

Interrogation autour des Constellations Familiales

La réponse du Pr. Cyril Tarquinio, directeur du Centre Pierre Janet

La MIVILUDES, dans ses rapports 2007 et 2021, met en garde contre les dérives sectaires dans le domaine de la santé, y compris les pratiques thérapeutiques alternatives comme les constellations familiales.

Les constellations familiales sont une méthode thérapeutique développée pour aider les individus à comprendre et à réorganiser leur perception des dynamiques conflictuelles au sein de leur système familial. Selon plusieurs études, elles ont montré une efficacité mesurable dans l'amélioration de la santé mentale des participants. Une **revue systématique** publiée par Konkoly Thege et al. (2021), a synthétisé des études empiriques sur l'efficacité des constellations familiales et a montré que, sur les 12 études incluses dans l'analyse, 9 ont démontré des améliorations significatives en termes de bien-être psychologique post-intervention. La méta-analyse a révélé une diminution modérée mais significative des symptômes psychopathologiques, avec un effet estimé à 0,53 (Hedges' g), ce qui indique une amélioration modérée de l'état mental des participants.

Les critiques envers les constellations familiales, notamment de la part de la MIVILUDES (Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires), portent souvent sur le risque de manipulation ou de dérive sectaire. **Toutefois, ces critiques ne concernent pas l'approche thérapeutique en elle-même, mais l'usage qui en est fait dans certains contextes non professionnels. Il est essentiel de distinguer entre les risques liés à l'absence de formation appropriée des praticiens et la méthode elle-même, qui lorsqu'elle est administrée par des professionnels qualifiés, peut offrir des résultats positifs comme le démontrent les recherches.**

L'un des points qui crée de la confusion est que les critiques généralisées des constellations familiales amalgament la méthode avec ses utilisations extrêmes ou ses dérives potentielles. Cela reflète un biais fréquent dans les débats sur les thérapies alternatives : plutôt que de faire la distinction entre la méthode et l'utilisation abusive de celle-ci, les critiques se concentrent sur les dérives sans offrir de reconnaissance aux bénéfices potentiels lorsque ces pratiques sont bien encadrées.

Toutefois, l'accent est surtout mis sur le risque d'emprise mentale et de manipulation lorsqu'une méthode est utilisée par des praticiens non qualifiés, ou lorsque l'approche est déformée pour satisfaire des intérêts sectaires. L'un des rapports précise que certaines pratiques thérapeutiques, comme les constellations systémiques, peuvent avoir des conséquences négatives si elles sont mal utilisées. Le danger est que, dans certaines situations, des praticiens non formés ou autoproclamés utilisent ces techniques sans une véritable éthique professionnelle, ce qui peut conduire à des abus psychologiques, voire à des dérives sectaires.

La méthode elle-même n'est pas problématique.

Il est important de souligner que les critiques ne visent pas les constellations familiales en tant que méthode, mais plutôt leur usage inapproprié par des individus non formés ou mal intentionnés. Comme pour toute pratique thérapeutique, le succès et la sécurité de l'approche dépendent du professionnalisme et des compétences du praticien. La MIVILUDES mentionne explicitement qu'il existe des dérives dans plusieurs types de thérapies alternatives, mais cela ne signifie pas que ces méthodes sont intrinsèquement dangereuses.

Les constellations familiales, lorsqu'elles sont pratiquées dans un cadre éthique et avec une formation rigoureuse, peuvent offrir des perspectives thérapeutiques puissantes, aidant les individus à comprendre et résoudre des conflits familiaux complexes. Des études ont montré que cette méthode peut aider à améliorer la compréhension des dynamiques familiales et à apporter des solutions durables pour les personnes en souffrance émotionnelle.

Pour atténuer les risques, il serait utile d'encourager une meilleure régulation de la formation des praticiens de constellations familiales. La mise en place de normes plus strictes et d'une certification reconnue garantirait que les personnes qui utilisent cette méthode le fassent de manière éthique et en toute sécurité, en minimisant les risques de dérive sectaire.

Conclusion

Les constellations familiales ne sont pas intrinsèquement problématiques, mais leur utilisation nécessite une formation rigoureuse et un cadre professionnel solide. Les critiques formulées par la MIVILUDES et d'autres acteurs concernent principalement les dérives potentielles, notamment lorsque la pratique est utilisée par des praticiens non formés ou à des fins sectaires. Il est donc nécessaire de distinguer l'approche thérapeutique elle-même de son utilisation abusive. Une meilleure régulation et formation des praticiens permettraient de réduire ces risques et de garantir que les constellations familiales restent un outil utile pour ceux qui en bénéficient.

Les constellations familiales, lorsqu'elles sont encadrées par des professionnels formés, représentent une méthode efficace pour aborder des problématiques psychologiques complexes, comme l'ont démontré plusieurs études scientifiques. Les critiques liées à cette approche sont davantage liées à son utilisation inadéquate plutôt qu'à l'approche elle-même. Il est donc crucial de promouvoir une utilisation éthique et professionnelle de cette méthode afin d'en maximiser les bienfaits tout en minimisant les risques potentiels. Les enseigner dans le cadre de nos formations reste complément légitime et les critiques formulées relèvent d'une confusion.

Annexe : https://centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/wp-content/uploads/sites/30/2024/09/revue_constellations.pdf