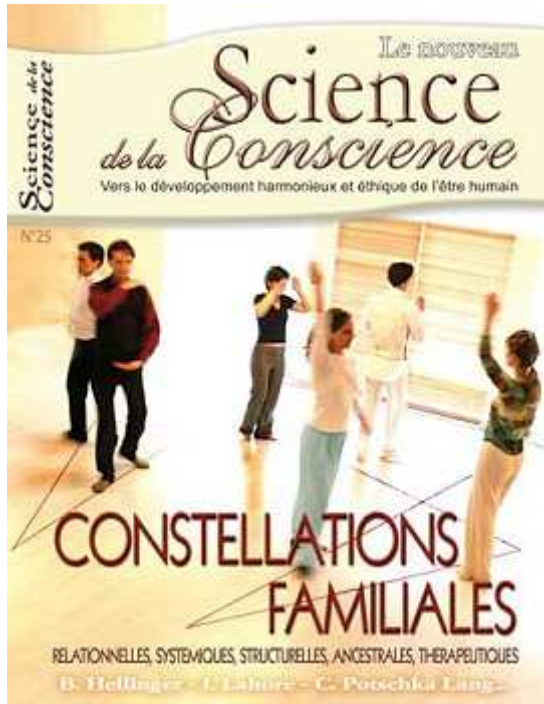


Les origines de la systémique



L'approche de l'être humain a connu une révolution plus importante qu'on ne le croit depuis quelques dizaines d'années avec la systémique. Cette approche est apparue aux Etats-Unis avec les travaux de l'anthropologue Gregory Bateson qui ont inspiré ceux de l'école de Palo Alto. Au Chili, c'est le père de l'Ennéagramme, Oscar Ichazo qui a formulé le plus clairement les lois présidant aux différentes logiques de pensée, dont la logique d'unité sous-jacente à la systémique. Enfin, elle a été introduite en France par les travaux d'Edgar Morin sur la pensée complexe, ceux de Jacques Lemoigne avec sa « Théorie générale des systèmes » et de Joël de Rosnay, avec « Le microscope ». De tout côté, on a ainsi vu apparaître une nouvelle approche

interdisciplinaire en laquelle beaucoup ont vu un changement de paradigme, et qui est venu bouleverser entre autres la démarche clinique en psychologie

Jusqu'aux années cinquante ont prévalu les thérapies traditionnelles centrées sur l'individu : psychanalyse, bioénergie, thérapies comportementales et humanistes. Sans préjuger de la valeur ni de l'efficacité d'ailleurs variable de ces démarches, elles partent toutes du postulat que, à un moment ou un autre, quelque chose s'est bloqué dans la construction de l'identité individuelle et que l'on peut libérer ce blocage par l'analyse du transfert, la décharge émotionnelle, l'apprentissage de comportements plus adaptés ou le développement du potentiel enfoui. Il était hors de question encore en 1956 de traiter des familles, sinon de façon clandestine. La mise à jour de phénomènes analogues dans tous les systèmes vivants – de la cellule organique à l'économie d'un pays ou même l'écologie de la planète – est venue non pas invalider les approches thérapeutiques antérieures mais les élargir à l'échelle du système familial auquel l'individu appartient. A Palo Alto, dans les faubourgs de San Francisco, le mouvement de thérapie familiale a connu trois époques, liées à trois groupes :

- Le premier groupe de 1949 à 62, fondé et animé par Gregory Bateson, était un groupe de recherche sur la communication ayant établi des bases théoriques nouvelles. Bateson s'est intéressé aux injonctions paradoxales qui finissent par dissocier d'eux-mêmes les membres les plus exposés d'une famille malsaine. Avec lui, l'unité de référence se déplace de l'individu vers le système auquel il appartient, et les sources de pathologie ne sont plus perçues au niveau de l'identité de ses membres mais bien au niveau du fonctionnement de l'ensemble. Jouer sur un élément affecte la totalité du système, et réajuster les règles tacites de communication au sein de la famille favorise un nouvel équilibre.
- Le deuxième groupe, dirigé par Don Jackson de 1959 à 68, correspond aux débuts brillants du MRI (Mental Research Institute), centre de recherche et de

formation qui a connu un très grand rayonnement. Jackson est psychiatre et excellent clinicien. Il intègre des concepts systémiques et cybernétiques tels le feed-back et donne à Palo Alto une conférence sur l'homéostasie familiale. Dès la création du MRI, il associe la grande thérapeute Virginia Satir qui a déjà toute une expérience de formation et qui va assumer celle des thérapeutes familiaux. Elle publie à l'époque « Thérapie du couple et de la famille ». Paul Watzlawick se joint ensuite à l'équipe.

- Le troisième groupe, à partir de 1967, sera celui de l'équipe du Centre de Thérapie Brève.

Depuis, la thérapie systémique a fait des émules et s'est en quelque sorte banalisée. De nombreuses écoles s'en inspirent plus ou moins ouvertement. Eric Berne, père de l'Analyse Transactionnelle, fera parler de lui avec sa théorie des jeux et le bien connu triangle dramatique « Sauveur – Victime – Persécuteur ». Il fait figure d'iconoclaste aux yeux des psychanalystes par son approche clinique le plus souvent en groupe fondée sur le contrat thérapeutique et son obsession de vulgariser ses grilles d'analyse auprès de ses clients. Thomas Gordon fait école lui aussi avec l'idée toute simple que si ses relations malsaines peuvent rendre les gens malades, des relations saines, fondées sur la reconnaissance mutuelle des besoins en présence, peuvent venir à bout de l'immense majorité des troubles mentaux.

Au début des années 70, c'est au tour de John Grinder et Richard Bandler de révolutionner le monde de la thérapie avec les outils de PNL (Programmation Neuro-Linguistique), notamment le métamodèle du langage, directement inspiré de l'observation de thérapeutes hors du commun, des travaux de Palo Alto et de la sémantique générale. C'est l'explosion des thérapies brèves, mettant fin à des décennies d'analyse au long cours. On voit aussi apparaître de plus en plus d'approches transpersonnelles, prenant en compte les différentes dimensions de l'individu considéré comme un tout : corps, âme, esprit, ainsi que des approches dites transgénérationnelles, intégrant l'héritage inconscient des aïeux.

Dans le sillage de ces différentes approches, une place toute particulière doit être faite au Processus Hoffman qui en fait une synthèse remarquable. Son créateur, Bob Hoffman, n'a aucun diplôme de psychologie ni de psychiatrie mais, en intuitif pur, c'est un fin connaisseur de l'âme humaine qu'il lit comme un livre ouvert avec un humour décapant. Très vite, il réalise que la compréhension de nos mécanismes morbides ne suffit pas pour y mettre fin : puisqu'ils se sont mis en place de manière émotionnelle pendant notre enfance au sein du système familial, on ne peut en venir à bout qu'en exprimant les émotions qui y sont associées et en pardonnant ceux à qui on a emprunté les traits négatifs si on veut avoir la chance de se réconcilier aussi avec soi-même. Le Processus Hoffman bref et intensif qu'il met au point intègre en un tout harmonieux les quatre dimensions de notre être : moi essentiel, moi intellectuel, moi émotionnel, et le corps: en cela, il envisage l'être humain lui-même comme un système qu'il s'agit de rééduquer par un travail qui relève autant de la thérapie que de l'apprentissage et du rituel. Son approche est validée par les plus grands chefs de file du mouvement du potentiel humain, à commencer par Claudio Naranjo et Virginia Satir.

Pour en savoir plus :

Gregory Bateson, *Vers une écologie de l'esprit 1 et 2*, éditions du Seuil, 1977

Virginia Satir, *Thérapie du couple et de la famille*, EPI, 1982

Tim Laurence, *4 étapes pour commencer à vivre-les atouts du Processus Hoffman*, Ed du Souffle d'Or, 2005