

SANDRINE CHALET

DÉCOUVRIR L'ÉCOLE DE PALO ALTO



Une différence
qui fait la différence

Enrick · B · Éditions

DÉCOUVRIR L'ÉCOLE
DE PALO ALTO

Une différence
qui fait la différence

SANDRINE CHALET

DÉCOUVRIR L'ÉCOLE DE PALO ALTO

Une différence
qui fait la différence

Enrick ·B·
— ÉDITIONS —

www.enrickb-editions.com
Tous droits réservés, Paris, 2022

Conception couverture: Marie Dortier
Réalisation couverture: Comandgo

ISBN: 978-2-35644-963-4

En application des articles L. 122-10 à L. 122-12 du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction à usage collectif par photocopie, intégralement ou partiellement, du présent ouvrage est interdite sans l'autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie. Toute autre forme de reproduction, intégrale ou partielle, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

«*Science probes; it does not prove.*»
Gregory Bateson

Sommaire

Préface de Jean-Jacques Wittezaele	9
Introduction	15
Contexte.....	19
Chapitre I L'interaction.....	39
La causalité circulaire et la méthode abductive.....	41
La schismogenèse, les relations complémentaires et symétriques.....	45
Chapitre II La cybernétique et la théorie générale des systèmes.....	49
Les rétroactions ou feedbacks	50
La causalité circulaire	51
La théorie générale des systèmes.....	52
Les systèmes.....	53
▶ La totalité.....	54
▶ L'équifinalité.....	56
▶ L'homéostasie	57
Chapitre III L'information et la communication	63
Entropie, information et thermodynamique	66
De l'énergie à la communication.....	70
La rupture épistémologique	72
Vers le changement ?	73
La théorie des types logiques	75
Changements de type I et de type II.....	78

Chapitre IV Des tentatives de solution aux logiques interactionnelles	83
Homéostasie et tentatives de solution.....	84
Rigidité du système, dysfonctionnements et symptômes.....	88
Un changement de changements.....	90
Chapitre V L'intervention brève systémique et stratégique.....	93
Le DOSS	97
Complexité et relation	99
Les logiques interactionnelles.....	100
Le système pertinent	103
Les stratégies de changement.....	104
Conclusion	107
Conseils de lectures	109
Les équipes de l'école de Palo Alto	115
Bibliographie.....	119
Remerciements	125

Préface

La première chose qui m'est venue à l'esprit après avoir lu le livre de Sandrine Chalet a été : « Enfin un livre courageux ! » Le monde d'aujourd'hui me paraît en effet plus enclin au *fast-thinking* qu'à une réflexion épistémologique. En cette époque où le *storytelling* est roi, où l'on dégaine ses tweets plus vite que son ombre, Sandrine ose aller à contre-courant de la recherche effrénée de techniques fulgurantes qui donnent l'illusion du changement tout en continuant à faire « plus de la même chose », c'est-à-dire en appliquant de nouvelles recettes à partir de prémisses obsolètes. Dans cet ouvrage, elle retrace l'avènement d'un nouveau paradigme, la remise en question des piliers de notre vision du monde, pour conduire le lecteur à mieux apprécier les spécificités de ce que l'on a coutume d'appeler « l'approche de Palo Alto ».

Lors du Congrès que j'avais organisé en 2006 pour célébrer le 50^e anniversaire de la première publication de la *théorie de la double contrainte*, élaborée par Gregory Bateson et son équipe, sa fille, Marie-Catherine, s'étonnait de la relative confidentialité de cette théorie dans le monde de la santé mentale. Même si cette première « explication relationnelle » de la schizophrénie a ouvert la voie au développement de la thérapie familiale, force est de constater que peu de praticiens en perçoivent les fondements et les implications.

Personnellement, depuis près de quarante ans que je pratique et enseigne l'approche de Palo Alto, je constate encore bien souvent moi aussi que certains principes fondamentaux de l'approche restent méconnus et ne sont donc pas intégrés aux interventions de terrain.

Comment rendre compte de cette difficulté de pénétration des idées prometteuses de Bateson auprès du public ? Si je ne pense pas que l'on puisse incriminer le style d'écriture du maître, en revanche le contenu de ses écrits peut paraître indigeste à certains. Et il est vrai que les nombreuses références de Bateson à la cybernétique, à la théorie des types logiques de Russell et Whitehead et à l'épistémologie de manière générale peuvent rebuter nombre de psys, de travailleurs sociaux, d'enseignants et de coachs, plus habitués aux concepts souvent moins rébarbatifs des sciences humaines.

C'est probablement à ce niveau-là, donc à un niveau épistémologique, qu'il faut chercher les raisons des malentendus qui contribuent à brouiller l'image de l'approche de Palo Alto. En plus de considérer la relation comme la matrice de la vie psychique, les prémisses de l'approche remettent en effet en question plusieurs mythes qui ont la vie dure et qui continuent à être considérés comme des «vérités» aujourd'hui par la plupart des gens de notre culture occidentale. Les mythes de la réalité («chacun construit sa réalité», déclare Paul Watzlawick, et «notre perception du monde est notre invention», affirme Heinz von Foerster), de la vérité (de son point de vue, chacun est persuadé d'avoir raison) et de l'objectivité («Fais-je partie de l'univers ? Alors, à chacun de mes actes, je change à chaque fois moi-même et l'univers.», dit encore Von Foerster).

On peut regretter que le terme même d'«épistémologie» soit encore perçu comme un «gros mot» par la plupart des gens, et que le fait de s'intéresser aux prémisses de la pensée suscite encore autant de résistance. Gregory Bateson disait,

en 1979, qu'énoncer une prémisse ou une présupposition de façon explicite revient à se heurter à une sorte de sourde oreille de l'auditoire, un peu comme le font les enfants lorsqu'ils veulent éviter les sermons des parents ou des professeurs. Nous avons plutôt tendance à penser que notre façon de voir «va de soi» et qu'il n'est pas utile ni nécessaire d'en expliciter la nature. Bateson n'était pas de ceux-là, et il pensait au contraire, comme Warren McCulloch, que «celui qui prétend ne pas avoir d'épistémologie du tout – d'avoir en quelque sorte une connaissance directe des choses – en a une mauvaise!»

Bien qu'il ait toujours considéré Bateson comme son mentor, Paul Watzlawick avait bien conscience de cette difficulté lui aussi. Ses ouvrages de «vulgarisation intelligente», abondamment illustrés d'exemples concrets, ont heureusement permis que la vision interactionnelle du comportement et l'importance essentielle de la relation deviennent accessibles à un public plus large. Mais l'anecdote suivante me semble révélatrice. Lorsque Bateson adressa le manuscrit de *Vers une écologie de l'esprit* à son éditeur, ce dernier, bien qu'intéressé par le contenu original de l'ouvrage, insista pour qu'il le rende plus lisible, ce qui en retarda assez longuement la publication. Pendant ce temps, Watzlawick et ses co-auteurs (Janet Beavin et Don Jackson) firent parvenir *Une logique de la communication* au même éditeur – qui l'accepta tout de suite! Bateson en a été meurtri et il reprocha à ses anciens collègues leur manque de rigueur et les approximations qu'il avait décelées dans leur «traduction» des concepts fondamentaux que lui-même avait introduits dans les sciences humaines.

J'espère en tout cas que, plus de cinquante ans plus tard, l'ouvrage de Sandrine Chalet bénéficiera d'un sort plus enviable que celui de Bateson, surtout si nous voulons débusquer les raisons profondes de l'état catastrophique de notre planète et espérer trouver des solutions durables à la situation que notre système de pensée linéaire et individualiste a engendrée.