

GROUPE DE PERFECTIONNEMENT SYSTÉMIQUE

Approche Systémique Coopérative - Année 2024

Faire d'un obstacle une ressource

Une hypothèse : une construction vraisemblable... et incertaine

Une fois accueillies les émotions que nous sommes invités à ressentir, il reste à les penser.

Une vision systémique en termes de processus nous invite à articuler émotion et cognition et non, comme on le fait d'ordinaire, à les disjoindre ou même à les opposer.

Deux logiques complexes, antagonistes et complémentaires

Si le ressenti est le fruit de tout un travail qui doit beaucoup à notre complexe fonctionnement physiologique et à notre éducation, il est une synthèse immédiate, dans l'instant, de ces multiples éléments, l'émergence de ce à quoi nous sommes sensibles, intégrant nos expériences passées et nos projets pour l'avenir... la plus grande part de ces éléments sont actifs en dehors de notre conscience, qui serait trop lente pour tenir compte de toutes ces dimensions...

Il est ainsi possible de comprendre la multiplicité des conceptions de l'inconscient et du non-conscient qui ont été explorées et mises en avant : inconscient sexo-freudien, lacano-linguistique, social, culturel, groupal, familial, neurologique...

Les caractéristiques des émotions sont qu'elles sont synthétiques, changeantes, instables :

- Synthétiques puisque résultant d'influences externes et internes, d'expériences passées et d'attentes d'à venir
- changeantes et instables puisque nous ne sommes physiologiquement sensibles qu'à des variations de stimulations, et non aux stimulations elles-mêmes. Une stimulation continue de même intensité finit par ne plus être ressentie.

La pensée est elle aussi complexe. Si l'École de Palo Alto insiste sur l'aspect linéaire du langage avec sa ponctuation arbitraire et ses effets de désignation d'un sujet-acteur responsable et d'un complément-passif victime de l'action, elle sous-estime l'importance des aspects analogiques, métaphoriques et poétiques (c'est-à-dire créatifs) de la langue.

Il y a surtout une théorie de la communication qui fait l'impasse sur la polysémie du langage et sur le travail d'interprétation, et donc aussi de déformation, toujours à l'œuvre lors de la « réception » du message. Le « bruit » n'est pas l'apanage des canaux de communication, ni la seule source de mauvaise compréhension !

Le langage désigne dans le multivers des éléments qu'il isole puis articule plus ou moins rationnellement, *construisant* ainsi une vision du monde. Il permet d'imaginer des causalités et d'anticiper des conséquences, ce qui économise beaucoup d'énergie puisqu'il n'est pas nécessaire de faire *pour de vrai*, avec tous les risques que cela présuppose. Il permet des descriptions ouvertes sur la compréhension et sur l'action. À travers les dialogues et les débats, il enrichit les échanges et capitalise des connaissances transmissibles, faisant évoluer cette construction en perpétuel remaniement.

A l'échelon individuel, on retrouve ces deux logiques (émotionnelle-affective et rationnelle-cognitive) à l'œuvre dans la prise de décision. Sur un fond intuitif et sensible, des stratégies conscientes se décident, avec tous leurs biais, cognitifs et affectifs, qui peuvent être sources de succès, d'erreurs et parfois de malheurs.

C'est donc sur ces bases à la fois solides et fragiles que tout être humain construit sa vie, et détermine ce qui lui donne son sens, sa cohérence, et ses mystères.

Le recadrage

Recadrer¹, c'est soit proposer une interprétation différente pour un comportement, soit proposer un autre contexte à un ou plusieurs éléments présentés comme isolés.

Le sens n'est jamais contenu seulement dans l'objet lui-même. C'est toujours une émergence *dans un certain contexte*. Ce dernier passe alors à l'arrière-plan (le « fond » disent les gestaltistes), négligé par ce qui s'impose à l'attention (la « forme » disent là encore les gestaltistes). Ce processus d'émergence, de mise en forme, devient alors invisible, et stabilise les « objets » en tant que tels, avec leurs qualités et leurs défauts.

Par le recadrage, il s'agira de mettre en cohérence des informations apparues dans la situation d'accompagnement en leur trouvant une logique, alors que ces éléments sont disparates, apparemment sans lien les uns avec les autres, ou alors seulement des liens d'opposition, d'exclusion, ou, pire encore, des liens qui se veulent explicatif en désignant UN élément comme responsable de tous les problèmes, et qu'il suffirait alors d'éliminer pour tout résoudre.

Rappelons que l'appellation « système » est trompeuse. Car nous n'avons jamais accès qu'à une petite partie d'une totalité qui dépasse toujours l'ensemble envisagé. **Il y a toujours un extérieur au système que nous définissons**. Nous n'analysons que des « sous-systèmes » dont les frontières peuvent se révéler suffisantes ou insuffisantes pour interpréter les phénomènes qui y apparaissent d'une manière requalifiante pour chacun, c'est-à-dire compréhensive et bienveillante.

Comme nous le rappelons dans la formation Approche Systémique Coopérative :

UN RECADRAGE N'EST PAS UNE LUTTE D'OPINIONS

C'est seulement la proposition d'une vision différente du même objet, soit en lui donnant un autre contexte qui en modifie profondément la valeur (référence à une situation dans laquelle le problème pouvait être une adaptation utile : « recadrage de contexte »), soit en lui attribuant une valeur non retenue initialement (modification du contexte intentionnel ou pragmatique : « recadrage de sens »).

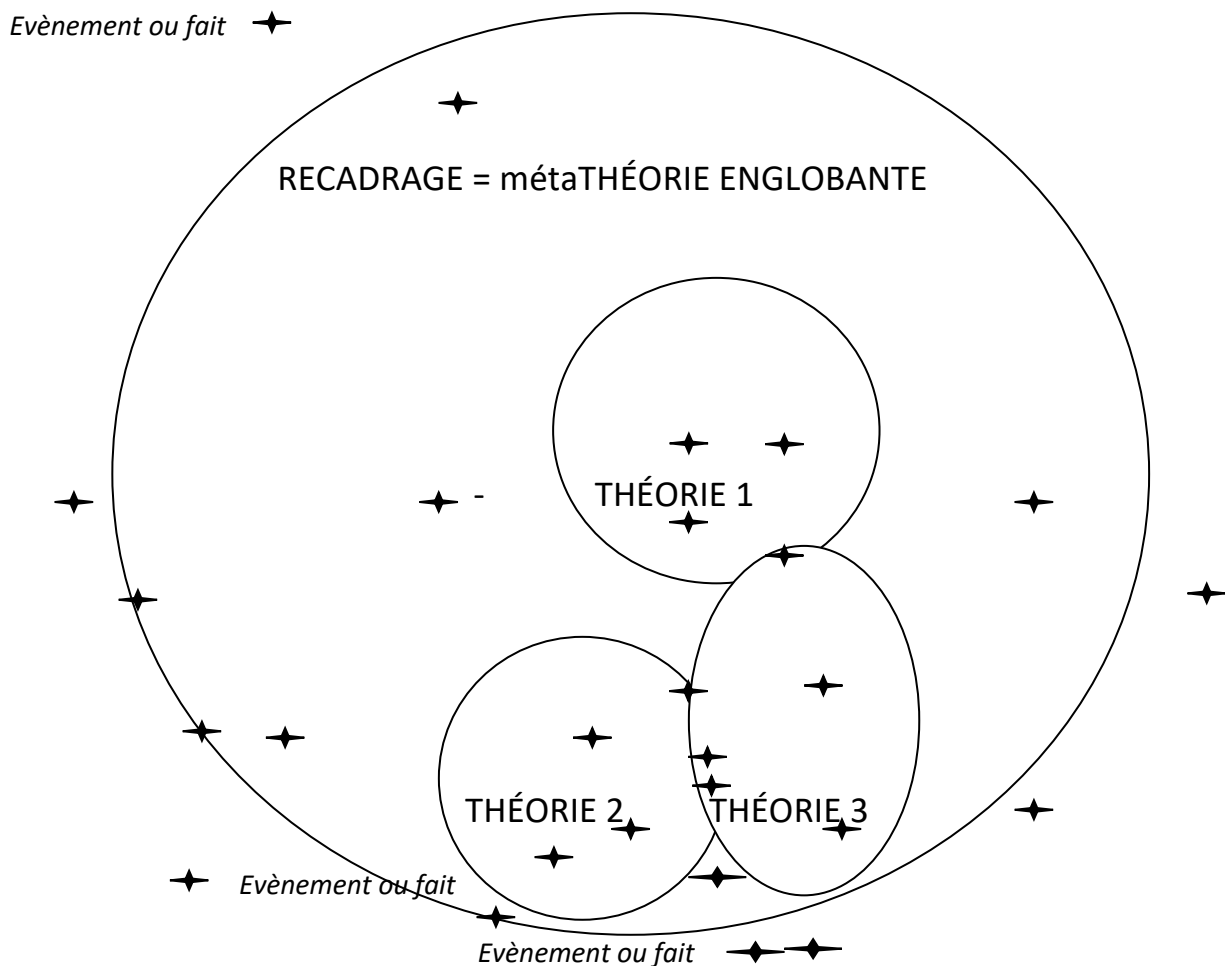
Ce recadrage sera convaincant dans la mesure où :

- Il intègre et relie entre eux logiquement davantage de faits connus des intéressés
- Il prend en compte les valeurs défendues par les participants.
- Ces liens logiques sont aussi bien d'opposition que de complémentarité : les contraires s'attirent, les alliés s'épaulent...
- À travers la description proposée, il est requalifiant, c'est-à-dire respectueux des points de vue de chacun qui peut ainsi se sentir compris et reconnu dans ses valeurs

¹ On trouvera de précieuses indications sur le recadrage (« reframing ») dans les ouvrages des fondateurs de la Programmation Neuro-Linguistique, Richard Bandler et John Grinder publiés dans les années 70/80. Chez InterEditions : « *Le recadrage* », et « *La structure de la magie* », T1 et T2. 2

- Il explique rationnellement davantage de faits contradictoires que les explications partielles jusque-là retenues.
- il n'a pas pour autant la prétention de tout expliquer. Des faits restent extérieurs à sa logique, mais ils ne semblent pas pertinents par rapport à la situation travaillée.
- **il intègre et articule les contradictions « normales »** des problématiques impliquées
- Il doit être suffisamment simple pour être exposé en peu de mots, et compréhensibles par tous. Cette simplicité peut même lui donner un côté caricatural qui autorise l'apport, par les personnes auxquelles il s'adresse, de nuances et d'informations supplémentaires éventuellement contradictoires.
- il n'est qu'une proposition, fragile, faite à partir des questionnements que se posent l'intervenant. Énoncé en position basse, **ce n'est pas l'affirmation d'un savoir, mais seulement l'expression d'un point de vue et l'ouverture à une réflexion collective.**
- Des informations nouvelles peuvent remettre en question cette proposition de compréhension, obligeant alors à modifier le recadrage proposé ou même à l'abandonner totalement au profit d'une autre compréhension.

Dans cette même formation ASC, nous résumons le recadrage par le schéma suivant :



Le recadrage est ainsi une proposition qui prend en compte davantage de points de vue contradictoires plutôt que d'en exclure ou blâmer certains. C'est ce qui le rend éventuellement plus acceptable par tous.