

THERAPIE FAMILIALE

THEORIE SYSTEMIQUE

Définition

L'approche systémique se distingue des autres approches par sa façon de comprendre les relations humaines. En effet, la personne n'est pas le seul élément analysé dans la démarche. L'intervenant 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'intervenant s'intéresse aux règles de vie, aux processus de rétroactions, aux buts recherchés, aux mécanismes d'équilibre et aux pressions vers le changement. Il observe les modalités de communication, la congruence, le niveau de différenciation et d'engagement au sein du système. Il s'intéresse au niveau de remise en question permis, à la flexibilité des rôles ainsi qu'à leur degré d'adaptation à l'état actuel du système.

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.

L'intervenant souhaite amener le système-client en prise avec un problème à communiquer sur un nouveau mode et à vivre autre chose. Il favorisera l'expression des émotions, des souhaits, des intentions positives et des efforts fournis. Il fournira aux membres du système l'occasion de communiquer sur la communication.(métacommunication)

L'anthropologue Gregory Bateson contribue à la naissance de l'approche systémique.

« Bateson ne s'est pas demandé pourquoi cette personne-ci se comporte de manière folle. Il s'est demandé dans quel système humain, dans quel contexte humain, ce comportement peut faire du sens. » (Elkaïm, 1995, p. 161).

Nathan Ackerman (1954), psychiatre et psychanalyste New Yorkais, fut l'un des tout premiers à inclure l'ensemble de la famille dans le traitement de problèmes émotifs d'un individu. Il était particulièrement intéressé par les transferts, les projections entre les membres de la famille ainsi que les rôles tenus par chacun.

Un nouveau courant de pensée et de méthodes thérapeutiques se développa aux Etats-Unis.

Murray Bowen, Ivan Boszormenyi-Nagy, Carl Whitaker, Don Jackson, Nathan Ackerman, Salvador Minuchin, Virginia Satir et Jay Haley en furent les pionniers. Mara Selvini Palazzoli a tenu le même rôle en Italie.

Les thérapeutes familiaux ont comparés analogiquement les familles à des systèmes ouverts, en état d'équilibre, et les symptômes à ces rétroactions négatives. Les comportements symptomatiques des patients, ainsi compris, purent désormais être décrits comme des « tentatives de protection » d'un ensemble familial trop peu flexible pour supporter le changement.

La famille a commencé à être perçue comme un système relationnel qui a une organisation, une structure, faite de triangles, de rôles, de règles, de buts et de finalités. Il s'agit d'un système capable d'autorégulation, constitué d'individus ayant des échanges continuels et circulaires entre eux.

Cette conception est centrée sur des concepts d'homéostasie et d'autocorrection. Le *Dictionnaire clinique des thérapies familiales* nous dit que « dans le modèle de l'homéostasie, tout changement est considéré comme une erreur à corriger ou à freiner. Ceci est de règle en particulier dans les familles rigides, les familles à transaction schizophrénique et de façon plus générale encore, dans toute famille dysfonctionnelle. » (Benoit et coll., 1988, p. 240) ».

Cette nouvelle épistémologie implique une compréhension différente de la pathologie. D'une lecture linéaire où les symptômes étaient liés à un traumatisme à un conflit venant du passé du patient et relégué dans l'inconscient ou à un désordre organique, nous découvrons une lecture circulaire nous montrant l'inter-influence de la communication et du comportement de chacun sur chaque membre du système.

Lynn Hoffman, dans son livre « *Foundations of family therapy* », nous donne un bel exemple de la notion de circularité. Elle compare ce qui se produit si l'on frappe une roche ou si l'on frappe... un chien. La roche s'éloignera d'une distance proportionnelle au coup reçu de façon relativement prévisible. Si l'on frappe un chien, il aura une réaction qui sera fonction de sa relation avec celui qui le frappe et du sens qu'il donnera à ce geste. Sa réaction sera différente selon qu'il voit la situation comme un jeu ou comme une agression.

Il pourra fuir, mordre celui qui l'a frappé, aboyer... Sa réaction apportera une nouvelle information au sujet de la relation. Cela aura, à son tour, une conséquence sur le comportement ultérieur de l'homme. Mordu sérieusement par exemple, il y pensera à deux fois avant de frapper un chien.

Conséquemment à ces idées nouvelles, plusieurs cliniciens ont commencé à explorer les liens entre la maladie mentale d'un individu et le système relationnel de sa famille.

Don Jackson a été un des penseurs les plus influents dans le développement de la thérapie familiale. Il pensait que la maladie d'un individu pouvait contenir la pathologie du système et protéger la santé mentale de ses membres. Dans les années 1950, Don Jackson et Jay Haley remarquèrent que la diminution des symptômes chez un membre de la famille pouvait être suivie par l'apparition de symptômes chez un autre membre de la famille.

En 1954, Don Jackson rejoint l'équipe de Palo Alto composée de Gregory Bateson, Jay Haley et John Weakland. Ils se sont intéressés à la communication dans les familles où un des membres était schizophrène. Ils allaient jusqu'à hospitaliser des familles entières le week-end pour observer leur mode de communication. De cette équipe est née la théorie du double lien dans la schizophrénie. Selon cette théorie, la présence d'une communication paradoxale joue un rôle dans le développement de cette pathologie tout en n'étant pas le seul facteur en expliquant l'étiologie.

La communication paradoxale dans ces familles est faite de messages à double-lien. Le double-lien est défini « comme une situation (1) où un sujet est confronté à des messages paradoxaux, (2) non perçus comme tel clairement en raison de son déguisement, ou de son déni, ou parce que les messages sont de niveaux différents, et (3) auquel il ne peut ni

échapper, ni percevoir ou commenter efficacement les contradictions. » (Weakland, 1960, p.7).

Watzlawick et ses collaborateurs formulent dans *Une logique de la communication* les bases d'une axiomatique de la communication :

1. On ne peut pas ne pas communiquer.
2. Toute communication présente deux aspects : le contenu et la relation, tels que le second englobe le premier et par la suite est une méta communication.
3. La nature d'une relation dépend de la ponctuation des séquences de communication entre les partenaires.
4. Les êtres humains usent de deux modes de communication : digital et analogique. Le langage digital possède une syntaxe logique très complexe et très commode, mais manque d'une sémantique appropriée à la relation. Par contre, le langage analogique possède bien la sémantique, mais non la syntaxe appropriée à une définition non-équivoque de la nature des relations.
5. Tout échange de communication est symétrique ou complémentaire, selon qu'il se fonde sur l'égalité ou la différence.

Au début des années 1980, la parution du livre de Paul Watzlawick « L'invention de la réalité », les travaux de Ernst von Glasersfeld, de Heinz von Foerster (travaux sur la 2^{ème} cybernétique) et de Humbert Maturana et Francisco Varela (travaux sur la perception) apportent une modification de certains aspects de l'épistémologie systémique. On ne voit pas les systèmes humains comme ayant seulement une tendance à l'homéostasie mais aussi comme ayant des potentialités évolutives dans des directions imprévisibles.

C'est le passage théorique de la première cybernétique à la deuxième cybernétique. Les systèmes sont considérés comme étant en évolution, constamment en mouvement, influencés par les autres systèmes avec qui ils sont en interaction. Dans la première cybernétique, le thérapeute était vu comme étant à l'extérieur du système, l'observant de façon neutre. Dans la deuxième cybernétique, il est perçu comme faisant partie de la « réalité observée », comme participant à la « co-construction » de la réalité de ce système. Un nouveau système se forme : « famille et thérapeute ».

Le symptôme n'est plus perçu comme ayant la fonction de maintenir l'homéostasie dans le système, mais comme indiquant un état de crise et un désir d'évolution.

De cette nouvelle épistémologie naît le constructivisme. Le dictionnaire clinique des thérapies familiales systémiques nous en donne la définition suivante : « Selon cette école de pensée, la réalité sur laquelle se fonde une connaissance (épistémologie) ne préexiste pas à l'observation. Elle est construite par l'observateur sous la forme de modèles, de paradigmes ou de cartes. Ceux-ci entretiennent avec l'environnement un rapport lui-même soumis à une constante évolution. On ne cherche pas ici à connaître la réalité, mais à mieux comprendre comment les modèles se construisent et de quelle manière ils peuvent servir à atteindre des finalités pragmatiques. » (Benoit et coll., 1988, p. 81).

Luigi Onnis parle de circularité constructive entre observateur et système observé. Il voit le rôle du thérapeute comme celui d'introduire dans le système des éléments d'une plus grande complexité, d'introduire de nouvelles informations, de lui apporter d'autres choix possibles, d'autres alternatives, de façon à remettre en marche le processus évolutif. Selon ses dires, la famille créera elle-même les formes et les directions, tout à fait imprévisibles, de son propre changement.

Dans son article « Le renouvellement épistémologique de la thérapie systémique », il souligne la multi dimensionnalité du processus mental : la spécificité de l'individu, le système auquel il appartient, ses comportements agis dans l'ici-et-maintenant et son histoire sont des niveaux différents d'une même réalité humaine qui sont complémentaires et en corrélation.

Le thérapeute familial doit apprendre à développer une analyse systémique. En observant le processus interactionnel, il identifiera d'abord la structure des systèmes faite de triangles, de règles et de rôles qui rendent prévisibles les interactions familiales.

Dans cette analyse, il devra tenir compte également des loyautés, des mythes, des secrets et des différents cycles de la vie du système. Un système familial peut en effet vivre différents stades de développement, différents cycles de vie : la formation du couple, la naissance des enfants, la période de l'adolescence, le départ des enfants, le vieillissement... Chaque nouvelle étape demande des changements au sein des relations entre les membres. Des réajustements doivent être faits. Certains systèmes plus rigides vivent difficilement ces périodes de transition et ne trouvent pas une réponse adéquate face à l'exigence de changements. C'est souvent à ce moment que des symptômes peuvent apparaître chez un des membres de la famille.

Afin de nous aider à organiser l'information obtenue sur un système, différents instruments peuvent être utilisés, tels la carte familiale et le génogramme. Le génogramme est un graphique représentant une constellation familiale sur plusieurs niveaux générationnels. Ce génogramme peut donner des informations concernant les noms, les prénoms et la filiation. Il peut également indiquer des dates de naissance, de mariages, de maladies ou de décès (Benoit et coll., 1988, p. 220).

Le thérapeute fera des hypothèses circulaires quant aux différentes fonctions du symptôme. Elles lui permettent de faire un choix de stratégies d'intervention.

Le thérapeute est actif, interventionniste. Il favorise des transformations systémiques en utilisant différentes techniques. Nous en présenterons quelques exemples : la prescription de tâches comportementales à effectuer durant les entretiens ou à la maison, l'utilisation du recadrage et du paradoxe et le questionnement circulaire.

Les tâches favorisent l'exploration de nouveaux patterns relationnels qui ne seraient pas apparus naturellement au cours des transactions familiales. Elles offrent de nouvelles possibilités de restructurer la famille.

Diverses applications sont possibles à l'intérieur du paradigme de la thérapie systémique. L'approche systémique nous sensibilise à l'importance d'être attentif à l'influence des différents contextes sociaux sur le comportement d'un individu.

Pensons par exemple à l'impact du rapport entre la famille de l'enfant et le personnel scolaire sur le comportement du jeune étudiant.

La pensée systémique peut s'appliquer à comprendre des systèmes plus grands tels que l'organisation des différents établissements scolaires, hospitaliers, psychiatriques... Ces systèmes institutionnels ont aussi leur structure, avec des rôles, des règles, des jeux relationnels passés et présents, des finalités, une histoire. Mara Selvini Palazzoli et son équipe fournit plusieurs lectures systémiques de différentes organisations dans ses volumes *Le magicien sans magie* et *Dans les coulisses de l'organisation*.

REFERENCES

Beaver, W. R. (1977). *Psychotherapy and growth : a family systems perspective*. New York : Brunner/Mazel.

Bélangier, R. et Chagoya, L. (1973). *Techniques de thérapie familiale*. Montréal : Les Presses de l'Université de Montréal.

Bellemare, Louise (2000). L'approche systémique : une affaire de familles. *Revue Québécoise de Psychologie*, 21, 1, 2000, 75-91.

Benoit, J. C., Malarewicz, J.A., Beaujean, J., Colas, Y. et Kannas, S. (1988). *Dictionnaire clinique des thérapies familiales systémiques*. Paris : Editions ESF. 569 p.

Bergman, J. S. (1985). *Fishing for barracuda : Pragmatics of Brief Systematic Therapy*. New York : W.W. Norton and Company. 206 p.

Bertrand, Y. et Guillemet, P. (1988). *Les organisations, une approche systémique*. Sainte-Foy : Télé-Université.

Blanchette, L. (1999). *L'approche systémique en santé mentale*. Montréal : Presses de l'université de Montréal.

Bloch, D. A. (1979). *Techniques de base en thérapie familiale*. Montréal : Editions France-Amérique. 211 p.

Cirillo, S. (1988). *Familles en crise et placement familial : guide pour les intervenants*. Paris : ESF.

De Frank-Lynch, B. (1986). *Thérapie familiale structurale : manuel des principes et éléments de base*. Paris : ESF.

De Shazer, S. (1994). *Words were originally magic*. New York : W.W. Norton, Inc.

Elkaïm, M. (1989). *Si tu m'aimes, ne m'aime pas : pourquoi ne m'aimes-tu pas, toi qui prétends m'aimer ? : Approche systémique et psychothérapie*. Paris : Editions du Seuil. 182 p.

Elkaïm, M. (1995). *Panorama des thérapies familiales*. Paris : Editions du Seuil. 629 p.

- Falloon, I. R. H. (1993). *Managing stress in families : cognitive behavioural strategies for enhancing coping skills*. New York : Routledge.
- Fisch, R., Weakland, J. H., et Segal, L. (1986). *Tactiques du changement : thérapie et temps court*. Paris : Editions du Seuil.
- Fortin, B. (1986). *Réussir sa vie de couple*. Montréal : Fides.
- Hengeler, S. W. et Borduin, C. M. (1990). *Family therapy and beyond : a multi-systemic approach to treating the behavior problems of children and adolescent*. Pacific Grove, CA : Brooks/Cole.
- Hoffman, Lynn (1981). *Foundations of family therapy*. New York : Basic Books publishers. 377 p.
- Kempler, W. (1974). *Principles of gestalt Family Therapy*. Salt Lake City : Diseret Press.
- Lacroix J. L. (1990). *L'individu, sa famille et son réseau : les thérapies familiales systémiques*. Paris : ESF.
- Leahey, M. et Wright, L. M. (1991a). *Familles et maladies comportant un risque vital*. Paris : Medsi/McGraw-Hill.
- Leahey, M. et Wright, L. M. (1991b). *Familles et maladies psychosociales*. Paris : Medsi/McGraw-Hill.
- Lederer, W. J. et Jackson, D. D. (1990). *The mirages of marriage*. New York : W. W. Norton & Company.
- Madanes, Cloe (1991). *Stratégies en thérapie familiale*. Paris : ESF
- Minuchin, S. (1967). *Families of the slums : An exploration of their structure and treatment*. New York : Basic Books. 460 p.
- Minuchin, S. (1979). *Familles en thérapie*. Montréal : Editions France-Amérique. 281 p.
- Napier, A. et Whitaker, C. (1978). *Le creuset familial*. Paris : Editions Robert Laffont. 349 p.
- Onnis, L. (1991). Le renouvellement épistémologique de la thérapie systémique, influences actuelles sur la théorie et sur la pratique, *Thérapie familiale*, 12 (2), 99-109.
- Pauzé, R., Cotnarianu, P. A. (1991). L'évolution de la notion de symptôme en thérapie familiale au cours des années 1980-1988. *Thérapie familiale*, 12 (1), 45-53.
- Pittman, F. S. (1987). *Turning points : treating families in transition and crisis*. New York : Norton.
- Pluymaekers, J. (1989). *Familles, institutions et approche systémique*. Paris : ESF.
- Rolland, J. S. (1994). *Familles, illness, and disability*. New York : BasicBooks.

- Satir, V. (1971). *Thérapie du couple et de la famille*. Paris : épi.
- Satir, V. (1980). *Pour retrouver l'harmonie familiale*. Paris : France Amérique.
- Selvini Palazzoli, M. (1990). *Les jeux psychotiques dans la famille*. Paris : ESF.
- Selvini Palazzoli, M., Anolli, L., Blasio, P. D., Giossi, L., Pisano, I., Ricci, C., Sacchi, M. et Ugazio, V. (1984). *Dans les coulisses de l'organisation*. Paris : Editions ESF. 228 p.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. et Prata, G. (1980). *Paradoxe et contre-paradoxe : un nouveau mode thérapeutique face aux familles à transaction schizophrénique*. Paris : ESF.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. F., Prata, G. (1982). Hypothétisation-circularité-neutralité : Guides pour celui qui conduit la séance. *Thérapie familiale*, 3 (3), pp. 117-132.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. et Prata, G. *Paradoxe et contre-paradoxe*. Paris : Les éditions ESF. 138 p.
- Selvini Palazzoli, M., Cirillo, S., Selvini, M. et Sorrentino, A. M. (1989). *Family games : General models of psychotic processes in the family*. New York : W. W. Norton & Company.
- Selvini Palazzoli, Mara et collaborateurs. (1980). *Le Magicien sans magie : ou, Comment changer la condition paradoxale du psychologue dans l'école*. Paris : Editions ESF. 146 p.
- Seywert, F. (1990). *L'évaluation systémique de la famille*. Paris : PUF.
- Seywert, Ferdinand (1993). Le questionnement circulaire. *Thérapie familiale*, 14 (1), pp. 73-88.
- Slipp, S. (1991). *Object relations : a dynamic bridge between individual and family treatment*. Northvale, New jersey ; London : J. Aronson. 270 p.
- Stierlin, H. (1980). *Le premier entretien familial : théorie, pratique, exemples*. Montréal : Les Editions France-Amérique. 248 p.
- Trepper, T. S. (1989). *Systemic treatment of incest : a therapeutic handbook*. New York : Brunner/Mazel.
- Visher, E. B. et Visher, J. S. (1988). *Old loyalties, new ties : therapeutic strategies with stepfamilies*. New York : Brunner/Mazel.
- Walsh, F. (1993). *Normal family processes*. New York : Guilford Press.
- Watzlawick, P. (1978). *La réalité de la réalité*. Paris : Seuil.
- Watzlawick, P. (1980) *Le langage du changement*. Paris : Seuil.
- Watzlawick, P., Helwick-Beavin, J. et Jackson, D. (1972). *Une logique de la communication*.

Paris : Le Seuil.

Weakland, John (1995). L'hypothèse du « double-lien » de la schizophrénie et l'interaction en trio (1960). *Thérapie familiale*, 16 (1), pp. 5-18.

Wright, L. M. et Leahey, M. (1991). *Familles et maladies chroniques*. Paris : Medsi/McGraw-Hill.

Wright, L. M. et Leahey, M. (1994). *Nurses and families : A guide to family assessment and intervention*. Philadelphia : F. A. Davis Company.