

# Les Thérapies systémiques : historique (Palo Alto)

## Introduction et définitions

Les Thérapies systémiques s'appuient sur la notion de système : « ensemble d'éléments en interaction tels qu'une modification quelconque de l'un d'eux entraîne une modification de tous les autres ». Exemple : un orchestre.

Dans ce cadre, la maladie mentale n'est plus considérée comme la conséquence d'un psychisme perturbé, mais comme un trouble de la communication au sein de la cellule familiale. Celle-ci est considérée comme un système homéostatique dans lequel le trouble d'un membre de la famille tend à préserver l'équilibre familial. Il va donc s'agir pour le thérapeute de faire retrouver à la famille un autre équilibre et une réorganisation du système en l'absence de désordre psychopathologique.

Cette nouvelle approche découle des travaux novateurs de Gregory Bateson (1904-1980), systématisés et prolongés par Paul Watzlawick et ses collègues du Mental Research Institute (MRI), au sein de ce que l'on a appelé l'Ecole de Palo Alto (à partir de 1952).

### Définition de l'Ecole de Palo Alto :

Désigne un groupe de chercheurs d'origines scientifiques diverses qui, à un moment donné de leur activité, ont travaillé à Palo Alto, petite ville de la banlieue de San Francisco. Bateson, le fondateur du groupe y travaille à partir de 1945, dans l'hôpital psychiatrique de la Veterans Administration.

Cette appellation recouvre en réalité deux groupes qui vont travailler en parallèle avec continuité et divergence. Le premier autour de Bateson et de sa théorie de la communication (« double-bind ») en lien avec la cybernétique, les méthodes de Milton Erickson et les diagnostics brillants de Don Jackson, entre 1952 et 1962. Le second groupe avec la création du MRI en 1959 par Jackson, l'arrivée de Watzlawick en 1962 et ses travaux sur l'homéostasie familiale.

## 1. De l'anthropologie à la communication : Gregory Bateson, le fondateur.

### 1.1. De l'anthropologie...

Zoologue anglais puis anthropologue, Gregory BATESON rencontre en 1932 en Nouvelle-Guinée sa future épouse et collaboratrice Margaret MEAD et fait en même temps une découverte d'importance : la façon dont les individus se comportent est déterminée par les réactions de l'entourage. Avec ses deux livres : *Naven* (1936) et *Balinese characters : a photography analysis* (1942), il mène une réflexion sur les rapports entre individu et société, à travers la description de la vie courante des Iatmuls et des Balinais. Il a déjà une double préoccupation : l'**interdisciplinarité** (psychologie sociale, psychiatrie, science politique et anthropologie) et la **théorisation** : c'est une théorie transculturelle cohérente dont les concepts pourraient être appliqués à d'autres sociétés.

Avec 759 photos il décrit et analyse le comportement non verbal et découvre le concept de la **schismogénèse** (les auteurs font un rapprochement entre le type de caractère des Balinais et le type de personnalité que l'on appelle schizoïde dans notre société. Avec le concept de la schismogénèse, Margaret Mead esquisse le concept de ce que Bateson appellera 15 ans plus tard le **double-bind** (double contrainte) : il place l'origine de la schizophrénie infantile dans un réseau de relations contradictoires entre la mère et l'enfant.)

### 1.2. ...à la cybernétique...

À partir de 1942, il participe à une série de réunions interdisciplinaires : **les conférences Macy**, où il découvre les principes de la démarche systémique et la notion de feedback négatif : c'est une révélation : « ... en écrivant la cérémonie du Naven, j'étais arrivé au seuil de ce qui plus tard allait

devenir la cybernétique : ce qui me manquait pour le franchir était le concept de feedback négatif, base de l'autorégulation. ». Il y rencontre WIENER, le futur fondateur de la cybernétique : mariage de la mécanique et de la biologie.

Pour Bateson, l'homme ne peut se réduire à un simple transformateur d'énergie, il est capable de traiter les informations qu'il reçoit en permanence de son environnement. Le phénomène de la communication, c'est à dire la façon dont les informations sont décodées, structurées, organisées par les individus à travers leurs contacts avec l'environnement devient l'objet de ses recherches.

Il découvre aussi qu'il existe des niveaux d'abstraction différents : si ces niveaux sont mélangés cela peut provoquer des situations paradoxales. S'intéressant à la **théorie des types logiques** de RUSSEL et WHITEHEAD, il fait l'hypothèse que dans la communication entre individus, le même type de mélange peut se produire et engendrer des paradoxes dont il se propose d'étudier les effets sur le comportement des individus qui y sont soumis.

Il veut donc appliquer aux sciences sociales et notamment à l'étude des communications (chez l'homme et l'animal) les principes de la démarche systémique.

### **1.3. ... et aux recherches sur la communication**

A la fin des années 40 il vient à San Francisco et travaille avec le psychiatre Jurgen RUESCH. Avec ses concepts de cybernétique il s'attaque d'abord aux aspects ignorés du langage verbal et non verbal, ce qui permet d'entrevoir un nouvel abord de la maladie mentale. Mais le discours de Bateson est au antipodes du jargon psychiatrique de l'époque : aux psychiatres qui parlent de pulsions, de traumatismes, de refoulement... il répond paradoxes, niveaux logiques, cybernétique...

En 1952, il reçoit pourtant une subvention de la fondation Rockefeller pour étudier les « paradoxes de l'abstraction dans la communication » : c'est la naissance du premier groupe de Palo Alto avec le « projet Bateson ».

## **2. Le projet Bateson (1953-1962)**

Le lieu : l'hôpital de la Veterans Administration

L'objectif : appliquer les raisonnements de Russel et Whitehead sur les paradoxes logiques à toutes les situations possibles de communication. Exemple : l'étude de Bateson sur les loutres et leur métacommunication. (Savent-elles reconnaître la différence entre un vrai combat et un simulacre de combat : « ceci est un jeu » ?). Un des objets d'application est le discours décousu des schizophrènes.

L'équipe : de jeunes chercheurs : John WEAKLAND, Jay HALEY, William FRY et deux hommes clés : Donald D. JACKSON qui rejoint le groupe lors du départ de Fry (1954) et Milton ERICKSON qui, sans faire partie du groupe, l'influence par son charisme et ses méthodes.

Weakland est ingénieur chimiste, anthropologue, psychothérapeute passionné par la nouvelle hypnose de Erickson. Haley est étudiant en communication, il va devenir psychiatre. Fry est un jeune psychiatre.

Jackson est un psychiatre clinicien, formé à la psychanalyse et spécialisé dans la schizophrénie : pour lui elle n'est pas l'aboutissement d'une maladie mais le résultat d'une série d'interactions pathogènes dans lesquelles l'individu est pris. Il rencontre les idées de Bateson pour qui la communication est la clé et l'explication de toutes les conduites humaines.

Bateson donne le cadre théorique au groupe et Jackson va donner à ces travaux, au départ tous azimuts, une orientation de plus en plus psychiatrique.

Erickson exerce une grande influence sur Weakland et Haley. Il est psychiatre, pratique l'hypnose et la sophrologie. Il montre l'importance des mécanismes d'influence entre le thérapeute et son patient dans le processus de guérison.

Les travaux : le groupe de Palo Alto étudie la façon dont la famille des patients communique avec ces derniers et débouche sur l'élaboration de la théorie du double-bind. Enoncé en 1956, elle propose une explication de la schizophrénie en relation avec un phénomène interpersonnel : c'est un trouble de la

communication au sein de la cellule familiale. Cette théorie aura une importance considérable pour les pratiques thérapeutiques. A la suite de ce premier article, le succès est immédiat, les budgets affluent et la poursuite des recherches est par la suite exclusivement axée sur la schizophrénie.

Les travaux du projet Bateson relèvent essentiellement du domaine de la recherche, seuls quelques malades sont traités.

Ce projet, dirigé par Bateson va durer jusqu'en 1962, date à laquelle celui-ci part pour poursuivre ses propres recherches dans le domaine de la communication : la psychiatrie n'a jamais été pour lui qu'une application parcellaire de ses théories. Ses derniers ouvrages d'épistémologie (*Steps to an ecology of mind* (1972) et *Mind and nature* (1980)) développent l'approche scientifique systémique, dont relève l'écologie.

Jackson, qui a toujours été intéressé par les applications pratiques du projet fonde en 1958 le Mental Research Institute, constituant le second groupe de Palo Alto.

### **3. Le Mental Research Institute (depuis 1958)**

#### **3.1. La mise au point de la thérapie familiale systémique**

Les objectifs : appliquer les découvertes du domaine de la communication au domaine de la psychothérapie. Ces travaux s'appuient sur les concepts de double-bind et de l'homéostasie familiale.

L'équipe : Jackson, le psychiatre RUSKIN et la psychologue Virginia SATIR spécialisée dans les thérapies familiales. Ils seront rejoint en 1962 par Paul WATZLAWICK qui donnera au MRI son rayonnement international. A la fin du projet Bateson, Weakland et Haley rejoignent à leur tour le MRI où ils essayeront d'extraire une méthode à partir de la pratique intuitive d'Erickson.

Enfin en 1967 le psychiatre FISCH rejoint le MRI où il fondera le Brief Therapy Center.

Paul Watzlawick, autrichien, docteur en philosophie, passionné par la linguistique et la logique a reçu une formation à la psychanalyse. Il a enseigné la psychanalyse et la psychothérapie au Salvador. Il découvre les travaux de Bateson par la lecture, puis arrive aux Etats-Unis où il étudie les relations thérapeute-patient dans l'équipe d'Alfred SCHEFLEN à Philadelphie. Ce dernier le présente à Jackson qui l'engage au MRI.

Il y pratique l'hypnose et découvre l'antipsychiatrie anglaise de LAING et COOPER. Il acquiert un rôle primordial dans la diffusion de la recherche de Palo Alto. Par sa formation intellectuelle européenne, il comprend en profondeur la logique déductive qui fonde la démarche de Bateson. Il sera ainsi l'un des rares chercheurs à souligner l'importance de la théorie des types logiques dans l'hypothèse de la double contrainte. Son oeuvre principale est *Pragmatics of human communication : a study of interactional patterns, pathologies and paradoxes* (1967). Dans cet ouvrage il systématise sous forme d'axiomes certaines grandes idées de Bateson (homéostasie familiale, double contrainte, prescription du symptôme) et les rend célèbres en les appliquant en particulier à la pièce « Qui a peur de Virginia Woolf ? ».

Les travaux : le MRI met au point le dispositif de thérapie familiale systémique : cette approche postule que lorsqu'un individu est considéré comme malade dans une famille, il est en fait la victime d'un système familial pathologique.

En 1962, Virginia Satir met en place la première formation à la thérapie familiale systémique.

Le MRI publie la revue *Family process*.

Dans le cadre de la thérapie systémique, Watzlawick essaye d'abord de systématiser l'entretien autour de tâches bien définies (exemple : l'explication de l'aphorisme « pierre qui roule n'amasse pas mousse » par les parents à leurs enfants.)

Comme c'est un échec il décide d'analyser les techniques thérapeutiques intuitives de Don Jackson et d'Erickson. Le MRI occupe désormais une des premières places dans le nouveau développement de la psychiatrie.

### **3.2. Le Brief Therapy Center (depuis 1967)**

Cette clinique psychothérapeutique est fondée par Richard Fisch, épaulé par Watzlawick, Weakland et un jeune psychologue Arthur BODIN.

L'objectif : il s'agit de rendre parfaitement rationnel et dès lors adoptable par d'autres les diagnostics et les tactiques. En 1963, Haley publie *Strategies of psychotherapy*.

La question essentielle devient : comment peut-on modifier les règles du système familial pour faire en sorte que le symptôme porté par l'un de ses membres disparaisse. Sous l'influence d'Erickson la **stratégie de changement** se base sur l'attitude **interventionniste** du thérapeute.

Le thérapeute se focalise sur la situation présente plutôt que sur le passé et utilise le langage injonctif et les techniques paradoxales comme outils de changement privilégiés.

Le BTC a quelques patients mais est surtout un lieu de recherche appliquant les techniques de Jackson et Erickson dans le cadre d'une thérapie volontairement restreinte dans le temps.

### **3.3. Evolution ultérieure**

Après une période de déclin (mort de Jackson en 1968, départ de Haley et Satir), le MRI reprend son rôle de leader grâce à l'équipe du BTC et au psychanalyste argentin Carlos SLUZKI (arrivé au MRI en 1965) qui reprend la direction du MRI et de sa revue.

Grâce également à de nouveaux projets, dont l'Emergency Treatment Center créé en 1975 par Diana EVERSTINE. Elle applique une thérapie à chaud : une équipe de psychologues intervient en urgence pour résoudre des crises familiales aiguës (suicide, bagarre, décompensation).

## **Conclusion : Influences de l'Ecole de Palo Alto**

### **Thérapies divergentes**

En Amérique :

Les chercheurs qui ont quitté le MRI ou d'autres qui l'ont côtoyé fondent leurs propres approches dérivées de l'approche systémique (Satir avec son 'école de communication', Haley (tendance stratégique) Nathan Akerman et Murray Bowen (courant analytique), Salvador Minuchin (courant structurel), Carl Whitaker (tendance expérientielle).)

En Europe :

Les idées systémiques sont introduites notamment par la création à Milan du Centre pour l'Etude de la Famille (en 1967, par Mara Selvini Palazzoli, psychiatre italienne).

En France la forte implantation de la psychanalyse a entraîné une réinterprétation de la thérapie familiale à travers les concepts et les règles de la thérapie Freudienne. Ces deux approches dialoguent et s'affrontent. Le premier congrès international du MRI a lieu à Nice en 1982. Tandis qu'à Toulouse en 1983 se tient le premier congrès de thérapie familiale psychanalytique.

Un exemple particulier : les Constellations familiales

Cette autre technique de thérapie familiale et systémique a été développée dans les années 80 par Bert HELLINGER à partir de son expérience des pratiques utilisées par les Zoulous (Afrique du Sud) et l'apport d'autres formations (psychanalyse, hypnose...).

Particularité : ici les membres de la famille ne sont pas présents, ils sont incarnés par d'autres personnes qui interagissent entre elles dans un état de réceptivité accrue (trance). La 'représentation' permet de révéler les interrelations et conflits du système familial incluant plusieurs générations antérieures. Une réorganisation symbolique est alors opérée par le thérapeute.

## Extension à d'autres domaines

L'approche systémique est progressivement utilisée hors du cadre de la thérapie familiale :  
Pour résoudre des conflits internationaux, en milieu scolaire (violence, absentéisme...), en milieu professionnel (sinistrose, management...), en médecine privée ou institutionnelle (approche holistique du patient, relation avec la famille)...

L'apport de l'Ecole de Palo Alto ne se réduit pas à des découvertes comme le double-bind et l'injonction paradoxale. Elle a offert la possibilité de regarder autrement les relations sans s'enfermer dans les habitudes anciennes qui mènent à l'échec (exemple : toujours plus de la même chose).  
Ce succès vérifie l'intuition de Bateson et son refus de cantonner ses recherches à un domaine restreint.

## **Bibliographie**

J.J. Wittezaele, T.Garcia : *A la recherche de l'école de Palo Alto*. Seuil, 1992.

Yves Winkin (dir.) : *La nouvelle communication*, Seuil, 1981.

Edmond Marc, Dominique Picard : *L'école de Palo Alto*, Retz, 1984.

Mony Elkäim (dir.) : *Panorama des thérapies familiales*. (pp173-184). Seuil, 1995.

