

# Focus « Conflit interpersonnel »

# Focus « *Conflit interpersonnel* »:

## Diagnostic

- situation dans laquelle le pt et au moins une autre personne significative ont des attentes non réciproques dans leur relation
- cette situation semble reliée à l'apparition de la dépression ou perpétue la dépression



# Types de conflits interpersonnels

- Conflits avec hostilité ouverte: violence domestique, abus verbal
- Trahison: infidélité, loyautés conflictuelles à l'intérieur de la famille
- Conflits inhibés: colère à propos d'une maladie ou d'une incapacité d'un partenaire
- Déceptions: attentes non répondues
- « mauvais traitements subtils »: abus verbal, refus d'intimité
- Conflits liés au développement: p.ex. enjeux de séparation-individuation

# Conflit interpersonnel

## Objectifs:

- identifier la situation conflictuelle principale (reconnaître le différent)
- choisir un plan d'action, et
- modifier les attentes, ou les communications inadéquates, ou les deux,
- pour arriver, de façon réaliste, à une résolution satisfaisante du conflit



# Conflit interpersonnel

## stratégies

(phases intermédiaires: séances 5 à 12)

- Stratégies:
  - déterminer le stade du conflit
    - impasse
    - négociation
    - dissolution
  - Aider le pt à se rendre compte du lien entre des attentes non-réciproques et le conflit
  - Aider le pt à négocier de nouvelles attentes
  - Développer de nouvelles attitudes lui permettant de mieux satisfaire ses besoins

# *Stratégies de traitement (suite)*

- Analyse des attentes individuelles et mise à jour des attentes non réciproques
  - Quels sont les enjeux du conflit?
  - Différences au niveau des attentes et des valeurs?
  - Désirs du pt dans la relation?
  - Quelles sont les options, lesquelles ont été explorées, lesquelles sont à approfondir?
  - Ressources du pt pour apporter un changement?
  - Désirs de l'autre partie?
  - Façon de régler différents dans le passé?
  - Points forts et faibles dans la relation?
  - Quels sont les changements possibles?



# *Stratégies de traitement (suite 2)*

- Similitudes avec autres situations conflictuelles
  - Situation similaire s'est déjà produite?
  - Relations similaires avec d'autres?
  - ---» si oui:
    - Que gagne le pt en agissant ainsi?
    - Quelles sont les principales suppositions sous-jacentes non exprimées?
    - Qu'est-ce qui conduit le pt dans le même genre de situations?
- Analyse des modes de communication

# Nature du conflit et qualité de la relation

- Désirs au sujet de la relation
  - pte souhaite une relation avec moins de contraintes.
- Forces et faiblesses de la relation
  - Lien important, soutien mutuel, malgré conflits (aide financière, transport)
  - difficultés à exprimer besoins et attentes et à trouver compromis.



# Interpersonal Disputes

