



# La double contrainte : obéir et transgresser

Une rubrique bimestrielle pour comprendre les concepts utilisés en psychiatrie... de la pratique vers la théorie et de la théorie vers la pratique. Un double mouvement.

VINCENT DI ROCCO

Psychologue, Annecy (74).

■ Au cours d'un entretien, Guido, atteint de schizophrénie, raconte une anecdote pour expliquer son désarroi dans les relations humaines et l'isolement qui en découle. Il lit le journal aux côtés de sa mère qui regarde la télévision. Le bruit des pages semble la déranger. Elle se tourne alors vers lui et lance un « *tais-toi !* ». Guido est désespéré, que dire, que faire... ? Dire qu'il ne parlait pas, irait contre l'injonction de sa mère... Mais comment se taire puisqu'il ne parle pas... ? Guido part dans sa chambre, sans son journal. C'est ce mode de communication particulier basé sur les paradoxes que l'anthropologue Gregory Bateson (1) repère dans les familles dont un membre souffre de schizophrénie et qu'il nomme « *double-bind* », en français « double contrainte ».

ceux-là. Le barbier est perplexe lorsqu'il cherche à savoir s'il doit se raser lui-même ou non. En effet, s'il ne se rase pas lui-même, l'ordre lui est donné de se raser et, inversement, s'il se rase, l'ordre lui est donné de ne pas se raser. D'une façon ou d'une autre, l'obéissance à l'une des injonctions entraîne la transgression de l'autre. Mais un paradoxe, à lui seul, aussi déroutant soit-il, ne produit pas de double contrainte. Pour que ce message ait un impact pathologique, il doit d'abord apparaître au sein d'une relation intense, vitale, pour le sujet : une relation de dépendance étroite comme celle qui unit le jeune enfant à ses parents. Par ailleurs, la situation de double contrainte ne naît pas d'un traumatisme unique mais d'une expérience renouvelée dans un contexte habituel d'échanges.

**La double contrainte : un individu est soumis simultanément à deux injonctions contradictoires de telle sorte que l'obéissance à l'une entraîne la transgression de l'autre.**

## LA PENSÉE PARALYSÉE PAR LES PARADOXES

La double contrainte possède des caractéristiques essentielles pour engendrer une communication pathogène. Le message est structuré de telle sorte qu'il affirme quelque chose sur sa propre affirmation et ces deux affirmations s'excluent mutuellement.

Un exemple est fourni par René Roussillon dans son ouvrage « *Paradoxes et situation limites de la psychanalyse* » (2). Ainsi, un capitaine ordonne à son barbier soldat de raser tous les soldats qui ne se rasent pas eux-mêmes, et seulement

Enfin, la dernière condition est que les possibilités de démasquer la contradiction dans laquelle le sujet est placé, ou de se retirer de la situation, lui sont barées, ce qui est nécessairement le cas durant l'enfance. Selon Bateson, un tel système de communication répété et envahissant produit un comportement schizophrénique. La personne dans une situation de double contrainte connaît des sentiments d'impuissance, de peur, d'exaspération et de rage sans que son environnement puisse les transformer. La psychose est alors pensée comme un moyen de s'arranger des situations de double contrainte

en cherchant à anéantir leurs effets inhibiteurs et contraignants. Par un jeu de retournement, le sujet peut devenir lui-même assez expert dans la mise en place de situations de double contrainte. Lorsqu'il y est soumis, il peut penser qu'un détail lui a échappé pour arriver à répondre à ce qui lui est demandé. Il se précipite alors dans une quête du détail qui lui permettrait de satisfaire l'autre. Cette attitude correspondrait à la forme paranoïde de la schizophrénie.

Le sujet peut également renoncer à chercher à comprendre et obéir à toutes les injonctions, quelles qu'elles soient ; une attitude qui aboutirait alors à la psychose.

Enfin, il peut aussi se lancer dans une activité intense d'allure maniaque, afin de ne pas entendre les injonctions et s'enfoncer dans une agitation sans fin. La communication en double contrainte forme ainsi un microtraumatisme cumulatif qui agit par sommation pour produire un véritable dommage qui atteint le sujet dans sa capacité à penser, soit globalement, soit dans sa possibilité de discriminer le détail. Ce système de communication étant très stable, toute modification individuelle suscite une forte angoisse au sein de la famille.

## L'INTÉRÊT POUR LES SOINS

Cette approche relationnelle particulière est à la base des thérapies dites « systémiques » qui intègrent la famille au cœur du processus de soin. Elle permet en effet d'abandonner une causalité linéaire des troubles psychiques pour penser en termes de circularité, c'est-à-dire d'interaction permanente entre tous les membres de la famille. Des psychanalystes comme Didier Anzieu, Paul-Claude Racamier et René Roussillon ont d'ailleurs souligné l'intérêt de la notion de paradoxe au sein de la théorie psychanalytique pour étudier le narcissisme et l'analyse des clivages du moi. De plus, Gregory Bateson a attiré l'attention sur le fait que la double contrainte peut être créée par le cadre même du milieu hospitalier, notamment chaque fois qu'on organise le système de soin dans l'intérêt de l'hôpital, tout en déclarant au patient qu'on agit dans son intérêt...

1- Bateson G., 1956, *Vers une théorie de la schizophrénie, in Vers une écologie de l'esprit, Seuil, 1980.*

2- Roussillon R., 1991, *Paradoxe et situations limites de la psychanalyse, PUF.*