

3 points techniques

Les métaphores « classiques »

L'utilisation classique des métaphores

Quand on parle de métaphores, on fait généralement référence à une analogie ou une histoire plus ou moins élaborée racontée au client, en suscitant des associations avec sa propre situation, dans le but de l'aider à atteindre l'objectif pour lequel il est venu consulter.

Un processus métaphorique met en relation deux éléments différents en suggérant qu'ils ont une caractéristique commune ou démontrent un même principe.

Par extension, une métaphore peut-être :

- Verbale : une anecdote, un conte, un proverbe.
- Non-verbale : un geste, un dessin, une sculpture, un objet.
- Fermée : la solution est offerte dans la métaphore.
- Ouverte : la solution reste à trouver.

Construire une Métaphore Isomorphique

Quand on utilise une métaphore isomorphique pour obtenir des changements, on raconte une histoire qui a une relation étroite avec ce qui se passe, puis, on propose soit une solution particulière, soit une solution très ambiguë sans en préciser l'issue.

Analogie universelle Souvenez-vous que l'inconscient reconnaît les relations et les verbes. La stratégie de construction de la première partie de l'histoire est la suivante :

- 1 . Identifiez les principaux éléments de l'exposé du client.
- 2 . Noter les relations entre ces différents personnages et éléments.
- 3 . Choisissez un espace sémantique suffisamment riche et isomorphique pour cartographier les relations et les actions entre les différents éléments. Alors vous avez le début de l'histoire.
- 4 . Distraire l'attention consciente du sujet ! (mais en préservant les relations).
- 5 . Pour la fin de l'histoire à vous de choisir si vous lui donnez un dénouement explicite (métaphore fermée où on propose une solution) ou si le dénouement reste en suspens (métaphore ouverte).

2 grandes parties :

**La construction du décor, des relations et des noms par isomorphisme avec l'exposé du sujet.
L'induction des instructions de processus pour aller vers le changement / la solution
(on ne donne pas forcément la solution).**

Jouer sur le débit de la voix, la tonalité, la respiration, l'incorporation, la confusion...

**Autre exemple :
le portrait chinois**

Le portrait chinois est utilisé dans de nombreux domaines : psychologie, marketing, enquête projective...

Un portrait chinois est un jeu littéraire, de type questionnaire de Proust. **Le sujet est invité à donner une description de son problème sous la forme d'une métaphore.**

Recourant aux analogies, elle peut permettre de contourner certaines inhibitions et/ou favoriser l'expression d'émotions plus profondes.

Grâce au récit imaginaire, les sujets racontent leurs impressions, leurs sensations, et les représentations que la situation leur évoque. L'objectif est de comprendre les sentiments positifs et négatifs qui sont induits, de rendre accessibles des idées enfouies ou cachées, de mettre en évidence les liens...

Ces allégories agissent comme de puissantes auto-suggestions. Le sujet ignore bien souvent le sens profond et inconscient du matériel symbolique qu'il livre. Utiliser ces constructions métaphoriques dans notre travail peut nous permettre de mettre en place des changements d'état en limitant les « résistances ». Cela génère souvent des libérations émotionnelles, des solutions inconscientes, des prises de consciences, des impulsions de motivation...

Souvenez-vous de l'exercice que l'on a fait sur ce sujet. Il était divisé en 2 temps :

1- état problème = Dissociation + parler au Passé

 *Si cette [mots du sujet] était ..., que serait-il (elle) ?*

2- état désiré = Association + parler au présent

Si VOTRE [mots du sujet] est ..., qu'est-il (elle) ?

Le Clean Langage

Clean Langage

Le Clean Langage offre une façon imagée d'évoquer le problème. C'est une façon de le mettre à distance et en même temps elle englobe toute une partie inconsciente d'information qui s'exprime.

La métaphore peut être une expression verbale, souvent une image, parfois aussi elle peut être un geste, un mouvement dans l'espace. Le développement de cette métaphore, le paysage de cette métaphore et les informations qu'elle contient offre au cerveau conscient et/ou inconscient de quoi faire émerger des nouvelles informations qui apportent une possibilité de réarranger/transformer l'histoire que se raconte le Client/Patient, vers de nouvelles possibilités.

Les questions de David Grove, créateur du « Clean Langage », sont « Clean » ou « propres » parce qu'elles cherchent à **minimiser la contamination des perceptions du Client par celles du thérapeute**, pour prévenir les MAP (*Métaphores, A priori, Présuppositions*). L'idée est de faire émerger le problème de manière imagée pour ensuite le réarranger/transformer vers de nouvelles possibilités : Récupérer du matériel « visible » (*possibilité d'interaction*).

Le thérapeute utilise uniquement les mots du Client et n'ajoute aucun mot venant de lui. Les mots du Client/Patient sont alors insérés dans une formulation précise de questions « Clean » qui invitent le Client/Patient à porter son attention sur un aspect particulier de sa propre expérience. Il y a 5 directions possibles pour les questions CLEAN qui aide à diriger le client vers ce qu'il NE CONNAIS PAS ENCORE CONSCIEMMENT.

Les Questions du Clean Language

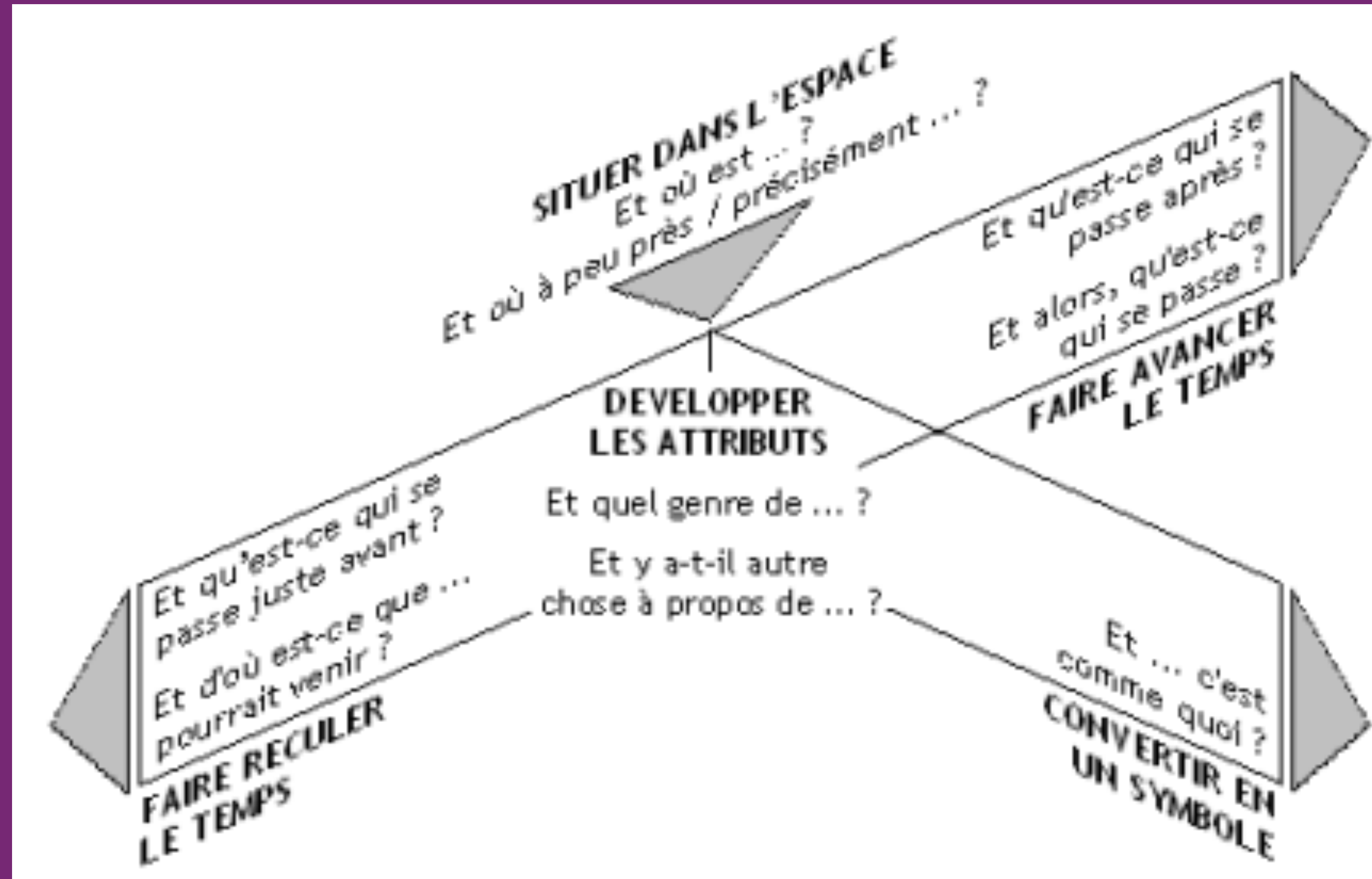
Développer (la perception actuelle)	
Attributs	Et y a-t-il autre chose à propos de ...? Et quel genre de ...?
Localisation	Et où est ...? Et où à peu près / précisément ...?
Relation	Et y a-t-il une relation entre ... et ...? Et quand ... qu'est-ce qui se passe avec ...?
Métaphore	Et quand ... c'est comme quoi?
Déplacer dans le temps	
Avant	Et qu'est-ce qui se passe juste avant ...?
Après	Et qu'est-ce qui se passe après / ensuite?
Source	Et d'où est-ce que ... vient / pourrait venir?
Intention	
<i>Résultat désiré</i>	<i>Et qu'est-ce ... aimerait qu'il se passe ?</i>
<i>Condition nécessaire</i>	<i>Et qu'est-ce qui doit se passer pour que ...? Et est-ce que ... peut ...?</i>

Plonger dans l'expérience
subjective du sujet : Où est située
cette image ? Comment est-elle ?

L'encourager à trouver ses
perceptions symboliques, ses liens
et ses solutions... :

ET [*mots du sujet*], c'est comme
quoi ?....

Les Questions du Clean Language



N'oubliez pas...

ET [*mots du sujet*], c'est comme
quoi ?....