

3^e partie : Adaptation de la thérapie

Module 1 : Techniques particulières à la TCCca

05

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Savoir mettre en pratique les techniques de la TCCa à l'intention des clients sud-asiatiques

Module 1 : Techniques particulières à la TCCca

- Confidentialité
- Gestion des « devoirs »
- Technique des excuses – Jeu de rôle
- Activité d'apprentissage – Exemple de cas



À propos de la confidentialité

À propos de la confidentialité

- Considérations relatives à la thérapie en personne
- Lieu privé pour la téléthérapie
- Communication en dehors des séances



Gestion des « devoirs »

Gestion des « devoirs » et autres considérations

- Modifications des devoirs et alternatives
- Mise en application des recommandations et investissement dans la thérapie
- Exécution des devoirs



La technique des excuses

Jeu de rôle – La technique des excuses

Le jeu de rôle suivant montre comment présenter la technique des excuses aux clients originaires d'Asie du Sud et comment l'employer avec eux.

Abbie

- Abbie est une cliente d'origine sud-asiatique tout juste âgée d'une vingtaine d'années.
- Lorsque sa mère l'interroge sur ses relations amoureuses, elle culpabilise et éprouve un sentiment d'infériorité.
- Sa mère essaie de lui faire rencontrer des jeunes gens et elle dit souvent à Abbie combien elle aimerait la voir « casée » et combien elle-même aimerait avoir des petits-enfants.
- Abbie se sent jugée et déteste être soumise à des pressions. Elle trouve frustrant de ne pas pouvoir avoir une discussion franche avec sa mère sans que cela ne provoque une dispute sur les raisons pour lesquelles Abbie est toujours célibataire.
- Abbie déplore le fait de ne pas pouvoir s'expliquer sans que sa mère se fâche.
- Elle aimerait trouver un moyen de parler à sa mère pour lui dire le fond de sa pensée, sans lui manquer de respect.

Regardez la vidéo sur la technique des
excuses

Résolution d'Abbie

- Après avoir pratiqué la technique des excuses à plusieurs reprises avec son thérapeute, Abbie a pris son courage à deux mains et décidé des mots qu'elle allait employer pour avoir une explication avec sa mère.
- Un peu nerveuse, Abbie a demandé à sa mère, un soir après le dîner, si elle pouvait lui parler.
- Sa mère était un peu troublée, mais voyant qu'Abbie se montrait respectueuse et qu'elle gardait son calme, elle l'a laissée s'exprimer librement.
- Abbie et sa mère ont eu une longue conversation sur les frustrations et les sentiments d'Abbie, et elles ont réfléchi à la façon de gérer leurs divergences d'opinion tout en apprenant à communiquer de façon satisfaisante.

ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

ÉTUDE DE CAS – Priyanka

Étude de cas – Priyanka

Priyanka, 55 ans, est originaire du Népal. Elle est venue au Canada il y a 33 ans avec son mari et a été rejointe par la suite par d'autres membres de sa famille proche. Elle décrit son mari comme un homme droit et aimant. Ensemble, ils ont deux fils d'une vingtaine d'années, qui vivent au domicile familial. Priyanka est fière d'être une bonne mère et une bonne épouse.

Au début de sa deuxième séance de thérapie avec vous, Priyanka fond en larmes. Elle vous raconte que son frère et sa sœur se disputent au sujet de l'héritage de leur mère et que l'affaire a été portée devant les tribunaux. À la demande de sa sœur, Priyanka a assisté à une audience. Son frère s'est mis en colère, l'accusant de prendre le parti de leur sœur, et il ne lui a pas adressé la parole de plusieurs jours. Priyanka se dit extrêmement angoissée par ce conflit familial et elle craint qu'en se rendant au tribunal, elle ne l'expose à être jugée par les membres de sa communauté. Priyanka n'est pas impliquée dans l'affaire et elle ne veut pas se rendre aux audiences, mais elle n'en a pas encore parlé à sa sœur ni à son frère. *(Suite sur la diapositive suivante)*

Étude de cas – Priyanka (suite)

Au cours du mois écoulé, la sœur de Priyanka lui a demandé de se rendre à l'audience à deux autres reprises, et Priyanka a trouvé des excuses pour ne pas y assister. Cependant, juste avant la deuxième séance de thérapie de Priyanka, sa sœur l'a appelée pour lui dire qu'elle n'avait aucun moyen de se rendre à son prochain rendez-vous au tribunal et qu'elle avait besoin que Priyanka l'y conduise.

Au cours de ses séances avec vous, Priyanka prend beaucoup de notes, ce qui a parfois pour effet de la déconcentrer. Elle vous dit qu'elle aime lire ses notes (et vos propos) comme un mantra personnel, entre les séances, et que cela l'aide à se souvenir de ce qui a été dit. Priyanka a du mal à tenir son journal et à faire les autres devoirs écrits qui lui sont assignés.



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Quelles techniques de TCCa pourriez-vous envisager pour aider Priyanka à définir les options qui s'offrent à elle pour faire face à la situation?

Trouvez trois techniques différentes et expliquez en détail comment elles pourraient être appliquées dans le cas de Priyanka.

Activité d'apprentissage – Corrigé

Priyanka pourrait se servir de la technique de la communication triangulaire pour indiquer qu'elle ne veut pas aller au tribunal.

- Priyanka pourrait demander à son mari ou à ses fils de transmettre un message à son frère et à sa sœur pour leur faire savoir que son mari et elle ne souhaitent pas se rendre aux prochaines audiences.
- Priyanka pourrait utiliser cette technique pour venir en aide à sa sœur sans avoir à l'accompagner en demandant à son mari ou à l'un de ses fils de conduire sa sœur au tribunal pour cette fois.

Priyanka pourrait recourir à la technique des excuses pour faire savoir à sa sœur comment elle se sent.

- « Tu es ma sœur et je tiens à être là pour toi quand tu as des difficultés, mais les conflits familiaux sont très difficiles pour moi et j'aimerais mieux rester à l'écart en n'allant pas au tribunal. Je veux bien te conduire où tu voudras, mais pas au tribunal. »
- Priyanka pourrait préparer des excuses écrites avec l'aide de la thérapeute et les répéter avec elle jusqu'à ce qu'elle soit satisfaite.

Activité : corrigé

Les « devoirs » peuvent être adaptés pour mieux convenir à Priyanka

- La thérapeute de Priyanka pourrait lui donner un compte rendu écrit après chaque séance, en y incluant des rappels et les devoirs assignés à Priyanka.
- Au lieu de devoirs écrits, la thérapeute pourrait assigner à Priyanka des activités comportementales à faire entre les séances.
- La prise de notes par Priyanka pourrait être considérée comme une forme de « devoir » et elle devrait être encouragée.

En adaptant la TCC à la culture grâce à diverses stratégies, pour tenir compte des besoins particuliers des clients, on maintient l'alliance thérapeutique et on favorise la motivation.
