



Sylvie et le merle

*Constructivisme relationnel
et psychothérapie systémique*

Réflexion dans le cadre
de la formation du Cycle III
« Maîtrise de l'intervention »
de l'Institut Gregory Bateson.

© 2006 - Peter Cogen

Un bel oiseau

« J'ai vu un bel oiseau ! Maman ! Il était TROP beau ! »

Sylvie revient émerveillée d'une promenade avec son papa.

« Ah, c'est bien ça. C'était quoi comme oiseau ? »

Maman écoute attentivement.

« Je ne sais pas... Mais il était TROP beau ! »

Fort heureusement, son papa nous renseigne.

« Un merle, chérie... »

« Oh... »

Haussant les épaules, maman s'en retourne à ses occupations. C'est plutôt commun chez nous, les merles. Il n'y a pas de quoi s'émerveiller.

Sylvie apprend aujourd'hui que les mots ont un pouvoir étonnant.

Plus tard, elle apprendra à compter, aussi.



Des ordres...

Lentement. Sûrement. Nous apprenons les mots pour désigner les choses. Puis les nombres pour les quantifier. Que, par la suite, nous devenions plutôt « langues » ou plutôt « maths » importe peu. Compter les merles n'est ni plus ni moins sensé que de les désigner par un mot.

Comme la petite Sylvie, nous apprenons que les mots ne se limitent pas à communiquer l'expérience. Ils permettent aussi de recueillir une information sur son importance, sur sa valeur.

Si, au cours d'une balade dans le Brabant Wallon, la petite fille avait vu un toucan, son rapport aurait pu éveiller la curiosité de sa maman. Cette dernière aurait alors validé l'émerveillement devant un animal nettement plus imposant et un peu plus haut en couleur que le premier merle venu. Se serait-elle interrogée aussi, sur le réchauffement planétaire ? Qui sait !

De même, une rencontre soudaine avec une centaine de merles aurait pu susciter quelques frissons chez une maman cinéphile qui se serait souvenue des « Oiseaux » de Hitchcock.

Mais voilà. Sylvie a vu un merle, un seul. Par l'absurde, elle vient d'apprendre qu'une information est une différence qui fait une différence. La rencontre avec un merle à Court-Saint-Etienne doit être une non-information, vu qu'elle ne suscite que l'indifférence.

Lentement. Sûrement. Nous apprenons une réalité du deuxième ordre, composée de savoir sur les choses. Ce savoir dépasse de loin ce qui nous serait accessible par l'expérience personnelle au cours d'une seule vie. Il nous est donc, pour sa majeure partie, communiqué. Cela se fera cependant rigoureusement d'une telle manière que nous pourrions en vérifier l'authenticité pour peu que nous ayons le goût, le temps et les moyens de le faire.

Simultanément, nous recevons d'une manière beaucoup plus implicite une foule d'informations sur une réalité d'un troisième ordre sur laquelle s'accordent plus ou moins tacitement les membres de la communauté à laquelle nous appartenons. C'est un ensemble de croyances, convictions et conventions qui déterminent quelles expériences peuvent se faire et parmi celles qui peuvent se faire, lesquelles produiront un savoir sur les choses digne d'être consigné et transmis.

D'un point de vue pragmatique, les spéculations tant sur l'origine que sur la finalité de cette réalité nous occuperont, pour l'heure, moins que l'examen attentif de ses propriétés.

Nous nous abstenons aussi, dans ce qui suit, de toute hypothèse tant sur la genèse de cette réalité du troisième ordre que sur sa raison d'être pour un seul individu.

Toute communication présuppose une relation et l'existence d'un objet dont on s'accorde à dire qu'il peut être observé par les communicants et décrit dans un rapport idéalement univoque entre signifiant et signifié établi, lui-même, dans leur relation. Il nous est par conséquent formellement impossible de nommer un objet qui ne serait pas de nature relationnelle sachant que « désigner » est un acte relationnel – nous désignons à quelqu'un – et que cet acte soustrait son objet à l'expérience individuelle.

Emergeant invariablement dans toute communauté humaine, la réalité du troisième ordre détermine comment ses membres se conduiront face à la réalité du premier ordre et quel savoir de deuxième ordre ils pourront créer.

Codifiée et transmise en général comme un ensemble de croyances et de concepts religieux « ordonnant » le monde, elle est devenue, dans notre société occidentale, l'objet souvent flou d'un débat permanent dans lequel interviennent, d'une manière somme toute assez paradoxale, des points de vue scientifiques supposés nous éclairer sur une réalité dont ils ne sont qu'un sous-produit. Tout se passe alors comme si nos croyances pouvaient être le résultat de nos expériences alors qu'elles nous interdisent d'imaginer des expériences qui seraient en désaccord avec elles.

Concrètement, notre réalité du troisième ordre détermine ce qui est une information, donc ce qui fait une différence, ou inversement, ce qui fait une différence et qui devient dès lors une information pour les membres de notre communauté. Appelée souvent « vision du monde », elle est exactement cela car elle détermine rigoureusement ce que nous verrons de la réalité, comment nous le verrons et comment nous y réagirons.

Un quinquagénaire fait de l'auto-stop à minuit, se fait agresser, perd la vue. C'est un fait divers local, page cinq. Un adolescent est assassiné dans une gare, à l'heure de pointe. Grands titres, émotion nationale et marche silencieuse en sa mémoire.

Nous avons parfois du mal à désigner celle ou celui qui décide de ce qui est important ou non et en fonction de quels critères. Les médias ? Le public ? Question de ponctuation et, comme toute question de ce style, sujet de débats d'autant plus animés qu'ils nous éclairent peu. Nous assistons alors à de vaines tentatives de ramener un phénomène relationnel à une logique d'intérêts individuels. Le sociologue Pierre Bourdieu s'est perdu dans ces miroirs.

Dans un quartier pauvre de Calcutta une vieille dame démunie reçoit la visite de Bill Gates. Savez-vous que vous avez devant vous l'homme le plus riche de la planète, lui demande un reporter ? Oh, répond la brave dame, vous savez... Tout le monde est plus riche que moi !



Troisième ordre, encore. Il semblerait qu'en dessous d'un certain seuil de pauvreté, la richesse phénoménale de Bill Gates devienne une non-information. Elle ne fait plus aucune différence.

Nous n'aimons pas nous interroger sur notre réalité du troisième ordre et encore moins sur sa validité. En général, le simple fait de la voir remise en question suscite un certain agacement, de l'incompréhension, ou nous fait rire. Nous choisirons sans doute la dernière option en pensant à cette vieille dame qui « ne se rend pas compte » de la fortune de son visiteur américain. Quelle ignorante ! Nous venons, à l'instant, de ramener une divergence de vision à une déficience des connaissances.

Si j'osais vous demander, par contre, ce qui différencie, au juste, un fait divers d'un deuil national, je risque de passer, au mieux, pour un martien, au pire, pour un fou qui ne comprend pas que « c'est évident ».

Une deuxième propriété importante de notre réalité du troisième ordre, co-construite dans nos échanges, est que nous la jugeons le plus souvent parfaitement « évidente ». Que, dans un siècle ou, qui sait, dans une dizaine d'années seulement, il se peut bien que certaines de nos « évidences » prêtent à sourire ou à frémir ne nous conviendrait pas, si cette idée nous effleurait.

Qu'une autre communauté que la nôtre puisse juger notre vision du monde aberrante, sottise ou même dangereuse, ne sera pas reçue comme une information sur la validité de notre réalité du troisième ordre et ne peut faire par conséquent aucune différence. Une attente paradoxale, que certains nourrissent parfois à cet égard, est celle d'une relation entre communautés qui ne serait ni symétrique, ni complémentaire. Une telle option ne s'offre pas à nous. Nous ne sommes prêts à accepter la réalité de ce que l'autre voit, même si nous ne pouvons voir ce qu'il voit, qu'à la condition expresse qu'il y ait complémentarité. Dans tout autre cas de figure, nos visions ne peuvent que diverger et coexister dans une relation symétrique.

Nous retrouvons ces mêmes options dans la relation de Sylvie à sa maman. Dans un rapport complémentaire, la petite fille apprendra qu'il est inconvenant de s'émouvoir à la vue d'un merle ou encore que sa rencontre avec un oiseau commun ne mérite pas d'être rapportée car elle n'a pas valeur d'information. Elle se soumettra alors au jugement de l'adulte et admettra la validité d'une vision qui n'a pas été la sienne. On dira que Sylvie est raisonnable. Une attitude symétrique, par contre, pourra lui inspirer des réactions d'une autre nature. S'estimant ni comprise ni écoutée, elle s'entêtera à répéter que cet oiseau-là était vraiment « TROP beau ! » au risque d'exaspérer sa maman. On dira que Sylvie est difficile, par moments. Il se peut aussi qu'elle choisisse de continuer à s'émerveiller du premier volatile venu mais décide de ne plus jamais en parler à quiconque. On dira qu'elle vit dans son petit monde bien à elle.

Notons immédiatement que nous ne parlons pas du système perception / réaction individuel de Sylvie dont nous ne saurons jamais rien, mais uniquement de divergences éventuelles entre ce qu'elle dit ou fait et ce qui nous semble approprié de dire ou de faire. Ici également, l'information est une différence qui fait une différence. Pour « être » exaspérante, Sylvie doit commencer par « faire » des choses qui exaspèrent quelqu'un.

Avec nos jugements des comportements de Sylvie vient d'apparaître une troisième propriété de notre réalité du troisième ordre. Toute communauté attend de ses membres qu'ils adhèrent à la vision qui leur est communiquée, proposée ou imposée ou du moins qu'ils se conduisent comme s'ils y adhéraient. Cette vision inclut d'ailleurs un nombre de critères qui permettent de se prononcer sur le comportement individuel des membres et suggère des mécanismes de rétroaction qui chercheront à l'encourager ou à le corriger selon qu'il sera considéré désirable ou préjudiciable pour la communauté. Oubliant cependant la nature co-construite de ces critères, nous confondons souvent les propriétés relatives des comportements d'une personne par rapport à nos attentes avec une propriété absolue de cette personne qui existerait en dehors de nos attentes. Nous parlons de la personne et de son caractère ou de sa personnalité, même si le seul phénomène accessible à notre observation est la relation que nous avons à cette personne.

Nous pourrions nous émouvoir de ce paradoxe mais il est la condition même pour qu'une communauté puisse exister. Alors que notre réalité du troisième ordre ne peut pas nous informer sur la réalité individuelle des membres qui composent notre communauté, nous devons faire « comme si » elle avait ce pouvoir, sans quoi elle ne pourrait pas réguler notre vie commune.

Il se pourrait bien que l'un des rôles majeurs de toute religion soit de légitimer, en invoquant une origine surnaturelle, la vision de l'homme sur laquelle veut s'accorder une communauté. Que Dieu nous ait créés à son image et confié des commandements est somme toute un peu plus rassurant que de savoir que nous créons ensemble une image de chacun de nous et que nous co-construisons notre éthique, notre morale et nos sciences.

Revisité dans ce contexte, le soi-disant paradoxe du Crétois Epiménide qui aurait déclaré que « Tous les Crétois sont des menteurs » cesse d'être une plaisanterie anodine. Il met en scène, au-delà de sa logique apparemment déficiente (s'il dit vrai, étant lui-même Crétois, Epiménide ment), un membre d'une communauté qui fait une déclaration sur tous les membres de cette communauté qui seraient tous des menteurs, tout en conservant la liberté individuelle de nous dire la vérité. Epiménide a d'ailleurs pris la précaution de dire que les Crétois sont des menteurs, plutôt que de spécifier que tout ce qu'ils disent est toujours faux. A nous maintenant de déterminer si nous appelons « menteurs » des personnes à qui il arrive de dire des contre-vérités ou des personnes dont aucune déclaration n'est en aucune circonstance digne de foi. Sans cette confusion, il n'y aurait d'ailleurs plus de paradoxe.



Notre réalité du troisième ordre peut, selon son champ d'application et l'époque, nous médailler comme champions, nous poursuivre comme criminels, nous médicaliser comme dépressifs, nous encenser comme créateurs, nous vénérer comme prophètes, nous emprisonner comme homosexuels, nous béatifier comme martyrs... ou nous faire discrètement disparaître en retouchant la photo du Politburo.

Sans elle, il n'y aurait pas d'hypersensibles, de travaillomanes, d'arrogants, d'hyperactifs, de pédants, de distraits ni surtout... une majorité de gens parfaitement normaux et équilibrés comme vous et moi.

Si cet édifice, qui peut nous sembler soudain fragile, ne chancèle pas sous un feu nourri de connaissances du deuxième ordre qui viendraient le cribler d'informations incompatibles avec nos croyances, nous le devons en premier lieu au fait qu'il rend sinon impossible, du moins souvent difficile et dès lors improbable l'acquisition de telles connaissances.

Nous pourrions, dans ce contexte, penser à Galilée mais nous aurions tort de croire que la censure exercée par notre réalité du troisième ordre revêt toujours des habits aussi clairement identifiables que ceux des prêtres de l'Inquisition qui exigeaient du savant qu'il renie ses découvertes.

Quelle cécité a interdit aux biologistes d'observer la polyandrie des femelles d'un grand nombre d'espèces ? Jusqu'il y a peu, ces dames étaient supposées s'accoupler à un seul compagnon, contrairement aux mâles, bien connus pour courir les jupons. Cette contre-vérité était enseignée dans toutes les facultés du monde. On ne peut pas prétendre que les faits étaient cachés, car les mouches « le font » sous nos yeux depuis la nuit des temps. Nous ne pouvons désigner aucune autorité qui nous aurait interdit de constater une pareille évidence. Et pourtant...

Imaginons un instant qu'un sexologue totalement inconscient de nos valeurs actuelles nous propose de démontrer, en conduisant une expérience qu'il prétendrait scientifique, qu'il est bénéfique pour nos enfants d'être initiés à la sexualité dès l'âge de dix ans et ce grâce à des rapports qu'il nous garantirait respectueux avec des personnes adultes. Ce simple énoncé suffirait déjà à lui valoir des poursuites ou, qui sait, un internement psychiatrique. La connaissance que ce scientifique voudrait acquérir est radicalement incompatible avec notre vision du monde. Moi-même, en écrivant ceci, je redoute un peu votre réaction et m'empresse de me distancier du projet aussi dément qu'indécent de ce pervers dangereux !

Ce dernier exemple a cependant le mérite de nous démontrer qu'avant de parler d'une quelconque « résistance au changement » il est bon de savoir que notre réalité du troisième ordre est également un rempart. Une vision du monde en mutation permanente qui se nourrirait d'expériences débridées cesserait sur-le-champ d'être une vision du monde. Aucune société ne peut

permettre que ses valeurs soient à tout instant librement et individuellement renégociées

La plupart des qualificatifs que nous utilisons pour stigmatiser la réalité du troisième ordre d'une autre communauté, d'un autre âge de notre histoire, ou de notre voisin de palier, ne sont que des manières de reformuler les quatre propriétés que nous avons explorées ici.

Le manque d'universalité est inévitable car la réalité est co-construite par notre communauté et la définit.

L'aveuglement est ce qui nous permet de déterminer rapidement ce qui est une information et ce qui ne l'est pas.

L'intolérance est ce qui nous permet de sanctionner les transgressions des membres de notre communauté.

La rigidité nous permet de partager une vision relativement stable dans le temps et d'y puiser des repères.

Plus elle nous est « commune », moins nous serons conscients de sa présence qui régulera nos relations comme si tout était « évident ».

Pour conclure, je propose une hypothèse sur sa genèse compatible avec les propriétés que nous avons observées.

Notre réalité du troisième ordre naît probablement au fil de notre communication qui ne devient, elle-même, possible qu'à partir du moment où émergent des accords forcément arbitraires et contextuels sur ce qui est une information.

Au commencement était le verbe ?



Désordres

« Soyez prudents ! Les fous et les salauds nous entourent ! »

Cette exclamation de l'animateur d'une radio libre, entendue un jour lors d'une balade en voiture, a provoqué l'hilarité de mon épouse et fait désormais partie de son répertoire de maximes personnelles. Je ne résiste pas au plaisir de la reproduire ici, tant elle résume joyeusement nos deux visions des autres quand ils nous inquiètent.

Partagent-ils vraiment l'ensemble de nos convictions ? Ceux dont le comportement nous semble dangereux, nuisible, contraire aux conventions, sont-ils des « salauds » conscients de leurs actes ? Ou des « fous » ? Abordons ces derniers, souvent bien plus imprévisibles que les salauds dont nous n'attendons de toute manière rien de bon.

Plus significatif encore que le français « trouble », le terme anglais « disorder » est utilisé pour désigner une série de classes de comportements jugés déviants, dûment répertoriés, qu'il conviendrait, dans nos sociétés évoluées, de maîtriser en offrant, recommandant ou imposant un accompagnement médical à ceux qui les manifestent.

A la lumière de ce qui précède, il apparaît qu'un « désordre » ne saurait exister que dans la mesure où il existe une convention, une réalité de troisième ordre co-construite par les membres de notre société, sur ce qu'est un comportement « normal » et « ordonné ».

Il doit exister, en parallèle, un accord plus ou moins explicite sur les intentions associées au comportement pour orienter le choix entre la répression d'actes supposés mal inspirés d'un côté, et les soins par lesquels on cherchera à éteindre ceux qu'on estime indépendants du libre arbitre d'une personne.

Pour certains de nos comportements, l'époque et le lieu détermineront par ailleurs si nous sommes des criminels, des malades mentaux ou des citoyens ordinaires. L'homosexualité et la pédophilie sont parmi ceux-là.

D'autres écarts par rapport aux normes peuvent nous valoir soit la vénération d'une communauté, soit la prescription d'une médication à vie. Ainsi, dans certaines régions de l'Inde, une famille remerciera les dieux du bonheur d'avoir un descendant béni du trouble bipolaire. Nous aurions plutôt tendance à maudire nos gènes.

Il n'est pas nécessaire que le comportement des membres d'une communauté change effectivement pour que la manière de le « voir » et de chercher à le modifier évolue. Ainsi, un grand nombre d'enfants américains bénéficient aujourd'hui d'un traitement contre l'hyperactivité et le déficit de l'attention. Rien, sinon le diagnostic, ne les différencie probablement de ceux

qui, en Europe, se font encore gronder par leurs parents quand ils reçoivent de mauvaises notes et par les enseignants parce qu'ils sont turbulents en classe, embêtent leurs petits camarades, ne regardent pas le tableau, font mal leurs devoirs. Outre-atlantique, on s'étonnera sans doute de nos attitudes répressives envers nos jeunes victimes d'un « désordre » mental. Nous parlerons plutôt de la pratique américaine comme d'une médicalisation outrancière et certains agiteront même le spectre d'une collusion entre l'industrie pharmaceutique, le corps médical, l'état, que sais-je encore.

Si nous n'avions pas abordé la réalité du troisième ordre d'une manière pragmatique, j'ai bien peur que nous pourrions être désarçonnés en constatant l'étonnante diversité des réponses de nos différentes communautés à une seule et même conduite humaine.

La tentation serait grande alors de comparer les argumentations, statistiques et expériences à la recherche de quelque vérité, mais une telle entreprise n'aboutirait, au mieux, qu'à la construction d'une nouvelle réalité du troisième ordre, plus ou moins nourrie d'influences diverses, qui aurait les mêmes propriétés que toute autre. Il me semble d'ailleurs illusoire d'imaginer que nous pouvons la mener en faisant abstraction de nos propres valeurs et croyances. Elles feront que certaines informations qui font une différence pour d'autres n'en font pas pour nous et cessent dès lors d'être des informations.

Notons cependant au passage une différence importante dans la manière dont nous co-construisons, au sein de notre communauté, la réalité du troisième ordre, selon qu'une déviance est jugée criminelle ou non. Elle me semble à l'origine d'une méprise sur le pouvoir démesuré qu'aurait le corps médical dans le domaine de la santé mentale.

Le juriste sait qu'il n'y a « nullum crimen, nulla poena sine lege ». Il ne peut y avoir ni crime établi ni peine infligée à défaut d'une loi qui définit l'un et l'autre.

Ce principe est une pierre angulaire de nos états de droit modernes et exclut qu'un citoyen puisse être arbitrairement poursuivi pour un acte quelconque qui ne serait pas explicitement interdit par une loi. Dans une démocratie, la loi fait l'objet d'un débat et d'un vote majoritaire au sein d'une assemblée représentant le peuple et exerçant en son nom le pouvoir dit législatif.

Un tel contrôle démocratique sur la genèse des descriptions des « désordres » mentaux semble absent. Si la commercialisation des médicaments supposés soulager ceux qui les manifestent est soumise à des approbations gouvernementales, leur prescription est laissée pour l'essentiel à l'entière discrétion des médecins.

Il nous semblerait insensé que nos policiers puissent, en dehors de tout contrôle démocratique, déterminer librement qui arrêter quand et pourquoi.



Nos psychiatres, quant à eux, paraissent investis du double pouvoir de désigner le « désordre » mental et de proposer les moyens de le combattre. Ajoutons à cela que la mise en œuvre pratique de leur vision est souvent le fait de médecins généralistes autorisés à poser des diagnostics et à instaurer des traitements dans le domaine de la santé mentale, sans être formés à de telles interventions et en étant informés par une industrie pharmaceutique dont les intérêts pourraient ne pas être ceux de leurs patients. Sachons enfin que le personnel soignant des unités psychiatriques jouit d'une grande autonomie dans l'application de mesures répressives ou coercitives envers les patients dont nous lui confions la garde.

Tout se passe donc comme si nous déléguions tant la construction d'une partie de notre réalité du troisième ordre que son application concrète à une corporation, en posant cette question qui nous fait parfois sourire : « Est-ce normal, Docteur ? »

Nous voilà, du moins en apparence, les partenaires soumis d'une relation complémentaire qui ne nous laisse d'autre option que de prendre pour vrai ce que le médecin voit, même si nous ne le voyons pas. A moins que cette apparence ne nous trompe ?

Rappelons-nous que nos connaissances médicales ne sont jamais qu'une réalité du deuxième ordre. Les membres de notre société ne peuvent faire entendre aucune information en dehors de celles que nous considérons comme telles, ne peuvent faire aucune expérience en dehors de celles que nous permettons et ne peuvent donc créer aucune connaissance qui serait en désaccord avec notre réalité du troisième ordre, tant que nous refusons d'amender celle-ci.

Conscients de cela, nous voyons apparaître les contours d'une médecine soudain nettement moins puissante à mesure qu'il devient clair qu'elle ne peut désigner que les « désordres » que nous voulons reconnaître comme tels et qu'elle ne pourra proposer aucun « remède » en dehors de ceux que nous jugerons acceptables ou désirables.

Quand nous nous interrogeons sur les causes d'une situation qui ne nous convient pas ou qui nous inquiète, nous succombons invariablement ou presque à la tentation de « ponctuer » les événements et de distribuer les rôles d'une telle manière que nous puissions désigner celle ou celui par qui notre malheur est arrivé.

Les psychiatres n'ont pas échappé à un tel procès d'intention et on voit parfois ridiculisées certaines de leurs prises de position comme si elles avaient pu exister sans notre consentement. N'ont-ils pas répertorié l'homosexualité parmi les maladies mentales, à une époque pas si lointaine ? Vrai. Cela étant dit, à part les homosexuels eux-mêmes, qui d'autre s'en émouvait, alors ?

Force est de constater que, même si les mécanismes de leur régulation sont certainement plus subtils, la théorie et la pratique médicales face aux

comportements que nous jugeons indésirables sont le reflet de notre réalité du troisième ordre au même titre que nos lois et notre système judiciaire.

Il me semblerait dès lors un peu paradoxal de reprocher au médecin de nous fournir des réponses à des questions que nous aurions très bien pu nous abstenir de lui poser. Nous le placerions du côté perdant-perdant d'une double contrainte si nous faissions le jeu en faisant « comme si » existait l'option de répondre autrement que de la manière convenue d'avance. Dans les faits, si un médecin déclarait « sain » ce que nous jugeons « pathologique » il y a fort à parier que nous irions consulter son confrère.

Un catalogue de « désordres » comme le Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders de l'American Psychiatric Association n'est ni plus, ni moins qu'une liste de noms pour des anomalies que nous avons désignées, associées à des propriétés que nous nous accordons à leur reconnaître. Il est le reflet fidèle de notre réalité du troisième ordre et à chaque nouvelle révision il s'enrichit de nouvelles définitions de troubles mentaux alors que d'autres sont rayées de son répertoire. A aucun instant il ne pourrait déclarer « déviant » ce que nous jugeons majoritairement « normal » ni même « médicaliser » un comportement que nous estimons de nature exclusivement « criminelle ».

Comme tout produit de nos croyances et convictions communes, il nous renseigne sur la vision de notre communauté mais nous faisons « comme si » ce manuel diagnostique à l'usage des professionnels de la santé pouvait nous renseigner sur chacun de leurs patients, individuellement, car c'est sa raison d'être.

Invertissons l'énoncé du petit paradoxe d'Epiménide qui nous accompagne depuis la Grèce antique :

« Epiménide est un menteur. Tous les Crétois le disent. »

Imaginons qu'Epiménide, étant crétois lui-même, veut nous démontrer que cette affirmation est fautive puisqu'il ne se considère pas comme un menteur. Il y a donc au moins un Crétois qui dit le contraire. Et alors ? N'est-ce pas le propre des menteurs que de prétendre dire vrai ? Plus il insistera, plus il nous convaincra que tous les Crétois ont bien raison de se méfier de ce menteur qui refuse d'admettre ce que tout le monde sur l'île s'accorde à constater. S'il s'entêtait, malgré tout, il se pourrait même que les Crétois finissent, excédés par sa mauvaise foi, par l'exiler ou le déchoir de sa nationalité. Voilà. Il n'est plus Crétois. Il est satisfait, maintenant ? Tenez, à partir de maintenant il peut même, sans que la chose n'ait plus rien de paradoxal, nous dire que tous les Crétois sont des menteurs. Cela ne fait plus aucune différence.

« C'est eux, les malades », me disait l'autre jour, à propos de ses proches, une jeune femme internée dans une unité psychiatrique et qui présentait, d'après les médecins, tous les symptômes de ce qu'on appelle un



trouble schizo-affectif. Grâce à sa prise en charge et une meilleure observation de ses comportements déviants, on avait cependant fini par amender ce diagnostic. Depuis peu, on soupçonnait que la patiente souffrait également du trouble bipolaire. Hélas, au lieu de se rendre à l'évidence, la dame s'entêtait à nier sa condition, à interrompre sa médication à l'occasion de toute permission de sortie et à se conduire alors d'une manière aberrante nécessitant parfois l'intervention de services d'urgence.

« Tous les Crétois sont des menteurs », nous dit le Crétois Epiménide.

« TROP beau ! », s'entête à répéter Sylvie à propos du merle qu'elle a vu et qui n'émeut personne sauf elle.

« Eppur si muove », aurait dit Galilée, défiant l'Inquisition. A voix basse, tout de même. Il lui restait un minimum de conscience du danger.

Qu'elles le murmurent ou qu'elles le hurlent, toutes ces personnes refusent ou sont dans l'incapacité de voir ce que tout le monde s'accorde à voir et tiennent à désigner quelque chose que nous ne pouvons ou ne voulons pas voir.

Elles cherchent à faire valoir une réalité du troisième ordre qui diffère de la nôtre et cela, nous ne pouvons pas le permettre car cette réalité est très exactement ce qui définit notre communauté et guide tant le comportement de ses membres par rapport à la réalité du premier ordre que les connaissances de deuxième ordre qu'ils peuvent acquérir.

Il leur suffirait pourtant de faire « comme si » pour que cesse, sur-le-champ, tout conflit, même si la déclaration qu'elles devraient faire pour sortir de l'impasse peut sembler, elle aussi, paradoxale pour ne pas dire absurde.

Ceux qui transgressent la loi se plieront le plus souvent sans rechigner aux actes de contrition que nous attendons d'eux. Ils connaissent les règles du jeu. Si le juge veut les entendre dire qu'ils regrettent ce qu'ils ont fait, qu'ils sont conscients de leur délit ou crime et qu'ils ne recommenceront plus jamais, ils seront d'autant plus prompts à déclarer tout cela qu'ils peuvent espérer, en échange, un peu de clémence de sa part. En prétendant voir ce que nous voyons, ils nous rassurent. Ils ont compris, cette fois. Ils ne recommenceront plus. Leur attitude complémentaire met, provisoirement, fin au conflit qui nous opposait à eux.

Ceux qui n'agissent ni ne pensent comme nous pour des raisons qu'ils estiment déraisonnable de renier n'acceptent pas aussi volontiers de faire semblant de se rendre à nos « évidences ». Peut s'engager alors une escalade symétrique, une confrontation toujours plus violente de deux visions du monde dont nous savons déjà que chacune a tous les défauts de toutes ses qualités.

Si nous ne disposons pas d'un répertoire de « désordres » pour nous aider à identifier celle ou celui qui devrait se rendre à notre « évidence » quand

de telles escalades mènent à des comportements toujours plus inquiétants, nous serions sans doute aussi démunis que sans lois pour spécifier crimes et châtements.

Notons enfin que, le plus souvent, nos épisodes symétriques s'éteignent gracieusement quand apparaît une complémentarité régulant le rapport, comme le montre cette petite anecdote opposant deux fous furieux.

Phobique, évitant à tout prix de se déplacer en avion, le cinéaste danois Lars von Trier se rend au festival de Cannes en mobilhome. Le voilà qui s'engage dans l'allée verdoyante du prestigieux palace Eden Roc au volant d'un engin qui n'a rien à faire dans un tel décor. Vert de rage, le directeur de l'hôtel court à la rencontre de cet intrus que les caméras de surveillance viennent de lui faire découvrir, signifiant par des gestes et des hurlements qu'il doit partir sur-le-champ. Le malentendu se dissipe rapidement. Le conducteur n'est pas un fou furieux qui méprend l'Eden Roc pour un camping. Il s'appelle Lars von Trier et il est une célébrité du septième art, dont la chambre a été réservée et prépayée pour toute la durée du festival. L'année prochaine, une aire de stationnement lui sera d'ailleurs spécifiquement réservée car si une chose distingue vraiment l'Eden Roc d'un hôtel ordinaire, c'est la merveilleuse capacité de son personnel diligent à s'accommoder des grandes et petites excentricités des stars qu'il accueille. S'il arrive à son directeur de courir dans l'allée en gesticulant et en hurlant, lui non plus n'est pas un fou furieux mais un homme raisonnablement soucieux de la réputation de son établissement.

Il suffit parfois de peu pour rétablir l'ordre...



Traitements

En co-constructeurs de notre réalité du troisième ordre, nous choisissons le plus souvent consciemment et librement de quelle manière nous réagissons à un comportement individuel, que ce soit le nôtre ou celui d'un tiers, qui ne correspond pas à nos attentes ou à celles de notre communauté.

Nous venons de voir que parmi de tels comportements, certains sont interdits par nos lois et sanctionnés par notre appareil judiciaire alors que d'autres ne le sont pas. Ces derniers ne seront pour autant pas systématiquement jugés symptomatiques d'un « désordre » mental nécessitant un traitement, loin s'en faut !

Tout nous paraît commencer par une personne qui ne répond pas ou plus à la réalité du premier ordre ni en mettant en œuvre nos connaissances communes du deuxième ordre ni en se conformant aux principes de notre réalité supposée commune du troisième ordre. Et alors ?

Pour que cela nous contrarie, il faut encore que le comportement nous paraisse causer des souffrances à la personne, à ses proches ou à la communauté, qu'il soit récurrent et qu'il résiste à nos tentatives de le contrôler ou de l'éteindre, tant par la volonté individuelle de celui qui le manifeste que par l'intervention de ceux qui l'entourent. Alors seulement, nous nous plaignons. Mais de quoi et de qui et envers qui ? Et puis, qui ne se plaint pas, de nos jours ?

Si la justice peut intervenir de manière autonome quand ses représentants constatent un comportement contraire à la loi, il n'existe pas de « flagrant délit » de souffrance autorisant un médecin, un psychiatre, un psychologue ou un psychothérapeute à se « saisir » de notre cas. Maintenons cette analogie et constatons qu'aucun de ces intervenants ne peut agir sans que nous venions « porter plainte » ou nous « dénoncer ». Si nous faisons une telle démarche, pouvons-nous vraiment nous fier au jugement d'un professionnel qui pourrait avoir un intérêt économique à recommander ses soins ?

Nous dissiperons cette inquiétude par le présupposé que l'intervenant partage notre vision du monde. S'il possède des connaissances de deuxième ordre supérieures aux nôtres, il les aura acquises dans des institutions officiellement reconnues. Sa pratique est supposée soumise au contrôle de la société. Nous avons déjà vu que sa liberté n'est certainement pas celle qu'on imagine parfois. La profession qu'il exerce le met dans une relation complémentaire avec la communauté qui désigne ce qui est déviant et qui approuve, fût-ce d'une manière parfois implicite, la manière d'y remédier. Nous ne lui reconnaitrions aucune compétence si tout cela n'était pas le cas. Enfin, nous choisissons en toute liberté de nous adresser à lui. A qui ?

Ce choix sera guidé par notre vision de la nature du comportement dont nous pouvons estimer qu'il présente les symptômes d'un « désordre » mental tel que défini par la médecine psychiatrique ou qu'il est l'expression d'un déficit des connaissances et de schémas comportementaux inadaptés. Dans le premier cas, nous consulterons un omnipraticien ou un psychiatre et dans l'autre, un psychothérapeute. Quelle que soit l'école de pensée qui inspire ce dernier, nous attendrons invariablement de lui qu'il renseigne le patient et qu'il l'aide à se conduire autrement.

Même si chacun de ces choix sera largement déterminé par notre réalité du troisième ordre et donc par les convictions que nous partageons avec notre communauté, ce n'est toutefois pas cette communauté qui les fait à notre lieu et place. Individuellement, nous jouissons à tout instant d'une liberté de jugement intégrale, sauf dans les cas rares où notre conduite est perçue comme potentiellement dangereuse, en quels cas nous pouvons en être privés.

Serait-ce l'une des missions d'un psychothérapeute de nous rendre un peu de cette liberté de jugement que nous semblons parfois si prompts à échanger contre le sentiment, sans doute rassurant mais pas forcément aidant, qu'il suffirait au patient d'acquérir quelques connaissances supplémentaires de même nature que celles qu'il possède déjà et de substituer quelques bonnes habitudes à ses mauvaises, pour aller soudain mieux ?

Si le thérapeute avait une telle ambition, mieux vaudrait sans doute qu'il trouve une manière de la reformuler compatible avec nos attentes car il se peut que nous la considérions comme une violation de notre accord implicite qui veut qu'il partage notre vision du monde, sans quoi nous ne lui prêterions aucune autorité. N'est-ce pas le propre des sectes que de faire vaciller nos certitudes pour y substituer les leurs ?

Par contre, nous en apprendrons volontiers toujours plus sur les causes, raisons d'être et conséquences d'un symptôme, qu'il soit le nôtre ou celui d'un proche que nous désignons comme étant le patient. Nous serons également prêts à faire mieux encore et plus souvent et avec plus d'ardeur ce que nous faisons déjà ou ce qui nous paraît d'inspiration similaire.

Voilà très exactement ce que nous proposera le praticien formé à la thérapie cognitive et comportementale. De tous les psychothérapeutes, il est celui dont l'école coexiste le plus paisiblement avec la psychiatrie dont elle épouse la vision « monadique » de l'homme, reconnaît la nosographie, réplique les approches statistiques et suit la logique quantitative, causale et linéaire. Si elle cherche d'autres remèdes qui complémentent une médication ou se substituent à elle, il lui arrive de démontrer l'efficacité de son intervention en ayant recours à l'imagerie EMR du cerveau, qui est le même outil qui nous permet de visualiser l'effet chimique des substances psychotropes.



N'est-il dès lors pas un peu vain d'explorer d'autres voies thérapeutiques quand existe une solution à ce point cohérente avec notre réalité du troisième ordre ?

L'origine d'une souffrance n'est-elle pas invariablement qu'une personne ne fait pas ce qu'il faudrait faire et ne sait pas ce qu'elle devrait savoir ?

Notre vision du monde n'est-elle pas un édifice suffisamment éprouvé et immuable offrant des repères sûrs auxquels il suffira à chacun de nous de se conformer pour vivre heureux ?

« Eppur si muove », aurait dit Galilée, défiant l'Inquisition.

Tout comme la terre, notre réalité du troisième ordre est en « mouvement ».

Ce mouvement, aussi lent et imperceptible soit-il, entraîne avec lui un changement permanent des connaissances de deuxième ordre auxquelles nous accédons et nous donne de nouvelles consignes de comportement face à la réalité du premier ordre. Dans ce qui précède, nous avons pu voir quelques exemples de cela.

Se pourrait-il dès lors qu'il puisse exister d'autres options face aux « désordres » que de ramener une personne de gré ou de force à un point fixe de notre réalité, que nous découvrons graduellement un peu plus mouvante qu'il n'y paraît ?

Ce qui est certain, c'est qu'il est parfois lassant d'avoir à imposer nos connaissances et de devoir prescrire sans arrêt des comportements convenables, que ce soit à un tiers ou à nous-mêmes. Se répéter mille fois que l'avion est le plus sûr de tous les moyens de transport et se l'entendre dire autant de fois sinon plus par d'autres ne change pas vraiment notre opinion, quand nous avons une peur déraisonnable de voler. Cette information ne nous empêche pas de transpirer, de trembler, d'avoir le cœur qui s'emballe lors de chaque décollage, de nous affoler au moindre petit bruit d'un chariot de repas innocent et d'épier sans cesse le personnel de bord en étant attentif au moindre signe qui trahirait qu'il est déjà conscient d'un problème technique grave qu'il doit taire pour éviter un mouvement de panique parmi les passagers. J'en sais quelque chose.

Face à certains « désordres » majeurs, il pourrait même nous arriver d'avoir le sentiment désagréable que nous utilisons des méthodes que les Inquisiteurs n'auraient pas reniées. Un prisonnier de droit commun est libéré avec la présomption qu'il se conduira désormais en citoyen respectueux des lois comme les autres. Si beaucoup d'obstacles se dressent sur le chemin de sa réintégration, nous ne doutons pas de sa volonté de s'y engager. Le patient interné dans un hôpital psychiatrique et qui souffre d'un trouble jugé chronique dans l'état actuel de nos connaissances ne pourra, quant à lui, retrouver la liberté qu'à la condition expresse qu'il déclare comprendre qu'il ne sera jamais

une personne comme les autres. Tout ce qu'il objectera à cela sera retenu contre lui comme preuve supplémentaire de ses déficiences mentales et lui vaudra la prolongation de son séjour, l'instauration de nouveaux traitements et, si jamais il se révoltait, l'application de mesures dont on peut se demander si elles ont un but thérapeutique ou si elles relèvent de la punition. Est-il possible que certaines de nos pratiques actuelles nous exposent, à notre tour, à la moquerie ou à l'incompréhension des générations futures ? Aussi bien intentionnées soient-elles, il arrive qu'elles nous laissent un peu dubitatifs.

L'idéal serait de découvrir que nos escalades symétriques devant certains problèmes qui refusent de céder à notre intervention ne soient et n'aient peut-être jamais été que des malentendus, aux origines aussi anodines que celui qui opposait brièvement ce cinéaste et ce directeur d'un palace, le temps de renouer avec les complémentarités contextuelles de leur relation. A un instant, chacun d'eux pouvait penser que l'autre était un fou furieux et même nous, observant la scène, aurions eu quelque mal à la décoder si nous n'avions pas connu les positions de chaque acteur et compris ce qui pouvait amener l'un à gesticuler et à hurler, l'autre à avancer dans ce mobilhome hideux parmi les Maserati, Ferrari et autres belles choses. Si d'autres « désordres » étaient aussi passagers et pouvaient se voir et se dénouer ainsi, ce serait beau.

« TROP beau ! » crie Sylvie pour la dixième fois, tapant maintenant de ses petits poings sur la table de la cuisine, au grand désespoir de sa maman. Mais qu'est-ce qu'elle a, cette gamine ? Il faudrait songer à la montrer à quelqu'un. Un foin pareil, pour un merle, ce n'est pas normal !

« C'est eux, les malades » me répète doucement la jeune femme qui collectionne les troubles mentaux, au bout d'une heure de silence durant laquelle elle m'a jeté deux ou trois regards furtifs interrompant alors durant quelques secondes la contemplation muette de ses chaussures. Désolé, le psychiatre qui dirige l'unité où elle est internée m'a confié au téléphone qu'il n'a toujours pas réussi à établir une « alliance thérapeutique ».

« Tous les Crétois sont des menteurs ! » chante un descendant d'Epiménide sur un air de sirtaki en dansant tout nu parmi des cageots remplis de poulpes et de poissons dans le vieux port d'Héraclion.

Négociations difficiles en perspective !

Heureusement, nous savons une chose, une seule. La réalité du troisième ordre d'une personne insensible à notre raisonnement et à nos injonctions quant à son comportement doit être différente de la nôtre. Ce qui semble être une information pour nous n'en est pas une pour elle et ce qui semble être une information pour elle n'en est pas une pour nous. Tenez, les statistiques de l'industrie aéronautique quant à la sécurité des avions ne m'ont jamais rassuré. Elles ne faisaient aucune différence, pour moi.

Nous avons pu observer une deuxième chose. Répéter la même information irrecevable peut mener à une escalade symétrique tant que l'une



des parties n'accepte pas de voir ce que l'autre voit ou de se conduire comme si elle le voyait, même si elle ne le voit pas. Quand nous cherchons à imposer cette complémentarité, nos convictions peuvent nous mener à des comportements toujours plus violents et générer des pensées toujours plus délirantes. Oui, le sourire rassurant des hôtesse de l'air ne faisait que torturer un peu plus encore le phobique que j'étais !

Sachant et observant cela, pouvons nous imaginer une manière différente d'aborder certaines situations qui nous causent souffrance ?

Solutions

Pas à pas, j'espère nous avoir permis de découvrir sereinement une petite partie du monde tel que nous le voyons en évitant scrupuleusement d'enflammer certains débats et peut-être même, qui sait, en nous réconciliant avec certaines situations qui pourraient, vues sous un autre angle, nous étonner, nous inquiéter ou peut-être même nous indigner.

Chemin faisant, nous avons rencontré des amis dont nous avons pu reconnaître que tous désiraient, à leur manière, contribuer à une vie harmonieuse dans notre société. Cette société est la nôtre et nous avons vu que la seule manière de désigner le coupable de quelque sombre machination destinée à nous nuire serait de prétendre que certains pourraient se dérober à notre réalité du troisième ordre pour que nous puissions ensuite ponctuer arbitrairement les événements de telle sorte qu'ils seraient à l'origine de nos malheurs.

Nous avons évité ce piège !

Nous avons pleinement conscience du fait que nous co-construisons nos valeurs et convictions. Que nous sommes démocratiquement associés à la genèse de notre législation. Que d'une manière plus implicitement régulée mais tout aussi concertée nous déterminons ensemble quelles connaissances et quels comportements sont admis, encouragés à se développer s'ils nous semblent souhaitables ou proscrits s'ils nous semblent préjudiciables. Qu'aucun soin de santé mentale ne pourrait exister sans notre consentement. Notre société et toutes les règles qui en régulent le fonctionnement pour en maintenir l'équilibre nous appartiennent pleinement.

Seule ombre à ce tableau idyllique, une poignée d'irréductibles déviants qui sont venus se mêler à notre récit et dont certains me semblent de plus en plus décidés à nous pousser à bout. Si déjà le père de Sylvie pouvait intervenir en faisant preuve d'autorité ! Je sais que nous n'approuvons plus les gifles, mais il y a des limites, non ? Le rôle des parents n'est-il d'ailleurs pas d'informer l'enfant de ces limites et de le sanctionner quand il les franchit, malgré cela ?

Inspiré par dieu sait quelle approche farfelue de l'éducation post-moderne, voilà que notre papa prend la petite dans ses bras et déclare fièrement à son épouse :

« Ouuuuuuuuuu ! Je te jure, chérie, Sylvie elle a vu le plus mieux beau zoiseau du monde et même qu'il était TROP beau et qu'on ne va pas faire de crêpes, parce qu'on va tous aller voir l'oiseau de Sylvie qui est TROP beau ! Tu verras, tu n'en reviendras pas. »

Et la petite de s'adresser à lui, soudain très sérieuse :

« Arrête, Papa. C'était un merle. »



Le calme revient sur-le-champ mais cette intervention, pour efficace qu'elle semble avoir été, peut nous laisser tout de même un peu perplexes. Que sont devenues les limites dont nous nous accordons à reconnaître l'importance dans l'éducation ? N'oublions pas que la gamine en était à frapper sur la table en criant à tue-tête que son fichu merle était « TROP beau ! » et qu'elle n'écoutait pas sa maman. Une telle conduite n'est ni raisonnable ni tolérable. Le subterfuge du papa y met fin, provisoirement, mais qui nous garantit qu'elle ne recommencera pas demain ? Sylvie n'a rien appris, là ! Vu qu'ils avaient le projet de faire des crêpes, pourquoi le papa n'a-t-il pas simplement menacé sa fille qu'elle en serait privée, si elle n'arrêtait pas tout de suite son cinéma ?

Pragmatique, il pourrait nous répondre qu'il a réussi à ramener le calme dans la cuisine et que la petite famille peut maintenant goûter dans la bonne humeur, sans pleurs, sans menaces, sans gifles, sans ressentiment, sans vainqueurs et sans vaincus. C'est un peu court.

A la lumière de tout ce que nous avons découvert sur notre réalité du troisième ordre, je propose de vérifier plutôt si, inconsciemment, le papa ne vient pas de donner une leçon à sa fille qui dépasse le cadre d'une simple correction de sa conduite.

Rappelons-nous que notre réalité du troisième ordre détermine ce qui est une information et ce qui ne l'est pas. La frustration de Sylvie est née du fait que l'information qu'elle présentait à sa maman n'était pas reconnue comme telle. Chez nous, le merle étant on ne peut plus commun, personne ne s'émeut à sa vue et celui qui s'en émeut tout de même est prié de le faire en silence. Mais voilà que la gamine s'est mise à défendre sa vision du monde. On peut lui dire tout ce qu'on veut, cet oiseau-là était « TROP beau ! ». Escalade symétrique.

Au lieu de contrer sa fille, le papa valide sa réalité du troisième ordre en prétendant y adhérer au point de tout oublier, en ce compris le goûter, pour que la famille puisse partir admirer cet oiseau exceptionnel. Ici, la reconnaissance de son information dépasse tout de même un peu les bornes, pour Sylvie. Elle adore les crêpes. Comment éteindre cet enthousiasme débridé de la part d'un père qui se conduit soudain comme un enfant ? Pire qu'un enfant, même, car un enfant connaît les priorités, et sait qu'aucun oiseau au monde ne peut passer avant les crêpes !

Il lui reste une arme. Elle sait, depuis peu, que son bel oiseau s'appelle un merle et qu'un merle n'intéresse pas les adultes. Elle s'approprie leur vision du monde pour ramener à la raison ce père soudain prêt à oublier tout, en ce compris les crêpes, pour ce qui n'est qu'un merle. Il devrait le savoir, lui qui est une grande personne.

La limite qu'elle vient d'intégrer n'est pas celle de ses connaissances ou comportements, mais celle de la sphère de validité communautaire d'une réalité

du troisième ordre. Qui plus est, avec l'intelligence d'une fine stratégie elle vient de pondérer les avantages et inconvénients contextuels de plusieurs conduites possibles et de choisir celle qui lui convient le mieux, parfaitement consciente de la complémentarité de sa relation, dès qu'il s'agit de crêpes. Tacticienne hors pair, elle ramène immédiatement son papa à la raison en adoptant la vision des adultes.

Une telle expérience lui donne de nouvelles options dans des situations où nous semblons n'avoir d'autre choix que de nous imposer ou de nous incliner dans une lutte symétrique et restons aveugles à la possibilité de négocier librement les complémentarités qui nous conviennent en fonction du contexte.

Il se peut même que Sylvie ait appris plus encore. Sans le savoir, son papa vient aussi de donner un exemple de la liberté qu'on peut prendre en adoptant, apparemment sans effort aucun, la vision d'une personne en faisant fi des présupposés sur la complémentarité de la relation. Alors que l'adulte n'est pas supposé rejoindre l'enfant dans un monde fait d'émerveillements candides, il fait ce pas vers elle comme s'il était naturel et recadre ainsi pour Sylvie sa vision de ce qu'est un adulte.

Le papa vient de démontrer, non par une leçon formelle mais par son action ad hoc, qu'il est le partenaire qui peut avec le plus de facilité faire « comme si » la réalité du troisième ordre de l'autre était valide et qui ne craint nullement de se voir remis en question en adoptant provisoirement des certitudes ou des comportements qui ne sont normalement pas les siens. Si elle y tient, oui il peut faire l'enfant, crier au bel oiseau et même oublier totalement qu'ils ont prévu de faire des crêpes.

La permission qu'il s'accorde, à savoir celle de rejoindre Sylvie dans son admiration débridée de l'oiseau est également une permission implicite, pour elle, de rejoindre les adultes dans l'appréciation un peu plus modérée d'un simple merle. Visiter la réalité du troisième ordre d'une autre communauté peut donc se faire sans se désavouer dans le but d'explorer ce qui est une information pour elle de telle manière qu'une communication devient possible.

Sylvie n'hésite d'ailleurs pas un seul instant à lui emboîter le pas en utilisant une connaissance de deuxième ordre qui appartient à la réalité du troisième ordre des adultes et dont sa maman, en haussant les épaules, a montré quel comportement face à la réalité du premier ordre celle-ci prescrivait. Que son père arrête donc de faire un foin pareil pour un merle !

Revisitons encore un instant ces « limites » que nous associons si souvent à l'éducation. En mettant fin à une escalade symétrique par son intervention déroutante, son papa montre à Sylvie qu'il existe une autre issue à une situation difficile qu'un entêtement réciproque à échanger des signaux que l'autre ne reconnaît pas. Elle voit comment on peut éviter de « dépasser les bornes » en prenant l'initiative de rejoindre la vision de l'autre pour y trouver



les leviers d'un nouvel accord même si c'est aux prix d'une inversion des complémentarités que les deux parties peuvent deviner feinte. La « limite » devient soudain celle d'une souffrance mutuelle dont on peut maîtriser le développement.

Ce qui précède semble prêter beaucoup de vertu à cette petite réplique improvisée mais un doute plane sur la véritable intention du papa. Sachant très bien que sa fille adore les crêpes, ne vient-il pas tout simplement de la manipuler d'une manière éhontée ?

Si résoudre astucieusement un problème relationnel est manipuler, la réponse doit être oui. Si donner de nouvelles libertés aux partenaires et présenter de nouvelles raisons d'adhérer à une vision qui nous est favorable en leur révélant ou confirmant des complémentarités est manipuler, c'est effectivement ce que le papa de Sylvie vient de faire. Il se peut cependant que nous peinions à trouver des exemples d'un dénouement pacifique d'un quelconque différend humain qui ait pu aboutir sans recours à une négociation invitant les parties à évaluer l'intérêt que peut présenter une bonne entente pour chacune d'elles.

Pour plaider sa cause, si nous insistions à le présumer peu intègre, le papa pourrait faire valoir qu'il a pris un risque. Il a donné une réelle opportunité à Sylvie d'imposer sa vision du monde aux adultes, en quel cas, toutes affaires cessantes, la petite famille serait partie admirer son bel oiseau. Est-ce réellement ce qu'elle désire ? Veut-elle vraiment que les adultes autour d'elle abandonnent tout espoir de la voir, un jour, se conduire comme eux et qu'ils cessent de partager leurs connaissances ? Ce n'est pas le choix qu'elle a fait mais son papa lui a permis de le faire ce qui lui offrait, par la même occasion, toute liberté d'en faire un autre.

Décodée ainsi, l'anecdote nous fait entrevoir qu'il pourrait exister des solutions efficaces d'une autre nature que celles qui nous viennent naturellement quand nous répétons une information et prescrivons inlassablement un comportement à quelqu'un qui n'entend pas la première et n'adopte pas le dernier.

Il existe effectivement une école de psychothérapie qui inspire aux praticiens qui s'y réfèrent des interventions stratégiques destinées à donner plus de libertés interactionnelles aux personnes en souffrance. On qualifie parfois ces méthodes de paradoxales.

L'adjectif nous surprendra dans la mesure où nous avons déjà amplement parlé du paradoxe qui préexiste dans toute situation où une personne est étiquetée comme déviante. Nous faisons alors invariablement « comme si » un désignant commun pourrait correspondre à un désigné individuel. « Comme si » nous pouvions avoir accès à la réalité d'une personne par le biais d'un langage qui appartient à une communauté. « Comme si » ce qui est une information pour l'un devait obligatoirement être une information pour

l'autre, alors que cela ne peut être vrai qu'en présence d'un accord préalable entre les deux. « Comme si » notre réalité du troisième ordre pouvait avoir des qualités différentes de celle d'une autre personne ou d'une autre communauté, nous autorisant à supposer qu'elles n'ont d'autre choix raisonnable que de s'incliner.

Je ne pense pas, par contre, que nous ayons découvert un seul paradoxe dans l'intervention rapide, astucieuse, élégante et respectueuse du papa de Sylvie. Nous venons, au contraire, de constater qu'elle était riche en enseignements pour sa fille, tant sinon plus par l'exemplarité de la démarche que par son contenu cognitif. Si une réponse de cette nature nous vient moins facilement que l'idée d'une paire de claques, cela ne la rend pas paradoxale pour autant.

De même, quand j'aborde maintenant cette jeune femme internée de force pour des troubles diagnostiqués comme relevant de la médecine psychiatrique, mon projet n'est pas d'ajouter quelque paradoxe à celui qui, dans l'immédiat, la maintient captive d'un environnement dont elle cherche désespérément l'issue. Guidé par la vision de l'Ecole de Palo Alto, formé à la psychothérapie brève à l'Institut Gregory Bateson de Liège, j'ai pour mission de trouver les complémentarités qui permettront à cette personne désignée comme malade, à ses proches et à son psychiatre de renouer des liens et de mettre fin à une escalade symétrique qui laisse la patiente toujours plus isolée et soumise à toujours plus de contraintes.

Cela suppose qu'elle émette des informations qui sont reconnues comme telles par les autres et qu'elle accepte provisoirement d'accuser réception de leurs informations, non parce qu'elle les juge intimement valides mais parce qu'il est dans son intérêt immédiat de faire « comme si », dans le souci pragmatique de mettre fin à des hostilités qui la laissent objectivement perdante.

Oui, si nous n'avions pas pris connaissance des vertus et limites de la réalité du troisième ordre, nous pourrions en conclure très hâtivement que je permettrai à cette patiente de « mentir ». Heureusement nous savons qu'il n'en est rien et que le fait de lui rendre la liberté de faire « comme si » lui donne simplement une chance de dialoguer avec ceux qui doivent également, pour l'aider, faire « comme si » ils savaient, à partir de leurs observations ou de leur nosographie ce qui se passe dans son cœur et dans sa tête.

Dans deux mois, elle quittera l'hôpital. Son psychiatre sera heureux d'avoir réussi à instaurer une alliance avec elle. Leur dialogue sera devenu courtois, respectueux, pétri de bon sens. Je n'aurai aucune peine à préparer avec la patiente certains de ces entretiens avec le médecin. Redoutablement intelligente et observatrice, elle l'imitera à merveille, reproduisant alors ses moindres tics ainsi que tout son langage médical qu'elle connaît par cœur. Cela nous vaudra même quelques fou-rires. Pas à pas elle retrouvera le droit de faire « comme si ». Au bout de six mois de travail parfois très intense avec elle et



avec sa famille, sa conduite sera devenue telle que toutes les entraves à sa liberté seront levées.

Elle me réservera même une surprise qui n'est pas sans rappeler la réaction de la petite Sylvie. Quand, vers la fin de notre parcours, je m'aventurerai à exprimer librement un agacement personnel relatif à son médecin, elle me rappellera à l'ordre :

« Arrête, Peter. Mon psychiatre fait vraiment tout ce qu'il peut pour moi. »

Mon objectif étant bel et bien de rendre un peu de liberté de jugement et d'action à des personnes engagées dans une escalade symétrique produisant toujours plus de souffrances, une telle réaction est une issue heureuse qui démontrera que je n'ai certainement pas réussi à substituer ma réalité du troisième ordre à celle de la patiente. La permission de faire « comme si » est essentiellement celle de choisir ce qui lui convient, en fonction des complémentarités contextuelles qu'elle jugera avantageuses pour elle.

Un psychothérapeute qui veut induire de telles libertés agit-il réellement en conformité avec la réalité du troisième ordre de notre société ? Même si le résultat, dans le cas de cette jeune femme, nous semblait tout à fait rassurant, la voie pour y parvenir s'écarte parfois de celles qui nous sont familières et pourrait raisonnablement nous intriguer. Pourtant, comme nous l'avons découvert au fil du commentaire de l'interaction entre Sylvie et son papa, elle ne relève d'aucune magie et produit de nouvelles connaissances et un nouveau comportement. Nous sommes à milles lieues d'un quelconque tour de passe-passe aventureux mais plutôt en présence d'un outil qui peut nous être durablement utile. Comment se fait-il qu'il soit relativement peu connu ?

Avant d'aborder cette question, voyons brièvement deux autres personnes décidées à penser ou à agir à leur manière.

Nous pouvons supposer que Galilée dort en paix car nous avons fini par reconnaître qu'il avait raison. Quoique... Nous disons toujours que le soleil se lève à l'Est et qu'il se couche à l'Ouest. Je n'ai pas rencontré un seul architecte qui ne soit pas convaincu que ses bâtiments sont le centre du monde autour duquel l'astre roi tourne docilement et qui ne dessine pas ses plans comme si la terre était plate.

Quant au descendant d'Epiménide, je dois malheureusement vous signaler, au risque de susciter votre indignation, que personne dans le vieux port d'Héraclion ne fait attention à lui. Ces sacrés Crétois dont nous subissons le paradoxe depuis des millénaires nous disent à leur manière qu'aucun « désordre » ne saurait exister sans personne pour s'en émouvoir.

Patient suivant ?

En marge

Tout ce qui précède m'est inspiré par mes connaissances et ma pratique de la psychothérapie brève et relève d'une vision à la fois constructiviste et relationnelle, qui n'est pas celle que nous utilisons d'une manière générale pour aborder le monde et nos problèmes.

L'utilité circonstancielle d'une telle vision ne me semble plus à démontrer, tant il existe une littérature abondante parlant de l'originalité et de l'efficacité parfois surprenante des interventions qu'elle permet d'envisager. On s'y réfère le plus souvent en parlant de l'Ecole de Palo Alto, du nom de la ville californienne où se trouvaient réunis, il y a un demi-siècle, les chercheurs à l'origine du courant de pensée systémique en psychothérapie.

Sachant que la thérapie brève peut apporter des réponses nouvelles dans des situations de souffrance qui résistent à d'autres interventions, il nous semblera surprenant que les cinquante dernières années n'aient pas permis à ses théoriciens et praticiens de rencontrer une plus grande audience, pour les premiers, plus d'opportunités d'être utiles à la société, pour les seconds.

Il semblerait même qu'ils aient réussi à se faire des ennemis.

Ainsi, dans « Si loin, si proche », un livret réalisé avec le soutien de deux entreprises pharmaceutiques et destiné à aider les proches de patients psychotiques, nous pouvons lire, à propos des notions systémiques, dénoncées comme culpabilisantes pour les familles et comme ne reposant sur aucune base scientifique, à la page 28 :

« Cependant, ces spéculations fondées sur du vide ont causé beaucoup de mal. »

Voilà un verdict sans appel. Qu'a-t-il bien pu se passer pour que les trois psychiatres et le biologiste philosophe des sciences qui ont co-écrit ce document le prononcent, écartant ainsi la thérapie brève comme farfelue et malfaisante ?

Ce que nous devinons, c'est qu'une telle phrase ne peut s'inscrire que dans un échange symétrique qui nous révèle que deux partenaires, dans le cas présent, les représentants de deux approches thérapeutiques, ne valident pas les mêmes informations, ne partagent donc pas une même réalité du troisième ordre et cherchent désespérément à faire voir à l'autre ce qu'il ne peut pas ou ne veut pas voir.

Ce qui est certain, c'est que le papa de la jeune femme internée, que je m'apprête à accompagner, a lu ce jugement. Le psychiatre de sa fille lui a gracieusement remis un exemplaire de « Si loin, si proche ». J'avance sur un terrain miné ! Par qui ?



A défaut de dénoncer un sombre complot, le chemin parcouru ensemble nous préservant de telles hallucinations, il ne nous reste que la seule option de découvrir un malentendu.

Tout me porte à croire que ceux qui décrivent, enseignent ou pratiquent la thérapie brève et qui tiennent à se donner de meilleures chances encore de faire œuvre utile dans notre société auraient probablement intérêt à réfléchir aux informations irrecevables qu'ils émettent. J'ai bien peur que la notion de famille pathogène soit de celles-là.

Mettons-nous un seul instant à la place de parents supposés entendre que la maladie mentale de leur enfant serait symptomatique de leur dysfonctionnement familial. Comment peuvent-ils recevoir une telle information si ce n'est comme une accusation gratuite d'une violence insensée ? Qu'ont-ils fait pour mériter le pilori, si ce n'est, le plus souvent, entourer leurs enfants et proches d'amour, de tendresse, de sollicitude ? Quel tiers a le droit de leur imposer une vision culpabilisante basée, effectivement, sur une spéculation tout aussi arbitraire que le sont toutes les autres car inspirée, comme toutes les autres, par une réalité du troisième ordre en rien supérieure à une autre ?

En admettant un instant qu'un épisode psychotique puisse être le résultat d'interactions pathogènes, qui peut prétendre désigner le système pertinent ? Qui connaît le cadre exact de ces interactions et pourquoi ce système serait-il à blâmer plus que le patient délirant lui-même qui pourrait, au demeurant, être en interaction, lui aussi, avec ses propres croyances conflictuelles, prenant, qui sait, la forme de voix recréant un petit système intra-psychique ?

Une information qui rencontre l'indifférence n'est pas une information.

L'American Psychiatric Association a rayé l'homosexualité de sa liste des maladies mentales, dès que la société civile a signifié qu'elle acceptait cette préférence sexuelle et ne la jugeait plus ni criminelle, ni malade, ni perverse.

De même, les praticiens de la thérapie dite cognitive et comportementale ont graduellement pu établir qu'une médication n'est pas la seule voie vers une amélioration durable de certains états dépressifs. Leur message est reçu.

Les théoriciens de la thérapie brève, de leur côté, se réfèrent encore souvent à cette vieille hypothèse de la schizophrénie et de la double contrainte, avec un entêtement qui nous rappelle Sylvie et son merle qui était « TROP beau ! ».

Je préfère, pour ma part, oublier ce message si peu recevable du système qui rend malade... ne me laissant d'autre choix que de me trouver une place dans l'un des nombreux systèmes dont les membres cherchent humblement à soulager ou à guérir.

Je pratique la thérapie brève pour apporter des connaissances et induire des comportements nouveaux. J'estime qu'elle se distingue par ses outils et par sa capacité d'associer plus de personnes au changement que le seul patient. Ce changement est cependant cognitif et comportemental. Mes interventions peuvent se décrire comme des processus d'apprentissage et des invitations à des expériences en tout point conformes aux valeurs de notre société. En tant qu'intervenant, je coopère d'une manière respectueuse avec quiconque vient en aide aux personnes qui souffrent en me donnant pour tâche de favoriser des alliances thérapeutiques qui associent les compétences des patients, de leurs proches et du monde médical.

Nous avons vu au fil des pages que le constructivisme relationnel n'est pas un concept obscur. S'il est abstrait, il s'aborde avec les mots de tous les jours, se passe de théories hermétiques et ne fait que décrire ce que nous vivons concrètement dans toute communauté. Nous avons vu qu'un tel concept ne nous amène à aucun jugement des intervenants cherchant à réguler cette vie en société mais nous permet, au contraire, de négocier librement notre relation avec ceux qui nous entourent, qu'ils nous encouragent, nous sanctionnent ou cherchent à nous aider ou à nous guérir.

« Sans méconnaître les difficultés, ce livre est porteur d'espoir car il mise sur la capacité à évoluer et les compétences de chacun. »

Voilà ce qu'écrit Jules Dechêne, administrateur de Similes, au dos du petit livre à l'intention des proches de patients schizophrènes. J'aurais aimé qu'une telle phrase soit de la plume d'un spécialiste de la thérapie brève !

Est-il surprenant que les parents d'un enfant souffrant préfèrent lire ces mots d'espoir, empreints de compassion et d'humanité, de la part d'une personne désireuse de les servir, plutôt qu'un acte d'accusation envers l'entourage du malade ?

Qu'en est-il, par ailleurs, de cette double contrainte pathogène qui aurait été découverte comme se situant au cœur des interactions malfaisantes des proches d'une personne psychotique ?

Nous avons vu au fil de ces pages qu'elle est inhérente au paradoxe fondamental de la vie en société et qu'il est parfaitement illusoire de chercher à s'y soustraire ou d'en désigner quelque coupable que ce soit. Elle invite chacun de nous à des négociations permanentes entre notre individualité la plus intime et cette convention nécessaire à la vie en communauté qui veut que nous fassions « comme si » le langage commun pouvait nous renseigner sur l'indicible de cette individualité.

L'échec de telles négociations nous isole.

Elle isole quiconque dit que « ce sont eux les malades ».

Haute comme trois pommes, Sylvie vient de l'apprendre.



En marche

Notre demande pour des approches thérapeutiques qui nous responsabilisent et nous associent activement à la gestion de notre bien-être n'a sans doute jamais été plus grande qu'aujourd'hui. Ce n'est sans doute pas par hasard si nous parlons de médecine « complémentaire » pour désigner une foule de pratiques dont nous commençons à reconnaître les apports précieux.

Et si cette évolution nous amenait, un jour, à considérer que la psychothérapie est un acte paramédical comme un autre ? Le thérapeute perdrait-il son âme ? Son rôle n'est-il pas d'apporter au monde un éclairage radicalement différent pour protéger le peuple de la malveillance des prescripteurs de psychotropes ?

En cherchant la reconnaissance de sa pratique tout en refusant une complémentarité avec la médecine, il se pourrait qu'il s'enferme dans la même double contrainte qu'il est si prompt à déceler dans l'environnement de ses clients. Comme le premier « patient désigné » venu, il s'en déclare la victime, alors qu'il en est l'un des acteurs.

Mon épouse doit une bonne partie de son bien-être actuel à une kinésithérapeute sans laquelle les lombalgies qui l'immobilisaient auraient mené, soit à une médication lourde aux effets secondaires inquiétants, soit à une intervention chirurgicale à l'issue incertaine.

Cette intervenante n'a pas éclairé le monde.

Elle a changé une vie.

Nous sommes plus curieux que jamais de tout ce qui peut faire notre bonheur. Nous écouterons attentivement toute invitation à le faire nous-mêmes, intégrerons volontiers de nouvelles connaissances et adopterons les comportements qu'elles nous inspirent. Majoritairement, nous resterons sourds, par contre, au message méprisant de quiconque nous accuse de faire nous-mêmes notre malheur.

Le monde est en mouvement et la société, oubliant bien des rivalités symétriques, s'accommode d'épistémologies différentes avec une facilité qui ne nous surprendra guère pour autant que nous comprenions pleinement la nature co-construite de notre réalité du troisième ordre.

Elle est une forteresse pour qui vient l'assiéger.

Une tour d'ivoire pour qui s'en rêve l'architecte.

Une cathédrale pour le tailleur de pierres ?

Contact



Peter Cogen

Rue de Thibermont, 12

B-1461 Haut-Ittre

+32 6789 2626

peter.cogen@psychotherapiebreve.be

www.psychotherapiebreve.be

