de thérapie, voire une «thérapie sauvage», une manière de régler ses problèmes personnels. Ou encore que le superviseur profite d'aller investiguer dans la vie privée. Cela ne devrait bien évidemment pas être le cas! La psychothérapie est pratiquée par un thérapeute, médecin-psychiatre ou psychologue, et s'adresse à des personnes qui souffrent de troubles psychiques. La supervision est pratiquée par un superviseur, un professionnel qui a suivi en plus une formation spécifique de superviseur, et s'adresse à des personnes qui souhaitent réfléchir à leur fonctionnement professionnel. Ces simples définitions donnent des cadres distincts et des repères qui permettent de voir où on se trouve.

Le supervisé vient en tant que professionnel faire une demande de supervision. Les sujets abordés doivent impérativement provenir du champ professionnel. Il peut arriver de faire un détour dans l'histoire personnelle, mais cela doit être nommé et choisi, pour mieux revenir dans le contexte de travail et l'éclairer différemment. Des prises de conscience sur l'identité professionnelle peuvent aussi modifier des attitudes personnelles, mais c'est une conséquence et non un but recherché.

Dans le cadre d'une supervision, le supervisé peut se rendre compte qu'il a des difficultés personnelles ou des troubles psychiques qui pourraient déboucher sur une démarche thérapeutique – cf. encadré. Cependant, même si le superviseur est psychothérapeute et a les compétences nécessaires, il est judicieux de s'adresser à un autre thérapeute. Cette distinction permet d'éviter une confusion des rôles de superviseur et de thérapeute, et de distinguer le champ professionnel de la vie personnelle.

UNE LIMITE À RESPECTER

Monique fait une demande de supervision: elle travaille depuis une vingtaine d'années et éprouve une lassitude professionnelle. Elle aimerait faire le point et peut-être se réorienter professionnellement.

D'une part, Monique dit qu'elle trouve son travail répétitif, qu'elle s'engage de moins en moins personnellement, alors qu'elle était militante. D'autre part, elle a beaucoup de peine à fixer les limites de ses interventions, elle ne compte plus ses heures, elle ne prend plus de temps pour de la formation continue ou pour des lectures professionnelles. Elle se sent constamment surmenée. Au cours du processus, la supervisée prend conscience que son épuisement est plus général: non seulement elle n'a plus goût au travail, mais elle vit des choses similaires dans sa vie personnelle. Elle s'occupe de sa mère âgée, de ses enfants qu'elle élève seule, elle n'a aucun temps de loisir, elle se dit trop fatiguée pour partir en vacances. A cela s'ajoutent des signes tels que des troubles du sommeil, un sentiment d'être dépassée par les événements et une tristesse latente.

Le travail en supervision, qui a permis à Monique de prendre du recul face à son travail et à parler de ce qu'elle vit, lui a également permis d'identifier une série de problèmes personnels. A ce moment-là du processus de supervision, le superviseur peut confirmer cette prise de conscience, la nommer et indiquer que c'est une limite de la démarche de supervision. Un soutien psychologique personnel semble nécessaire. Le superviseur qui ne verrait pas le franchissement de ces limites ou qui les franchirait délibérément montrerait au minimum son incompetence de superviseur ou, au pire, son inconscience à s'aventurer sur un terrain qui n'est pas le sien. Le superviseur jouerait à l'apprenti sorcier en imaginant qu'il peut s'improviser thérapeute.

Choisir un superviseur

Ces éléments amènent à s'interroger sur les critères de choix du superviseur. Comment s'assurer que le superviseur choisi va pouvoir proposer une démarche de qualité, dans le respect d'un cadre éthique? En Suisse, plusieurs associations professionnelles regroupent des superviseurs, issus du domaine du travail social, du domaine psychothérapeutique, du domaine pastoral¹. Le supervisé peut s'assurer que le superviseur choisi est bien reconnu comme tel par la profession. Quelques personnes en effet, qui ont fait soit une démarche de développement personnel, soit une formation éclair de coach ou un séminaire de psychologie, s'imaginent compétent et se lancent comme thérapeute, qui comme superviseur, qui comme coach ...

La supervision aide à construire sa propre identité professionnelle.

S'intéresser à l'orientation de base du superviseur est un autre critère possible. A quel courant se réfère-t-il? Quels outils utilise-t-il? Comment envisage-t-il un processus de supervision? Certains supervisés souhaitent que le superviseur connaisse le secteur de travail qui est le leur: ils attendent du superviseur des pistes concrètes, une certaine proximité, ils ont besoin d'être sûr que le superviseur comprenne bien de quoi ils parlent. D'autres au contraire préfèrent un superviseur qui soit extérieur à leur champ professionnel, afin d'avoir plus de distance, de neutralité. Actuellement, dans le domaine social, les superviseurs se réfèrent majoritairement au courant systémique et à la psychologie humaniste, mais affichent rarement leur référentiel. Les psychothérapeutes sont en revanche plus identifiables en fonction de leur appartenance à tel ou tel courant. Une première rencontre permet de clarifier ce cadre avant de s'engager.

La supervision doit aider le supervisé à construire sa propre identité professionnelle, c'est-à-dire à faire lui-même ce travail d'articulation de sa personne, de ses valeurs, de ses références théoriques, de son domaine d'activité. Le travail du superviseur n'est pas de «détendre» sur le supervisé, mais bien de l'accompagner dans le processus de sa propre croissance professionnelle. ■

NOTE

¹ Association romande des superviseurs, ARS, www.superviseurs.ch
Fédération Suisse des Psychologues, FSP, www.psychologie.ch/fr
Association suisse romande de supervision pastorale, www.supervision-pastorale.ch