



## L 'Approche Narrative

Née au pays des kangourous, l'Approche Narrative s'enracine dans l'univers des histoires contées par les Aborigènes d'Australie. En effet, Michaël White<sup>1</sup>, a été fortement imprégné par l'idée que nous construisons le monde par les récits que nous en faisons.

En Australie, ces récits fondateurs transmis par les descendants des premiers habitants de ce vaste continent cartographient tout le territoire. Chaque région d'Australie est ainsi décrite par des histoires qui relatent la naissance des fleuves, des vallées, des rochers et montagnes ainsi que des déserts. Chaque tribu aborigène, gardienne d'un lieu, était détentrice du récit de son origine et le transmettait aux générations suivantes et cela depuis la nuit des temps appelée "Dream Time".

Or, ces populations aborigènes qui vivaient en symbiose parfaite avec la nature et tout être vivant ont été disséminées par l'arrivée des migrants blancs. En quelques décennies, elles furent violemment assimilées et réduites à quelques groupes dont le déracinement culturel a entraîné leur dégradation par l'alcoolisme, la violence et le désœuvrement.

**Michaël White**, en tant que travailleur social auprès de ces groupes en souffrance et avec la complicité de son ami **David Epston**, anthropologue Néo-Zélandais, s'est mis à l'écoute de leur culture et des histoires qui ont façonné leur identité afin d'y retrouver ce qui pouvait permettre leur résilience culturelle et identitaire. Son travail thérapeutique s'est tout naturellement laissé imprégner par l'écoute des narrations qui définissent la vie des gens.

Privilégier une approche narrative de leur trauma, c'était donc d'une part, honorer cette particularité culturelle forte et d'autre part, leur donner accès à la narration d'histoires nouvelles et résilientes, porteuses d'un autre à-venir.

Michaël White a décrit, plus tard, ses conversations thérapeutiques<sup>2</sup> en empruntant la métaphore de la cartographie. Il présente la structure de ses conversations narratives comme des territoires à explorer. Invitant le praticien à endosser la posture d'un explorateur partant à la découverte des chemins de la mémoire qui mènent à des lieux exotiques d'expériences de vie riches et porteuses d'espérance.

---

<sup>1</sup> Michaël WHITE, psycho-sociologue australien, fondateur de la communauté des thérapeutes et praticiens narratifs. Fondateur du Dulwich Center à Adélaïde, Australie.

<sup>2</sup> M.White , Cartes des Pratiques Narratives, Ed Satas, Le Germe, 2009



On ne peut dissocier l'Approche Narrative du contexte politique et philosophique dans lequel elle a vu le jour. En effet, les années 60-70 sont marquées par de grands bouleversements idéologiques et politiques où l'ordre établi est remis en question.

La "French Theory" comme l'ont nommée les américains, corpus de théories philosophiques, littéraires et sociales, infiltre la pensée anglo-saxonne de l'époque. Jacques Derrida, Michel Foucault, Gilles Deleuze, Roland Barthes, Pierre Bourdieu, et bien d'autres sont invités sur les campus universitaires pour de grands débats d'idées postmodernes.

Elle nourrit aussi un courant de contre-culture américaine déjà présente dans les années 60 avec la musique rock, le mouvement hippie, les mouvements anti-raciaux ainsi que le féminisme et jusqu'au courant thérapeutique de Palo Alto qui remet en question l'approche analytique freudienne. Un vent de contestation et de renouvellement souffle outre-atlantique enraciné dans la pensée philosophique française qui interroge les normes de l'époque.

L'influence de la "French Theory" est telle qu'elle engendre au sein des universités américaines des "cultural studies" ou "anti-disciplines" qui transgressent la culture académique et proposent une approche transversale des cultures populaires, minoritaires, contestataires.

Dès les années 80, la "French Theory" se diffuse, via des publications et revues de vulgarisation et pénètre ainsi toutes les sphères réflexives des sociétés anglo-saxonnes.

Michaël White et David Epston ont été séduits par ces concepts et les ont appliqués à leur pratique thérapeutique. Ils ont exercé cette philosophie de façon concrète !

Ainsi l'Approche Narrative doit à Bourdieu, l'idée de contexte élargi (habitus); à Derrida l'idée de déconstruction à travers son concept de "différance" qui met en avant que toute énonciation se formule dans un contexte; à Michel Foucault l'idée du lien entre discours et pouvoir et la notion d'histoire dominante ou encore le concept d'internalisation des normes dominantes que Michaël White a détourné en externalisation du problème; à Deleuze, Bourdieu et Foucault surtout la remise en cause du "moi" profond non comme un "je suis" mais plutôt comme un "je deviens". Cette idée que notre identité est multi-histoires et qu'elle est une construction sociale perpétuelle et qu'elle porte une possible renégociation a fortement imprégné l'Approche narrative.

L'Approche narrative considère que **notre identité est narrative**.  
Mais qu'est-ce que cela signifie ?

Pour se dire et raconter notre vie, pour relater nos expériences, nous élaborons des récits c'est-à-dire que nous agençons des moments de vie que nous organisons selon un thème qui est le fil conducteur de notre narration.



Nous organisons, en effet, les temps de notre existence dans un tout cohérent qui marque notre sentiment d'exister, notre sentiment de permanence. Ce récit « autobiographique » nous permet d'envisager de façon rétrospective ou prospective notre existence et de donner corps à notre identité. Toutefois, nous ne relatons pas l'entièreté de nos séquences de vie. Nous les sélectionnons et les évaluons en permanence selon notre culture, notre personnalité, nos connaissances, nos besoins, nos valeurs, nos croyances, etc. Nous les interprétons pour leur donner sens et les structurer en un récit identitaire négocié. Nous nous racontons donc toujours une histoire parmi d'autres possibles. Ce qui n'est pas raconté alors n'existe pas !

Dans ce mécanisme narratif où nous rejetons certains événements au profit d'autres, notre identité se construit d'une certaine façon. Notre identité est donc bien narrative parce qu'elle est multi-histoires, d'autres récits de soi sont toujours possibles. Notre histoire n'est jamais écrite une fois pour toutes ! Nous sommes l'auteur de notre vie !

L'Approche narrative offre dès lors un vaste champ d'opportunités thérapeutiques pour accompagner les personnes ou groupes bloqués dans leur identité car n'ayant accès qu'à une version pauvre d'eux-mêmes. Lorsque l'histoire qu'ils se racontent est bloquée, c'est qu'ils n'ont plus accès qu'à un récit stéréotypé d'eux-mêmes. Ils se la racontent en boucle, comme un vieux disque rayé. C'est alors qu'il importe d'engager des conversations narratives qui feront émerger des histoires préférées illustrant d'autres aspects identitaires porteurs d'initiatives nouvelles.