

## Table des matières

<b>CHAPITRE 1 : INTRODUCTION</b>	<b>1</b>
<b>1.1 CADRE DE LA RECHERCHE</b>	<b>1</b>
1.1.1 ILLUSTRATION	1
1.1.2 THEMATIQUE TRAITEE	2
1.1.3 INTERET PRESENTE PAR LA RECHERCHE	3
<b>1.2 PROBLEMATIQUE</b>	<b>4</b>
1.2.1 QUESTION DE DEPART	4
1.2.2 PRECISIONS ET LIMITES POSEES A LA RECHERCHE	4
1.2.3 OBJECTIFS DE LA RECHERCHE	4
<b>1.3 CADRE THEORIQUE ET/OU CONTEXTE PROFESSIONNEL</b>	<b>5</b>
1.3.1 LA PREFORMATION PROFESSIONNELLE REPER	5
1.3.2 L'INSERTION SOCIOPROFESSIONNELLE	7
1.3.3 LES CONSTELLATIONS FAMILIALES	9
<b>1.4 CADRE D'ANALYSE</b>	<b>11</b>
1.4.1 TERRAIN DE RECHERCHE ET ECHANTILLON RETENU	11
1.4.2 METHODES DE RECHERCHE	14
1.4.3 METHODES DE RECUEIL DES DONNEES ET RESULTATS DE L'INVESTIGATION	14
<b>CHAPITRE 2 : DEVELOPPEMENT</b>	<b>16</b>
<b>2.1 INTRODUCTION ET ANNONCE DES CHAPITRES DEVELOPPES</b>	<b>16</b>
<b>2.2 PRESENTATION DES DONNEES</b>	<b>16</b>
2.2.1 DEROULEMENT TYPE D'UNE CONSTELLATION FAMILIALE	16
2.2.2 DONNEES QUANTITATIVES	17
2.2.3 DONNEES QUALITATIVES	18
<b>2.3 ANALYSE ET DISCUSSION DES RESULTATS OBTENUS</b>	<b>20</b>
<b>CHAPITRE 3 : CONCLUSION</b>	<b>26</b>
<b>3.1 RESUME ET SYNTHESE DE LA RECHERCHE</b>	<b>26</b>
<b>3.2 LIMITES DU TRAVAIL</b>	<b>27</b>
<b>3.3 PERSPECTIVES ET PISTES D'ACTION PROFESSIONNELLES</b>	<b>28</b>
<b>3.4 REMARQUES FINALES</b>	<b>28</b>
<b>CHAPITRE 4 : BIBLIOGRAPHIE</b>	<b>30</b>
<b>4.1 OUVRAGES ET LIVRES</b>	<b>30</b>
<b>4.2 TRAVAUX DE DIPLOME ET SUPPORTS DE COURS</b>	<b>30</b>
<b>4.3 SITES INTERNET</b>	<b>30</b>
<b>ANNEXES</b>	
<b>I. AUTORISATION</b>	<b>1</b>
<b>II. DESCRIPTIF DES CONSTELLATIONS FAMILIALES</b>	<b>2</b>

<b>III. AUTORISATION DES PARTICIPANTS</b>	<b>3</b>
<b>IV. QUESTIONNAIRE</b>	<b>4</b>
<b>V. OBJECTIFS DE RECHERCHE EN LIEN AVEC LE QUESTIONNAIRE</b>	<b>6</b>
<b>VI. ANALYSE QUANTITATIVE DES RESULTATS</b>	<b>7</b>
<b>VII. ANALYSE QUALITATIVE DES RESULTATS ET COMMENTAIRES</b>	<b>9</b>
<b>VIII. GRILLE DE CODAGE</b>	<b>14</b>
<b>IX. TABLEAU COMPARATIF ENTRE LES APPROCHES INSTITUTIONNELLES ET LA METHODE DES CONSTELLATIONS FAMILIALES</b>	<b>16</b>

## Chapitre 1 : Introduction

Le but initial du travail de mémoire est de permettre aux étudiants de mener une réflexion quant à un sujet de recherche particulier. C'est aussi le moyen d'approfondir un sujet qui me tient à cœur en lien avec mon contexte professionnel. C'est dans ce cadre que j'ai décidé de vérifier s'il est pertinent de proposer une nouvelle méthode de travail au sein d'une mesure qui permet à des jeunes de 15 à 25 ans de trouver une voie de formation initiale.

### 1.1 Cadre de la recherche

Dans ce premier chapitre, il est question de présenter la thématique que j'ai retenue pour mon travail et de pouvoir mieux comprendre la problématique dans son ensemble.

#### 1.1.1 Illustration

Travaillant depuis 5 ans dans une structure d'accueil pour des adolescents et jeunes adultes en recherche de voies de formation, j'ai constaté que bien souvent nous manquons de réponses face à certaines problématiques sociales ou familiales. En effet, « les jeunes d'aujourd'hui grandissent dans un monde très dur, où ils sont de plus en plus censés ne compter que sur eux-mêmes, et ils paraissent axés plus sur leur réussite personnelle que sur des engagements sociaux plus larges » (Furlong et al. 2000, p.149). En parallèle, la mission des travailleurs sociaux évolue et pousse les professionnels à faire preuve de toujours plus de créativité et d'innovation.

Dans ce contexte, mon rôle en tant que maître socioprofessionnel (MSP) consiste à accompagner les participants de la Préformation Professionnelle Reper (Préfo) dans un atelier de créativité, mais aussi à être leur référent social. En d'autres termes, j'effectue un suivi à la fois individualisé et global de leur situation.

A travers le rôle de référent, nous privilégions une approche cognitivo-comportementale à orientation systémique qui prend en compte le contexte familial et social du participant. En complément à ces outils, nous utilisons des techniques provenant de l'approche orientée ressources et solutions.

Toutefois, je me suis rendu compte que les jeunes qui sont dirigés chez nous arrivent avec d'autres préoccupations que principalement celles relatives à leurs projets professionnels. Au cours des entretiens individuels de référence, je me suis aperçu également que certains participants, à un moment donné, n'arrivent plus à avancer dans leurs recherches. Les raisons prédominantes sont fréquemment liées à des problèmes familiaux, comme par exemple la perte d'un parent, des conflits de loyauté envers la famille, etc.

De plus, la période de l'adolescence est bien souvent synonyme de changements, de désirs d'émancipation et d'affirmation de soi à travers le regard des pairs. Ainsi, cette période de construction identitaire pousse l'adolescent vers une confrontation extérieure. La société actuelle tend également à générer chez les adolescents un certain « sentiment d'insécurité face à l'avenir et à l'absence de perspectives. Ils ne perçoivent pas dans l'avenir d'objectif dans lequel ils puissent s'investir positivement. Cette absence de perspectives conduit à des attitudes et des comportements qui se limitent à l'immédiat et au quotidien » (Furlong et al. 2000, p.241). Dans le même temps, les adolescents ont tendance à se focaliser sur l'extérieur et sur certaines distractions, tels que les smartphones et les jeux vidéos, ce qui a pour effet de les éloigner de leur « antre ». Etant donné ces contextes, il est nécessaire de pouvoir appréhender ces problématiques avant d'agir concrètement sur leur insertion professionnelle.

Au sein de la structure, les participants ont la possibilité de commencer un suivi avec un psychothérapeute afin de déposer leurs difficultés. Cependant, tous les participants ne sont pas prêts à suivre une telle démarche. Dans ce cas, il se peut également que les référents

se trouvent démunis ou manquent d'outils leur permettant d'aller à l'essence même de la problématique.

Ayant suivi une formation en Thérapie Systémique Phénoménologique et Intégrative et réalisé un travail personnel à l'aide des constellations familiales, j'ai alors imaginé utiliser cet outil avec les adolescents que j'accompagne.

Les constellations familiales, fondées par Bert Hellinger, s'inscrivent dans le courant des thérapies systémiques et se basent sur des concepts tels que les ordres de l'amour, le mouvement de l'âme et de l'esprit, ainsi que sur la phénoménologie. Elles agissent sur des plans de conscience non perceptibles pour l'être humain et ont été conçues pour remettre de « l'ordre » dans les systèmes afin que chacun retrouve sa véritable place. De plus, cette méthode permet de libérer certains blocages et traumatismes vécus, autres que ceux liés à la famille et qui peuvent rester inscrits dans les mémoires cellulaires de notre corps. Ainsi, cette approche ne se limite pas seulement à l'aspect mental, mais c'est au travers du ressenti physique et émotionnel que la personne est amenée, dans un premier temps, à conscientiser le problème et, dans un second temps, à s'en libérer.

Dès lors, les constellations familiales permettent à l'individu, à travers une démarche bienveillante, de se reconnecter à ses émotions et ses vrais besoins. Cependant, cette méthode ne fait pas partie de nos moyens d'accompagnement actuels. A mes yeux, elle gagnerait à être reconnue et développée comme moyen d'action car elle m'a démontré, à plusieurs reprises, sa pertinence dans le domaine privé.

Ces constats m'ont alors amené à me questionner quant à l'éventuelle reconnaissance de cette méthode au sein de la structure dans laquelle je travaille et c'est également pour cette raison que je souhaite mener une telle investigation. L'idée de mon travail de mémoire est donc d'explorer les bienfaits, les avantages, les désavantages ou les éventuelles difficultés des constellations familiales en parallèle au processus d'insertion socio-professionnelle des participants de la Préfo.

### 1.1.2 Thématique traitée

Selon le site de la Préfo (<http://www.reper-fr.ch/secteur-prefo/plus-de-detaills-offres/>) les intervenants ont pour but « d'identifier les capacités des participants en valorisant leurs ressources et en tenant compte de leurs difficultés. Un travail de développement de la personnalité est encouragé par différents moyens tant en individuel qu'en petit groupe ». Pour ce faire, ils bénéficient d'une grande marge de manœuvre et peuvent ainsi faire preuve de créativité dans le suivi des participants. L'objectif étant d'accompagner ceux-ci vers la réalisation d'un projet professionnel cohérent et réalisable.

Chaque intervenant suit de manière régulière un certain nombre de participants en favorisant une collaboration saine et un lien de confiance, tant avec le participant qu'avec le réseau. Cependant, ce travail peut être complexe en raison de différentes problématiques. En effet, il arrive que certains adolescents n'aient plus confiance en l'adulte développent des comportements à risque, se construisent avec certaines déviations ou encore que la communication avec leurs parents soit brisée.

Le fait que les participants aient droit à une mesure d'une année scolaire au maximum est un critère qui rend parfois l'accompagnement obsolète. En effet, la construction d'un lien de confiance et d'une alliance avec le réseau nécessitent beaucoup de temps et de régularité. Cette réalité peut parfois générer un certain sentiment de frustration chez les intervenants qui ont l'impression de manquer de temps ou de ne pas avoir pu aller suffisamment en profondeur dans l'appréhension de la situation.

En parallèle, l'utilisation de la méthode des constellations familiales semble tout à fait pertinente en raison de l'effet quasi immédiat qu'elle produit. Cette approche, qui favorise le ressenti émotionnel et physique à travers le principe de résonance, permet d'accéder à des informations subtiles et chargées d'affect. Elle amène la personne à une introspection

profonde, faisant parfois ressurgir de très fortes émotions et peut provoquer des remises en question entraînant la personne dans un processus de prise de conscience et de changement. A la suite de mes expériences dans le domaine privé, j'ai constaté que, parfois, la personne a besoin de temps dans le but de se recentrer sur elle-même et pour pouvoir ensuite envisager de nouvelles perspectives.

A mes yeux, cette méthode est donc tout à fait appropriée pour répondre au besoin de notre public et pourrait offrir aux intervenants un outil d'accompagnement efficace et pertinent.

### 1.1.3 Intérêt présenté par la recherche

Sur un plan personnel, mon chemin de vie m'a amené à rencontrer certaines difficultés. En effet, diverses problématiques liées à mon histoire familiale, mais également certains blocages émotionnels m'empêchaient d'avancer. J'ai alors recherché un moyen, une méthode pour me permettre d'évoluer et de me rapprocher de mes aspirations les plus profondes. Après avoir essayé plusieurs approches, j'ai finalement découvert les constellations familiales.

Suite à ce travail de développement personnel et thérapeutique, j'ai pu percevoir des résultats concrets sur ma personne. Voyant l'impact et l'efficacité de ce travail, j'ai décidé d'entreprendre une formation en Thérapie Systémique Phénoménologique et Intégrative (TSPI) qui se base sur les fondements des constellations familiales et qui s'est soldée par l'obtention d'un certificat. Cette démarche s'inscrit dans une volonté d'aider et d'accompagner à mon tour les personnes en difficulté au moyen de cette méthode.

A la suite de cette formation et après avoir pratiqué cette méthode dans le privé, j'ai envisagé l'idée de l'intégrer comme moyen d'accompagnement avec les participants de l'institution. De mon point de vue, elle est complémentaire car elle se base sur le ressenti et les émotions du participant et non pas seulement sur les constructions mentales.

De ce fait, la méthode permet de sortir des fausses croyances et des idées préconçues que porte le participant et qui peuvent être un frein à son émancipation ainsi qu'à la réalisation de son projet professionnel. Cette méthode a pour but de faire ressentir et conscientiser ce qui est vraiment présent pour la personne. Elle permet également de voir la problématique du bénéficiaire sous un autre angle et ainsi d'enrichir la palette des hypothèses de compréhension et d'action. Ses effets offrent des résultats rapides et instantanés, autant pour le client que pour l'intervenant.

Cependant, il semble important de préciser que cette méthode est encore peu connue en Suisse et que la formation de ses praticiens n'est pas reconnue sur un plan fédéral. D'ailleurs, à ma connaissance, aucune institution n'utilise cette méthode ouvertement et de manière formalisée, même si certaines institutions ou écoles font appel à cette méthode de manière ponctuelle par l'intervention de personnes extérieures.

Ces constats m'amènent à plusieurs questionnements : « Une telle démarche d'accompagnement peut-elle se faire au sein de l'institution ? Est-elle adaptée à la mission institutionnelle et à nos moyens d'accompagnement ? Est-ce que les participants de la Préformation Professionnelle Reper sont à même de faire preuve d'un véritable engagement et d'une volonté de changement ? ».

L'intérêt suscité par ma recherche est donc de vérifier si la méthode des constellations familiales est un outil pour favoriser l'accompagnement d'adolescents et jeunes adultes âgés entre 15 et 25 ans dans un processus de recherche de voies de formation. De plus, mon objectif, en rédigeant ce mémoire, est de participer à la reconnaissance de la méthode et de la visibiliser dans un contexte différent.

## 1.2 Problématique

Ce sous-chapitre permet d'introduire la question de départ, de préciser les limites et restrictions posées à la recherche ainsi que de préciser les objectifs de la recherche.

### 1.2.1 Question de départ

A la suite de mes questionnements et de mes recherches, la perspective d'un travail axé sur la pertinence des constellations familiales en milieu institutionnel et plus particulièrement dans un processus d'insertion socio-professionnelle m'a paru évidente.

Etant moi-même praticien de cette méthode dans le domaine privé, j'ai souhaité étudier la possibilité d'utiliser la méthode dans un contexte professionnel. Ainsi, ma question de recherche est la suivante :

**La méthode des constellations familiales est-elle appropriée pour favoriser l'accompagnement de jeunes adultes âgés entre 15 et 25 ans en difficulté dans un processus d'insertion professionnelle ?**

### 1.2.2 Précisions et limites posées à la recherche

Etant donné que les participants avec lesquels la recherche s'effectue sont présents dans la structure pour une durée limitée de deux mois et demi avant la fin de l'année, je me dois de poser quelques limites à ma recherche:

- La recherche s'effectue avec 5 personnes au maximum.
- Le nombre de séances est limité à 3 séances d'une heure par participant.

J'ai également établi d'autres restrictions qui sont liées à la complexité de la méthode :

- Je ne vais pas retranscrire chaque séance, car il ne m'est pas possible de prendre des notes en même temps que d'animer une constellation familiale. De plus, un enregistrement ne me permettrait pas de refléter exactement les aspects subtils liés au ressenti ainsi que les mouvements de l'âme et de l'esprit qui font partie des fondements de base des constellations familiales. Je décide donc de me baser principalement sur les réponses des participants émises dans le questionnaire.
- D'un point de vue théorique, je dispose de peu d'ouvrages sur lesquels me baser. En effet, à ma connaissance, aucune structure similaire à la Préfo n'utilise la méthode des constellations familiales.

### 1.2.3 Objectifs de la recherche

Afin de répondre à ma question de recherche et ainsi de vérifier l'adéquation entre la méthode des constellations familiales et l'accompagnement proposé au sein de mon institution, je souhaite exposer les objectifs théoriques et pratiques présentés ci-dessous :

- Définir la méthode des constellations familiales
  - Son origine et histoire
  - Sa pratique
  - Son utilité
  - Le public cible
  - Ses effets sur l'insertion professionnelle
- Approches institutionnelles et concepts théoriques de l'insertion socioprofessionnelle
  - Moyens d'accompagnement utilisés à la Préfo afin de favoriser l'insertion socioprofessionnelle en parallèle à la mission institutionnelle et aux objectifs de la structure
  - Définir ce qu'est une insertion socioprofessionnelle réussie (les compétences à mobiliser)



- Définir les facteurs clés du succès de l'insertion socioprofessionnelle
- Expérimenter la méthode des constellations familiales avec des participants de mon groupe
- Analyser les résultats de l'expérimentation du point de vue des participants grâce à un questionnaire.

### 1.3 Cadre théorique et/ou contexte professionnel

Dans cette partie, il s'agit de présenter le contexte professionnel et de développer de manière plus précise les concepts théoriques que j'ai retenus pour la recherche, c'est-à-dire, les moyens d'accompagnements utilisés et les approches psychopédagogiques de la Préfo, le concept de l'insertion socioprofessionnelle et la méthode des constellation familiales.

#### 1.3.1 La Préformation Professionnelle REPER

Ce point est destiné à la présentation de la structure dans laquelle je travaille. Il me semble pertinent de commencer par la définition des approches et des objectifs utilisés à la Préfo dans le but de mieux saisir ma réalité professionnelle.

##### *Missions institutionnelles et objectifs*

Tout d'abord, il me semble important de vous présenter, de manière concise, mon contexte de travail, ainsi que ma posture professionnelle en tant que maître socio-professionnel. Pour ce faire, voici une brève présentation de la Préformation Professionnelle REPER, structure dans laquelle j'évolue depuis 5 ans. La description faite ci-dessous est en partie tirée du site internet : <http://www.reper-fr.ch/lassociation-reper/>.

L'Association REPER se compose de 5 secteurs qui ont pour mission générale de contribuer à la promotion de la santé et de développer toutes mesures utiles à la prévention des dépendances et des situations à risques. Elle s'adresse à un large public tout en privilégiant son action auprès des jeunes.

Le secteur dans lequel je travaille accueille des adolescents et des jeunes adultes de 15 à 25 ans à la recherche d'une formation professionnelle initiale. Ils sont orientés chez nous en raison d'un certain nombre de difficultés d'ordre psychosocial. Ces personnes bénéficient d'une mesure du chômage limitée à une année d'accompagnement s'ils n'ont pas trouvé de solutions de formation entre temps. L'objectif final est d'obtenir une place d'apprentissage ou d'élaborer un projet de formation individualisé et cohérent.

##### *Moyens d'accompagnement et approches psychopédagogiques*

Dans un deuxième temps, il s'agit de définir les différents moyens d'accompagnement et les approches de référence de la structure afin de mieux comprendre comment les intervenants accompagnent les participants.

Pour commencer, je présente l'approche centrée sur la personne qui est le point d'ancrage de l'Association Reper. Cette approche est un modèle psychothérapeutique développé par le psychologue et pédagogue Carl Rogers et s'inscrit dans le mouvement humaniste. Ce courant trouve ses racines dans l'Antiquité occidentale et orientale, il se constitue véritablement pendant la Renaissance et situe l'être humain au cœur du cosmos (Odier, G., 2012, p. 27).

Finalement, l'approche centrée sur la personne est une thérapie qui accompagne une personne dans une démarche de non-directivité et qui l'amène à faire émerger ses propres valeurs. Cette approche n'est pas possible sans ses fondements de base, qui sont de faire preuve d'une écoute active sans influencer le client et où le thérapeute est capable d'être empathique et congruent. Aussi, il est important que le thérapeute soit authentique dans la relation avec son client.

En complément à cette approche, la Préfo utilise le concept d'éducation cognitive. Selon la définition du site internet <http://www.education-cognitive.ch/education-cognitive-2/>, cette méthode est définie comme étant « issue de la recherche pluridisciplinaire que sont les sciences cognitives ». La méthode se base sur « la transmission des outils de pensée en y incluant l'intelligence mais également les émotions ». Au travers de cette méthode on peut, d'une part augmenter chez une personne le potentiel de son fonctionnement mental ou enrichir son intelligence et d'autre part la qualité de ses réponses adaptatives. Les progrès se font au travers de l'apprentissage et de l'entraînement, tels que nous les exerçons au sein même des ateliers pratiques de notre structure.

En parallèle, les intervenants de la structure peuvent également mobiliser des outils relatifs à **l'approche cognitivo-comportementale**. Selon le site (<http://www.pmse.ch/wp-content/uploads/2014/01/Medecine-de-l-obesite-Flammarion-2004>)

Cette approche vise, à l'aide des techniques de déconditionnement et de reconditionnement, à faire diminuer des comportements symptomatiques. Elle tend à modifier des automatismes réflexes et elle se concentre sur diverses séquences comportementales et sur la restructuration cognitive afin de permettre à une personne de faire le lien entre un événement précis, une émotion, des pensées et un comportement.

Ensuite, nous pouvons également citer **l'approche systémique** (<http://www.psychologue.com/quoi.html>) qui est très souvent utilisée lors de nos entretiens individuels et lors de nos « colloques cliniques ». Selon le psychologue Jacques St.-Onge, spécialiste de l'approche systémique, cette méthode « se distingue des autres approches par sa façon de comprendre les relations humaines ». En effet, cette approche se démarque par la prise en compte des éléments entourant l'individu. La personne n'est pas le seul élément analysé dans la démarche. Le psychologue accorde aussi une importance aux différents systèmes dont elle fait partie (familial, professionnel, social, etc.). Cette personne est influencée à la fois par ses intentions, celles des autres et celles des possibilités du milieu et/ou du système.

L'idée principale est que l'histoire de la famille agit sur l'individu. Cet individu transporte avec lui des valeurs, des émotions et des comportements véhiculés par la famille et ceci depuis plusieurs générations. En fait, si une partie du système ne fonctionne pas bien ou éprouve des difficultés, cela risque d'affecter tout le système. Ce postulat de l'approche systémique est beaucoup utilisé dans l'accompagnement des participants de notre structure, étant donné que nous nous intéressons à l'étendue de leur système afin de mieux les comprendre dans leur globalité.

Pour terminer, il convient de définir **l'approche orientée ressources et solutions**, qui est fréquemment utilisée pour favoriser le développement des ressources des participants. Il s'agit d'une manière de percevoir la problématique et d'appréhender les solutions.

Afin de vous présenter l'approche telle qu'elle est utilisée dans mon contexte professionnel, j'ai choisi de citer un extrait du « *Bilan d'activités 2012-2013 de la Préformation Professionnelle Reper* ».

Dans notre processus d'accompagnement des participants, nous travaillons avec le jeune aussi bien de façon individuelle, lors d'entretiens de référence, qu'en groupe. Quelle que soit la forme de l'accompagnement, nous nous appuyons sur les ressources du participant pour construire avec lui un projet professionnel et social basé sur ses forces et ressources.

Cette approche « orientée ressources » nous permet d'aider le participant à entrer dans un processus d'activation de ses possibilités personnelles. Nous partons du



postulat suivant : le participant a tout en lui pour trouver une solution de formation adaptée et attrayante. Pour y parvenir, il s'agit dans un premier temps pour le jeune de découvrir ses capacités et ses compétences et de les renforcer aussi bien lors des différents temps de formation à l'interne, que lors de stages en entreprises. (Giroud, 2013, p. 10)

Ainsi, toutes ces approches et méthodes de travail permettent d'appréhender les problématiques des participants sur un plan théorique et pratique.

### 1.3.2 L'insertion socioprofessionnelle

L'insertion socioprofessionnelle étant la mission principale de la Préfo, il convient dans un premier temps de la définir pour mieux en saisir les enjeux. Il s'agira également de définir quels sont les facteurs clés pour favoriser l'insertion des adolescents et des jeunes adultes fréquentant la structure.

#### *Définition de l'insertion socioprofessionnelle*

Pour commencer, il est nécessaire de traiter du concept de l'insertion socioprofessionnelle relative à la problématique du public que j'accompagne. Il s'agira de le définir et d'en cerner les enjeux afin de vérifier si la méthode des constellations familiales a une influence positive ou non sur le processus d'insertion socioprofessionnelle des participants.

Selon V. Périard (communication personnelle, 03.03.2011), enseignante à la Haute Ecole de Travail Social Fribourgeoise et qui traite de l'insertion des jeunes en situation de transition école-métier, l'insertion est une notion polysémique. Dès lors, l'insertion désigne un but mais aussi un ensemble de moyens et englobe l'insertion tant professionnelle que sociale et symbolique.

Pour comprendre la notion d'insertion, il est important de connaître celle de l'intégration. Ces termes sont étroitement liés étant donné qu'ils représentent des solutions au phénomène d'exclusion. Cependant, ils s'utilisent dans des contextes bien différents et concernent des champs d'action distincts. En effet, l'insertion « se satisfait d'une inclusion fonctionnelle », alors que l'intégration « pose le principe d'une appartenance » (A. Labregère, communication personnelle, 2014-2015).

Dans ce sens, la notion d'insertion cible des groupes particuliers et déploie à leur intention des stratégies spécifiques. Agissant en aval, l'insertion touche différentes dimensions. Je prends ici pour exemple la mise en place de mesures du marché du travail dont notre structure fait partie. Selon Taboada Leonetti (1994), l'insertion comprend une dimension professionnelle et économique, une dimension sociale et une dimension symbolique (p. 4). Toujours selon l'auteur (1994), la dimension professionnelle fait référence à des activités de production et de consommation, c'est-à-dire à l'emploi et aux ressources financières (p. 4). Pour l'aspect social, on entend l'inscription de l'individu dans des réseaux primaires (famille, cercle d'amis) et institutionnels. Et finalement la dimension symbolique qui se fait à travers la participation sociale, c'est-à-dire le partage de normes et de valeurs, ainsi que de représentations collectives qui définissent les normes sociales.

Enfin, nous pouvons constater que la problématique d'insertion comprend également une dimension personnelle et comme le relève Taboada Leonetti (1994) « pour être totalement inséré et reconnu socialement, l'individu doit s'inscrire dans ces trois dimensions fondamentales (p. 4). Ainsi, nous constatons au sein de la Préfo que souvent les difficultés familiales et sociales des participants ont un impact direct sur le processus d'insertion professionnelle.

Par exemple, lorsqu'un participant rencontre des difficultés avec son système familial, il est souvent difficile pour lui de se consacrer à l'avancée de son projet professionnel, comme si ce dernier n'était plus la priorité. Ce constat est d'autant plus pertinent du fait que chaque

problématique et que chaque individu aura des besoins différents. L'intervenant doit donc disposer d'une palette d'outils mobilisables lui permettant d'y répondre.

### **Facteurs clés du succès**

Etant donné que le cadre de ma recherche se réalise à la Préfo, il me paraît essentiel de définir ce que la structure met en œuvre pour parvenir à une insertion socioprofessionnelle réussie et quels en sont les facteurs de réussite.

La mission principale de la Préfo est de favoriser la réalisation d'un projet professionnel et social pour des adolescents et des jeunes adultes. Pour ce faire, nous avons défini certaines compétences de base qui, selon le processus de formation des participants et la mission institutionnelle, sont nécessaires pour une insertion socioprofessionnelle réussie et il me semble important de relever que notre concept institutionnel en lien avec l'insertion se base principalement sur l'acquisition de compétences transversales.

Ainsi, le concept institutionnel de la Préfo définit certaines compétences transversales que le participant devrait idéalement développer durant son parcours au sein de la structure. Je les ai classées ci-dessous selon le modèle théorique de Taboada Leonetti afin de mieux cerner les facteurs clés d'une insertion socioprofessionnelle réussie.

Premièrement, d'un point de vue social, le participant doit être capable de :

- Exprimer ses besoins
- Respecter les autres et se faire respecter
- Développer la connaissance de soi
- Reconnaître certaines conduites à risque
- Prendre connaissance et conscience de ses propres ressources (valorisation)

Deuxièmement et d'un point de vue professionnel et économique, le participant doit être capable de :

- Comprendre les enjeux du monde professionnel
- Respecter la ponctualité
- Définir et mettre en œuvre un projet professionnel cohérent et réalisable
- Comprendre les attentes d'un patron et de l'entreprise
- Adopter une attitude adéquate lors des stages en entreprise
- Mettre en avant ses compétences et ressources personnelles
- Répondre aux exigences du monde économique (employabilité)

Troisièmement et d'un point de vue symbolique (normes et valeurs), le participant doit être capable de :

- Evoluer dans un groupe et de collaborer avec celui-ci
- Communiquer avec autrui
- Connaître les codes et les normes sociales
- Se remettre en question
- Prendre position dans un groupe de personnes

Finalement, pour favoriser l'insertion des participants, on peut remarquer qu'il est nécessaire de travailler sur chacune de ces dimensions. Durant leur parcours à la Préfo, les participants ont donc la chance de pouvoir développer et acquérir certaines compétences clés pour s'insérer pleinement dans le monde du travail. Nous travaillons sur chacun de ces axes, tant au sein des ateliers que lors des séances de coaching et lors des moments de travail en groupe que nous nommons plénums.

### 1.3.3 Les constellations familiales

Suite à l'étude du concept d'insertion socioprofessionnelle, il convient de présenter l'origine et les concepts fondateurs des constellations familiales.

#### **L'origine**

Bert Hellinger, né en 1925, est le fondateur du concept. Ce dernier a étudié pendant 16 ans la communauté zoulou en Afrique du Sud. Cette expérience l'a amené à devenir psychanalyste et par la suite, il s'est beaucoup intéressé à la dynamique de groupe, à la thérapie primale, à l'analyse transactionnelle, ainsi qu'à diverses méthodes hypnotérapeutiques. C'est notamment grâce à l'ensemble de ses connaissances et expériences dans ces différents domaines que Bert Hellinger a développé sa propre méthode : les constellations familiales (2006, p. 5).

#### **Définition et objectifs visés**

Patricia Lecoufflé, conseillère systémique et diplômée en constellations familiales, définit la méthode de la manière suivante :

Une approche dynamique et nouvelle de traitement des systèmes (famille, milieu du travail, etc.). Elle procède à une mise en place dans l'espace des éléments constituant un système, soit à l'aide de représentants (participants du groupe dans un atelier), soit à l'aide de symboles (en consultation individuelle). Elle permet ainsi un repérage des facteurs de déséquilibre au sein du système travaillé, suivi d'une remise en ordre appropriée, appliquant les lois de cohésion. Appliquée au système familial, la méthode des constellations utilise la base théorique de la psychogénéalogie, avec le concept de transmission transgénérationnel des schémas de vie. ([http://www.constellationsfamiliales.com/Programme\\_details/Constellations%20individuelles%20\(F\).pdf](http://www.constellationsfamiliales.com/Programme_details/Constellations%20individuelles%20(F).pdf))

Dans leur ouvrage paru en 2002, Holitzka et Remmert énoncent que « le but d'une constellation familiale est, à partir d'un problème bien déterminé, de révéler les causes systémiques et de trouver une solution. Travailler avec les constellations familiales permet de trouver l'origine des perturbations, et ainsi de les « nettoyer », d'une façon symbolique, par des paroles ou des gestes » (p. 123). Finalement, cette méthode permet de conscientiser et de travailler, tant sur la problématique que sur l'élaboration de stratégies.

Pour ce faire, les individus vont travailler avec leur ressenti physique, appelé plus communément dans cette approche, la résonance. En effet, lorsque le facilitateur va proposer une phrase solution, il va questionner les représentants pour savoir si l'information est juste ou non. Selon les bases de la physique quantique, toute information verbalisée est avant tout une fréquence vibratoire. Dès lors, si celle-ci est véridique pour le client, le représentant va sentir une amplification de la fréquence vibratoire dans son corps et saura que l'information est vraie.

De ce fait, la résonance prend une place importante dans la méthode des constellations familiales. Elle est le moyen utilisé pour questionner les participants et vérifier la véracité des réponses. La vérification de celles-ci se fait au travers du ressenti et non pas seulement de ce qui résulte de notre mental. Elle se traduit par une sensation qui traverse le corps et peut se manifester de différentes manières selon les personnes. En effet, certaines ressentiront un frisson qui traverse leur corps et d'autres ressentiront tout simplement que c'est vrai sans pouvoir vraiment l'expliquer.

#### **La thérapie systémique et transgénérationnelle**

Parmi les fondements de base des constellations familiales, on retrouve également les relations transgénérationnelles.

Le Transgénérationnel est une transmission, un héritage invisible, qui concerne ce qui n'a pas été formulé, ni partagé au travers des générations antérieures. Il peut s'agir de non-dits,

de tabous, voire même de secrets de famille bien enfouis. En quelque sorte, il s'agit de mémoires inconscientes qui restent actives tant qu'une situation reste en suspens et qu'elle n'est pas réglée. De ce fait, nous sommes tous d'une certaine manière liés au destin familial (Thomas, 2014, p. 25).

Dans l'ouvrage « *Constellation familiale, psychothérapie et cure d'âme* » de Bert Hellinger, l'auteur écrit qu'au fil de ses expériences, il s'est très rapidement aperçu que beaucoup de méthodes thérapeutiques n'atteignaient peu souvent les couches plus profondes de l'âme (2006, p. 5).

Alexandra Caymmi, Psychologue et Psychothérapeute FSP, avec laquelle je me suis formé aux constellations familiales et TSPI, définit le mouvement de l'âme comme étant un processus naturel et d'une nécessité lors d'un suivi thérapeutique.

Selon elle:

Le but des constellations, comme de tout bon travail thérapeutique est de se recentrer, de retrouver l'Unité ou l'essence. Plus nous nous centrons, plus nous avons confiance en la vie et moins nous avons besoins de contrôler le monde qui nous entoure. L'Univers est envisagé comme une partie de chaque être humain et inversement. En se connectant à l'Univers, on se donne les moyens d'une transformation de soi, on devient créateur. Guérir veut donc dire retrouver la totalité et la créativité. (Caymmi, 2013, p. 1)

En parallèle, la méthode des constellations familiales se différencie, à mes yeux, par la place particulière que prennent le ressenti et les émotions du participant. Elle ne se base pas uniquement sur une construction mentale mais au travers de tout le corps.

### ***L'attitude phénoménologique***

La phénoménologie, telle qu'on la retrouve dans les constellations familiales, est une approche qui implique pour le thérapeute d'être entièrement dédié à l'expérience qui se vit dans le moment présent avec son patient. Cette attitude permet la prise de conscience de certaines problématiques et l'émergence de solutions. La notion de non directivité est essentielle pour rendre possible l'expérience (Hellinger, 2010, pp. 36-37).

De manière plus précise, l'attitude et la méthode phénoménologique ont pour but de créer un espace. Dans cet espace, la réserve de la part du thérapeute et du groupe permet de mettre en lumière les relations et les intrications pour ensuite aller vers une solution. Dans cet espace, les participants bénéficient d'une force extérieure qui agit à travers eux (Hellinger, 2010, p. 299).

Selon Carl Rogers, la phénoménologie implique l'émergence spontanée du sensible. Elle apparaît sans forme concrète, mais se traduit au travers du ressenti (Odier, 2012, p. 29).

### ***Les mouvements de l'âme et de l'esprit***

Dans ce sous-chapitre, il convient de présenter de manière plus détaillée le mouvement de l'âme et le mouvement de l'esprit qui ont déjà brièvement été évoqués dans le point 1.1.1.

Le mouvement de l'âme a fait son apparition dans les constellations familiales de Berth Hellinger au milieu des années 1990. Ce mouvement se définit comme étant un processus naturel, une ouverture de notre âme vers l'autre et cette démarche se fait sans jugement. On part du principe que si une personne agit d'une certaine façon, c'est forcément qu'il y a une dynamique qui la pousse à agir ainsi. Le mouvement de l'âme n'est pas une méthode en soi mais une autre manière de percevoir le monde.

Ce mouvement, ou plutôt cette ouverture d'esprit, commence chez le thérapeute qui doit être dépourvu non seulement de jugement mais également de peurs. De par cette posture, le thérapeute peut enfin laisser place à tout ce qui se présente à lui. Tout ceci n'est possible que si le thérapeute est lui-même capable de sentir le mouvement de sa propre âme et de faire preuve d'ouverture envers les autres. Le travail sera d'autant plus profond s'il arrive à

sentir l'âme du client. L'utilité de ce mouvement est notamment d'interrompre la répétition de situations vécues dans les générations antérieures. Il s'agit également d'apporter de nouvelles solutions au-delà de la conscience, ceci dans le but de rétablir l'ordre et éviter que ces anciennes situations ne perdurent.

En ce qui concerne le mouvement de l'esprit, il est plus vaste que celui de l'âme. En effet, il perçoit l'unité qui relie tout le système et dont les substituts en sont des composantes. Autrement dit, il s'agit d'une vue plus globale, le mouvement de l'esprit ne se limite pas à un seul individu. Son rôle est de rétablir les types de relations entre les membres d'un même système ou alors entre différents systèmes.

### **Les ordres de l'amour selon Bert Hellinger**

Les ordres de l'amour définissent la place que prend chacun des membres de la famille dans son propre système. Il arrive que certains prennent la place d'autres, comme par exemple, dans le cas de la « parentification » où l'enfant prend la place de la mère ou du père. Si l'on bouleverse l'ordre d'origine, cela provoque un déséquilibre dans la famille et tant qu'il n'est pas réglé, la descendance continue de le porter et tente de se rééquilibrer inconsciemment dans une autre situation. Parmi ces ordres figurent :

- La hiérarchie entre les relations

Il peut arriver que les enfants prennent plus de place que le couple. Il y a donc un déséquilibre dans les relations. La relation de couple se construit avant la relation de parents et la relation avec le premier enfant avant celle du deuxième. C'est une hiérarchie naturelle et elle doit être respectée.

Ce genre de désordre peut également apparaître lors de la perte d'un enfant avant la naissance, car celui-ci n'est pas souvent pris en compte et cela peut créer un désordre pour l'enfant qui va venir après. De ce fait, il se peut que le nouveau venu ne trouve pas sa véritable place dans le système familial et qu'inconsciemment, cela se répercute dans sa vie et ses relations. La méthode des constellations familiales permet alors de conscientiser ce désordre et d'aider la personne à retrouver sa véritable place A. Caymmi (communication personnelle, 21.09.2013).

- Le droit de participation

Lorsque l'on exclut quelqu'un ou quand on fait comme si une personne n'existait plus, on crée un désordre dans les relations. Personne ne peut nier sa place. Si on exclut une personne, cela a une influence sur les membres du système. Les personnes qui entreront plus tard dans le système reproduiront dans leur vie le destin des personnes qui avaient été rejetées ou exclues.

## **1.4 Cadre d'analyse**

Dans ce sous-chapitre, je vais développer le processus, ou autrement dit, la méthodologie de recherche que j'ai retenue pour mener à bien mon enquête.

### **1.4.1 Terrain de recherche et échantillon retenu**

Tout d'abord, j'aborderai les critères liés au choix du public cible et la manière dont j'ai abordé le terrain de recherche. Ensuite je présenterai l'instrument de récolte de données, à savoir l'enquête par questionnaire et la méthode de récolte des données choisies.

#### **Terrain**

Il convient de présenter le terrain de recherches relatif à mon travail. En effet, plutôt que de me baser uniquement sur des ouvrages présentant la pratique des constellations familiales, j'ai choisi de l'expérimenter moi-même avec des participants de l'institution dans laquelle je

travaille. Ma première réflexion était de questionner les professionnels qui pratiquent les constellations familiales dans le cadre de suivis socio-éducatifs, mais au vu des divergences des contextes professionnels et de la disponibilité de ceux-ci, j'ai décidé de mener ma réflexion exclusivement sur le vécu des participants.

De plus, j'ai remarqué par la suite qu'aucune de ces personnes n'avait déjà exploré cette méthode dans un contexte professionnel comparable à celui dans lequel je travaille. En résumé, mon étude se base sur le vécu des personnes concernées afin que celle-ci soit le plus proche possible de la réalité.

### **Critères de sélection du public-cible**

Dès lors, les critères de sélection du public cible, en lien avec ma question de recherche, sont :

- Etre inscrit à la Préformation Professionnelle Reper
- Fréquenter de manière régulière la structure
- Etre un jeune homme ou une jeune femme entre 15 et 25 ans
- Etre d'accord de s'engager dans la démarche et d'expérimenter la méthode à mes côtés.

Etant donné que je n'ai pas réalisé une étude de type comparatif, certains critères n'ont pas été considérés, tels que l'origine, la culture, l'âge ou le sexe, car ils n'influencent pas mes intentions de recherche. Cependant, tous participent à un processus d'insertion socioprofessionnelle dans le cadre d'une mesure du marché du travail (MMT).

D'ailleurs, pour mieux se rendre compte de l'échantillonnage, j'ai réalisé un tableau synoptique qui regroupe tous les participants à cette recherche. Il s'agit d'une photographie représentative du profil des participants.

<b>Nom fictif</b>	<b>Age</b>	<b>Origine</b>	<b>Commentaires et remarques</b>
Karim	19	Suisse	Karim est à la recherche d'une voie de formation de type Attestation Fédérale de Formation Professionnelle (AFP) en tant que logisticien. Karim vit avec sa mère et entretient une relation difficile avec son père. De nature timide et réservée, nous avons une très bonne collaboration.
Alex	18	Portugaise	Alex vient de signer un contrat pour un stage de longue durée comme employé de commerce dans une agence de conseil en assurance. Sur le plan personnel, elle travaille sur ses relations avec certains membres de sa famille, notamment par rapport à sa mère. Doté d'un caractère confrontant, il a tout de même une grande sensibilité, cependant il a parfois de la peine à la canaliser. Il se montre très intéressé à poursuivre son travail de développement personnel.
Jules	19	Portugaise	Jules est à la recherche d'une formation dans le domaine de la vente et évolue dans un contexte familial très difficile. Jules a souvent besoin d'attention et de reconnaissance pour déposer ce qu'elle vit à la maison. Consciente et mature, elle se connaît bien et se livre volontiers.



Léo	17	Suisse / Portugaise	Léo est à la recherche d'une voie de formation artistique et veut entrer dans une école. Léo est une personne très attachante et sensible avec une très bonne capacité d'expression. Il a perdu son père récemment dans un accident et est en période de deuil.
Liam	17	Portugaise	Liam recherche une formation initiale dans les domaines de la petite enfance et de la vente. Il vit avec ses deux parents et est fils unique. Il a subi un grand traumatisme à l'âge de 15 ans et a besoin de libérer l'empreinte laissée par le traumatisme.

### **Autorisation et consentement éclairé**

Une fois la question de mon projet de mémoire définie, j'ai demandé un entretien avec mon responsable car il était primordial d'avoir son accord pour réaliser l'expérience au sein même de la structure. Suite à notre discussion, il m'a donné son accord mais à quelques conditions que je vous expose ci-dessous et qui figurent dans le document nommé *Autorisation* (cf. Annexe I) :

- Les participants savent ce que sont les constellations familiales et dans quelle sorte de démarche ils s'engagent.
- Les participants sont volontaires.
- Les participants peuvent arrêter l'expérience à tout moment.
- Les mineurs bénéficient de l'accord de leurs parents.

Une fois les conditions posées, je me suis attelé à réaliser un *Descriptif des constellations familiales* (cf. Annexe II) destiné à être distribué aux participants et à leurs parents. Une fois ces documents réalisés, je les ai soumis à mon responsable de façon à ce que celui-ci me donne son accord définitif.

### **Prise de contact avec le public-cible**

Ayant obtenu l'aval de mon responsable de secteur, j'ai pu présenter le projet aux participants que j'accompagne. Le but étant que ceux-ci prennent connaissance de la démarche et des conditions de réalisation. Je leur ai donc expliqué, au préalable, en quoi consistent les constellations familiales et leur ai donné toutes les informations nécessaires au bon déroulement de la recherche, puis j'ai sondé l'intérêt des participants.

Voici donc les informations liées au processus de réalisation de mon enquête que j'ai transmises aux participants, à savoir :

- Le nombre de séances individuelles et leur durée, soit 3 séances d'une heure
- Le lieu où vont se dérouler les séances, c'est-à-dire, à la Préfo
- Le fait qu'à l'issue des rencontres, un questionnaire devra être rempli
- La fourniture d'un descriptif du déroulement de l'enquête
- La demande d'autorisation des participants, à signer (cf. Annexe III).

En ce qui concerne les personnes mineures, la signature des parents figure sur l'autorisation et, avant de commencer l'expérimentation, je me suis soucié de récolter toutes les autorisations afin de répondre aux questions éthiques et exigences de mon responsable de secteur.

### 1.4.2 Méthodes de recherche

Dans cette partie, je vais présenter la méthode de recherche utilisée pour mener à bien mon analyse. Dans un premier temps, l'expérimentation des constellations a été réalisée avec les participants. Leur expérience a ensuite été mise en évidence à travers le questionnaire (cf. Annexe IV).

Premièrement, il convient de mettre en lumière les conditions dans lesquelles s'est déroulée l'expérimentation des constellations avec les participants. Les séances se sont déroulées au sein même de la Préfo. Lors de ces séances, je me suis retrouvé seul en tant qu'animateur avec le participant. J'ai choisi de pratiquer les constellations familiales en individuel afin que les participants ne s'influencent pas mutuellement. De plus, cette façon de faire m'a permis de traiter des problématiques plus personnelles qui peuvent être difficiles à exposer dans un groupe de jeunes gens.

Parallèlement, j'ai créé un questionnaire dans le but de récolter les données, tant quantitatives que qualitatives, issues du terrain. Pour construire ce questionnaire, il m'a fallu définir les thèmes importants à traiter en lien avec les objectifs de recherche et le cadre théorique. Ainsi, la réalisation du questionnaire s'est déroulée en plusieurs étapes : la mise en évidence de thématiques importantes, la reprise de mes objectifs de recherche et la mise en évidence du cadre théorique afin d'établir des questions ciblées, claires et concises.

Pour ce faire, j'ai conçu un tableau nommé « *Objectifs de recherche en lien avec le questionnaire* » (cf. Annexe V). Ce tableau, composé de trois sections, « Objectifs reliés », « Thème et cadre théorique » et « Questions reliées », m'a permis de vérifier la cohérence des questions avec les objectifs et le cadre de recherche.

Suite à la construction de ce tableau et à l'émergence des questions finales, il me paraissait important, avant de soumettre le questionnaire aux participants, de le faire tester à une tierce personne pour m'assurer de la compréhension et de la pertinence des questions.

Grâce au questionnaire test que j'ai réalisé avec une amie, j'ai pu apporter quelques changements par rapport à l'idée exposée dans le projet de mémoire. En effet, j'avais imaginé trois possibilités de réponses, c'est-à-dire oui/non/peut-être. Mais mon choix s'est finalement porté sur deux réponses possibles, à savoir oui/non. La raison de ce changement est liée au constat que les jeunes de notre structure ont parfois de la peine à vraiment prendre position. Du coup, la tendance à répondre « peut-être » aurait pu induire en erreur mes résultats et manquer de contenu exploitable.

En revanche, j'ai ajouté un espace en dessous de chaque question, de manière à ce que le participant puisse s'exprimer sur les raisons de son choix de réponse. De mon côté, cet apport m'est précieux pour vérifier si la personne a bien compris la question. De plus, cela me permet d'évaluer chaque question d'un point de vue qualitatif. En effet, en laissant une place pour les commentaires à chaque question, je permets au participant d'exprimer son ressenti et d'émettre une opinion. Ainsi, je pourrai « obtenir des éléments riches et nuancés et surtout accéder à un degré maximum d'authenticité et de profondeur » (Quivy & Caampenhoudt, 2006, p.174).

### 1.4.3 Méthodes de recueil des données et résultats de l'investigation

Pour traiter la thématique des constellations familiales dans un processus d'insertion, j'ai choisi de faire référence à la technique d'analyse qualitative tout en exploitant les données quantitatives en parallèle. En effet, la question de la pertinence de la méthode dans un contexte professionnel spécifique relève principalement de données subjectives et qui appartiennent au vécu des participants. Selon Giroux et Tremblay (2009), la recherche qualitative consiste à « examiner des matériaux en les segmentant en unités et en observant systématiquement, sur chaque unité, certaines caractéristiques » (p.206). Ainsi, il devient possible de mettre en lien les propos tenus par des individus et le sens qu'ils donnent à leurs

propres expériences. Cependant, extraire un certain nombre de données quantitatives permet de dégager certaines tendances et d'enrichir la palette des réponses tout en sachant que mon échantillonnage n'était tout de même pas suffisant pour établir des statistiques.

Au départ, le nombre de participants requis à la réalisation de l'expérience était de 3 personnes, mais finalement 5 personnes ont répondu positivement à la démarche. Cet agrandissement du nombre de participants m'a alors permis de recueillir davantage de données et d'arriver à des résultats plus clairs et précis.

Ainsi, parmi les participants qui ont répondu au questionnaire, on retrouve : 1 homme et 1 femme de 19 ans, 1 femme de 18 ans et 2 femmes de 17 ans. Ces 5 participants ont donc réalisé 3 séances d'une heure pour travailler avec moi selon la méthode des constellations familiales individuelles et tous ont rempli le questionnaire.

Suite à la réalisation des séances individuelles et à la récolte des questionnaires (cf. Annexe IV), j'ai pris le temps de consulter attentivement leur contenu. Afin de dégager la tendance de fond que soulève la méthode des constellations familiales, j'ai dans un premier temps élaboré un tableau nommé *Analyse quantitative des résultats* (cf. Annexe VI), regroupant le nombre de réponses positives et négatives par questions. Puis, dans le but de mettre en évidence de manière plus précises les thèmes principaux, j'ai construit un second tableau nommé *Analyse qualitative des résultats et commentaires* (cf. Annexe VII). Ces deux tableaux m'ont donc permis d'observer les corrélations et les divergences entre les réponses des participants et le cadre théorique de mon travail.

En outre, afin d'étudier et d'approfondir le contenu des réponses, j'ai procédé à la construction d'une *Grille de codage* (cf. Annexe VIII). Pour construire cette grille, je me suis référé à l'ouvrage de méthodologie des sciences humaines de Giroux & Tremblay (2009) dans lequel les auteurs proposent un modèle de tableau, ainsi qu'un manuel de codage. (p. 148-151).

Concrètement, j'ai été amené à revisiter à de nombreuses reprises mes catégories de codage avant de parvenir à orienter ce travail en fonction d'une classification pertinente. Pour ce faire, les trois dimensions de l'insertion développées par Taboada Leonetti se sont avérées particulièrement pertinentes, à savoir, la dimension professionnelle et économique, la dimension sociale et la dimension symbolique. En effet, grâce aux réponses des participants, je me suis rendu compte que la méthode des constellations familiales permet de travailler tant sur la notion du projet professionnel que sur des dynamiques plus personnelles et symboliques.

Les sous-catégories qui en découlent, quant à elles, me sont apparues de manière très évidente en les mettant en lien avec mon cadre théorique et mes objectifs de recherche. Celles-ci seront développées plus précisément dans les chapitres suivants consacrés à la présentation des données et à l'analyse des résultats.

## **CHAPITRE 2 : Développement**

Dans cette partie du travail, il s'agit de mettre en lumière le résultat global de la recherche effectuée sur le terrain en lien avec la méthodologie de recherche choisie. Tout d'abord, je vais présenter les données qui sont ressorties de l'analyse et ensuite, il s'agira de développer des conclusions et d'élaborer une réflexion quant aux données récoltées en fonction du plan de présentation retenu.

### **2.1 Introduction et annonce des chapitres développés**

Le but premier de mon travail était de répertorier les expériences positives vécues et les difficultés rencontrées à travers les constellations familiales. Ces expériences vécues sont ensuite mises en parallèle avec le cheminement des jeunes vers l'insertion socioprofessionnelle pour finalement analyser la pertinence de l'utilisation de cette méthode de travail.

Ainsi, pour rendre compte de mes intentions de recherche, j'ai dans un premier temps mis en lien les différentes données obtenues afin de les organiser en sous-catégories. De plus, chacune des notions abordées pour répondre à la question de la pertinence de la méthode des constellations familiales s'appuie sur le cadre théorique de ce travail. Il s'agira donc d'expliquer les conclusions retenues et les tendances observées au travers de l'analyse afin de répondre à mes objectifs de recherche et à ma question de départ.

### **2.2 Présentation des données**

Il paraît pertinent de commencer par la présentation de l'expérimentation mise en œuvre sur le terrain afin de mieux comprendre le déroulement et le contexte d'une séance de constellation familiale. Puis, il s'agira de vous présenter les données quantitatives et qualitatives récoltées sur le terrain afin d'élaborer une discussion sur les résultats obtenus.

#### **2.2.1 Déroulement type d'une constellation familiale**

Dans ce sous-chapitre, je souhaite partager l'univers et le déroulement d'une séance de constellation familiale. Le but de la démarche est de mieux comprendre dans quel contexte j'ai pu recueillir les données présentées ci-dessous. Plutôt que de retranscrire la totalité des propos tenus sous la forme d'une observation narrative, j'ai préféré exposer les aspects plus formels, voire pratiques, du déroulement d'une séance. En effet, il n'est pas évident de traduire de façon écrite le déroulement, car la méthode fait appel à plusieurs éléments subtils et non perceptibles pour l'humain.

Les séances se déroulent au sein même de l'institution. Durant la séance, il n'y a que moi et le participant dans une pièce que je prends soin de préparer avant le début de la séance. Afin que la séance se déroule dans de bonne condition, il est nécessaire d'avoir un endroit calme dans lequel le participant se sente bien.

En ce qui concerne les séances en individuel, j'utilise un support composé de petites figurines que l'on dispose sur une plateforme en bois et qui permettent de mettre en configuration les éléments propres à la constellation.

Je débute la séance en posant le cadre, tout en expliquant de manière précise le déroulement de celle-ci ainsi que les règles propices à son bon déroulement. Ensuite, j'explique au participant ce qu'est le ressenti et la manière dont il se manifeste dans le corps car il s'agit du liant qui va permettre de conscientiser et de rechercher les informations.

Il semble important de préciser que, parfois, le participant ne ressent rien. Il arrive par exemple que le participant se soit coupé de son ressenti (par exemple, suite à un

traumatisme ou lorsqu'il y a une lourde médication). Dans ce cas, c'est moi qui vais faire appel à mon ressenti pour sentir ce qu'il ressent. Cet aspect peut sembler au premier abord un peu étrange, voire impossible, pourtant c'est une des particularités de cette méthode et elle répond au concept de l'attitude phénoménologique. Il faut également savoir que le travail se fait dans un état de conscience modifié, c'est à dire que l'on amène la personne à atteindre un autre état de conscience comparable à ce que l'on peut retrouver dans le modèle de l'hypnose.

De manière générale, je débute la séance en demandant au participant de choisir une figurine pour le représenter, puis de la placer sur le support qui définit le cadre dans lequel se déroule la constellation familiale. Ensuite, je lui demande s'il ressent déjà quelque chose. A ce moment, il se peut que des tensions ou des douleurs apparaissent. Certaines parties du corps peuvent être liées à des thématiques comme par exemple une douleur dans l'omoplate droite peut signifier quelque chose en lien avec le grand-père ou à un événement lié au passé. Dès lors, cette information est, à ce moment précis, une hypothèse que je vais vérifier. Pour ce faire, je demande au participant de répéter après moi la phrase suivante : « Cette douleur à l'omoplate est liée à mon grand-père paternel ». Si le participant dit qu'il ressent que c'est vrai, je poursuis le travail dans cette direction. Dans le cas contraire, je continue ma recherche par exemple en posant la question suivante : « Cette douleur à l'omoplate est liée à mon grand-père maternel ? ».

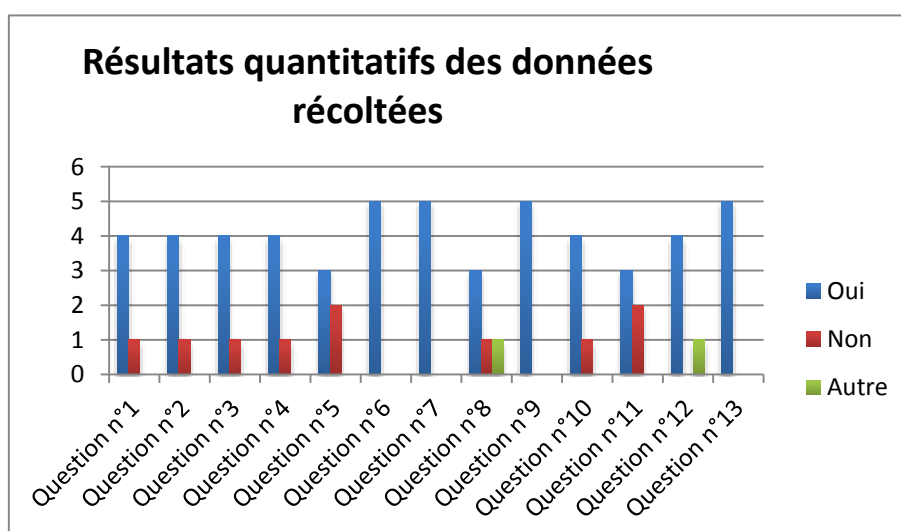
En résumé, j'émet des hypothèses sous forme de reformulation que je vais aller vérifier grâce aux résonances du client. Au fil de la séance, je vais amener la personne à conscientiser les blocages pour ensuite travailler dessus de façon à pouvoir les libérer. Pour cela, je dispose de toute une palette de phrases clés, mais la libération peut aussi parfois se faire dans le silence. Le simple fait de mettre de l'ordre dans un système à l'aide des figurines constitue déjà une partie du travail.

Lors de la prochaine séance, si le participant est d'accord, je vérifie que la problématique est bien réglée, car il se peut que le travail précédent réveille des couches plus enfouies.

Pour résumer, la méthode des constellations familiales est une thérapie qui s'applique aux dimensions profondes de l'être humain et elle se base sur le ressenti du participant et non uniquement sur son mental.

## 2.2.2 Données quantitatives

Afin de dégager certaines tendances quant aux réponses apportées par les participants, j'ai choisi de représenter les résultats sous la forme d'un graphique quantitatif. Pour une meilleure compréhension, la liste des questions peut être consultée dans l'annexe (cf. Annexe IV).





En observant le graphique, on peut constater que la tendance générale est positive et que pour l'ensemble des questions, la majorité des participants ont répondu oui. Un des aspects intéressants de ce tableau est qu'il met en évidence le fait que les 5 participants ont répondu « oui » aux questions n°6 et n°7. En effet, aux questions « Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle ? » et « La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ? », tous ont répondu de manière favorable.

Toutefois, on peut constater que les réponses sont plus partagées pour les questions n°5 et n°11. Lorsque je demande : « La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation professionnelle ? » et « Avez-vous ressenti d'éventuels changements suite aux séances ? », 3 participants ont répondu oui, contre 2 non. Ces deux questions visaient à vérifier si les participants avaient perçu un changement direct ou avaient ressenti la libération d'un blocage. A la suite de ces résultats, je peux déduire qu'une petite majorité des participants ont perçu ce changement ou ressenti une libération.

### 2.2.3 Données qualitatives

En parallèle à l'analyse quantitative, il m'a paru évident d'analyser les données de manière qualitative pour mettre en évidence les thèmes principaux qui ressortent du questionnaire. Comme les questions posées étaient orientées de façon à vérifier la pertinence et les effets de la méthode des constellations familiales, j'ai pu catégoriser chaque question selon le thème qu'elle traite. Selon le tableau « *Grille de codage* » (cf. Annexe VIII), il apparaît que chaque question regroupe un ensemble de notions qui m'ont permis de déterminer un nom de variable pour les 13 questions.

- **Connaissance de soi** en lien avec la question 1
- **Pistes d'action** en lien avec la question 2
- **Connaissance de son système familial** en lien avec la question 3
- **Relations aux autres** en lien avec la question 4
- **Blocages et freins liés au processus d'insertion** en lien avec la question 5
- **Facteurs facilitants** en lien avec la question 6
- **Définition de son projet professionnel** en lien avec la question 7
- **Estime de soi** en lien avec la question 8
- **Evènements marquants** en lien avec la question 9
- **Vécu émotionnel** en lien avec la question 10
- **Evolution et changements** en lien avec la question 11
- **Ouverture à la méthode** en lien avec la question 12
- **Reconnaissance de la méthode** en lien avec la question 13.

Tous ces thèmes sont liés à mon cadre théorique et à mes objectifs de recherche. Ils m'ont aidé à mieux organiser le contenu des résultats et à mettre en œuvre le plan de présentation des données.

De plus, suite à l'analyse des résultats qualitatifs, je me suis aperçu qu'un certain nombre de thèmes, indépendamment de ceux reliés aux questions, ont été mis en lumière dans les réponses du questionnaire. Dès lors, voici les thèmes supplémentaires qui se sont dégagés de l'analyse :



Récapitulatif des thèmes ressortis dans le tableau « Analyse des résultats qualitatifs »	
Thème	Nombres de réponses par thème
Relation au système familial	7
Relation à la mère	6
Prendre conscience de son fonctionnement et mieux se connaître	6
Les peurs	5
Faire des choix	4

Ces thématiques touchent des notions plus précises, telles que les **relations avec le système familial**, la **relation à la mère**, la **notion de prise de conscience**, les **peurs** ou encore la notion de **choix**. Par exemple, la question n°1 « La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître sur un plan personnel ? » qui, à la base, est reliée au thème de la connaissance de soi, amène plutôt des changements perçus par le participant en lien avec son système familial.

#### 2.2.4 Résultats du tableau comparatif entre les approches institutionnelles et la méthode des constellations familiales

Dans l'idée de pouvoir comparer les approches institutionnelles de la Préfo avec la méthode des constellations familiales, j'ai créé un tableau comparatif (cf. Annexe IX) permettant de mettre en évidence les points communs et les différences y relatives. Le but de cette démarche est de vérifier si la méthode des constellations familiales est complémentaire et en adéquation avec les concepts déjà existants.

Ainsi, il convient de mettre en lumière les similitudes et les divergences entre ces différents concepts.

##### Points en commun :

- La non-directivité, c'est-à-dire le fait de ne pas influencer le participant
- Faire émerger les valeurs du participant
- Ecoute active, empathie et congruence
- Authenticité dans la relation entre le thérapeute et le participant
- Situe l'être humain au cœur du cosmos et se base sur la vérité
- Attitude phénoménologique
- Prend en compte les émotions
- Permet d'augmenter le potentiel de son fonctionnement mental et enrichir son intelligence
- Permet à une personne de faire le lien entre un événement précis, une émotion, des pensées et un comportement
- Restructuration cognitive
- Compréhension de la relation humaine
- S'intéresse aux différents systèmes qui entourent l'individu
- L'idée que la famille peut avoir une influence sur le comportement de l'individu
- Notion de transgénérationnel
- Aide à percevoir la problématique
- Permet d'appréhender des solutions
- Processus d'activation de ses possibilités personnelles

- Permet de découvrir ses capacités et compétence / Peut être utilisé en individuel ou en groupe.

#### Différences :

- La méthode des constellations familiales est davantage attentive au ressenti du participant qu'aux réponses émises par le participant
- Transmission des outils de pensée
- Les progrès se font au travers de l'apprentissage et de l'entraînement, alors qu'avec la méthode des constellations familiales, la prise de conscience est instantanée
- Notion de déconditionnement et reconditionnement
- La méthode des constellations familiales est centrée principalement sur le ressenti du participant.

Finalement, cette comparaison m'a permis de constater que les moyens d'accompagnements utilisés au sein de la Préfo rejoignent sur différents plans la méthode des constellations familiales.

## 2.3 Analyse et discussion des résultats obtenus

Comme énoncé dans le chapitre précédent, j'ai remarqué que les questions relatives au questionnaire et les thèmes issus des données récoltées s'inscrivent dans le processus d'insertion décrit par Taboada Leonetti. Dès lors, chaque thème mis en évidence dans mon analyse relève que la méthode des constellations familiales permet de travailler tant sur la dimension professionnelle et économique que sur la dimension sociale et symbolique.

En effet, chaque catégorie et sous-catégorie mise en évidence grâce à l'analyse s'inscrit dans ces trois dimensions et, dans le même temps, regroupe des compétences clés qui sont centrales dans le processus de formation des participants de la Préfo. J'ai donc choisi de présenter les données selon le plan présenté ci-dessous. Il est également important de préciser que les commentaires qui figurent dans les encadrés ci-dessous ont été retranscrits avec les fautes d'orthographe et d'usage d'origine fin de respecter leur authenticité. Une des autres raisons était de ne pas alourdir le texte en insérant à chaque erreur la mention [sic].

#### **La méthode des constellations familiales permet de travailler sur la dimension professionnelle et économique :**

- Elle est un facteur facilitant dans le processus de formation des participants

En ce qui concerne la question n°6 : « Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle », la totalité des participants ont répondu « oui ». Ainsi, je peux considérer que la méthode a été un facteur facilitant dans leur processus d'insertion socioprofessionnelle. D'ailleurs, les participants relèvent qu'ils ont pu avancer dans leur processus, car la méthode leur a permis de travailler tant sur **leur système familial**, que sur leur **confiance** en eux.

De plus, suite aux résultats du tableau comparatif entre les approches institutionnelles et la méthode des constellations familiales, on remarque qu'elles permettent de travailler sur de nombreux points communs. De ce fait, la méthode des constellations familiales apparaît comme un facteur facilitant dans le processus d'insertion socioprofessionnelle des participants.

- Elle aide le participant à se situer dans son projet professionnel

Dans ce point, 3 participants ont évoqué que la méthode leur a permis de faire des choix concrets et de se remettre en question. Il apparaît également que la méthode les a aidés à travailler sur la notion de peurs.

En effet, un participant relève que le fait de travailler sur ses peurs l'a aidé à mieux se situer dans son projet professionnel, notamment en s'affirmant et en disant ce qu'il ressent.

*« A pas avoir peur de dire les choses que je ressens. » (Jules<sup>1</sup>)*

*« Cela m'a permis de voir que dans ma tête je veux une place mais qu'au fond de moi non. » (Jules)*

Nous retrouvons ensuite la notion de choix qui est apparue 4 fois. Dans la plupart des cas, les participants expriment que les constellations familiales les ont aidés à appréhender une situation face à laquelle ils n'arrivaient pas à se positionner ou à agir. Il est intéressant de relever que cette notion de choix intervient tant sur des questions relatives au milieu professionnel que privé.

*« La recherche d'apprentissage, elle m'a permis de consolider mon choix et d'être sûr de pouvoir faire un apprentissage. » (Karim)*

*« Comme cette méthode m'a entre autre retrouvée j'ai réussi justement à dire ou même à faire ce que je voulais et pas ce que les autres voulait que je fasse. » (Alex)*

Il semble intéressant de mettre en évidence cet aspect fondamental. La méthode des constellations familiales a donc permis aux participants de faire des choix « de cœur » et de se positionner face aux attentes des autres. A travers les commentaires, on constate que la définition de leur projet professionnel est souvent liée aux envies ou choix des parents et qu'en travaillant sur cet aspect, le projet devient plus authentique et vivant aux yeux des participants. Pour terminer, on peut en déduire que cela permet aux participants de mettre en œuvre certaines pistes d'action et d'envisager des changements.

- Elle permet d'appréhender certains blocages et freins liés au processus d'insertion socioprofessionnel du participant

Si je me réfère à la question 5 : « La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation professionnelle ? », les thèmes qui en ressortent sont liés à la timidité, à l'expression, la confiance en soi et à l'affirmation de soi. En effet, 3 participants sur 5 expriment avoir ressenti une certaine libération quant à ces thèmes.

*« Etre moins timide et avoir plus confiance en moi parce qu'il y a des choses verbalisées et prises de conscience. » (Léo)*

*« Ca nous libère des mauvaises choses qu'on a gardées trop longtemps en nous, et par conséquent ça détend vachement notre corps et notre esprit. » (Liam)*

Un participant relève que la méthode lui a aussi permis, à un moment donné, de s'assumer pleinement et de retrouver une certaine motivation face aux difficultés rencontrées.

*« Elle m'a permis de m'assumer mes capacités et quelques fois à me motiver. » (Karim)*

<sup>1</sup> Pour des raisons de confidentialité, les prénoms utilisés dans l'analyse sont des noms d'emprunts.

Finalement, on s'aperçoit que la méthode a aidé certains participants par rapport à certaines problématiques individuelles, mais que tous ont pu libérer certains blocages en lien avec leurs difficultés d'insertion.

### **La méthode des constellations familiales permet de travailler sur la dimension sociale :**

- Elle permet de connaître et de travailler sur son système familial

Suite à la récolte des données, on peut constater que le thème de la famille apparaît à 7 reprises et celui de la mère à 6 reprises.

Pour aller plus en détail en ce qui concerne le thème de la famille, il est intéressant d'observer que le thème revient à plusieurs reprises, mais pas uniquement dans les questions directement liées à ce thème. Par exemple dans la question 6 : « Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle? », qui traite principalement du processus d'insertion professionnelle, un des participants a répondu « oui », car la méthode l'avait aidé à travailler sur sa famille. Le deuxième participant, quant à lui, parle plus précisément de sa relation au père et met en avant une sensation de soulagement. Il apparaît chez cette personne une certaine forme de libération et un changement au niveau du regard qu'elle porte sur l'abandon de son père.

*« En travaillant sur moi et ma famille j'ai pu prendre conscience et ouvrir plus de portes professionnelles. » (Léo)*

*« Les jeux de rôles m'ont aidé à ne pas détester mon père de m'avoir abandonné. Mes sentiments m'ont fait un soulagement ». (Alex)*

Suite à la récolte des données, on peut observer que la relation à la mère prend une place très importante. Le thème apparaît également de manière éparse dans les réponses au questionnaire et les commentaires évoquant de manière générale une meilleure compréhension de la relation avec leur mère, ainsi que de meilleurs rapports avec celle-ci.

*« J'ai pu comprendre les attentes qu'exerçait ma mère, ce qu'elle attendait et comment l'aider. » (Karim)*

Suite à la question 4 : « La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage? », un participant a mis en évidence que sa mère lui faisait plus confiance. Il serait intéressant quant à cette question de savoir comment s'est manifestée cette confiance dans la relation et comment le participant explique cette amélioration.

*« Avec ma mère, elle m'a fait beaucoup plus confiance. » (Karim)*

Je constate alors que la famille prend une place considérable dans le processus d'insertion des participants. Aussi, je peux relever que les difficultés rencontrées dans le système familial ont une incidence directe sur l'insertion des participants et qu'elles agissent comme des freins à l'insertion.

Ce qui est intéressant c'est que les participants évoquent avoir perçu des changements positifs, et pour certains, une meilleure compréhension des relations entretenues avec les membres de leur famille.

Ainsi, travailler sur le système familial apparaît comme une évidence dans le but de soulager les participants et on peut affirmer que les constellations familiales ont un impact bénéfique sur la majorité des participants, surtout en ce qui concerne les relations avec le système familial.

- Elle favorise la connaissance de soi et permet de prendre conscience et de se remettre en question

Le thème de la prise de conscience et de la connaissance de soi apparaît 6 fois et il semble pertinent de regrouper ces 2 thèmes car les réponses vont dans le même sens. En effet, les prises de conscience nous aident à mieux nous connaître et à nous remettre en question quant à certains mécanismes ou réactions.

*« Il y a certaines blessures qu'avec le temps on a pas pris la peine de soigner. Nos plus grosses peurs nous rattrapent un jour. Alors si on les guérit avant d'entrer dans le monde professionnel c'est un plus. » (Liam)*

Par rapport à ces thèmes, la majorité des participants ont relevé que les constellations familiales les avaient aidés dans ce sens. Cependant, certains ont émis le fait que parfois la séance avait été éprouvante et difficile, mais que malgré tout, ces prises de conscience leur avaient été bénéfiques.

- Elle favorise le développement de l'estime de soi

Les réponses émises concernant l'estime de soi se rapportent plutôt à des peurs. En analysant les réponses des participants, il apparaît un constat intéressant : travailler sur ses peurs permet de renforcer son estime de soi.

*« Dans le monde familial comme dans le monde professionnel j'ai réussi à avancer sans peur. » (Alex)*

*« J'ose plus faire des choses que j'osais pas. Des jugements des autres j'avais peur mais maintenant plus. » (Jules)*

Les participants mettent donc en lumière le fait que la libération de certaines peurs les aide à avoir une plus grande estime d'eux-mêmes.

- Elle permet de mieux comprendre sa relation aux autres

Concernant la relation aux autres, la question 4 : « La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ? », 4 participants ont répondu oui, dont 3 en lien avec des membres du système familial comme dans l'exemple ci-dessous :

*« Quand on a de mauvais contacts, ou de mauvaises expériences, vécu, avec des membres de notre famille, ça nous permet de tout balancer, de voir les choses autrement. » (Liam)*

On observe ici l'importance de pouvoir comprendre ce qui se joue dans les relations sociales et les enjeux relatifs à certaines expériences. Souvent, les participants se posent beaucoup de questions par rapport aux relations qu'ils entretiennent avec leur entourage et dans cet exemple, on voit qu'il est très important de mettre du sens sur ces mauvaises expériences.

- Elle permet au participant d'évoluer et de s'ouvrir aux changements

Dans cette sous-catégorie, un des participants a mis en avant le fait que la méthode l'avait chamboulé. Il exprime un certain désarroi face à l'expérience vécue, comme si son monde intérieur s'était écroulé, mais pour mieux se reconstruire.

*« J'ai souvent porté un masque, cachant mon vécu, mes faiblesses, la souffrance n'était pas faite pour moi. Quand j'ai fait l'expérience pour la première fois, j'ai senti une énorme frustration et de la peur. Nos murailles s'écroulent comme une pile de cartes. Comme si aucune résistance n'était acceptée. Comme si quoi qu'on fasse ça ne servait à rien. C'est hyper troublant et très émotif. » (Liam)*

On remarque que pour ce participant l'expérience a été troublante, mais que celui-ci est prêt à revivre l'expérience car elle lui a permis d'évoluer et de changer sa manière de penser et d'interagir. En effet, il a répondu « oui » à la question 12 : « Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ? ».

### **La méthode des constellations familiales permet de travailler sur la dimension symbolique :**

- La méthode des constellations familiales est reconnue

En me référant à la question 12 : « Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ? » l'ensemble des participants ont répondu « oui », à l'exception d'une personne qui a répondu « oui et non » et qui l'a exprimé de la manière suivante :

*« D'un côté oui parce que ça m'a fait réfléchir sur moi-même et d'un côté non parce que ça m'a fait un peu peur. » (Léo)*

*« ça nous fait beaucoup réfléchir sur nous et notre entourage. » (Léo)*

Au travers des réponses émises, je constate que la notion de travail sur soi est très présente et que les participants ressentent le besoin de continuer ce travail.

*« C'est intéressant et ça permet de voir une autre façon de régler un problème. » (Karim)*

*« Moi je pense qu'il faut continuer avec cette méthode ça nous fait beaucoup réfléchir sur nous c'est vrai que des fois ça fait peur mais j'ai beaucoup apprécié d'avoir fait ça. » (Léo)*

Malgré les peurs que certains ont pu mettre en avant, la majorité des participants se disent prêts et ont envie de poursuivre les séances de travail.

- Cette méthode les a marqués au niveau émotionnel

Suite à l'analyse des commentaires, j'ai relevé que certains avaient trouvé l'expérience parfois troublante ou avaient eu, je cite, « un peu peur ». D'ailleurs, un participant a répondu à la question 9 : « Avez-vous été marqué par certains thèmes que vous avez travaillés en constellation ? » que :

*« Le jeu de se positionner par rapport à une feuille était certainement le plus perturbant. C'est fou ce qu'on peut ressentir. C'est des situations auxquelles on n'a pas l'habitude d'être confronté ». (Liam)*

Ce commentaire met en lumière l'importance de la bienveillance de l'animateur, car la méthode peut être difficile à appréhender au niveau émotionnel. Par contre, il semble pertinent de relever que cette personne est favorable à continuer le travail avec cette méthode. Donc même si parfois l'expérience a été difficile, le participant dit qu'il a envie de continuer.

*«C'est un travail avec soi-même. Libérer les mauvaises ondes ne peut que faire du bien à mon esprit ». (Liam)*



J'émetts l'hypothèse que le fait de se confronter à quelque chose de nouveau dont on a pas l'habitude, peut au départ faire peur. Dès lors, ces notions sont à prendre en considération lors de l'utilisation de la méthode et il est important de s'assurer qu'elles ne soient pas trop perturbantes pour le participant.

En résumé, même si dans l'ensemble, les participants émettent un bilan très positif à la méthode des constellations familiales, il demeure parfois quelques peurs à prendre en compte afin de ne pas les brusquer.

Pour terminer, je constate que les thèmes du système familial, ainsi que celui de la mère prennent une grande place dans le travail fait en constellation familiale. Ces 2 thèmes n'interviennent pas uniquement dans les questions qui leur sont dédiées, mais ils ont une influence dans différents domaines liés au processus d'insertion professionnelle. Je peux également affirmer que la méthode est favorable à la prise de conscience et à la connaissance de soi des participants en favorisant leur capacité à faire des choix.

Pour conclure, je constate que les commentaires du questionnaire émis par les participants s'inscrivent dans toutes les dimensions citées par Taboada Leonetti. Cela signifie que le travail fait au travers des constellations familiales permet également d'aborder les dimensions nécessaires à une insertion socioprofessionnelle réussie.

On peut également observer au travers de certains commentaires une forme de libération et de bien-être à la suite des séances. Cet aspect n'est selon moi pas des moindres, puisqu'il représente le but premier de l'utilisation de la méthode. L'un des commentaires déjà évoqués ci-dessus, résume bien ce dernier paragraphe.

*« Ca nous libère des mauvaises choses qu'on a gardées trop longtemps en nous, et par conséquent ça détend vachement notre corps et notre esprit. » (Liam)*

## CHAPITRE 3 : Conclusion

Suite à l'étude de la méthode des constellations familiales dans mon contexte professionnel, à l'expérimentation sur le terrain et à l'analyse des résultats, il devient possible de mener une réflexion sur la pertinence de ce concept en milieu institutionnel. Dans ce chapitre, je vais donc répondre à mes objectifs de recherche et à ma question de départ, tout en amenant les éléments principaux issus de cette investigation.

### 3.1 Résumé et synthèse de la recherche

Afin d'aboutir à une synthèse, il semble évident, dans un premier temps, de reprendre mes objectifs de recherche. En ce qui concerne le premier objectif théorique qui était « Définir la méthode des constellations familiales », je pense que celui-ci est atteint. En effet, j'ai pu mettre en lumière les différents aspects de cette méthode et grâce à l'analyse, j'ai pu mesurer l'impact de celle-ci sur l'insertion socioprofessionnelle et sur les participants de la Préfo. En résumé et suite aux résultats de ma recherche, je peux affirmer que la méthode des constellations familiales a été favorable pour l'ensemble des participants et que les réponses apportées valident la pertinence des constellations familiales dans ce cadre. Ainsi, la méthode des constellations familiales favorise le processus d'insertion socioprofessionnelle des participants en leur permettant de travailler tant sur leurs difficultés personnelles et familiales que sur des difficultés d'ordre professionnel.

Concernant mon deuxième objectif théorique qui était « Etudier les approches institutionnelles et les concepts théoriques de l'insertion professionnelle », j'ai pu, dans un premier temps, définir les différents concepts, pour ensuite les comparer entre eux et surtout avec la méthode des constellations familiales.

A la suite de cette étude comparative, j'ai constaté qu'il y avait de nombreux points communs entre les approches institutionnelles que j'ai étudiées et les constellations familiales, plus précisément avec les 3 approches citées ci-dessous :

- L'approche systémique : Tout d'abord, il faut rappeler que la méthode des constellations familiales est issue du courant systémique, ce qui explique ce premier rapprochement. Tous deux apportent une grande importance aux différents systèmes qui entourent la personne.
- L'approche centrée sur la personne : Là aussi, nous retrouvons plusieurs points communs, mais les principaux demeurent sans doute dans la non-directivité du participant et la posture du « thérapeute » ou plutôt, de celui qui mène la séance.
- L'approche orientée ressources et solutions : Tout comme la méthode des constellations familiales, elle part de ce qui est présent chez la personne pour ensuite l'amener à conscientiser ses ressources ou difficultés rencontrées. Elle peut également faire appel au ressenti du participant et prend également en compte tous les systèmes qui gravitent autour du participant.

A contrario, j'ai constaté que ces 2 approches se différencient légèrement des constellations familiales pour les raisons évoquées ci-dessous :

- L'éducation cognitive : Selon moi, elle se différencie de la méthode des constellations familiales, non pas dans le contenu qu'elle apporte mais plutôt dans la pédagogie utilisée pour l'appliquer. En effet, les progrès se font au travers de l'apprentissage et de l'entraînement.
- L'approche cognitivo-comportementale : On y retrouve la notion de déconditionnement et reconditionnement, alors qu'en constellations familiales, on parlera de prise de conscience et de changement. Encore une fois, j'ai l'impression que même si la manière de procéder se différencie, on travaille des points en communs. J'ai comme

exemple, le fait de permettre à une personne de faire le lien entre un événement précis, une émotion, des pensées et un comportement.

Avant même de débiter la recherche, j'imaginai que les résultats allaient démontrer que la méthode des constellations familiales était vraiment différente des autres approches déjà utilisées à la Préfo, à l'exception de l'approche systémique. A mon grand étonnement, je me suis rendu compte que la méthode permet de travailler sur les mêmes notions et ce, de manière transversale. Même si deux des approches se différencient des constellations dans leurs principes de mise en action, je constate tout de même qu'elles se rejoignent sur la finalité.

La méthode des constellations familiales permet de travailler sur certains facteurs clés d'une insertion socioprofessionnelle réussie, à savoir, la communication et la collaboration avec autrui, l'affirmation de soi et la prise de position, le respect mutuel de soi et des autres, la connaissance de soi et de son système familial, la prise de conscience de ses propres ressources, l'évolution au sein d'un groupe et la remise en question.

Cependant, je me suis rendu compte, en faisant l'état des lieux de l'atteinte de mes objectifs de recherche, que la dimension professionnelle et économique est difficile à saisir. En effet, je n'ai pas trouvé de contenu direct qui permettrait d'affirmer que la méthode des constellations familiales permet d'aborder et de travailler sur le respect de la ponctualité, la reconnaissance de certaines conduites à risque et des codes et normes sociales, la compréhension des enjeux relatifs au monde professionnel et à la relation avec un patron ou encore le développement d'une attitude positive lors des stages afin de répondre aux exigences du monde économique.

En effet, il est difficile de saisir les effets de la méthode des constellations familiales sur ces dimensions spécifiques, puisqu'il s'agit de conséquences indirectes. Il s'agit donc de travailler sur les différentes préoccupations ou problématiques amenées par le participant pour l'amener à être toujours plus présent et engagé dans sa démarche.

Finalement, je constate que mes objectifs de recherche sont atteints, et ce malgré les réajustements apportés. Ce bilan me permet alors d'affirmer que :

<b>La méthode des constellations familiales est appropriée pour favoriser l'accompagnement de jeunes adultes âgés entre 15 et 25 ans en difficulté dans un processus d'insertion socioprofessionnelle.</b>
--

### 3.2 Limites du travail

Tout d'abord, la plus grande limite de mon travail fut de composer avec le temps à ma disposition. Comme cité dans le point 1.2.2., je me devais de réaliser les entretiens et les questionnaires avec les participants qui finissaient deux mois après la validation de mon projet. Il n'était pas envisageable pour moi de le faire en début septembre avec les nouveaux participants à la mesure, étant donné qu'ils débutent tous par une phase d'accueil progressive avec un programme bien défini. De ce fait, j'ai bénéficié de peu de recul pour apporter les modifications au premier test des questionnaires.

Une autre difficulté a été de trouver des ouvrages bibliographiques sur lesquels me baser puisque jusqu'à présent, à ma connaissance, personne ne s'est intéressé au sujet des constellations familiales dans un contexte d'insertion socioprofessionnelle.

En ce qui concerne l'analyse quantitative, elle ne permet pas d'établir des conclusions représentatives sur un plan scientifique et d'être transposée à d'autres types de populations. La raison est que le nombre de participants à la recherche ne suffit pas à affirmer que mon résultat s'applique à une majorité de personnes. Cependant, les résultats obtenus permettent d'observer une tendance bien réelle auprès des personnes que j'accompagne.

Il est également important de tenir compte du fait qu'une séance de constellation familiale se déroule en fonction de ce qui est présent pour la personne à ce moment donné. Ainsi, il m'était impossible de prévoir les thématiques principales qui allaient ressortir des séances avec les participants alors que la problématique de ce travail ainsi que les thèmes sous-jacents devaient être définis à l'avance. La difficulté majeure fut de réaliser mon travail de recherche avec les participants sans péjorer le déroulement du processus de formation.

De plus, une autre limite de mon travail est liée à la proximité du lien avec les personnes que j'accompagne. Je me demande si le fait de créer un lien de confiance au préalable a une influence ou non sur le travail qui est fait en constellation avec les participants et sur les réponses émises dans le questionnaire. En effet, le phénomène de « désirabilité sociale » peut apparaître comme une limite au niveau de l'enquête, cependant elle peut également apporter une richesse non négligeable au niveau du contenu. Il serait donc intéressant d'expérimenter la méthode dans une autre structure similaire à la Préfo avec un public que je ne connais pas afin de vérifier l'influence de ce phénomène.

### 3.3 Perspectives et pistes d'action professionnelles

Suite à la vérification de la pertinence de la méthode, il s'agit ici de dégager certaines perspectives et pistes d'actions professionnelles. Selon moi, cette méthode est facilitante dans le processus d'accompagnement de jeunes adultes âgés entre 15 et 25 ans, en difficulté dans un processus d'insertion professionnelle. Ainsi, je souhaite la faire reconnaître au sein de mon institution comme étant une méthode à part entière et complémentaire aux outils déjà en place. Etant donné le résultat de mon travail de recherche, il me semble pertinent de le présenter à mes responsables afin d'amorcer une discussion en vue d'une éventuelle reconnaissance de la méthode. De mon point de vue, cette méthode pourrait être utilisée principalement lors des entretiens de référence individuels avec les participants afin de travailler sur les différentes thématiques mentionnées tout au long de ce travail. Elle pourrait également être utilisée ponctuellement en groupe pour certains thèmes (par exemple le positionnement de chaque participant dans le groupe). Toutefois, il est impératif que la méthode soit uniquement appliquée par une personne formée à son utilisation.

Au vu du nombre de réponses évoquant le système familial, je pense qu'il serait intéressant de pouvoir proposer la méthode également aux familles des participants qui le souhaitent. J'ai conscience qu'une telle démarche est difficile à amener dans un contexte institutionnel. Selon moi, elle représente toutefois un outil intéressant pour travailler sur la dynamique familiale.

A priori, cette démarche peut sembler sortir de l'ordinaire et de mon rôle de maître socioprofessionnel. Cependant, si je me réfère au *Dictionnaire suisse de politique sociale*, qui définit le travailleur social, il est dit que :

« Au moyen d'aide matérielle, de services individuels ou collectifs, d'actions éducatives, d'apprentissage ou de stratégies spéciales, le travail social vise à améliorer la position d'un individu, d'une famille, d'un groupe ou d'une population-cible. » (p. 206)

Ainsi, l'utilisation des constellations familiales avec les familles des participants s'inscrit dans les moyens d'action du travailleur social.

### 3.4 Remarques finales

Au départ, je pensais que j'allais me heurter à plus de difficultés à trouver des volontaires parmi les jeunes de la structure pour réaliser cette recherche. Je ne pensais pas non plus arriver à tant de corrélations entre la méthode des constellations familiales, les concepts et approches déjà existants ainsi que les facteurs clés de réussite à l'insertion. La méthode me

paraissait très différente et difficilement assimilable avec l'accompagnement de jeunes adultes âgés entre 15 et 25 ans en difficulté dans un processus d'insertion professionnelle.

Avec le recul, je me suis rendu compte que la thématique choisie est très complexe pour un premier travail de mémoire. Ce fut un travail laborieux et très difficile pour moi. En même temps, ce fut pour moi très formateur et j'en retire, si j'ose le dire, une certaine fierté. Ce travail m'a aussi permis de développer une certaine rigueur et le sens de l'organisation.

Cette recherche a également été instructive pour moi par rapport à l'application de la méthode à titre privé puisqu'elle m'a permis d'avoir un regard différent, mais aussi plus précis, sur ce que les personnes ressentent exactement lors des séances. Les résultats de l'analyse m'ont rendu encore plus attentif au fait que c'est un outil qui peut parfois faire peur ou déstabiliser certains participants. Il convient donc de l'utiliser avec toute la bienveillance nécessaire. La recherche m'a aussi démontré les bienfaits que la majorité des participants reconnaissent à la méthode, ce qui les rend favorables à poursuivre son utilisation. Cependant à l'avenir, je souhaiterais élargir ma recherche à un panel de personnes plus élargi, de façon à pouvoir m'appuyer sur des statistiques quantitatives plus représentatives.

En tant que maître socioprofessionnel, je possède un certain bagage théorique que j'ai acquis durant mes années de formation. Ce bagage m'est grandement utile dans l'accompagnement des participants au quotidien, mais il ne constitue pas la totalité des outils nécessaires au bon déroulement de celui-ci. En effet, je pense que la dimension humaine, c'est-à-dire le lien que l'on entretient avec l'autre et les résonances que l'on peut vivre dans la relation est tout aussi importantes et représente un levier dans l'accompagnement.

Finalement, la méthode des constellations familiales regroupe selon moi ces deux aspects essentiels et à mes yeux, il s'agit d'un mode de vie, voire d'une philosophie qui correspond à certaines personnes et moins à d'autres. Je tiens aussi à relever que certains de mes collègues reconnaissent la méthode et sont ouverts à son utilisation au sein de leur groupe ou à des fins personnelles.

## CHAPITRE 4 : Bibliographie

### 4.1 Ouvrages et livres

- Curtenaz, B., Giroud, C. (2013). *Bilan d'activités 2013*. Association Reper. Fribourg.
- Dr. Weber, G. (2002). Les liens qui libèrent : *La thérapie familiale systémique selon Bert Hellinger* : Paris : Ed.Grancher.
- Furlong, A., Toure, A., Wyn, J., Dwyer, P., Heinz, W.R., Zubok, J., Jones, G, (2000) : *La jeunesse en mutation* : Ed. Eres.
- Giroux, S., & Tremblay, G. (2009) *Méthodologie des sciences humaines : La recherche en action*. Québec : Ed. du Renouveau Pédagogique Inc.
- Hellinger, B. (2006). *La constellation familiale : psychothérapie et cure d'âme* : Paris : Ed. Dervy.
- Hellinger, B. (2010). *à la découverte des constellations familiales : De la théorie à la pratique* : Ed. Jouvence, Genève. Réédité traduit de l'Allemand.
- Holitzka, M., Remmert, E. (2002) *Guérir dans sa famille : La méthode des constellations familiales de Bert Hellinger* : Paris : Ed. Guy Trédaniel.
- Odier, G. (2012) Carl Rogers. *Etre vraiment soi-même : L'approche centrée sur la personne* : Paris : Groupe Eyrolles.
- Quivy, R. & Caampenhoudt, L.V. (2006) Manuel de recherche en sciences sociales. (3e Edition). Paris : Ed. Dunod.
- Thomas, M-G. (2014). *Psychogénéalogie : L'héritage invisible* : Genève : Ed. Jouvence.

### 4.2 Travaux de diplôme et supports de cours

- Caymmi, A. (2013). *Formation 2013-2014 en constellations familiales et Thérapie Systémique Phénoménologique Intégrative, Introduction au 2ème module TSPI* [Polycopié]. Sévaz.
- Dictionnaire suisse de politique sociale (2015). *Rôles et fonctions professionnels, Maître-esse socioprofessionnel-le*. Sion : HES-SO Valais.
- Périard, V. (2011). *Insertion : jeunes en situation de transition école-métier* : [Polycopié] Fribourg. HEF-TS.

### 4.3 Sites internet

- Approche cognitivo-comportementale (2004). *La médecine de l'obésité*. Accès le 16.03.2015  
<http://www.pmse.ch/wp-content/uploads/2014/01/Medecine-de-l-obesite-Flammarion-2004>
- Constellations Familiales et Systémique (S.d.). *D'après Bert Hellinger et Gunthard Weber*. Accès le 12.03.2015  
[http://www.constellationsfamiliales.com/Programme\\_details/Constellations%20individuelles%20\(F\).pdf](http://www.constellationsfamiliales.com/Programme_details/Constellations%20individuelles%20(F).pdf)
- Education cognitive. (2012). *L'éducation cognitive*. Accès le 16.03.2015  
[http://www.education-cognitive.ch/education-cognitive-2/page\\_consultée](http://www.education-cognitive.ch/education-cognitive-2/page_consultée)



Introduction à la physiologie de la psychothérapie (2005). Accès le 29.09.2015  
<http://www.aapo.asso.fr/textes/anita1.pdf>

L'approche systémique (2015). Jacques St-Onge. Accès le 16.03.2015  
<http://www.psychologue.com/quoi.html>

Les analyses de L'acrf (2014). *Les constellations familiales Une méthode pour guérir de son destin familial*. Accès le 14.03.2015  
[http://www.nomadrone.com/projects/acrf/wpcontent/uploads/2014/12/acrfana\\_2009\\_14\\_constellations.Pdf](http://www.nomadrone.com/projects/acrf/wpcontent/uploads/2014/12/acrfana_2009_14_constellations.Pdf)

REPER, La Préformation Professionnelle (2014). *Passerelle entre l'école et le monde du travail*. Accès 20.01.2015  
<http://www.reper-fr.ch/secteur-prefo/plus-de-details-offres/>

# **Annexes**



PRÉFORMATION  
PROFESSIONNELLE

## Autorisation

Par la présente, le soussigné, Blaise Curtenaz, responsable du secteur Préformation Professionnelle à REPER autorise Dave Rosolen à exercer la méthode des constellations familiales avec les participants de la Préformation Professionnelle REPER dans le cadre de la réalisation de son travail de mémoire pour sa formation de maître socioprofessionnel.

Les conditions sont les suivantes :

1. La méthode est explicitement présentée au participant avant son application.
2. Le participant donne expressément son accord à l'utilisation de la méthode dans le cadre de son processus d'insertion professionnelle.
3. Le participant est en droit de renoncer à tout moment à l'utilisation de la méthode.

Fribourg, le : 18 mars 2015

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Blaise Curtenaz'.

Blaise Curtenaz  
Responsable du secteur Préfo

Descriptif des constellations Familiales :

La méthode des constellations familiales s'inscrit dans le courant des thérapies systémiques. Elle permet au participant de prendre conscience de certains blocages au travers du ressenti et dans un second temps de s'en libérer. Une des autres facettes des constellations familiales, est de rétablir la place, le rôle de chacun dans les différents systèmes qui nous entourent.

Le participant est amené à se centrer sur lui-même et faire part de ses ressentis. Les séances peuvent s'exercer de manière individuelle ou en groupe. Parmi les outils qui composent la méthode, nous utilisons aussi la musicothérapie, c'est-à-dire que nous diffusons des sons afin d'agir sur le corps et le mental.

Le but final est de faire émerger les différentes difficultés qui freinent le participant dans l'élaboration de son projet professionnel et ensuite d'agir sur celles-ci.

### Autorisation

Par la présente, je soussigné(e) certifie que la méthode et le cadre des constellations familiales m'a été présentée et que je consens à son utilisation dans le cadre de mon processus d'insertion professionnelle au sein de la préformation professionnelle REPER. Je suis par ailleurs autorisé à interrompre l'utilisation de cette méthode à tout moment.

A l'issue, de cette expérimentation, le participant s'engage à remplir un questionnaire d'évaluation.

Le participant :

Représentant légal (pour les participants mineurs) :

Fribourg, le

## Questionnaire

*En répondant à ce questionnaire, je confirme avoir signé l'autorisation et être volontaire pour cette recherche tout en ayant pris connaissance de son contenu. De plus, je confirme avoir participé au minimum à trois séances de constellations familiales.*

1. La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître sur un plan personnel ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

2. Est-ce que cette méthode vous a permis d'envisager des solutions par rapport à un problème donné ?

Oui  Non

Lesquelles et pourquoi ?

---

---

---

3. Cette méthode vous a-t-elle permis de mieux comprendre le fonctionnement de votre système familial ?

Oui  Non

En quoi ?

---

---

---

4. La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ?

Oui  Non

Avec qui et comment cela s'est-il manifesté ?

---

---

---

5. La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation professionnelle ?

Oui  Non

Lesquels et de quelle manière ?

---

---

---

6. Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---



7. La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

8. La méthode vous a-t-elle permis de renforcer votre estime de soi ?

Oui  Non

De quelle manière ?

---

---

---

9. Avez-vous été marqué par certains thèmes que vous avez travaillés en constellation ?

Oui  Non

Lesquels ?

---

---

---

10. La méthode vous a-t-elle été difficile à appréhender sur un plan émotionnel ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

11. Avez-vous ressenti d'éventuels changements suite aux séances ?

Oui  Non

Lesquels ?

---

---

---

12. Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

13. Recommanderiez vous cette méthode à d'autres personnes ?

Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

Commentaires – Témoignage

---

---

---

---

Annexe V

Objectifs de recherche en lien avec le questionnaire		
Objectifs reliés	Thème et cadre théorique	Questions reliées
1. Approches institutionnelles et moyens d'accompagnement	Approche centrée ressource et solution	a) La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître (ressources et faiblesses) ? b) Est-ce que cette méthode vous a permis d'envisager des solutions par rapport à un problème donné ? Si oui, lesquelles ?
	Approche systémique	a) Cette méthode vous a-t-elle permis de mieux comprendre votre système familial ? b) A-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ? Attention à penser à établir des liens entre influence directe et concept théorique !
2. Insertion professionnelle (public et spécificités, buts, moyens et stratégies d'accompagnement, missions Préfo)	Les 3 dimensions : professionnelle, sociale, symbolique et personnelle.	a) La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préfo ? Si oui, lesquelles ?
	Quels sont les facteurs de réussite de l'insertion professionnelle ?	a) Cette méthode vous a-t-elle permis d'avancer dans votre processus d'insertion professionnelle ? b) La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ? c) Vous a-t-elle permis de renforcer votre motivation et votre estime de soi ?
3. La méthode des constellations familiales		a) Quels sont les thèmes les plus marquants que vous avez pu travailler ou que vous avez pu retenir en constellation ? b) La méthode vous a-t-elle été difficile à appréhender sur un plan émotionnel ? c) Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ? d) Recommanderiez vous cette méthode à d'autres personnes ? e) Avez-vous ressenti un éventuel changement suite aux séances ?

## Annexe VI

Analyse quantitative des résultats						
Nom de la variable	Type de variable	Contenu	Echelle	N°	Modalités ou valeurs	Réponses
Genre	Sociodémographique	Quel est votre sexe ?	Nominale		Femme Homme	4 1
Age	Sociodémographique	Quel est votre âge ?	Nominale		16 ans 17 ans 18 ans 19 ans 20 ans 21 ans 22 ans 23 ans 24 ans 25 ans	0 2 1 2 0 0 0 0 0 0
Approche orientée ressource et solution	Indépendante (agit sur le phénomène de recherche)	La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître sur un plan personnel ?	Nominale	1	Oui Non	4 1
Approche orientée ressource et solution	Dépendante (mesure l'impact des difficultés rencontrées par le jeune dans son processus)	Est-ce que cette méthode vous a permis d'envisager des solutions par rapport à un problème donné ?	Nominale	2	Oui Non Autres	4 1 0
Approche systémique	Indépendante	Cette méthode vous a-t-elle permis de mieux comprendre le fonctionnement de votre système familial ?	Nominale	3	Oui Non Autres	4 1 0
Approche systémique	Indépendante	La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ?	Nominale	4	Oui Non	4 1

Les 4 dimensions : Professionnelle Sociale Symbolique et personnelle	Dépendante	La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation professionnelle ?	Nominale	5	Oui Non Autres	3 2 0
Facteurs clés de réussite	Dépendante	Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle?	Nominale	6	Oui Non	5 0
Facteurs clés de réussite	Dépendante	La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ?	Nominale	7	Oui Non	5 0
Facteurs clés de réussite	Indépendante	La méthode vous a-t-elle permis de renforcer votre estime de soi ?	Nominale	8	Oui Non Autres	3 1 1
La méthode des constellations familiales	Indépendante	Avez-vous été marqué par certains thèmes que vous avez travaillés en constellation ?	Nominale	9	Oui Non	5 0
La méthode des constellations familiales	Dépendante	La méthode vous a-t-elle été difficile à appréhender sur un plan émotionnel ?	Nominale	10	Oui Non	4 1
La méthode des constellations familiales	Dépendante	Avez-vous ressenti d'éventuels changements suite aux séances ?	Nominale	11	Oui Non	3 2
La méthode des constellations familiales	Dépendante	Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ?	Nominale	12	Oui Non Autres	4 0 1
La méthode des constellations familiales	Dépendante	Recommanderiez vous cette méthode à d'autres personnes ?	Nominale	13	Oui Non Autres	5 0 0
Remarques	Indépendant/ dépendant	Remarques	?		Autres	3

## Annexe VII

Analyse qualitative des résultats et commentaires					
Questions	Rép.	Réponse des participants	Sexe h/f	Age (ans)	Commentaires des réponses / Résultats
1. La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître sur un plan personnel ?	Non	« Elle ne m'a pas permis à m'aider sur le plan personnel, elle ne m'a pas changé mais elle m'a aidé sur des problèmes relationnels. Ca agit plutôt aux personnes extérieures ».	H	19	<p>- Il apparaît, que la majorité des participants ont répondu de manière positive à l'exception d'une personne ; celle-ci, cependant, souligne que la méthode l'a aidé sur un plan relationnel.</p> <p>- Le thème de la relation au sein de <b>la famille</b> apparaît à 2 reprises.</p> <p>- De manière plus globale, on peut déduire que la méthode a permis à 3 participants de mieux se situer dans les systèmes qui les entourent.</p>
	Oui	« La méthode des constellations familiale m'a beaucoup aidé à me retrouver une place entre autre ma propre place même dans ma propre famille et j'ai trouvé sa vraiment fantastique ».	F	18	
	Oui	« J'ai pu voir que parfois j'étais aussi fautif pour les relations dans la famille ».	F	19	
	Oui	« J'ai l'impression qu'avec cette méthode en entre plus en moi. Je me suis rendu compte que j'avais une grande carapace autour de moi ».	F	17	
	Oui	« Savoir quelles sont nos forces et nos faiblesses. Cette méthode nous fait réaliser beaucoup de choses, comme par exemples : on est pas indestructibles. On doit savoir changer pour mieux évoluer ».	F	17	
2. Est-ce que cette méthode vous a permis d'envisager des solutions par rapport à un problème donné ?	Oui	« La recherche d'apprentissage, elle m'a permis de consolidé mon choix et d'être sur de pouvoir faire un apprentissage ».	H	19	<p>- A cette question, le « Oui » est majoritaire et il ressort à 2 reprises la <b>notion de choix</b>. En effet, la méthode leur a été bénéfique dans la capacité à faire des choix personnels.</p> <p>- La seule personne à avoir répondu « Non », évoque le fait d'avoir réveillé de vieux sentiments et souvenirs enfuis, mais qu'il est encore trop tôt pour parler de solutions.</p>
	Oui	« Comme cette méthode m'a entre autre retrouvée j'ai réussi justement à dire ou même à faire ce que je voulais et pas ce que les autres voulait que je fasse ».	F	18	
	Oui	« Pour dire à mes parents que je fume car j'arrivais pas à leur dire ».	F	19	
	Oui	« Pendant un moment j'étais perdue et peut-être j'avais besoin de sortir un peu de mon entourage ».	F	17	
	Non	« On ne peut pas parler de solutions aussi rapidement. C'est très difficile de se retrouver face à cette méthode ».	F	17	

		car ça réveille en nous des sentiments, des souvenirs qu'on a étouffer et entasser au fond de nous ».			
3. Cette méthode vous a-t-elle permis de mieux comprendre le fonctionnement de votre système familial ?	Oui	« J'ai pu comprendre les attentes qu'exerçait ma mère, ce qu'elle attendait et comment l'aider ».	H	19	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Participants révèlent qu'ils arrivent à mieux comprendre la relation qu'ils entretiennent avec leur <b>mère</b>.</li> <li>- De façon plus globale, on peut percevoir une meilleure compréhension d'un point de vue du système familial</li> </ul>
	Oui	« Bizarrement j'arrive à comprendre un peu mieux ma maman et ma grande sœur, j'ai réussi à mettre mes limites sans même aucun regret. Et faire avec respect et patience ce que je veux vraiment ».	F	18	
	Oui	« Qu'il y a beaucoup de problèmes pour un rien, que ça sert à rien de se fâcher ».	F	19	
	Non	« J'ai parlé du sentiment que je me sentais mise de côté mais je ne comprends pas encore pourquoi ».	F	17	
	Oui	« On voit les choses d'un autre œil. Parfois, on était injuste. Et parfois juste incompris. On prend conscience de beaucoup de choses et généralement ça détend tout de suite ces tensions ».	F	17	
4. La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ?	oui	« Avec ma mère, elle m'a fait beaucoup plus confiance ».	H	19	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lorsque l'on évoque le changement envers l'entourage, <b>le thème de la famille</b> apparaît de nouveau à 2 reprises ainsi que celui de la <b>mère</b> 1 fois.</li> </ul>
	oui	« Comme j'ai arrêté de me faire mener à la baguette, car grâce à ça j'ai découvert que mon ex ne m'aimait pas car dès que je lui dis cash les choses il n'a pas nié alors que sans ça je n'avais jamais osé lui faire une remarque ».	F	18	
	Oui	« Mes parents. Je les comprends mieux je les aide pour que tout aille bien ».	F	19	
	Non	-	F	17	
	Oui	« Quand on a de mauvais contacts, ou de mauvaises expériences, vécu, avec des membres de notre famille, ça nous permet de tout balancer, de voir les choses autrement ».	F	17	
5. La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation	non	-	H	19	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seules 3 personnes ont perçu une libération à certains blocages.</li> <li>- Dans l'ensemble les participants qui ont répondu « Oui », j'ai l'impression que le thème commun est lié à</li> </ul>
	non	-	F	18	
	Oui	« A pas avoir peur de dire les choses que je ressens ».	F	19	
	Oui	« Etre moins timide et avoir plus confiance en moi parce qu'il y a des choses verbalisées et prises de conscience".	F	17	
	Oui	« Ca nous libère des mauvaises choses qu'on a gardées trop longtemps en nous, et par conséquent ça détend	F	17	



professionnelle ?		vachement notre corps et notre esprit ».			<b>l'expression</b> « oser dire, oser penser » et également <b>prise de conscience</b>
6. Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle?	oui	« Elle m'a permis de régler quelques soucis vis-à-vis de ma mère j'étais plus libre dans mes choix et j'avais moins la pression ».	H	19	- La totalité des participants ont répondu « Oui ». - Pour 1 participant, <b>le système familial</b> est présent dans sa réponse. - Le thème de la <b>mère</b> est également présent. - Le thème de la <b>confiance</b> ainsi que celui de la <b>prise de conscience</b> sont présents.
	oui	« Comme il m'a aidé dans ma vie extérieure après tout s'est amélioré ».	F	18	
	Oui	« Cela m'a permis de voir que dans ma tête je veux une place mais qu'au fond de moi non ».	F	19	
	Oui	« En travaillant sur moi et ma famille j'ai pu prendre conscience et ouvrir plus de portes professionnelles ».	F	17	
	Oui	« En effet, ça m'a aidé à avoir confiance en moi, et a cessé de vouloir tout garder. Du coup, je suis moins tendue et plus légère ».	F	17	
7. La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ?	oui	« Elle m'a permis de m'assumer mes capacités et quelques fois à me motiver ».	H	19	- Le « Oui » fait l'unanimité !  - <b>La notion de choix</b> se retrouve chez 2 participants.  - A la suite des réponses, je ressens également une certaine <b>prise de conscience</b> .
	oui	« Elle a renforcé mon idée ».	F	18	
	Oui	« Que je ne suis pas prête à avoir une place maintenant ».	F	19	
	Oui	« A faire plus de choix professionnels »	F	17	
	Oui	« Il y a certaines blessures qu'avec le temps on a pas pris la peine de soigner. Nos plus grosses peurs nous rattrapent un jour. Alors si on les guérit avant d'entrer dans le monde professionnel c'est un plus ».	F	17	
8. La méthode vous a-t-elle permis de renforcer votre estime de soi ?	non	-	H	19	- Le thème de <b>la peur</b> revient à 2 reprises ; le fait de ne plus avoir peur et oser davantage est invoqué. - Le thème de la famille apparaît également.
	oui	« Dans le monde familial comme dans le monde professionnel j'ai réussi à avancer sans peur ».	F	18	
	Oui	« J'ose plus faire des choses que j'osais pas. Des jugements des autres j'avais peur mais maintenant plus ».	F	19	
	-	« Je ne sais pas » !	F	17	
	Oui	« Même si ce n'est qu'un petit peu, c'est déjà ça de fait, ce petit changement peut faire toute la différence ».	F	17	
9. Avez-vous été marqué par certains thèmes que vous avez	oui	« Le premier thème avec ma mère et le but de l'apprentissage ».	H	19	- pour 1 participant, le thème de la <b>mère</b> apparaît une fois de plus.
	oui	« L'exercice des figurines et aussi les jeux de rôle avec	F	18	

travaillés en constellation ?		les feuilles ».			- A cette question, les réponses données sont différentes les unes des autres.
	Oui	« Les moments qu'on a parlé des One Direction je me suis rendue compte qu'ils sont vraiment importants dans ma vie ».	F	19	
	Oui	« L'histoire de ma carapace ».	F	17	
	Oui	« Le jeu de se positionner par rapport à une feuille était certainement le plus perturbant. C'est fou ce qu'on peut ressentir. C'est situations auxquelles on n'a pas l'habitude d'être confronté ».	F	17	
10. La méthode vous a-t-elle été difficile à appréhender sur un plan émotionnel ?	non	« J'avais confiance en moi et avec la personne avec qui j'ai travaillé ».	H	19	- La majorité des participants ont évoqué que la méthode avait été difficile à appréhender.
	oui	« Oui car parler de chose ou les plaies ne sont pas bien fermées cela peut faire très mal ».	F	18	
	Oui	« Car la plupart du temps je me sentais fatiguée. Dès que je prends l'air ca va mieux ».	F	19	
	Oui	« De parler par rapport à ma famille ».	F	17	
	Oui	« C'est très fort et très difficile (surtout au début) toutes les barrières tombent d'un seul coup, le masque tombe avec. On devient vulnérable. On ne contrôle strictement plus rien ».	F	17	
11. Avez-vous ressenti d'éventuels changements suite aux séances ?	oui	« Le rapport avec ma mère s'est bien amélioré ».	H	19	- les 3 personnes à avoir répondu expriment un changement positif.
	non	-	F	18	
	Oui	« Que je vais beaucoup mieux. Je suis plus ouverte ».	F	19	
	Non	-	F	17	
	Oui	« J'apprenais à faire dégager certaines choses. A réaliser, à comprendre, et à accepter. On en guérit gentiment ».	F	17	
12. Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ?	oui	« C'est intéressant et ça permet de voir une autre façon de régler un problème ».	H	19	- La majorité des participants ont répondu être favorables à réutiliser la méthode.
	oui	« Car ces séances m'ont aidé sur beaucoup de domaines ».	F	18	
	Oui	« Pour m'aider plus. Aller plus en avant dans la vie »	F	19	- La notion de travail sur soi (travail personnel) se ressent dans les réponses de la plupart des participants.
	Oui / non	« D'un côté oui parce que ça m'a fait réfléchir sur moi-même et d'un côté non parce que ça m'a fait un peu peur ».	F	17	

	Oui	« C'est un travail avec soi-même. Libérer les mauvaises ondes ne peut que faire du bien à mon esprit ».	F	17	
13. Recommanderiez vous cette méthode à d'autres personnes ?	oui	« Je ne sais pas vraiment car c'est un choix plutôt personnel et quelques personnes n'apprécieront pas la méthode. Mais je pourrais la conseiller à certaines personnes qui rencontrent des difficultés car elle permet de voir des solutions d'une autre façon ».	H	19	- L'ensemble des participants recommanderait cette méthode à d'autres personnes pour des raisons diverses et variées.
	Oui	« Car cela fait découvrir plein de choses et soulage d'autre ».	F	18	
	Oui	« Cela aide énormément les personnes ».	F	19	
	Oui	« Même si ça fait un peu peur ça nous fait beaucoup réfléchir sur nous et notre entourage ».	F	17	
	Oui	« Suivant les personnes. C'est une expérience à faire une fois dans sa vie ».			
Commentaires/témoignages		-	H	19	- Suite aux commentaires je retiens la notion de <b>prise de conscience et la connaissance de soi.</b>
		« Les jeux de rôles m'ont aidé à ne pas détester mon père de m'avoir abandonné. Mes sentiments m'ont fait un soulagement ».	F	18	
		-	F	19	
		« Moi je pense qu'il faut continuer avec cette méthode ça nous fait beaucoup réfléchir sur nous c'est vrai que des fois ça fait peur mais j'ai beaucoup apprécié d'avoir fait ça ».	F	17	
		« J'ai souvent porté un masque, cachant mon vécu, mes faiblesses, la souffrance n'était pas faite pour moi. Quand j'ai fais l'expérience pour la première fois, j'ai senti une énorme frustration et de la peur. Nos murailles s'écroulent comme une pile de cartes. Comme si aucune résistance n'était acceptée. Comme si quoi qu'on fasse ça ne servait à rien. C'est hyper troublant et très émotif ».	F	17	

## Annexe VIII

Grille de codage						
Nom de la variable	Type de variable	Contenu	Echelle	N°	Modalités ou valeurs	Réponses
Genre	Sociodémographique	Quel est votre sexe ?	Nominale		Femme Homme	4 1
Age	Sociodémographique	Quel est votre âge ?	Nominale		16 ans 17 ans 18 ans 19 ans 20 ans 21 ans 22 ans 23 ans 24 ans 25 ans	0 2 1 2 0 0 0 0 0 0
Connaissance de soi	Indépendante (agit sur le phénomène de recherche)	La méthode des constellations familiales vous a-t-elle aidé à mieux vous connaître sur un plan personnel ?	Nominale	1	Oui Non	4 1
Pistes d'action	Dépendante (mesure l'impact des difficultés rencontrées par le jeune dans son processus)	Est-ce que cette méthode vous a permis d'envisager des solutions par rapport à un problème donné ?	Nominale	2	Oui Non Autres	4 1 0
Connaissance de son système familial	Indépendante	Cette méthode vous a-t-elle permis de mieux comprendre le fonctionnement de votre système familial ?	Nominale	3	Oui Non Autres	4 1 0
Relations aux autres	Indépendante	La méthode a-t-elle eu une influence directe sur les rapports relationnels que vous entretenez avec certains membres de votre entourage ?	Nominale	4	Oui Non	4 1

Blocages et freins liés au processus d'insertion	Dépendante	La méthode des constellations familiales vous a-t-elle permis de vous libérer de certains blocages rencontrés durant votre parcours à la Préformation professionnelle ?	Nominale	5	Oui Non Autres	3 2 0
Facteurs facilitants	Dépendante	Cette méthode a-t-elle été un facteur facilitant dans votre processus d'insertion professionnelle?	Nominale	6	Oui Non	5 0
Définition de son projet	Dépendante	La méthode vous a-t-elle aidé à mieux vous situer dans votre projet professionnel ?	Nominale	7	Oui Non	5 0
Estime de soi	Indépendante	La méthode vous a-t-elle permis de renforcer votre estime de soi ?	Nominale	8	Oui Non Autres	3 1 1
Événements marquants	Indépendante	Avez-vous été marqué par certains thèmes que vous avez travaillés en constellation ?	Nominale	9	Oui Non	5 0
Vécu émotionnel	Dépendante	La méthode vous a-t-elle été difficile à appréhender sur un plan émotionnel ?	Nominale	10	Oui Non	4 1
Évolution et changements	Dépendante	Avez-vous ressenti d'éventuels changements suite aux séances ?	Nominale	11	Oui Non	3 2
Ouverture à la méthode	Dépendante	Seriez-vous favorable à réutiliser cette méthode par la suite ?	Nominale	12	Oui Non Autres	4 0 1
Reconnaissance de la méthode	Dépendante	Recommanderiez vous cette méthode à d'autres personnes ?	Nominale	13	Oui Non Autres	5 0 0
Remarques	Indépendant/dépendant	Remarques	?		Autres	4

## Annexe IX

<b>Tableau comparatif entre les approches institutionnelles et la méthode des constellations familiales</b>			
<b>Concepts d'accompagnements</b>	<b>Points communs</b>	<b>Différences</b>	<b>Commentaires</b>
Approche centrée sur la personne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La non-directivité</li> <li>- Faire émerger les valeurs du participant</li> <li>- Ecoute active</li> <li>- Ne pas influencer le participant</li> <li>- Empathie et congruence</li> <li>- Authenticité dans la relation entre le thérapeute et le participant</li> <li>- Situe l'être humain au cœur du cosmos et se base sur la vérité</li> <li>- Attitude phénoménologique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La méthode des constellations familiales est autant attentive au ressenti du participant qu'aux réponses émises par le participant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il y a beaucoup de points en commun entre les deux approches. Les principes de base se rejoignent surtout sur l'attitude du thérapeute et sur l'importance de la non-directivité.</li> </ul>
Education cognitive	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prend en compte les émotions</li> <li>- Peut permettre d'augmenter le potentiel de son fonctionnement mental et enrichir son intelligence</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transmission des outils de pensée</li> <li>- Les progrès se font au travers de l'apprentissage et de l'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selon moi, cette approche est différente dans le sens où c'est l'enseignant qui transmet le savoir et non l'apprenant qui va rechercher les solutions dans son antre.</li> <li>- Peut permettre d'augmenter le potentiel de son fonctionnement mental et enrichir son intelligence mais au travers d'une prise de conscience.</li> </ul>
L'approche cognitivo-comportementale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Permet à une personne de faire le lien entre un événement précis, une émotion, des pensées et un comportement</li> <li>- Restructuration cognitive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Notion de déconditionnement et reconditionnement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En constellations familiales, on parlera de prise de conscience et de changement et non pas de déconditionnement et reconditionnement</li> </ul>
L'approche systémique	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compréhension de la relation humaine</li> <li>- S'intéresse aux différents systèmes qui entourent l'individu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- la méthode des constellations familiales accorde une plus grande place au ressenti du participant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La méthode des constellations familiales est issue du courant systémique. Il est donc logique que nous retrouvions plusieurs points et fondements de base en commun.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'idée que la famille peut avoir une influence sur le comportement de l'individu</li> <li>- Notion de transgénérationnel</li> </ul>		
L'approche orientée ressources et solutions	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aide à percevoir la problématique</li> <li>- Permet d'appréhender des solutions</li> <li>- Processus d'activation de ses possibilités personnelles</li> <li>- Permet de découvrir ses capacités et compétences</li> <li>- Peut-être utilisée en individuel ou en groupe</li> </ul>		<p>- Cette approche peut se baser sur le ressenti du participant, tout dépend de la manière dont elle est utilisée.</p> <p><u>Exemple</u> : L'exercice de l'échelle du temps au sol qui permet au participant de percevoir où il se situe dans son processus. Il en va de même pour l'échelle de 1 à 10 parfois utilisée pour savoir comment la personne se sent.</p>

