

Casse-tête pour un systémicien

« On ne pleure jamais que sur soi-même ! »

~

François MOUTARDE



Un mien ami et collègue à qui je décrivais une séquence de thérapie de couple vint à conclure par cet aphorisme.

« On ne pleure jamais que sur soi-même ! »

Je fus un instant interloqué et dans une sorte de confusion. Il faut dire que l'aphorisme vise le péremptoire, se présentant comme un énoncé autoritaire et fermé - Maurice Blanchot (romancier, critique littéraire et philosophe français) le dit borné, mettant en œuvre tous les procédés gnomiques : impersonnalisation (troisième personne notamment) dont surtout le présent de vérité générale caractéristique du proverbe et donnant à l'énoncé une portée générale.

Cet aphorisme prononcé par mon ami résonna de longues heures dans mon esprit.

En réalité j'étais interloqué parce qu'il venait d'un systémicien, donc en totale contradiction avec la pensée systémique et notamment un concept clé dans ce domaine, à savoir l'intersubjectivité.

Casse-tête pour un systémicien

« On ne pleure jamais que sur soi-même ! »

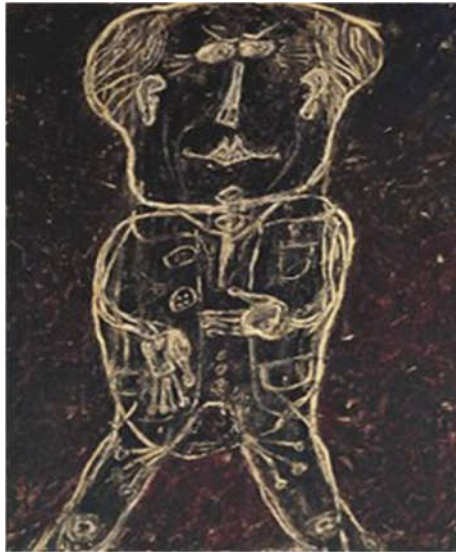


Table des matières

1-	Le Contexte	3
2-	Le Casse-Tête du systémicien :	4
I.	Approche du concept d'intersubjectivité	4
II.	Les 5 points mettant en discussion l'aphorisme :	5
A.	Le nouveau paradigme de la communication : du modèle théorique du télégraphe au modèle de l'orchestre.	6
B.	Le mythe familial :	7
C.	Construction du Soi, Soi indifférencié, Soi Familial :	8
D.	Le concept de Résonance :	9
E.	Les neurones miroirs	10
3-	Conclusion	12

1- Le Contexte

Pour contextualiser mon propos, je souhaite dans un premier temps décrire de quoi nous parlions à ce moment-là quand l'aphorisme fut prononcé.

Nous regardions la vidéo d'un couple que je suivais depuis quelques mois (enregistrement autorisé par la famille dans le but de préparer les séances suivantes). Monsieur écoutait d'un air relativement détaché son épouse décrire combien l'annonce de leur union, à la famille de Monsieur et notamment à sa mère, avait provoqué des réactions violentes de rejet de leur fils. Il s'en était suivi une période de grande solitude morale pour lui.

Si Madame était en grande difficulté psychologique à cette époque, elle s'était néanmoins sentie soutenue par son entourage amical, familial et par les personnes qui lui prodiguaient des soins psychologiques.

Alors que son conjoint était dans un sentiment intense d'abandon et de solitude morale.

En faisant ce récit, madame se mit à pleurer en expliquant qu'il s'agissait pour elle de partager la peine de son mari, voire de pleurer pour lui et presque à sa place.

Ce comportement de madame fut lu par certains comme un mouvement empathique à l'égard de son mari. **Comportement qui pouvait également recevoir une lecture systémique :**

- à madame **la fonction de vivre les émotions insupportables pour l'autre**
- à monsieur **la fonction de dédramatiser**, de banaliser, d'accepter l'insupportable.

C'est alors qu'une lecture opposée fut présentée par mon collègue et ami : madame ne pleurait finalement que sur sa propre souffrance, car « **On ne pleure jamais que sur soi-même !** »

Des lectures intermédiaires pouvaient être faites, combinant une théorie de l'empathie, une approche en termes de fonction dans le système, et une compréhension strictement intrapsychique. C'est avec une telle démarche intégratrice que je me sens le plus en accord, dans la mesure où elle répond au « principe de complexité » cher à Edgar MORIN :

« Le principe de simplicité impose de disjoindre et de réduire. Le principe de complexité enjoint de relier, tout en distinguant. » La pensée complexe est, essentiellement, la pensée qui intègre l'incertitude et qui est capable de concevoir l'organisation. Qui est capable de relier, de contextualiser, de globaliser, mais en même temps de reconnaître le singulier et le concret.

(In pour une réforme de la pensée, par Edgar MORIN, Philosophe et anthropo-sociologue, directeur de recherche émérite au CNRS)

Voici pour le contexte.

2- Le Casse-Tête du systémicien :

En effet je pense que déclarer que l'on ne pleure jamais que sur soi-même, nous fait sortir de manière radicale de l'épistémologie systémique pour rejoindre une approche plus traditionnelle, intrapsychique.

La théorie du « *on ne pleure jamais que sur soi-même !* » laisse entendre que l'individu est enfermé dans son corps et dans son psychisme comme dans une boîte étanche intellectuellement et émotionnellement, les constructions perceptives qu'il élabore étant le produit de son psychisme. Les individus communiquent alors par constructions perceptives intrapsychiques, essayant de se faire comprendre en envoyant des informations de tous ordres.

Mais toujours l'individu se retrouve alors dans une sorte de solitude psychologique, enfermé avec lui-même dans un « tête à tête » douloureux entre lui et lui. Puisque les constructions, les sentiments, les émotions ne sont plus que des phénomènes internes, intrapsychiques.

Il s'en suit donc que l'individu pleure sur lui-même, croyant être en empathie, en partage émotionnel.

Alors idem pour l'amour, l'individu s'aimant lui à travers cet autre qu'il croit aimer.

Si l'on prolonge cette logique, on peut dire que le concept d'intersubjectivité n'a pas lieu d'être. Et là, cela me renvoie à quelques thèmes de la démarche systémique et des pensées sur l'intersubjectivité. Cela pose la question de ce que deviennent ces thèmes si l'on va jusqu'au bout de cette théorie. Je pense notamment aux concepts suivants :

1. Le nouveau paradigme de la communication, quand nous passons du modèle du télégraphe au modèle de l'orchestre.
2. La question du mythe familial.
3. La Construction du Soi, le Soi indifférencié, le Soi Familial
4. Le concept de Résonance tel que Mony ELKAIM le présente
5. Les neurones miroirs

I. Approche du concept d'intersubjectivité

D'abord je commencerai, en guise d'introduction, par une approche du concept de l'intersubjectivité. (Pour cela je me suis inspiré d'un article écrit par Simone MANON, professeur de philosophie à Chambéry - <http://www.philolog.fr/intersubjectivite/>)

Parler d'intersubjectivité revient à signifier que l'expérience humaine n'est pas celle d'un être isolé, coupé du monde et des autres, mais celle d'un être en rapport avec d'autres. La méconnaissance de ce fait est, selon l'analyse phénoménologique, la grande erreur de Descartes. En faisant du sujet pensant, de la subjectivité, le point de départ de toute expérience, Descartes ne peut être certain que de sa propre existence. Les autres et les choses n'ont pas plus de réalité que les images des rêves.

Or, affirment les phénoménologues, ce qui est au principe de toute expérience possible, ce n'est pas un sujet solitaire, c'est **la communication des consciences**. Chaque conscience reconnaît l'existence d'autres consciences de manière immédiate dans « **un sentiment originaire de coexistence** » (selon la définition que Husserl donne de l'intersubjectivité).

Il s'ensuit que notre expérience est :

1. D'une part, celle d'un être pour qui l'existence d'autrui est l'objet d'une certitude immédiate, pré-réflexive. Il est faux de prétendre qu'il faille passer par un raisonnement par analogie pour s'assurer de l'existence d'autres consciences.
2. D'autre part, celle d'un être dont le rapport à soi, au monde, à la vérité est toujours déjà médiatisé par les autres. Il n'est pas vrai que le sujet pensant soit un sujet originaire. Descartes méconnaît qu'il a eu besoin des autres pour apprendre à parler et à penser.

L'expérience de la conscience de soi et du monde n'est donc pas expérience solitaire. Autrui est toujours déjà présent à ma conscience. Il faut renoncer à l'idée que la subjectivité est une donnée originaire. Le sujet se constitue et constitue son monde dans et par sa relation aux autres.

L'intersubjectivité est la condition de la subjectivité !

Ce que Michel Tournier montre dans *Vendredi ou les limbes du Pacifique* en établissant que la perception du monde de Robinson se déstructure dans la solitude. Privé d'autres points de vue possibles que le sien, réduit à la partialité de son seul point de vue, il ne sait plus si ce qu'il voit existe bien. En perdant autrui je perds aussi le monde. « Autrui, pièce maîtresse de mon univers » écrit-il.

Ce que Sartre montre en établissant que « la honte dans sa structure première est honte devant quelqu'un ». Le regard d'autrui est en effet ce qui m'objective or si cette objectivation me met mal à l'aise, elle est aussi ce qui me donne une distance par rapport à moi-même et me permet de me voir comme une conscience peut me voir. Ainsi puis-je prendre conscience de moi-même. « Autrui est le médiateur indispensable entre moi et moi-même » écrit Sartre ; « Pour obtenir une vérité quelconque sur moi, il faut que je passe par l'autre. L'autre est indispensable à mon existence, aussi bien d'ailleurs qu'à la connaissance que j'ai de moi-même ».

Ce que dit aussi un personnaliste comme Emmanuel Mounier lorsqu'il écrit que : « être c'est être pour autrui. A la limite, être c'est aimer » L'isolement, l'absence de tout lien affectif, le fait de n'exister pour personne de manière privilégiée est de nature à affecter le sentiment de sa propre existence et de son identité. L'autre est moins le corrélat d'un désir que d'un besoin avec la nécessité vitale que connote cette dernière notion.

Ce que l'analyse psychologique souligne enfin, en pointant l'importance du regard des autres dans la construction d'une personnalité et dans la conscience qu'un sujet a de lui-même. L'enfant intériorise les sentiments, les jugements qu'il lit dans le regard de ceux qu'il aime ; il s'efforce de ressembler à ce qu'on lui demande d'être et si les autorités responsables de le faire advenir à lui-même doivent être fermes, elles doivent aussi être bienveillantes. Cf. Alain « Je puis vouloir une éclipse, ou simplement un beau soleil qui sèche le grain, au lieu de cette tempête grondeuse et pleureuse ; je puis, à force de vouloir, espérer et croire enfin que les choses iront comme je veux ; mais elles vont leur train. D'où je vois bien que ma prière est d'un nigaud. Mais quand il s'agit de mes frères les hommes, ou de mes sœurs les femmes, tout change. Ce que je crois finit souvent par être vrai. Si je me crois haï, je serai haï ; pour l'amour, de même. Si je crois que l'enfant que j'instruis est incapable d'apprendre, cette croyance inscrite dans mes regards le rendra stupide ; au contraire, ma confiance et mon attente sont comme un soleil qui mûrira les fleurs et les fruits du petit bonhomme ».

II. Les 5 points mettant en discussion l'aphorisme :

Après cette courte introduction du concept d'intersubjectivité, je souhaite maintenant présenter certains points de l'approche système que l'aphorisme, à mon avis, met en question.

En effet la conception même de ce qu'est un système, dans le cadre des théories écosystémiques, est ainsi remise en cause : est-ce qu'un système est une somme de psychismes individuels, ou bien une entité intersubjective dotée de qualités, de propriétés émergentes singulières ?

A. Le nouveau paradigme de la communication : du modèle théorique du télégraphe au modèle de l'orchestre.

Dans son livre sur la **nouvelle communication**, Yves WINKIN, retrace avec une grande clarté le cheminement des diverses théories concernant les processus de communication, et il synthétise ce parcours en expliquant que nous sommes passés du modèle du télégraphe à celui de l'orchestre.

Le modèle du télégraphe (shannon), suppose deux types d'objets principaux, l'émetteur/récepteur du message et le message lui-même : un objet-émetteur adresse un objet-message à un objet-récepteur.

Dès les années 50, des anthropologues et des psychiatres, à partir de travaux qu'ils effectuent sur les aspects non verbaux de la communication (proxémique et kinésique) vont chercher à mettre en place un modèle alternatif, qui appréhende les faits de la communication interhumaine non plus comme le va-et-vient d'un sens préalablement constitué (construction du message, émission, réception), mais comme **l'élaboration commune** d'un sens obtenu par la collaboration synchrone des « inter-actants ». Apparaîtrons ainsi des disciplines envisageant les processus de communication au-delà d'un échange entre des entités intrapsychiques même dotées de subjectivité et pratiquant des constructions perceptives : et nous aurons la **proxémique** avec E.T. HALL, la **gestualité**, la **kinésique** dans la communication interpersonnelle avec G. BATESON et le concept de **synchronie interactionnelle** avec Ray Birdwhistell.

Ainsi va naître, dans l'effervescence de ce que Winkin appelle le « **collège invisible** », le modèle orchestral de la communication. Ce collège produira des concepts fondamentaux de théorisation dans le cadre de l'École de Palo Alto dont l'axiome de la communication le plus connu est « On Ne Peut Pas Ne Pas Communiquer ». Paul WATZLAWICK cite souvent cette phrase de **Ray L. Birdwhistell** qui replaçait la communication dans un "tout" social et anthropologique :

« Un individu ne communique pas ; il prend part à une communication ou il en devient un élément. Il peut bouger, faire du bruit... mais il ne communique pas. Il peut entendre, sentir, goûter et toucher, mais il ne communique pas. En d'autres termes, il n'est pas auteur de la communication, il y participe. »

Pour G. Bateson la Relation précède toujours : On ne peut limiter l'esprit à ce qui se passe à l'intérieur de la tête d'un individu :

*« Nous avons longtemps débattu pour savoir si un ordinateur pouvait penser. La réponse est non. Ce qui pense, c'est le circuit total, circuit qui peut comprendre un ordinateur, un homme et un environnement. On pourrait tout autant se demander si un cerveau peut penser et, à nouveau, la réponse serait « non ». Ce qui pense, c'est un cerveau à l'intérieur d'un homme appartenant à un système qui comprend un environnement. **Tracer une frontière entre une partie d'un système qui réalise la majeure partie du traitement des informations pour le système plus large, et le système auquel il appartient, revient à créer une entité mythologique qu'on appelle habituellement un « soi ».***

Erving Goffman, membre du collège invisible, aboutit à des conclusions semblables :

« Je n'étudie pas les hommes et leurs moments, mais les moments et leurs hommes ».

A la manière d'un ballet, qui n'est pas un simple enchevêtrement de corps, car il est réglé par l'écriture du chorégraphe, les hommes s'organisent de manière prévisible, comme s'ils accomplissaient quelque chose qui existait avant eux et qui existera après eux.

Et Winkin conclut : « **Nous sommes tous comme immergés dans l'immense orchestre qu'est la société** »

Et cette société « joue ». A première vue, elle n'a pas de chef, elle n'a pas de « partition »...Mais nous nous accordons les uns sur les autres, entre autre par **synchronie interactionnelle**. Ces mécanismes d'adaptation fonctionnent. Certes, il apparaît parfois des « couacs » et des conflits, mais globalement, nous savons les résoudre, dans une sorte de « ronronnement » quotidien, parce que nous sommes tous capables de « jouer », de nous inspirer d'une **partition commune, invisible, incorporée : la culture...**

Arrivés à ce moment de notre réflexion nous débouchons tout naturellement sur un concept fondamental de l'approche systémique de la famille, à savoir celui du **mythe familial**. En effet, au niveau de la famille, cette partition commune, invisible c'est le mythe, concept développé par Ferreira.

B. Le mythe familial :

Une des propriétés émergentes des systèmes humains et notamment familiaux est l'existence du mythe familial : les individus sont connectés au mythe familial, mais ce mythe n'est pas en eux, il relève d'un autre ordre.

Le mythe est donc défini par R. Neuburger tel « *un système de représentations et de valeurs intégrées et partagées par tous les membres de la famille concernant chacun d'eux et qui organise les rôles et fonctions des membres de la famille au long de leur vie : interdits, autorisations, rôles sexuels, positions générationnelles, sociales, fonctions affectives, tout en conférant à ces représentations une cohérence* ».

En conclusion, le mythe fédère la famille et lui confère une identité propre ; il influe sur les comportements, les attitudes, les modes de pensées. Il détermine ainsi les choix de vie de l'individu sur différents plans : amoureux, familial, professionnel, social,... Le mythe est selon R. Neuburger, le rêve d'une famille, d'un couple, d'une institution ; la famille peut développer des symptômes pour préserver le mythe familial des normes imposées par société. La survie du mythe dépendra aussi de la transmission et de la pérennité des croyances et valeurs transmises de génération en génération. Cette transmission passe nécessairement par des rituels qui, bien que découlant des mythes, viendront les renforcer réciproquement.

Dans les mythes familiaux, on trouve trois niveaux. Le premier est individuel et indique ce que l'individu doit devenir en fonction de sa famille donnée. Le deuxième est intra-groupal et indique les comportements à tenir vis-à-vis des autres membres du groupe familial. Et le dernier est le niveau extra-groupal à savoir celui qui indique comment penser et agir face aux étrangers au groupe. Toute famille dispose de ces trois domaines mythiques avec des éléments qui s'enracinent dans l'une ou l'autre famille d'origine et qui facilitent la greffe, la prise du ciment entre deux personnes qui

fondent une famille. Chacun va apporter ce qu'il a reçu de normes, de valeurs, d'idéaux soit pour œuvrer dans la continuité du mythe soit pour le critiquer et proposer un modèle différent.

Avec l'idée du mythe familial il n'est plus question de réduire la psychologie du groupe et des individus qui le composent à des explications en termes de psychologie individuelle. Il y a un « **esprit du groupe** », certains vont même jusqu'à parler de psyché familiale. On est tout proche de l'idée d'inconscient collectif de C.J. JUNG : « *les instincts et les archétypes constituent l'ensemble de l'inconscient collectif. Je l'appelle "collectif" parce que, au contraire de l'inconscient personnel, **il n'est pas fait de contenus individuels** plus ou moins uniques ne se reproduisant pas, mais de contenus qui sont universels et qui apparaissent régulièrement* ».

C. Construction du Soi, Soi indifférencié, Soi Familial :

(texte réalisé avec l'aide du dictionnaire des thérapies familiales. Jacques Miermont)

Pour décrire, dans les familles, des liens affectifs trop contraignants, M. Bowen a utilisé le terme de « *masse indifférenciée de l'ego familial* ».

Une fois que son appartenance à un groupe familial suffisamment uni lui est confirmée, l'individu peut progressivement développer son Soi individuel. En effet, chaque individu doit devenir de moins en moins essentiel au fonctionnement de sa famille d'origine pour pouvoir s'en séparer et créer à son tour, en y assumant des fonctions différentes, un nouveau système familial. Ce passage d'un stade fusion-différenciation à un stade différenciation-séparation est déterminé, non seulement par des stimuli biologiques et par l'unité psychologique mère-enfant (M. Mahler, 1952), mais aussi par l'ensemble des interactions dans un système de référence plus vaste, tel la famille.

L'unité structurelle qui contribue à déterminer l'autonomie personnelle repose sur la relation triangulaire entre les parents et l'enfant: le troisième élément, représenté tour à tour par chacun des trois, constitue le terme de référence de toute transaction entre les deux autres. Dans un rapport dyadique exclusif, aucune différenciation n'est possible: aucun des deux individus ne peut déterminer par rapport à qui la différenciation pourra se produire. Même dans les situations où, apparemment, le rapport est dyadique, par exemple dans les familles où n'est présent qu'un seul des parents, chacun appartient néanmoins à un vaste réseau de relations qui inclut les familles d'origine composées de nombreux triangles relationnels.

Pour se différencier, chaque individu doit, dans ses échanges avec l'extérieur, délimiter et accroître un espace personnel. Il définit ainsi son identité. Celle-ci ne peut s'affirmer que si l'individu, sans perdre pour autant le sens de sa continuité, expérimente de nouvelles modalités relationnelles qui lui permettent de varier les fonctions qu'il assume dans les sous-systèmes auxquels il appartient.

Dans la description du processus de construction du Soi on voit combien nous avons besoin de recourir à ce que j'ai appelé dans un article déjà ancien « *les trois niveaux du système* » et dont voici un court extrait :

Casse-tête pour un systémicien : « On ne pleure jamais que sur soi-même ! »

Dans un système il y a toujours trois niveaux : Le niveau de la globalité, Le niveau des relations, Le niveau des entités de bases, ou éléments. Un système est composé d'individus avec leur psychologie propre, de relations et d'interactions entre ces individus, ces relations obéissent à des règles spécifiques, et ces mouvements interrelationnels se déroulent dans un contexte, celui du groupe constitué avec ses croyances, son histoire, ses finalités, son organisation etc.

Individu, Relation, Système forment une triade incontournable. Vouloir observer et intervenir sur l'un en négligeant les deux autres éléments est une simplification dont les conséquences peuvent se révéler redoutables, ou à tout le moins mener à des impasses décrites par Paul Watzlawick sous le vocable de « toujours plus de la même chose ».

C'est l'ensemble de ces trois angles d'approche qui constitue l'objet de la démarche systémique, à savoir les personnes, les relations, les règles du groupe, et les interactions entre ces trois niveaux. Là est la spécificité de l'approche système! « Pas de globalité sans relations et sans éléments, Pas de relations sans globalité et sans éléments, Pas d'éléments sans globalité et sans relations. »

D. Le concept de Résonance :

C'est là un des points essentiels, à mon avis, où une discussion peut s'engager sur la problématique de la subjectivité, de l'intersubjectivité.

En effet l'aphorisme « *On ne pleure jamais que sur soi-même !* » nous renvoie tout simplement, dans une situation thérapeutique, à la question du transfert et du contre-transfert. Si je ne pleure jamais que sur moi-même, il me faut examiner au niveau intrapsychique ce qui en moi produit des larmes. L'autre ou l'évènement extérieur que je pense être la source n'est qu'un simple prétexte ou déclencheur d'un état interne dont je méconnaissais la force. L'autre ne me fait pas pleurer, c'est moi que me fait pleurer. Donc nécessité de travail sur mon transfert.

Est-ce que le concept de résonance développé par M. ELKAÏM plagie Freud, ou bien propose-t-il quelque chose de plus qui renvoie au paradigme systémique ?

C'est Mony Elkaïm qui a introduit en systémique le concept de résonance qui prend en compte l'émergence du vécu, des sentiments dans le contexte d'intervention ou de thérapie tout en l'élargissant aux différents systèmes concernés. Il appelle

*« résonances ces assemblages particuliers, constituées par l'intersection d'éléments communs à différents individus ou **différents systèmes humains**, que suscitent les constructions mutuelles du réel des membres du système thérapeutique ; ces éléments semblent résonner sous l'effet d'un facteur commun, un peu comme des corps se mettent à vibrer sous l'effet d'une fréquence déterminée ».*

Le sens et la fonction de la vibration sont liés, au même moment, au système dans lequel on est en train de vivre ce sentiment. En effet, les résonances sont constituées d'éléments qui sont semblables et communs aux différents systèmes qui sont en train d'interagir.

La résonance apparaît dans une situation où la même règle s'applique et à la famille du patient et à celle du thérapeute et à celle de l'institution. C'est dans cette construction mutuelle du réel, dans

cette rencontre relationnelle qu'elle va émerger. On ne peut alors pas dire qu'elle renvoie à un fait objectif, mais plutôt subjectif.

Même si nos réactions sont liées à notre propre histoire, il y a des éléments du contexte relationnel qui les font émerger à certains moments précis. Selon Elkaïm :

« les sentiments qui naissent chez tel ou tel membre du système thérapeutique ont un sens et une fonction par rapport au système même où ils émergent. Indiquant les ponts spécifiques qui sont en train de se constituer entre les membres de la famille et le thérapeute, ils désignent un ensemble de régions et de croyances qui méritent d'être méthodiquement explorées. »

Car bien souvent, ce que la famille reproduit dans la thérapie, les règles du système familial dans le système d'intervention, cela a une fonction de protection de ses membres, et donc de non-changement. Et selon M. Elkaïm :

« lorsque le thérapeute rencontre un système il a affaire à la redoutable capacité de ce système à infecter émotionnellement ceux qui l'approchent, à l'intégrer dans son mode propre de fonctionnement. S'agit-il là d'un obstacle, le thérapeute devant alors tenter de se purifier afin de rester neutre ? Ou bien ne peut-on supposer au contraire que le système ne puisse être modifié indépendamment du type de « résonance émotionnelle » qu'il suscite chez le thérapeute ».

Ce qui peut aider les gens à grandir et à dépasser les blocages affectifs, c'est quand l'autre ne répète pas le comportement qu'on lui sollicite. La personne, le système, doit trouver d'autres manières de communiquer, de fonctionner. Quand le thérapeute, l'équipe, ou l'institution répètent les règles du système, les personnes n'ont pas besoin « d'enlever leurs armures ».

Il faut donc arriver pour le thérapeute, à faire partie du système, tout en observant ses règles, sans les rejouer, ou du moins en être conscient.

Ce qu'ELKAÏM décrit ici est bien entendu un fonctionnement qui renvoie à l'aphorisme. et qui également lui impose une mutation. Il pourrait alors s'écrire ainsi :

Chacun pleure aussi, voire beaucoup sur lui-même, mais pas que... !

Les résonances peuvent trouver des points d'accroche dans ce qui se passe entre des personnes, des psychismes, mais il y a aussi le rôle que jouent, dans les résonances individuelles, la dynamique, les jeux, les règles, les processus homéostatiques au niveau du système, cohésion/différenciation, stabilité /changement, construction mythique etc.

De plus, en constructiviste que Mony Elkaïm est (2° cybernétique) il ne limite pas la construction à la perception du réel par l'individu. Il parle résolument de co-construction :

« La résonance apparaît dans une situation où la même règle s'applique et à la famille du patient et à celle du thérapeute et à celle de l'institution. C'est dans cette construction mutuelle du réel, dans cette rencontre relationnelle qu'elle va émerger. On ne peut alors pas dire qu'elle renvoie à un fait objectif, mais plutôt subjectif. Même si nos réactions sont liées à notre propre histoire, il y a des éléments du contexte relationnel qui les font émerger à certains moments précis. »

E. Les neurones miroirs

Les **neurones miroirs** sont une catégorie de neurones du cerveau qui présentent une activité aussi bien lorsqu'un individu (humain ou animal) exécute une action que lorsqu'il observe un autre individu (en particulier de son espèce) exécuter la même action, ou même lorsqu'il *imagine* une telle action, d'où le terme *miroir*.

En neurosciences cognitives, les neurones miroirs joueraient un rôle dans la cognition sociale, notamment dans l'apprentissage par imitation, mais aussi dans les processus affectifs, tels que l'empathie. Le professeur Ramachandran, une autorité dans le domaine, les appelle **neurones empathiques**.

Un certain nombre de chercheurs (comme les psychologues Frans de Waal, Jean Decety et Vittorio Gallese) ont proposé que les neurones miroirs jouent un rôle important dans l'empathie, c'est-à-dire dans la capacité à percevoir et reconnaître les émotions d'autrui, notamment sur la base du fait qu'un système miroir semble exister pour les émotions : par exemple, la partie antérieure du lobe de l'insula, est active aussi bien quand la personne éprouve du dégoût que lorsqu'elle voit quelqu'un exprimant du dégoût. Cela éclaire d'un jour nouveau le phénomène connu de contagion émotionnelle et les effets de masse.

L'interprétation de ces données est donc que le système miroir des émotions permet de simuler l'état émotionnel d'autrui dans notre cerveau et donc de mieux identifier les émotions éprouvées par les individus de notre entourage.

Le docteur Ramachandran les surnomme pour cette raison "neurones de Gandhi".

Il a été avancé que l'éloignement de la zone principale des neurones miroirs et de l'hippocampe pouvait suggérer qu'une communication bien conduite pouvait, par empathie, influencer bénéfiquement sur les troubles psycho-comportementaux des patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

Ce type de découverte et les hypothèses qui lui sont reliées confirment plutôt l'idée selon laquelle l'homme est un être qui perçoit et construit certes, mais surtout il est en permanence relié à autrui, voire aux autres et aux systèmes et contextes dans lesquels il évolue. Ce lien relationnel constitue le bain originel dans lequel il réalise sa croissance personnelle. Comme le déclare G.BATESON :

« Au commencement était la Relation. »

3- Conclusion

Sigmund Freud et Carl Gustav Jung pensent que le psychisme ne peut se réduire au « moi » conscient. Il n'est pour eux que la partie immergée d'un ensemble beaucoup plus vaste qu'ils ont appelé Inconscient, avec des nuances importantes entre les deux, puis que Jung parle d'un Inconscient Collectif.

Les théories de la communication et de la complexité peuvent s'inclure aisément dans toute démarche écosystémique. Elles nous interdisent de penser uniquement en terme d'individu, de réduire la psychologie à une psychologie de l'individu, de ses états intérieurs. Penser uniquement en termes intrapsychiques, tels que nous le propose l'aphorisme « *On ne pleure jamais que sur soi-même !* » est pour moi une fiction rassurante et terriblement réductrice qui nous empêche de situer chacun de nous comme un acteur, certes décideur, mais vivant en permanence dans un bain relationnel qu'il nourrit et qui le nourrit.

- Comme j'ai essayé de le démontrer en développant l'idée que la subjectivité est le produit de l'intersubjectivité, penser en terme de **1** est une sorte de mensonge philosophique. L'unité psychologique de base est le **3** depuis que dame nature a créé la reproduction sexuée. En effet le **Je** ne peut exister qu'à partir de deux autres **Je** qui ont décidé, même pour un temps très court, d'être un **Nous**. Le **Je** pur est un raccourci terriblement trompeur, et faux.

- Penser l'homme en termes écosystémiques, c'est le penser lui en tant qu'individu, mais regarder les interactions dans lesquelles il est présent, les systèmes relationnels dans lesquels il se meut, ainsi que le contexte spatio-temporel. Bref le voir comme membre d'un **orchestre**.

- Les groupes humains, les systèmes, familiaux, sociétaux, institutionnels, sont des êtres vivants dotés d'une forme de psychisme, comportant des valeurs, une culture, des règles, des modes de pensée, des croyances, des idéologies, une façon de voir le monde. Le **mythe** est un de ces objets sociaux générés par les groupes humains et qui influence fortement les conduites individuelles.

- La construction de l'identité personnelle, la **formation du Soi** est un processus complexe qui s'opère dans la relation, les interactions avec les « **autrui significatifs** » présents dans le premier cercle relationnel de chaque individu. Confiance, complicité, empathie, estime, conflit, désaccord, différenciation sont les notes et les mélodies de cette partition complexe qui aboutit au sentiment d'être une personne unique reconnue en tant que telle par ses proches.

- Dans les séances de thérapie, qu'elles soient individuelles ou familiales, il y a d'abord une rencontre, une « **conversation thérapeutique** ». Ni le thérapeute ni la personne ne sont les auteurs du changement. Cette opération de changement s'opère spontanément lors de cette relation conversationnelle faite de confiance, d'écoute réciproque, d'engagement, d'imprévu où tout n'est pas écrit d'avance. Dans ce contexte où **les résonances sont en action**, la liberté du thérapeute va permettre au patient de trouver la sienne propre.

- **Les neurones miroirs** attestent que nous sommes avant tout des êtres qui se nourrissent et se construisent dans la relation.

Alors décidément " *Non! on ne pleure pas que sur soi-même*"

On pleure aussi avec l'autre et pour l'autre. Car nous sommes frères et soeurs dans l'humanité et dans la communauté des êtres vivants de cette planète auxquels nous sommes reliés de mille et une façons.

A Dijon le 17 septembre 2018