

Thérapie narrative

Écrit par Administrator

Jeudi, 03 Décembre 2009 05:04 - Mis à jour Jeudi, 03 Décembre 2009 10:00

La thérapie narrative a été créée par Michael White et David Epston, deux travailleurs sociaux australiens.

La thérapie narrative a comme hypothèse fondamentale que chaque individu se construit une histoire à partir des événements de sa vie. Au fil du temps, la personne en vient à adopter une version unique de son histoire de vie à partir de ses interprétations et des liens qu'il établit entre les événements. La thérapie narrative estime que ces interprétations et ces valeurs sont fortement façonnées par le contexte socioculturel et politique dans lequel baigne la personne. Au lieu de localiser la difficulté chez l'individu ou dans de petits systèmes comme la famille, la difficulté est située dans le large contexte socioculturel de l'individu (média, école, travail, amis, loisir, etc.). Quand une personne entreprend une thérapie, c'est qu'elle est enfermée dans une histoire dominante insatisfaisante et sans issue. La tâche du thérapeute est d'aider cette personne à prendre une distance face au contexte social qui a contribué à fabriquer le problème. Il pourra ainsi reconstruire une nouvelle histoire qui lui permettra de se percevoir comme capable de sortir de sa situation problématique.