

Une logique de la communication

Paul Watzlawick - Seuil

Paul Watzlawick, Janet Helmick-Beauvin, Donald de Avila Jackson

Chercheurs en communication et fondateur de l'école "Mental Research Institute" de Palo Alto (Californie)

Paul Watzlawick et Donald de Avila Jackson sont professeurs de psychiatrie à l'Université Standford

4.441 Le malade désigné (page 136)

Dans une famille, le comportement de chacun des membres est lié au comportement de tous les autres et il en dépend. Tout comportement est une communication, donc il influence les autres et est influencé par eux. Plus précisément, l'amélioration ou l'aggravation de l'état du membre de la famille reconnu (de la famille et de lui-même) comme le malade, auront un effet sur les autres membres de la famille, en particulier sur leur santé psychologique, sociale ou même physique. Lorsque des thérapeutes, spécialisés dans les problèmes familiaux, apportent un soulagement au mal explicitement formulé, ils se trouvent confrontés à une nouvelle crise de la famille. L'exemple suivant est typique dans ce mécanisme.

Un couple commence une thérapie conjugale à la demande expresse de la femme dont les plaintes paraissent plus que justifiées : son mari, jeune homme à l'esprit vif, d'aspect soigné et agréable, s'est arrangé, Dieu sait comment, pour terminer ses études primaires sans jamais avoir appris à lire et à écrire. Pendant son service militaire, il a également réussi à passer au travers d'un cours de rattrapage pour soldats illétrés. Une fois libéré des obligations militaires, il s'est mis à travailler comme manœuvre, ce qui lui interdisait tout

avancement et toute augmentation de salaire. La femme a du charme, de l'énergie et se montre extrêmement consciente. Parce que son mari est un illétré, c'est sur elle que repose tout le poids des responsabilités familiales. En plusieurs occasions, elle a dû conduire son mari à un nouveau lieu de travail, parce qu'il ne peut pas lire les plaques des rues ou le plan d'une ville.

Assez vite, après le début de la psychothérapie, le mari s'inscrit à un cours du soir pour illétrés, il s'assure de l'aide de son père comme une sorte de répétiteur et acquiert les rudiments de la lecture. Du point de vue thérapeutique, tout semble marcher à merveille, jusqu'au jour où le thérapeute reçoit un coup de téléphone de la femme : elle ne viendra plus aux séances communes et elle a déposé une demande de divorce. Selon la vieille plaisanterie : « L'opération a parfaitement réussi, mais le malade est mort ». Le thérapeute avait négligé la dimension d'interaction du problème formulé (il est illitré), et en faisant disparaître ce grief, il avait altéré la complémentarité de la relation. Le couple s'est rompu après que la psychothérapie ait répondu à l'attente de la femme.

4.442. Système et famille

L'analyse d'une famille n'est pas la somme des analyses de chacun de ses membres. Il y a des caractéristiques propres au système, c'est-à-dire des modèles d'interaction qui transcendent les particularités de chacun des membres, par exemple celles qui s'organisent autour des « compléments »

Définition des "compléments" du § 3.62 (page 106). *Il est, en effet, dans la nature des relations complémentaires, qu'une définition de soi ne peut se maintenir que si le partenaire joue le rôle complémentaire qu'on attend de lui. Il n'y a pas de "mère" sans "enfant". Mais les modèles de la relation « mère - enfant » se modifient avec le temps. Un modèle dont l'importance biologique et affective est vitale dans les premières années de la vie du petit enfant, devient un sérieux handicap pour son développement ultérieur si une modification appropriée à la relation mère - enfant ne peut pas intervenir. (C'est ainsi que l'on peut voir les parents en difficulté à l'adolescence de leur enfant. L'équilibre est rompu parce que l'un des membres a modifié sa position). Ainsi, selon le contexte, le même modèle peut, à un moment donné, jouer un rôle capital dans la confirmation du moi et, à un stade ultérieur de l'histoire d'une relation, aboutir à un déni.)*

Il y a d'autres caractéristiques propres au système : si la communication se fait sur la « double contrainte » par exemple « Quand chacun des parents demande à leur enfant de l'aimer exclusivement », ou alors la phrase « je t'interdis de m'obéir » ou encore dans le paradoxe : « Une psychothérapie se termine quand le patient se rend compte qu'elle pourrait continuer indéfiniment ».

Bien des « particularités » de tel ou tel membre de la famille sont engendrés par le système familial. Le professeur Fry, par exemple, a étudié le contexte familial dans lequel un groupe de patients présentait un syndrome d'angoisse et une conduite d'évitement. Il a constaté que les proches n'étaient jamais exempts de troubles. Cela présente un grand intérêt pour notre théorie de constater l'imbrication du comportement de chaque élément.

4.442 « Par exemple, une femme était incapable de sortir seule mais, même accompagnée, elle était prise de panique si elle se trouvait dans un lieu brillamment éclairé, ou dans un milieu où il y a foule, ou bien si elle devait faire la queue. Son mari a commencé par dire qu'il n'avait aucun problème d'ordre affectif, mais il a fini par révéler qu'il avait de temps en temps des angoisses et qu'il évitait certaines situations. Or ces situations étaient les suivantes: se trouver dans la foule, faire la queue, pénétrer dans des lieux publics brillamment éclairés. Cependant, tous deux ont tenu absolument à ce que ce soit la femme qui soit considérée comme la malade. Elle et son mari l'avaient défini comme tel.

Les symptômes de cette femme semblent avoir un rôle protecteur pour le conjoint.

Dans un autre chapitre Watzlawick évoque le fait de « prescrire le symptôme » ou alors que « le symptôme est une communication »

(4.443, page 139) Un malade qui guérit et c'est toute la famille qui devient malade

Des entrées d'information (inputs), c'est-à-dire des actions des membres de la famille ou du milieu de vie, introduites dans le système familial, agissent sur ce système et sont modifiées par lui. Certaines familles peuvent essuyer de gros revers et arriver à les transformer en

occasions de se resserrer. D'autres semblent incapables de se sortir des crises les plus banales et sont déstabilisées.

Dans certaines familles, un malade qui guérit amène de la cohésion dans la communication. Pour d'autres, un malade qui guérit et c'est toute la famille qui devient malade.

Combien de systèmes familiaux se désorganisent quand l'enfant qui se désignait comme le « vilain petit canard » et que la famille désignait comme tel, se met à réussir à l'école !

Plus généralement, combien de familles perdent leur équilibre quand l'un de ses membres cesse de jouer le rôle qui lui est assigné.

(4.440, page 135) La famille comme système

Il faut voir dans la famille un système régi par des règles qui concordent avec la définition d'un système comme « stable eu égard à certaines de ces variables, si ces variables tentent à demeurer dans les limites précises ».

C'est un tel modèle d'interaction familiale qu'a proposé Jackson en introduisant le concept d'"homéostasie familiale" (capacité d'un système à conserver son équilibre). Il a observé que si l'état d'un malade s'améliorait, cela avait souvent des répercussions catastrophiques dans la famille du malade (dépression, épisodes psychosomatiques, etc.). Ces comportements, et tout aussi bien la maladie du patient, étaient des « mécanismes homéostatiques » qui avaient pour fonction de ramener le système perturbé à son « délicat » équilibre.

Conclusion:

Je vous ai proposé un petit tour dans la constellation familiale, un système parmi d'autres sous les modestes cieux d'une toute petite constellation à laquelle appartient notre tout petit système solaire.

Le travail de ces trois chercheurs va bien dans le sens de la psychanalyse et des psychothérapies, en général. Toutes interviennent sur le fonctionnement de la personne

dans son système environnemental. Les interactions, qu'elles mettent en synergie, sont mises en évidence. Il y a lieu de savoir quelles peuvent, à la fois, créer un équilibre ou un déséquilibre dans tout ou partie du système. La personne (bipolaire ou proche) qui choisit de faire une psychothérapie a tout avantage à en informer sa famille qui participera au mouvement et réorganisera les interactions qui la gèrent. Il y a toujours un choix à faire entre se sortir d'un système et être mieux et se maintenir dans le système et continuer d'aller mal. Faire le choix du changement est douloureux , mais il faut savoir, par les théories d'« homéostasie » décrites ci-dessus, qu'une fois la psychothérapie réalisée, se crée un nouveau système qui intégrera de nouvelles données pour un nouvel équilibre.

Et cela doit nous habiller le cœur !

Gérard Ferroud , mars 2014