

L'anticipation dans la pratique écosystémique

Jean Claude Benoît

«Car c'est à cela que je tendais dans mon art : à mettre en relief les luttes de l'homme avec la forme, afin qu'il puisse comprendre sa tyrannie et lutter contre ses contraintes».

Witold GOMBROWIC, *Souvenirs de Pologne*. Christian BOURGOIS Editeur, p. 250.

«J'ai dit plus haut que la théorie du double lien est concernée par la composante expérientielle de la genèse de fouillis dans les règles ou prémices de l'habitude. Je poursuis maintenant en affirmant que les brèches éprouvées dans le tissu de la structure contextuelle sont en fait des «doubles liens» et doivent nécessairement (s'ils contribuent si peu que ce soit aux processus hiérarchiques de l'apprentissage et de l'adaptation) promouvoir ce que je nomme des syndromes transcontextuels».

G. BATESON, *Double bind*, 1969.

D

eux excellents cliniciens, quelque peu philosophes l'un et l'autre, ont fait ré-émerger le terme et la notion d'anticipation dans le champ des soins psychologiques. Jean SUTTER, de Marseille, l'un des grands noms de la psychiatrie française et Mario BERTA, psychiatre-psychothérapeute de MONTEVIDEO, se rencontrent sur ce thème et illustrent cette notion dans des livres récents (1,2). Pour SUTTER, l'anticipation est «le mouvement par lequel l'homme se porte de tout son être au-

delà du présent dans un avenir, proche ou lointain, qui est essentiellement son avenir». Pour BERTA, il s'agit d'un processus global où toutes les fonctions psychiques sont impliquées. Elle actualise l'événement de demain dans le présent, en le construisant activement dans l'imagination, ici et maintenant.

Ayant longuement travaillé en proximité avec ces deux éminents collègues, je témoignerai ici de la qualité vérifiable de leurs efforts, tout particulièrement dans une perspective et pour une pratique éco-systémique.

L'état qui accompagne l'anticipation, dans ses aspects psychologiques, comporte une tonalité de crise qui manifeste la présence «bouleversante» du temps, élément moteur de toute existence. Le mouvement nécessaire et la participation active de l'imagination ouvrent la voie du changement créatif.

LA PENSEE ECO-SYSTEMIQUE EST TOUT NATURELLEMENT ANTICIPATRICE

Dans le langage de BATESON, nous savons que les «étapes vers une écologie de l'esprit», marquent le mouvement qui naît de la dialectique entre «mind and nature», pour reprendre exactement la formulation originale.

Par période, la complexité de nos «folies à plusieurs» nous envahit, celle des ensembles familiaux ou institutionnels, ou celle de notre écologie personnelle. Les leçons de cohérence apportées par le vocabulaire dialectique de BATESON sont enseignées dès la première année de nos formations : symétrie et complémentarité, contenu et relation, schème et contexte, etc., etc. A son contact, nous percevons la force du messa-

ge évolutionniste. Nous concevons comment notre perception et notre mental se trouvent inclus dans le fait schismogénétique vital fondamental :

L'apparition constante de nouvelles différentes, à partir de nouvelles informations. Ces explosions créatrices, et désorganisatrices, et réorganisatrices font du changement notre objet d'étude première et, donc, de l'anticipation notre constante préoccupation. Ces deux notions acquièrent pour nous un lien dialectique évident.

Dans leurs actions sur le terrain, l'anthropologue ou le clinicien ont besoin de dépasser le langage verbal vers celui des formes, gestalten, patterns, schèmes... Les formes ont des qualités anticipatrices. Dans l'éco-systémique, les images nous permettent de passer au niveau supérieur, celui de la complexité et celui de la pensée contextuelle, où le temps saisit simultanément le participant individuel et le groupe qui constitue son écologie.

Franchir la limite du système en crise vers une extension et une différenciation nouvelles, telle est la solution nécessaire dans les phrases les plus fortes

La figuration d'une bataille iroquoise sur le même panneau ou une page de Brétécher nous montrent «toute une histoire». La position spatiale et les mouvements des participants d'une séance familiosystémique objectivent des interactions significatives. Les cartes institutionnelles situent les champs relationnels des intervenants. Qu'est-ce à dire ? Sinon que, participants observateurs, nous devons à tout moment flairer le contexte où nos actes se tissent avec ceux des autres participants de l'éco-système. Alors, l'intuitio, cette «image réfléchie par un miroir» (petit Robert), inscrit nos actions dans le temps, la séquence, la cure.

L'ANTICIPATION DANS LE CHANGEMENT

BATESON a merveilleusement décrit, dans «Double bind 1969», la double ouverture de toute crise : soit vers la rage ou la panique, soit vers la créativité relationnelle. La crise, l'angoisse, la confusion font une proposition à celui qui les vit, celle d'une libération évolutive. Tel est le paradoxe transcontextuel. Franchir la limite du système en crise vers une extension et une différenciation nouvelles, telle est la solution nécessaire dans les phrases les plus fortes du cycle de vie. Le thème existentiel de la croissance relationnelle de toute ma vie constitue l'éthos moderne, qui intègre, en chacun de nous, à chaque étape importante, des valeurs et des contre-valeurs. Les contre-valeurs portent souvent le message caché du neuf.

Le travail avec le négatif joue donc un rôle spécifique dans l'ouverture anticipatrice, confrontation difficile et pourtant stimulante.

L'épreuve d'Anticipation de Mario BERTA constitue une technique très efficace pour ce travail dialectique, identification des valeurs et des contre-valeurs de la crise, confrontation et dépassement. Notre difficulté d'accepter ce paradoxe tient souvent au refus de l'un ou de l'autre pôle. Dans la crise, notre espoir nous fait idéaliser des valeurs connues et notre panique nous fait néantiser ce qui est en réalité l'amorce du neuf.

Idéalisation et néantisation, voici des mots fort abstraits, des vérités générales dont vous avez quelque peine à percevoir le contenu concret. Dans l'Epreuve d'Anticipation, ce test créé par Mario BERTA, ces données concrètes sont obtenues à partir d'images apportées par le sujet, dans un mouvement rapide d'expression de soi, où des différenciations et des oppositions jettent en un bref moment tout un matériel psychologique vivant entre le client et le thérapeute. Il s'agit en quelque sorte de la réponse à cette question : «Qui suis-je en train de devenir à travers cette situation ou cette relation critique ?» Selon Mario BERTA, et comme le montre clairement la pratique courante de l'Epreuve d'Anticipation., les «polarisations symboliques» du positif et du négatif entraînent le client dans une révélation de soi en changement.

Voici une citation de Mario BERTA

assez éclairante : «L'homme joue constamment au jeu de cache-cache existentiel. Ses Doubles positif et négatif, avec leur dynamisme propre, transforment son existence en un jeu de masques changeants. Il lui est nécessaire de les comprendre et les manier pour ne pas rester fasciné par les fantômes de l'idéalisation et de la néantisation. Il lui faut comprendre leur jeu dialectique qui se présente sous forme de contradictions paradoxales. Celles-ci constituent, en réalité, de véritables «doubles liens». Cette conscience de la dialectique des Doubles négatif et positif dans leur pénombre, ouvre la voie du devenir -l'anticipation- grâce à la polarisation symbolique» (3).

L'ambiguïté existentielle et ma possibilité permanente de croissance relationnelle tiennent au fait que mes faiblesses vécues ont autant de poids évolutif que mes forces apparentes. Comme le souligne constamment BERTA, je suis pour une bonne part celui que je ne voudrais pas être, en particulier lorsque la crise se précise. Mon idéalisation refuse la néantisation que je perçois, alors que le maintien de la confrontation entre ces deux pôles peut faire naître la solution créatrice. Polarisation, confrontation, synthèse éventuelle, voici donc l'aide au changement évolutif et à la réorganisation relationnelle. En quelque sorte la confusion m'indique que je dois changer et la confrontation aux pôles opposés me guide vers le changement évolutif possible.

L'approche du négatif constitue un trait général de tout soin psychologique. Les images de l'Epreuve d'Anticipation permettent cette «instrumentation du mal», selon BERTA, c'est-à-dire en particulier la transformation de ce que je refuse vers une énergie de cure, néguentropique, organisatrice.

UN EXEMPLE PERSONNEL D'ÉPREUVE D'ANTICIPATION



Toute crise se caractérise par son interrogation figée devant l'avenir. Une première étape réside dans une formulation aussi précise que possible de son thème. Il est nécessaire que celui qui vit

cette crise fasse un premier effort de traduction, ou qu'il soit aidé pour cela. Puis l'intervenant va l'engager dans un processus de projection fondé sur des images rapidement obtenues, contrastées, opposées, dont l'ensemble finalement se révélera uni par de subtiles correspondances.

«Le moi est haïssable», et pourtant c'est toute la psychothérapie...

Si bien que je vous offre un exemple d'E. d'A. à la première personne.

Je me sens en crise dans la rédaction de cet article. Je formule ceci

Le travail avec le négatif joue donc un rôle spécifique dans l'ouverture anticipatrice

: «quelle vie future aura ce texte qui me tient à coeur et dont je crains l'éventuel échec, comme tous ces articles sans lendemain?»

Les questions qui viennent maintenant sont celles du test de mon ami Mario.

1°) «Toi, Jean-Claude, en tant que présentant cet article, dans une autre vie, que désires-tu être ? Qui voudrais-tu être vraiment ? Tu peux me donner une image de l'un ou de l'autre de tous les existants de la nature, sauf un être humain».

- Réponse : DE LA LUMIERE
«C'est-à-dire ? Décris-moi «de la

L'ambiguïté existentielle et la possibilité permanente de croissance relationnelle tiennent au fait que mes faiblesses vécues ont autant de poids évolutifs que mes forces apparentes

lumière» comme si nous ne sachions pas de quoi il s'agit».

- Réponse : Cela fait naître les formes. Montre les détails. A toujours symboliser l'intelligence et la découverte.

2°) «Bien maintenant, dans une autre vie, que voudrais-tu surtout ne pas être, parmi tout ce qui existe dans la nature, sauf un être humain?»

- Réponse : UNE PRISON
«C'est-à-dire?»

- Réponse : Sombre. Enfermement. Contrainte. Lieu de cruauté.

3°) «Quel est l'inverse de la prison?»

- Réponse : LA PLAGE ENSOLEILLÉE
C'est une image de liberté et de bien-être. Le confort physique. L'espace. Des jeux.

4°) «Quel est l'inverse de la lumière?»

- Réponse : UNE NUIT D'ORAGE
C'est le moment à la fois de l'obscurité et de la violence. Une angoisse physique.

5°) «Maintenant, je te répète les qualificatifs de l'item 1 et tu me donnes chaque fois l'inverse».

«Fait naître» : inhibe.

«Montre» : cache.

«Intelligence et découverte» : obscurantisme.

En quelque sorte la confusion m'indique que je dois changer et la confrontation aux pôles opposés me guide vers le changement évolutif possible

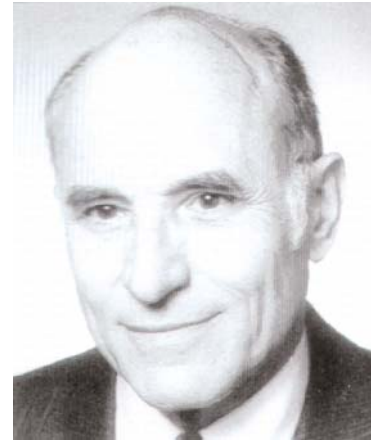
«Donne moi, maintenant, une image qui traduise : inhibe, cache, obscurantisme».

- Réponse : UN EGOUT

6°) «Maintenant, je te répète les qualificatifs de l'item 2 et tu me donnes chaque fois l'inverse».

«sombre» : clair

«Enfermé» : libre



«Contraint» : épanoui.

«Lieu de cruauté» : euphorie.
«Donne moi une image qui traduise : clair, libre, épanoui, euphorie».

- Réponse : LA DANSE

7°) «Quel est l'inverse de la danse?»

- Réponse : LA MORT

8°) «Quel est l'inverse de l'égout?»

- Réponse : UNE FORET AU SOLEIL

Voici donc réalisé en quelques minutes le recueil de huit «symboles-valeurs bipolaires d'anticipation». Le vrai travail commence : la confrontation réfléchie à ces «polarisations».

A partir des quatre symboles positifs, je tente une synthèse de mon «idéalisations» : lumière, plage ensoleillée, danse, forêt au soleil. Je souhaite que ses images éclairent le lecteur et le séduisent. Il entrera dans ce domaine avec confiance et intérêt. Il fera bientôt des Epreuves d'Anticipation...

La synthèse de ma «néantisation» apporte tout à l'opposé l'idée que le lecteur va hésiter, en particulier devant des images négatives qui

flirte avec le morbide, la menace de l'échec vital, les limites du devenir.

En confrontant ces deux thèmes, et en regardant de plus près le négatif, je me dis que, sans cette dramatisation, j'aurais bien de la peine à refléter les situations d'embarras souvent profondes des thérapeutes. Là justement, le test peut être utilisé. Je dois prendre le risque de choquer, si je veux faire

Le thème de l'anticipation semble progresser aujourd'hui dans la mesure où les communications thérapeutiques acceptent plus facilement les paradoxes relationnels. La reconnaissance de la valeur prospective du négatif n'est pas le moindre de ces paradoxes relationnels

comprendre à des spécialistes du tragique existentiel que ce test peut les aider. La diffusion du test -l'anticipation de son avenir- passe par l'expression de sa bipolarité : trop banal car fondé sur de «simples images» et, par ailleurs, marqué par la violence des évocations négatives. Mon anticipation : vous lisez cet article.

LES THERAPEUTES SYSTEMI-CIENS EN CRISE

L'emploi de l'Epreuve d'Anticipation au cours des séances de thérapie familiale-systémique m'est apparu comme difficile. J'ai échoué dans mes tentatives d'application de l'Epreuve d'Anticipation aux états de type psychotique de ma pratique institutionnelle. L'abord du négatif, dans un but d'anticipation du changement possible, est devenu pour moi la rencontre des O.M.N.I.A. Il s'agit des «Objets Métaphoriques Négatifs Inducteurs d'Anticipation». Ces objets les plus divers, apportés par le patient désigné convaincu de la loyauté de ses thérapeutes, ont les caractéristiques suivantes :

1) Etre vécus comme négatifs, dans un premier sentiment, par les thérapeutes;

2) Se révéler en analogie avec les contre-valeurs familiales;

3) Aider à l'identification d'un changement positif du patient.

L'Epreuve d'Anticipation elle-même me semble plus aisée d'emploi en situation de contrôle de cas. BERTA avait déjà montré l'évaluation possible des difficultés «contre-transférentielles» dans les cures de névrotiques, à travers l'Epreuve d'Anticipation (2).

Un intervenant coincé dans un

double lien et confus, lorsqu'il manifeste courage moral et sens des images, peut être aidé par l'Epreuve d'Anticipation. Dans une situation de contrôle en groupe, le contrôleur doit simplement calmer le jeu inévitable entre le groupe et le thérapeute qui s'exprime intimement. Telle est mon expérience limitée. Je fais confiance à l'Epreuve d'Anticipation pour trouver en d'autres mains d'autres cadres d'emploi. Voici maintenant une observation.

Dans un groupe de contrôle, une psychiatre présente le cas d'une patiente hospitalisée depuis deux ans. Elle-même a suivi en ambulatoire la malade pendant dix ans. Elle est sans pouvoir vis-à-vis des soignants de l'hôpital et redoute la chronicisation de son ex-patient. Elle interpelle ses formateurs en thérapie familiale : «peut-on interférer efficacement dans les soins donnés par une équipe institutionnelle en apportant de l'extérieur la thérapie familiale ?»

Le thème familial est le suivant : cette jeune patiente, Milène, est handicapée sur le plan physique en particulier, avec un niveau mental limité. Dépendante, elle vivait jusque-là auprès de sa mère et de sa grand-mère qui a maintenant 85 ans. L'autorité tutélaire de cette dernière semble décliner. La relation mère-fille devient pathologique. Le symptôme consiste en des violences insupportables exercées par la fille contre la mère.

Depuis deux ans, l'hospitalisation semble simplement déplacer ce problème de violence et de passivité mêlées. L'institution et l'équipe souffrent. Elles reprochent à la mère ses ingérences, avec le projet d'«interdire dorénavant les contacts mère-fille» (! ?). La thérapeute, à l'extérieur, voudrait donc faciliter au contraire l'évolution par une «thérapie familiale» (! ?). Elle se sent bloquée, d'autant que l'équipe lui dit que les tests ont soudain montré l'existence d'une «structure psychotique» chez sa patiente (! ?). La thérapeute dit «C'est un cas qui me reste constamment en tête et qui m'ennuie terriblement. Je la vois mal partie».

Anticipation ? Nous aboutissons à cette formulation plus précise de la crise : «Comment Milène pourrait-elle être aidée à retrouver sa vie relativement autonome, c'est-à-dire au moins dans sa famille, hors de l'hôpital ?».

Voici maintenant la première question à la recherche d'une image positive : «Que désireriez-vous que soit Milène si nous lui donnions toutes ses chances dans une autre vie ? Parmi tout ce qui existe, sauf un être humain, quelle image vous vient ?»

La thérapeute : (immédiatement) : J'aurais dit un papillon.

Contrôleur : Pouvez-vous me décrire le papillon, comme si je ne savais pas ce que c'est.

T : Pour moi, c'est quelque chose de léger, déchargé d'un certain poids et qui vole.

C : Autre chose ?

T : L'aspect vie, l'aspect coloré, l'aspect antidépressif. Elle est déprimée, hein ! (diagnostic jusqu'à présent non cité).

C : Très bien. Nous lui donnons encore une nouvelle vie, mais maintenant ce que vous ne voudriez absolument pas qu'elle soit.

T : (immédiatement). Une pierre. (Rapidement) C'est amusant ! J'aime beaucoup ce genre de choses (les images).

C : Une pierre ?

T : C'est lourd, c'est massif, ça n'a pas de vie. C'est l'inverse. Ça n'a pas d'affectivité, pas de souplesse.

C : L'inverse de la pierre ?

T : C'est la lumière.

C : Oui...

T : (Sur un mode artificiel, automatique qui va déclencher des rires dans le groupe). Une série d'ondes, de photons qui se déplacent. (Plus lentement, dans le si-

lence) C'est clair, c'est brillant, c'est source de vie, la lumière cela n'a pas de masse.

C : L'inverse du papillon ?

T : Un crabe. C'est bon ? Ca va ? (rires dans la salle). Si je ne suis pas normale il faut le dire (idem). Je vois ça massif, un peu lourd, se déplaçant difficilement. (Puis vite et à mi-voix). Je suis une fille de l'air, pas une fille de l'eau.

L'adhésion au test se manifeste bien. Toutefois, le jeu avec le groupe bloque l'expression de l'intimité du sujet. Je me contente donc de ces quatre images.

Le dialogue à propos des images et de l'embarras subjectif de la thérapeute se poursuit avec facilité. Les échanges portent sur les points suivants :

- L'idéalisation du cas. La patiente sait sans doute induire cet optimisme assez paradoxal chez les gens qui s'occupent d'elle.

- La néantisation se précise par l'image forte du crabe, lourd, sans disponibilité, qui s'accroche.

- L'aspect dépressif. Il est vécu par la praticienne elle-même. Elle se décrit, en *a parte*, plutôt comme «une fille de l'air» qu'une «fille de l'eau». La noyade menace.

Cette thérapeute signale alors qu'elle maintient des liens téléphoniques avec la patiente hospitalisée, en cachette de l'équipe institutionnelle.

Son blocage se manifeste dans son insistance stéréotypée vis-à-vis des formateurs : comment de-

venir «thérapeute familiale» dans une situation qui exclut ce rôle ?

Les réponses de l'E. d'A. vont dans le sens d'une reconnaissance de la lourdeur du cas. La thérapeute, extérieure à l'équipe hospitalière, doit négocier avec celle-ci sa présence dans un système thérapeutique en commun. Il lui faut abandonner sa naïve position de symétrie. Elle doit laisser de côté des définitions telles que «thérapeute familiale» et «thérapeutes institutionnels», stricto sensu. Conscient de cette bipolarité du désir soignant, chaque parti pourra essayer d'utiliser les ressources relationnelles de l'autre, vers notre fameuse transcontextualité batesonienne. Affiliation, réciprocité, créativité pourraient alors se substituer à symétrie, grève du zèle et doubles liens. Ceci peut apporter la solution nouvelle : assumer ensemble le «papillon-crabe» et la «lumière-pierre», famille incluse. Les images opposées «lumière» et «pierre» soulignent, peut-être, la confusion diagnostique, si habituelle dans de tels cas.

Le contrôleur conclue par cette formule : «Un thérapeute clair et bien motivé peut déplacer des montagnes». Pourquoi pas, aussi bien, un «papillon-crabe» ?

EN CONCLUSION : COMMENT APPRENDRE A DEVINER ?

Le verbe deviner peut avoir un sujet, le devin, et un complément, par exemple la devinette... Nous

constatons que le premier évoque aussi bien la sagesse que l'irréel et que la seconde fait partie des premiers efforts enfantins de type transcontextuel, en quelque sorte. De temps en temps Sage, ou Rêveur, ou Enfant, le thérapeute dit familial cultive l'art de l'ambiguïté : accepter les images latentes d'un groupe, les présenter aussi clairement que possible et les prescrire paradoxalement comme message thérapeutique, grosso modo.

Échapper à la souffrance vraie, certaine et désignée pour atteindre un autre niveau de vérité, de certitude et de confirmation, c'est créer un système thérapeutique global qui va simultanément chercher la voie de sa disparition ultérieure.

Le thème de l'anticipation semble progresser aujourd'hui dans la mesure où les communications thérapeutiques acceptent plus facilement les paradoxes relation-

BIBLIOGRAPHIE

1 - SUTTER Jean - L'anticipation - P.U.F. Paris 1983.

2 - BERTA Mario - Prospective symbolique en psychothérapie. L'Épreuve d'Anticipation - E.S.F. Paris 1983.

3 - BENOIT Jean-Claude et BERTA Mario - La pénombre du double - E.S.F. Paris 1987.