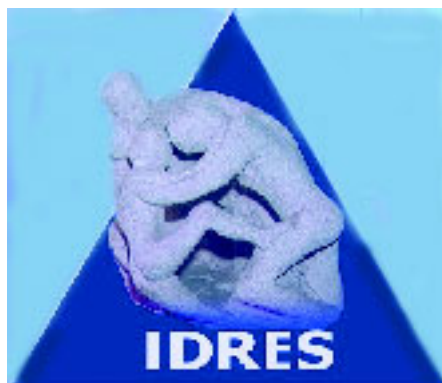


Extrait du Espace d'échanges du site IDRES sur la systémique

http://www.systemique.be/spip/article.php3?id_article=224

De l'intérêt de pouvoir bien se raconter par Ph Caillé

- SAVOIR THÉORIQUE - Échanges à partir de livres et des notes de lecture - Échanges à partir des notes de lecture -



Date de mise en ligne : jeudi 7 décembre 2006

Espace d'échanges du site IDRES sur la systémique

De l'intérêt de pouvoir bien se raconter L'histoire et le récit de l'histoire dans la relation thérapeutique

Philippe Caillé, 2001

Exister face à l'autre, c'est pouvoir se raconter

Toute relation n'existe et ne se maintient que par la construction d'un récit. Appartenir à une famille, c'est participer aussi bien par son dire que ses comportements au récit que cette famille fait d'elle-même ; il en est de même pour un couple ou un individu.

On peut donner à ces récits le nom d' « absolus relationnels ». Absolus par le fait qu'ils vont tout à la fois expliquer et conditionner une relation mais aussi parce qu'ils échappent en grande partie à notre attention consciente et à notre réflexion critique.

Cet absolu relationnel pourrait d'ailleurs davantage être qualifié de « sur-conscient » que d'inconscient. Ce récit dont nous faisons notre existence apparaît comme ciment de notre identité.

Le récit n'est pourtant pas toute l'histoire

Une distinction existe entre récit et histoire. En effet, s'il existe un rapport étroit entre une histoire et son récit, il existe aussi entre ces deux termes de grandes différences. Notre histoire est certes, comme le récit, une construction de notre esprit mais elle inclut aussi de nombreuses expériences sensorielles, émotionnelles, existentielles dont certaines ont été vécues avant que nous eûmes accès au langage. Le récit autobiographique, lui, traduit et interprète de façon adaptative notre histoire en faisant usage des mots. Ce récit nous intéresse surtout parce que nous rentrons en contact à travers lui avec l'histoire complexe et riche qui le sous-tend.

Comment fonctionne le récit autobiographique ?

Notre vision du monde et notre identité sont conditionnés par une armure historico-narrative, qui comprend à la fois le récit et l'histoire qui en est la source. Le récit autobiographique possède une double fonction, à la fois cognitive et identifiante :

- une fonction cognitive qui nous donne les moyens de déchiffrer le monde en nous y situant
- une fonction identifiante qui donne un sens à notre vie (Le récit nous place dans le temps, nous donne un passé et par-la même la perspective d'un futur.)

La structure de la totalité de cette armure historico-narrative est, même pour un individu, fort complexe car nos points d'ancrages sont multiples (nous-même, famille, couple, profession, etc.). Il ne peut donc s'agir d'un seul récit, mais nécessairement de plusieurs récits superposés, certes différents, mais aussi congruents que possible, tendant à se valider les uns les autres.

Les processus de connaissance dont nous nous servons sont donc à la fois complexes et interdépendants. Dès la vie foetale, notre cerveau s'organise et se différencie. Des informations sont stockées, les instincts se manifestent et

orientent les comportements. Très tôt, chaque évènement se trouve associé à un vécu de peine ou de satisfaction. Pour finir, notre esprit dispose d'une somme considérable d'informations accumulées aux différents niveaux de développement de la conscience. Ces informations seront, de façons imprévisible et largement aléatoire, associées, sélectionnées, mises en réserve, pour aboutir au récit relativement cohérent, qui est le nécessaire support d'une vie et d'un destin.

Cette abondance de l'histoire derrière le récit qui en est présenté est en fait la richesse cachée de tout être humain et rend possible la guérison du sujet par lui-même via l'intervention thérapeutique. Nous attachons une importance extrême à nos récits autobiographiques puisqu'ils nous semblent garants de notre identité. Ils doivent constamment intégrer de nouvelles expériences de vie et rester adaptatifs, donc n'être ni sacrés, ni comme immuables.

Récits autobiographiques en perte

Les perturbations du rapport à l'entourage qui caractérisent les désordres psychiques résultent du divorce entre le récit autobiographique et l'histoire réelle du sujet. Le récit n'interprète plus l'histoire de façon dynamique, permettant ainsi le rapport à autrui. Il semble vouloir se suffire à lui-même et fait écran à l'histoire plus qu'il ne la révèle.

Ce récit n'est plus interprète de l'histoire. Il procure au sujet un masque qui certes le protège de certaines angoisses, mais le place dans le même temps dans un monde artificiel où le temps a cessé d'exister. Dans certaines situations de vie, il peut sembler utile de porter un masque. Dans un premier temps, nous devons donc le respecter et le comprendre. Pourtant, il ne s'agit pas d'un choix conscient. Le sujet lui-même perd contact avec la globalité de son histoire.

Si l'intervenant s'en tient uniquement au plan verbal, il faudra accomplir un long et difficile parcours avec le sujet avant de pouvoir éventuellement accéder aux raisons initiales qui ont conduit à cette dangereuse position de retrait et de défense.

Les méthodes analogiques apportent ici une aide précieuse. Elles ont un double intérêt :

- elles ne contestent en rien le récit autobiographique présenté
- elles mettent d'emblée le sujet dans une position de compétence puisqu'il peut rapidement contribuer au travail commun par l'apport de connaissances authentiques écartés de la conscience dans le récit autobiographique. L'histoire du sujet se trouve revitalisée par l'exploration du non verbal sans que soit contesté le récit autobiographique qui justifie la demande. Cette coexistence tacite sera préservée jusqu'au jour où le sujet lui-même, ayant repris possession des grandes lignes de son histoire, aura la force d'inventer un nouveau récit autobiographique, lui adaptatif car relié au passé et orienté vers un futur.

L'exploration analogique

Afin d'apporter de l'information supposée utile dans le développement du dialogue que constitue la thérapie, un accord est passé avec le sujet ou le système sur l'emploi d'un mode de communication différent, le mode analogique. Un certain nombre de contextes, appelés « objets flottants », définis par des règles très précises, lui seront proposés. Flottants car

- ils sont introduits comme médiateurs dans l'espace existant entre demandeur d'aide et intervenant
- ils sont acceptés d'un commun accord par les deux partenaires engagés dans le dialogue thérapeutique
- ils créent une règle communément acceptée qui gère pour un temps leur rapport
- ils sont proposés par le thérapeute selon l'intérêt qu'ils peuvent avoir dans le cas particulier, introduits à un

moment donné dans la thérapie, puis retirés quand ils auront joué leur rôle. Il existe aujourd'hui un certain nombre d'objets flottants : la chaise vide, le protocole invariant de thérapie de couple, le dialogue avec les masques, le conte systémique (Caillé, Rey, 1998). Pour une illustration du jeu de l'oie systémique se référer à l'article initial.

Les méthodes analogiques explorent l'humus fertile du subconscient, du non verbal. Elles recherchent les sources profondes du récit rigide qui emprisonnent le sujet et permettent la reprise de contact avec une histoire à la fois riche et complexe. La découverte que fait l'individu ou le système à travers l'objet flottant permet également de rééquilibrer le rapport entre demandeur et donneur d'aide, quittant une relation complémentaire de réparation peu productive pour entrer dans une relation symétrique de dialogue et de co-création. Il s'agit de complexifier la teneur des faits par l'introduction de nombreuses données nécessairement exclues du récit officiel et de rétablir ainsi la synergie entre les différents modes de prise de connaissance du monde. Le système pourra alors découvrir une nouvelle cohérence que nous pourrions éventuellement confirmer en la représentant au système même qui l'a créée sous forme notamment d'un conte systémique. Il s'agira alors d'un récit bien différent du récit autobiographique originel témoignant des capacités créatrices et évolutives des systèmes.

Le récit autobiographique des thérapeutes

La dissociation entre récit autobiographique et histoire non verbale est caractéristique des systèmes en grande souffrance dont les modalités relationnelles sont clairement perturbées. Pourtant une des conditions de l'humain est de vivre dans la dépendance d'un récit autobiographique énonçable qui sert notre sensation d'exister au monde.

Or la tentation est grande de formaliser notre récit autobiographique et d'essayer d'en faire une certitude dans les situations où nous sommes touchés dans des points douloureux. Du travail avec les objets flottants -permettant d'étudier le rapport entre les aspects conscients et subconscients de notre histoire et le récit autobiographique- émergera une plus grande assurance à affronter des situations qui peuvent nous paraître menaçantes et une plus grande capacité à évoluer avec nos clients dans le sens d'une disponibilité aux expériences nouvelles et d'une aptitude relationnelle accrue. De plus, il s'agit d'une co-évolution. La rencontre thérapeutique doit en effet permettre une évolution dans la vie du thérapeute si elle doit avoir ce même rôle dans celle de ses clients.