

BOGDAN PAVLOVICI  
PRÉFACE : JULIEN BETBÈZE



# LE FRISBEE ÉCRIT

L'art de prendre  
soin à distance

Enrick  Éditions





# LE FRISBEE ÉCRIT



BOGDAN PAVLOVICI

# LE FRISBEE ÉCRIT

L'art de prendre soin à distance

Enrick · B ·  
— ÉDITIONS —

Conception couverture : Marie Dortier  
Réalisation couverture : Com and go

© Enrick B. Éditions, 2020, Paris

ISBN : 978-2-35644-686-2

En application des articles L. 122-10. L. 122-12 du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction à usage collectif par photocopie, intégralement ou partiellement, du présent ouvrage est interdite sans l'autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie. Toute autre forme de reproduction, intégrale ou partielle, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

## Préface

Comment, dans ce monde de crises tous azimuts que nous traversons avec un manque de moyens en psychiatrie, un pédopsychiatre peut-il rester attentif à la dimension humaine des soins et actif dans ses prises en charge ?

Nous savons que le suivi d'enfants présentant un attachement désorganisé est très difficile en institution, et s'accompagne d'exclusions en cascade. Ces prises en charge sont éprouvantes pour les professionnels, qui se sentent impuissants face à des enfants et des familles souvent peu coopérantes, essayant de fuir la demande sociale de soins. Dans ce contexte, la tentation pourrait être de se réfugier dans une vision médicale réduisant la souffrance humaine à des comportements étiquetés en fonction des médicaments disponibles. Cette réduction de l'identité des enfants à un symptôme, par exemple le trouble de déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH), constitue fréquemment la réponse sociale la plus facile pour régler des problèmes humains complexes.

Bogdan Pavlovici ne tombe pas dans ce piège. Il a décidé de rester fidèle à l'éthique qui l'a amené à aider ces enfants démunis et rejetés à trouver leur place. Malgré le manque

de soutien des institutions, souvent paralysées par la peur, il a le courage de prendre des risques en inventant une nouvelle façon d'accompagner ces enfants et ces familles généralement éclatées. Il développe une autre manière de créer du lien dans un monde « addictif, violent et judiciaire ». Par son engagement professionnel et humain, il replace le respect et l'autonomie de chacun au centre du processus de soin. Cette manière inédite de faire interagir les enfants, les familles en crise et les professionnels, il l'a nommée « le frisbee écrit ».

Ayant moi-même travaillé pendant de nombreuses années comme pédopsychiatre avec des enfants présentant des troubles du comportement et placés dans des familles d'accueil, ainsi qu'avec des adolescents en milieu pénitentiaire, je mesure l'intérêt de la prise en charge innovante développée par Bogdan Pavlovici pour amener les membres de ces familles en souffrance à percevoir l'intérêt de coopérer au processus de soins.

Le « frisbee » dont il est ici question est un message envoyé par e-mail, d'abord par le thérapeute, afin de créer un nouvel espace de collaboration et de donner envie aux personnes concernées d'entrer dans un dialogue où la singularité de chacun peut être reconnue. Chaque message est écrit dans le but de toucher l'autre au niveau de son cœur, de ses émotions, de ses sentiments, de ses sensations. Il ne s'agit pas d'écrire pour écrire, mais de faire de l'écriture le support d'une relation de confiance. Lorsqu'il fait le geste d'écrire, Bogdan Pavlovici rentre dans un état de transe relationnelle marqué par l'activation et l'apparition d'images, de scénarios, une expérience de confort et un sentiment de bonheur.

L'auteur s'appuie sur une vaste expérience clinique intégrant les différents apports de la systémique, qu'il s'agisse des « objets flottants » de Philippe Caillé et Yveline Rey (masques, contes systémiques), du travail sur la résonance, ou de la déconstruction des processus identitaires par l'utilisation des questionnements externalisants développés en thérapie narrative. Les situations cliniques sont extrêmement bien décrites et permettent de comprendre la logique dans laquelle s'inscrit l'écriture des e-mails, et comment ceux-ci peuvent tisser un nouveau manteau identitaire, plutôt que celui qui porte l'emblème perturbateur/provocateur.

Dans son livre précédent (*Les leviers du changement*, Enrick B. Éditions, 2019), Bogdan Pavlovici faisait déjà montre de sa créativité et sa capacité à construire un espace thérapeutique adapté à chaque situation. Dans ce nouvel opus, l'auteur propose une manière de sortir des doubles liens dans lesquels sont enfermés les thérapeutes lorsqu'ils travaillent avec des enfants présentant des troubles de l'attachement : soit la mise en place du lien thérapeutique est vécue comme un acte de maltraitance, soit l'absence ou la prudence dans les interventions est vécue comme un abandon. En créant un nouvel objet flottant, le frisbee écrit, il trouve la juste distance pour que chaque membre de ces familles en souffrance, chaque membre de l'équipe soignante et éducative, puisse percevoir les intentions collaboratives de chacun. Merci à lui de continuer à bousculer les lignes établies pour remettre l'espoir au centre de la pratique thérapeutique.

**Julien Betbèze**

Psychiatre, pédopsychiatre, rédacteur en chef  
de la revue *Hypnose & Thérapies brèves*



*Pour mon fils Lucas,  
Qui ici tout bas  
M'aide à grandir  
Et pour les enfants  
Petits, moyens et grands,  
Qui ensemble aspirent  
De chenilles sortir  
En lucioles luire...*



« Les mots sont comme des glands : un chêne peut en sortir. »

Ludwig WITTGENSTEIN,  
*Tractatus logico-philosophicus*

« Car le mot, qu'on le sache, est un être vivant.  
La main du songeur vibre et tremble en l'écrivant ;  
La plume, qui d'une aile allongeait l'envergure,  
Frémit sur le papier quand sort cette figure,  
Le mot, le terme, type on ne sait d'où venu,  
Face de l'invisible, aspect de l'inconnu ;  
Créé, par qui ? forgé, par qui ? jailli de l'ombre ;  
Montant et descendant dans notre tête sombre,  
Trouvant toujours le sens comme l'eau le niveau ;  
Formule des lueurs flottantes du cerveau.

Oui, vous tous, comprenez que les mots sont des choses [...]  
Les mots heurtent le front comme l'eau le récif ;  
Ils fourmillent, ouvrant dans notre esprit pensif  
Des griffes ou des mains, et quelques-uns des ailes ;  
Comme en un âtre noir errent des étincelles.  
Rêveurs, tristes, joyeux, amers, sinistres, doux,  
Sombre peuple, les mots vont et viennent en nous ;  
Les mots sont les passants mystérieux de l'âme. »

Victor HUGO, *Les Contemplations*, I, VIII



## Prologue

Ce livre s'est écrit presque tout seul, à partir d'un noyau constitué par l'expérience, riche et formatrice, d'un cas clinique difficile. Un cas qui m'a demandé de la persévérance, de la patience, de la modestie, et d'être capable de demander de l'aide à autrui, sous la forme d'une lettre adressée à mon superviseur de l'époque, le docteur Lucien Kokh, psychiatre psychothérapeute, disciple de Jacques Lacan, qui a su ouvrir son esprit et dépasser le maître (à mon humble avis).

Incités par des collègues enthousiastes, nous nous sommes risqués, le docteur Kokh et moi, à présenter ce cas lors d'un congrès à Montpellier (6-8 octobre 2005), dont le thème était : « La relation parents-enfants, nouveaux repères, nouveaux défis. » Il s'agissait de la présentation d'une approche atypique, découverte dans le feu de l'action. Cette approche, nous l'avons baptisée « le frisbee écrit ».

En 2009, lorsque j'ai découvert, à l'occasion d'une formation en HTSMA (hypnose thérapies stratégiques mouvements alternatifs<sup>1</sup>), la thérapie narrative, plus précisément

1. Approche fondée par Éric Bardot. Sur ce sujet, voir Yves Doutrelugne et Olivier Cottencin, 2005, p. 11-12 ; Béatrice Dameron et Catherine Besnard-Péron, 2013, p. 107-134.

le livre de David Epston et Michael White<sup>2</sup>, j'ai fait le lien avec mon expérience précédente, et été encouragé à utiliser le frisbee écrit dans d'autres contextes cliniques. En France, c'est à Julien Betbèze, que j'ai eu la chance d'avoir comme formateur en HTSMA, que nous devons les formations à la thérapie narrative les plus pointues et éclairantes<sup>3</sup>.

J'ai de nouveau présenté cette approche lors de deux congrès – un à Nantes, le 13 octobre 2012 (« L'art de la thérapie : entre créativité et stratégie ») et l'autre à Fontenay-le-Fleury, le 14 novembre 2017 (« Familles d'ici et d'ailleurs, vulnérabilités et résilience »). À la suite de ce dernier congrès, des collègues m'ont invité à tenter de publier ce travail. J'ai eu l'agréable surprise de recevoir trois réponses favorables, très enthousiastes, de trois revues spécialisées. J'ai choisi de publier l'article dans *Enfances et Psy*<sup>4</sup>, car ils avaient été les premiers à manifester leur intérêt.

Enfin, en mars 2017, j'ai débuté une formation en thérapie familiale systémique auprès de l'Institut d'études systémiques (ID'ES), dirigé par Jean-Paul Mugnier. Nous avons étudié un livre remarquable, intitulé *Les objets flottants. Méthodes d'entretiens systémiques*<sup>5</sup>. J'ai alors découvert un cousin germain de notre frisbee écrit, que les auteurs du livre appellent « conte systémique ». Il s'agit de l'utilisation d'un conte métaphorique dans le cadre d'une thérapie familiale, en guise de médiateur de la relation famille-thérapeute. Nous verrons dans la dernière partie du livre,

2. Voir David Epston, Michael White, 2009.

3. Voir Catherine Besnard Péron, Julien Betbèze (dir.), 2011 ; Julien Betbèze, Olivier Cottencin, Yves Doutrelugne, Isabelle Barrois, Vera Likaj, 2019.

4. Voir Bogdan Pavlovici, Lucien Kokh, 2018.

5. Voir Philippe Caillé, Yveline Rey, 2017.

à l'occasion de la dernière illustration clinique, une manière de combiner, selon l'évolution de la situation, le conte systémique et le frisbee écrit.

À présent, je laisse le lecteur découvrir les différentes utilisations possibles de l'écrit, et plus particulièrement, du frisbee écrit, en psychothérapie.



## PREMIÈRE PARTIE

### LA DÉCOUVERTE DU FRISBEE ÉCRIT ET SON UTILISATION DANS DES CONTEXTES CLINIQUES DRAMATIQUES

*« Prin râpi și gropi adânci  
Suite de bătrânii mei pe brânci  
și care, tânăr, să le urci te-așteaptă  
Cartea mea-i, fiule, o treaptă. »*

*« Dans les précipices, abîmes profonds  
escaladés par mes ancêtres en rampant,  
et qui attendent que, jeune, tu les remontes,  
mon livre est une marche, mon enfant. »*

Tudor ARGHEZI



## Introduction

Nous avons découvert ce précieux outil, que nous avons ultérieurement baptisé « le frisbee écrit », lors d'un travail mené avec un enfant « inapprochable », en 2005, en compagnie de mon superviseur de l'époque, le docteur Lucien Kokh.

Dans l'article publié à l'issue de ce cas<sup>1</sup>, nous avons présenté une tentative d'arrimage d'un enfant sans repères, que nous avons appelé André, pris dans les secousses d'une dérive psychique et émotionnelle, par le biais de l'écrit. Celui-ci devait jouer le rôle d'un vecteur de communication.

Touchés et même émerveillés par la qualité des réponses, via l'écrit, de cet enfant qui, en consultation ordinaire, était impossible à approcher, nous avons tenté de nouveau d'employer cette « méthode » avec une autre enfant, que nous appellerons Nina. Son comportement et sa situation nous paraissaient proches de ceux d'André.

La réussite à établir un véritable échange avec ces enfants s'est produite au moment où nous nous sommes soustraits à la tentation de mettre en marche la machine d'un traitement institutionnel codifié, où tout est prévu d'avance. Cette tentation, avouons-le, la plupart d'entre nous, praticiens, y cédon,

1. Voir Bogdan Pavlovici, Lucien Kokh, 2018.

à la fois par réflexe (celui de donner des réponses standardisées aux souffrances des gens) et par nécessité (pour se sécuriser soi-même)... Combien de fois, devant un cas difficile qui se dérobe à une possibilité de contention apaisante, à la fois de notre patient et de nous-mêmes, n'avons-nous pas mis en acte l'idée (préconçue mais rassurante) : « Il faut un hôpital de jour, c'est la meilleure indication ! » ou « Il lui faut telle unité de soins, c'est la mieux équipée pour ce cas ! »...

À la réflexion, il nous est apparu que, face à des adultes trop bons d'une institution trop bienveillante, André, dont le cas peut servir de paradigme, ne pouvait se sentir exister que par la destruction de tout lien. Il ne pouvait même pas envisager cette question : Pourquoi ces adultes-ci voudraient m'aider, me rendre la vie meilleure, alors que la vie dans sa réalité concrète n'a cessé de me prouver l'inutilité de vivre ou l'absurdité de l'existence ?

André, alors âgé de neuf ans, avait fini par désespérer le collectif du centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP) où je travaillais, après avoir fait de même avec bien d'autres collectifs. Il rendait impossible tout échange entre lui et son environnement, induisant un combat violent et sans répit avec ceux qui l'entouraient.

Face à cette situation, nous nous sommes demandé comment reconstituer du langage, d'un humain à un autre humain, par-delà les rôles, les fonctions officielles. Comment rendre sensible à l'être-enfant son besoin de communication au sein de son chaos, ses désordres, ses fuites, son agressivité, son inaccessibilité ?

Dans ces deux cas cliniques, il s'agira de restituer le mode particulier de communication de l'enfant avec son

entourage (fait surtout de passages à l'acte violents) sous forme d'un scénario métaphorique, envoyé par écrit et sur un mode de conversation, dans le but de nouer un pacte de communication.

Cette technique pour surmonter le mur des impuissances et des barrages s'est révélée à nous dans l'action. Il s'agissait de conceptualiser une possibilité de communication au-delà du cadre psychothérapeutique ou éducatif institué, où les adultes s'accordaient et s'unissaient pour communiquer avec l'enfant dans la situation où il était. C'est cette technique de frisbee à plusieurs qui sera présentée dans ces pages : je lance le mot-message écrit à l'enfant qui renvoie le sien, je le lance à l'équipe, à mon superviseur, qui me renvoient les leurs, et je relance finalement à l'enfant la synthèse de ces messages, qui enrichit le sien.

La communication devient alors une communication sociale et mentale élargie, plurielle, à potentiel groupal, multifocal, qui, dans ses renvois et rebonds, permet à l'enfant de progresser, à travers son interpellation et les réponses qu'il va (se) donner. Dans la pratique, nous avons vu émerger, de façon surprenante chez un être jeune et en apparence très limité, un sens de sa condition, et la possibilité de formuler un vécu dans un langage de type poétique spontané cherchant à communiquer ses sentiments et sa présence.

### **Histoire du cas d'André**

André, neuf ans, explose de rage à la moindre tentative de poser une limite à ses tendances à agir comme bon lui semble.

## **Table des matières**

Préface.....	7
Prologue .....	15

### **PREMIÈRE PARTIE** **LA DÉCOUVERTE DU FRISBEE ÉCRIT** **ET SON UTILISATION** **DANS DES CONTEXTES CLINIQUES** **DRAMATIQUES**

Introduction.....	21
Histoire du cas d'André .....	23
Nina, l'oisillon perdu .....	38
Conclusion .....	60

### **DEUXIÈME PARTIE** **UTILISATION DU FRISBEE ÉCRIT** **DANS D'AUTRES CONTEXTES CLINIQUES**

Introduction.....	65
Ébauche d'une définition du frisbee écrit .....	66
La méthodologie du frisbee écrit .....	70

Utilisation du frisbee écrit dans les situations où il n'est pas pertinent de voir un psy .....	73
Utilisation du frisbee écrit pour faire venir en consultation un patient réticent .....	90
Utilisation du frisbee écrit pour maintenir, voire stimuler, une dynamique psychique entre deux séances de thérapie .....	108
Utilisation du frisbee écrit pour faire cesser une répétition chronique de souffrance .....	111
Utilisation du frisbee écrit dans les situations de violence sourde intrafamiliale transgénérationnelle .....	115
Premier cas .....	117
Deuxième cas .....	130
Troisième cas .....	161
Utilisation du frisbee écrit dans les situations de déni ....	181
Utilisation du frisbee écrit pour convoquer les absents ...	193
Utilisation du frisbee écrit dans les situations de dislocation familiale, avec désaccord sur les soins ....	199
Premier cas .....	200
Deuxième cas .....	211
Initiation des personnes qui nous consultent au maniement du frisbee écrit .....	223

### TROISIÈME PARTIE

#### LES RISQUES DU FRISBEE ÉCRIT

Ce que prévoit l'Ordre des médecins quant à la réglementation sur les échanges d'e-mails avec les patients .....	235
Mon opinion en tant que clinicien de terrain .....	237

**QUATRIÈME PARTIE**  
**LE CONTE SYSTÉMIQUE,**  
**UN COUSIN DU FRISBEE ÉCRIT ?**

Introduction.....	245
Première situation .....	246
Deuxième situation .....	255
Épilogue .....	285
Bibliographie.....	289
Remerciements.....	291





Du même auteur

**BOGDAN PAVLOVICI**  
préface de **JEAN PAUL MUGNIER**

# **LES LEVIERS DU CHANGEMENT**

**Un thérapeute bref  
en scène**



Enrick · B · Éditions