

“NORMES POUR UNE METHODOLOGIE QUALITATIVE RATIONNELLE ET ADAPTATIVE (MQRA)” CRITERES DE QUALITES ET DE COHERENCES.

Écrit en avril 87, modifié en mars 93, en déc. 95 et en janvier 96, revisité en 2004

Évaluation qualitative, évaluation quantitative des psychothérapies et du coaching

L'évaluation quantitative ou l'évaluation qualitative ouvrent pour moi le débat sur la méthode d'analyse que je vais utiliser pour évaluer les psychothérapies et les séances de coaching. Ce modèle me permet à tous les instants d'un entretien de savoir où se situe mon client, où je me situe, et donc de plus facilement venir en aide à mon client.

Le premier texte sur les méthodes, sur lequel j'ai réfléchi remonte à avril 1987¹. J'ai par la suite approfondi ma réflexion à plusieurs reprises, notamment en mars 1993, en décembre 1995, en janvier 1996² et durant les années 2003 et 2004.

En me relisant, j'ai trouvé qu'il convenait assez bien à la recherche relative à l'évaluation des psychothérapies opposant les méthodes quantitatives et les méthodes qualitatives. Je l'ai complété, en y ajoutant mes considérations actuelles sur le sujet, et en vous détaillant la méthode qualitative que je me suis créée pour évaluer le travail thérapeutique que je fais dans mon cabinet. Je propose un modèle qui peut être utilisé pour **l'analyse de toutes les activités humaines**, aussi bien économique, écologique, sociale, scientifique. Ma réflexion propose une méthodologie générale. Un tel modèle permet plus facilement de différencier les éléments analysés et ensuite d'établir des liens entre eux.

Je vous livre sur le site, le texte d'introduction ainsi que le modèle élaboré. Les personnes désirant en savoir plus, peuvent prendre contact avec moi.

¹ Elaboration d'un cours sur la systémique à l'Ecole Sociale de Lausanne

² Pour un cours donné à la Migros

1. APPROCHE SYSTEMIQUE ET APPROCHE ANALYTIQUE (ET EXPERIMENTALE) : DIFFERENCES FONDAMENTALES

Deux manières philosophiques de voir les méthodes, déterminant des visions différentes du monde.

1.A. APPROCHE NOMMÉE ANALYTIQUE

La méthode analytique, qui étudie avant tout un objet en l'isolant du reste du monde, se différencie de l'analyse systémique, en simplifiant utilement, mais idéalement les données. La méthode analytique ne s'appuie ainsi que sur des situations presque jamais rencontrées dans la nature. En sciences, ce sont toutes les expériences qui ont besoin d'un environnement précis et identique pour être reproduites, mesurables et comparables. Elles s'appuient sur la science des statistiques qui permet de mesurer et de considérer des choses ou des situations approximatives de manière précise (moyenne, etc.). C'est ainsi qu'est construite, dans l'ensemble des disciplines, toute la recherche expérimentale. On essaie de reproduire les mêmes phénomènes dans des environnements et dans des conditions identiques selon Descartes³:

- a) pour toute chose, faire la preuve de sa véracité,
- b) diviser les difficultés en parcelles pour mieux les résoudre,
- c) partir du général pour arriver au particulier,
- d) analyser les objets les plus simples en les isolant,
- e) dénombrer et classer afin de ne rien omettre.

Ces présupposés donnent l'illusion de maîtriser la dimension du temps en l'immobilisant, ou plus exactement d'évacuer la dimension de l'évolution, et donnent à penser qu'il existe des choses définitivement immobiles et acquises. Ils donnent l'illusion que nous sommes dans un environnement stable, qui se perpétue toujours de la même manière; un environnement que l'homme ne pourrait pas modifier, mais qui est à son service.

Certains pensent que ce monde sera un jour connu définitivement, lorsque les sciences auront découvert toutes les causes à effet que comporte la réalité du monde. Cette philosophie postule qu'il y a une réalité objective, et qu'un jour les scientifiques sauront la décoder sans erreurs. On pourra alors tout décoder de la réalité, le hasard n'existera plus. Cette philosophie postule la linéarité de la cause à effet.

Descartes fut un élève Jésuite de 1606 à 1614. Il fut influencé par le livre, les « Exercices spirituels », d'Ignace de Loyola, fondateur de l'ordre, qui préconise « de conduire par ordre ses pensées pour atteindre la vérité et lui permettre de se rendre maître et possesseur de la nature » dans le but de servir Dieu.

Cette philosophie sera considérée durant longtemps comme la seule valable pour les sciences exactes, mais aussi pour les sciences sociales, qui considèrent le monde comme quelque chose de définitif. Cette conception du monde *mécaniciste* fut, tout au long de l'histoire, opposée et confrontée, à la conception *finaliste*. Depuis deux siècles, ce n'est qu'épisodiquement que le discours sur la méthode fut remis en question, mais jamais avec succès et de manière aussi fondamentale qu'aujourd'hui. L'approche analytique est de plus en plus contestée par les nouveaux philosophes scientifiques. Une des critiques fondamentales qu'ils émettent à l'encontre de la méthode analytique est qu'elle est trop simpliste et simplificatrice, qu'elle ne représente que l'exception, car les expériences dans la nature ne se renouvellent jamais deux fois de la même manière⁴. Ils pensent que le monde évolue en se modifiant et que deux situations exactement identiques ne peuvent jamais se reproduire si ce n'est de manière artificielle. (De là, l'aspect aléatoire de la sécurité des centrales atomiques).

³ Descartes, Discours de la Méthode, 1637

⁴ J. de Rosnay, "le microscope", Voir tableau p.108 ,comparaison entre approche analytique et approche systémique

1.B. APPROCHE NOMMÉE SYSTÉMIQUE

Ces nouveaux scientifiques ont adopté une troisième conception du monde qui est celle de *l'évolution créatrice*⁵. Il s'agit de l'approche systémique. Selon Atlan⁶, cette troisième conception du monde dispose aujourd'hui du langage et des outils conceptuels adéquats, la thermodynamique des systèmes ouverts, la théorie de l'information, la cybernétique. Le concept du hasard « bruit » y est intégré, alors qu'il est évacué dans l'approche analytique. Il est un des éléments importants de ce courant philosophique. Il n'est pas seulement un élément désorganisateur, mais il peut aussi contribuer à créer de la complexité organisationnelle. L'homme, notamment devient créatif lorsqu'il arrive à intégrer « le bruit » et le hasard. À travers la créativité, il s'auto-organise.

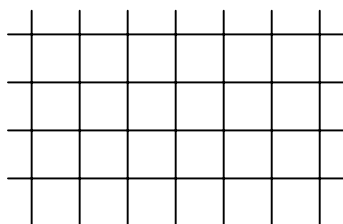
Les nouvelles sciences postulent une philosophie de la subjectivité, du hasard et de la créativité. Elles considèrent le monde *en évolution* et considèrent que cette évolution comporte un certain nombre d'incertitudes, d'imprévisibilités. S'il y a bien des causes et des effets aux phénomènes ou à la réalité que nous pouvons appréhender, il est plus que probable que chaque effet a de multiples causes, et que pour chaque effet, que nous considérons comme semblable, il y a un certain nombre de causes dissemblables, non identiques, voire même des causes fondamentalement différentes.

La théorie de l'évolution verra dans chaque réalité, une réalité différente des réalités précédentes, c'est à dire que chaque réalité comportera des éléments différents qui la détermineront différemment de cas en cas, même si on a l'impression de répéter quelque chose d'identique à une précédente fois. Par exemple, la personne qui ne modifie pas son comportement devra malgré elle adapter, c'est à dire modifier ce dernier à toutes les nouvelles situations de son existence en fonction de son âge (vieillesse biologique) et en fonction des changements du contexte (de la société et de la nature). Elle devra intégrer à un comportement considéré comme inchangé et rigide, une flexibilité d'adaptation de ce comportement à l'environnement sans quoi elle sera de plus en plus décalée par rapport à la réalité qui, elle, évolue. La difficulté psychique, ou la maladie psychique peut, dès lors, être considérée comme justement une difficulté d'adaptation partielle. Cette philosophie comporte en elle les points analysés précédemment sur les théories. Elle est tellement mouvante, qu'elle a besoin de constamment adapter sa méthodologie, sa manière d'analyser la réalité. A chaque situation correspond une manière, une méthode particulière d'analyser.

Les différences fondamentales d'approche scientifique entre ces deux méthodes (mécaniciste c'est à dire analytique et évolutionniste créatrice c'est à dire systémique), sont philosophiques et épistémologiques⁷. Elles peuvent être représentées par deux manières de voir le monde.

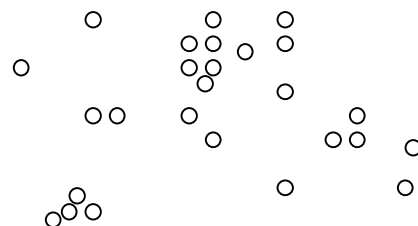
le mur

(construit logique et linéaire en 2 dimensions)



le nuage de points aléatoires

(construit non linéaire en 3 dimensions)



⁵ *Evolutionniste* avec un temps créateur, qui est à la fois *mécaniciste et finaliste*, voir Bergson

⁶ H. Atlan, *Entre le cristal et la fumée*.

⁷ Epistémologiques: Etude critique, origine logique, valeur et portée des sciences.

1.1. Les principes MÉTHODOLOGIQUES concernant les deux méthodes analysées

1.1.A. Expérimentale/clinique.

Le praticien **définit précisément le problème à analyser.**

Il développe la problématique avec ses **idées**, des apports **théoriques**. Il définit des **hypothèses théoriques et opérationnelles**, des **variables opérationnelles, indépendantes et dépendantes**, ainsi que, d'éventuelles **variables parasites** qu'il devrait **neutraliser**.

Dans le cadre d'une recherche, il passe à **l'expérimentation** (si possible reproductible, en milieu fermé identique) et à la **récolte des données**.

Il obtient des **résultats** qu'il **analyse en fonction des hypothèses**. Ces dernières seront alors **infirmeries ou confirmées**. Le praticien arrivera à formuler des **conclusions**.

Cette méthode **semble très efficace**, car repose sur des résultats chiffrés (quantitatifs et qualitatifs) précis, sur des formules mathématiques et des statistiques. Elle rassure beaucoup les praticiens et les scientifiques, permet d'affirmer, d'être sûr de soi et de ce qu'on fait. Elle donne l'illusion de la précision et de l'exactitude, mais les résultats ne seront qu'indicatifs dans un contexte mouvant.

1.1.B. Empirique (modélisation et simulation)

Le praticien **définit le problème à analyser** tout en considérant le problème comme **un ensemble d'éléments en interaction, évoluant dans le temps, organisés en fonction de l'environnement et de ses buts** (finalités)⁸.

La méthodologie se **construira** au fur et à mesure de **l'évolution** de la recherche de manière **pragmatique, rationnelle** et en **cohérence** avec l'objet analysé. Le praticien privilégiera **l'analyse qualitative** à l'analyse quantitative. Les sciences mathématiques, statistiques, etc. y seront **intégrées**, si le besoin s'en fait ressentir, mais au profit de la qualité.

Les **hypothèses s'adapteront** à l'évolution de la recherche. On prendra **toutes les variables** en compte en déterminant leur effet sur l'objet analysé. Le praticien n'écartera pas l'inanalysable. La méthodologie doit rester adaptative.

Le praticien **observera et analysera** les données, fera des **différences et des liens**. Il formulera des **conclusions** en considérant **l'équilibre** de l'objet analysé et son **intégration** dans son environnement. Il optera davantage pour des **estimations** que des affirmations. Il aboutira souvent à des **consensus**. L'analyse ne sera jamais sûre, restera toujours approximative, il n'y aura pas de **Vérité**. Ce modèle empirique est imprécis, semble très théorique, idéaliste, difficilement concrétisable, car il n'est jamais fini.

⁸ G. Ausloos, (voir bibliographie)

1.2. Dans les sciences humaines

Les deux méthodes se basent sur l'observation des signes, mais l'interprétation que l'on va en faire sera différente selon la méthode choisie.

Le diagnostic, les traitements ainsi que les processus de guérison reposent essentiellement sur la récolte de données et signes produits par l'humain et observés par un tiers spécialiste, soit :

- 1) L'observation et le constat de signes dits « objectifs ».
- 2) La lecture, si possible dans la continuité et dans le mouvement de ces signes dits « objectif », c'est à dire inscrits dans un processus, une stratégie. Ils forment des mouvements, des comportements. Ils font partie de relations.
- 3) L'interprétation de signes en fonction de la, ou des théorie(s) de l'observateur, du soignant ou du thérapeute.

En règle générale, les signes suivants sont observés :

- a) **Les signes du corps** (son, langage, vue, image, goût, essences, odorat, odeurs, sensations tactiles, ressenti corporel) interprétés en sentiments, affects, émotions, défenses, raisonnements.
- b) **Les comportements** qui sont des ensembles de signes corporels.
- c) **Les relations** qui sont des ensembles de comportements.
- d) **Les informations de la mémoire** qui sont des ensembles de pensées, de souvenirs objectifs/subjectifs, retraçant une histoire objective/subjective (ensembles aléatoires de pensées ou d'actions vécues et qui ont été retenues dans la mémoire).

1.3. Les deux principes méthodologiques appliqués aux sciences humaines, plus particulièrement à la psychologie et la médecine.

1.3.A. Analytique

Les fonctionnements défectueux sont déterminés, un diagnostic est établi, la normalité est différenciée de l'anormalité, et la maladie ou l'anomalie sont diagnostiquées, l'objectif étant de guérir la personne malade, c'est à dire d'éliminer l'anormalité.

Le praticien restera **spécifique, spécialiste**, et essaiera de cerner les problèmes en fonction de sa profession ou de sa spécialité. Il ne mélangera pas le somatique avec le psychologique ou le social. **Il isolera** l'élément étudié et ne soignera que ce qui dépend de son domaine. Il **simplifiera** donc au maximum l'objet étudié et cherchera une solution aux problèmes, à la maladie.

Son raisonnement et son analyse seront **logiques et chronologiques, il cherchera à établir la relation de cause à effet**. Le patient ne sera que rarement abordé dans sa complexité, globalement sous tous les aspects de sa personne.

Le spécialiste établira des **hypothèses** vérifiables qui se révéleront **justes** ou **fausses**. **L'objectif** sera de rétablir la « **normalité** » soit de guérir en ce qui concerne la santé. Le spécialiste se considérera comme un **praticien** ou un **observateur neutre, objectif**. Il considérera les **règles** et les **lois**, établies selon les règles **dominantes**, comme **vraies** (absolues). Cette véracité sera justifiée par l'expérience **historique**. Cette manière de pratiquer est la plupart du temps trop rigide.

Si on prend l'exemple de la médecine ou de certaines thérapies, le patient sera sujet, assujetti, soumis à la volonté et au savoir du spécialiste. Il obéira. Un échec ne remettra pas en cause le spécialiste ni la méthode utilisée, la cause en sera presque toujours le patient (il ne répond pas correctement au traitement ou ne l'aura pas suivi correctement).

En psychanalyse, le praticien aura un rôle passif, entrecoupé d'interprétations ne concernant que son patient. Le patient sera laissé le plus souvent à lui-même. Le praticien ne prendra aucune responsabilité, il restera « neutre », ancrée dans sa théorie et insistera sur le respect strict et rigide du cadre. Il ne s'occupera que du processus mental du patient.

1.3.B. Systémique

On regarde le fonctionnement global ou partiel de la personne sa cohérence et sa capacité d'adaptation alors on soigne et on favorise le développement humain, l'objectif étant d'obtenir un mieux-être de la personne.

Le praticien procédera par **différentiations, associations** pour établir des liens, par **cercles concentriques**. Il recherchera la **cohérence** des choses, il analysera les phénomènes **simultanément** sans les isoler et essaiera d'en déterminer **toutes les dimensions**. Il cherchera à faire des **liens** entre le **spécifique** et la **globalité** du problème (et réciproquement).

Il considérera la situation problématique et le patient comme **indissociables et intégrés dans leur environnement** en tenant compte de la **complexité** des éléments analysés. Il fera **évoluer** ses **hypothèses**, les **adaptera** en fonction de ses recherches (plusieurs niveaux) ou de ses investigations. Il considérera les **résultats** dans leur **subjectivité**. Il se considérera comme un **praticien** ou un **observateur engagé** avec sa propre **subjectivité**, capable **d'erreurs**. Il considérera les **règles** et les **lois** comme **relatives**. Il recherchera des **consensus**. Il considérera sa pratique comme **insérée dans le flux du temps** (valable ici et maintenant).

Cependant, cette manière de pratiquer est trop complexe et est difficilement applicable. Elle permet des approximations, des réductions de problèmes.

Parfois, elle permet tout et n'importe quoi (de tout justifier). Pour être efficace, cette méthode demande une grande rigueur, une vue générale, une grande pratique, une souplesse d'esprit, de grandes connaissances générales et une excellente culture. Il faudrait être « **superman** » pour s'en sortir correctement. Lorsqu'elle est utilisée en thérapie de famille, elle ne prend presque jamais en compte les systèmes plus vastes et refuse de considérer le patient comme un système dysfonctionnant.

Ces deux courants sont exposés ici de manière schématique, il y a de nombreux courants annexes ou intermédiaires qui reprennent certains des éléments de chacune de ces philosophies.

Pour exemple, et de manière grossière, le comportementaliste ferait partie du courant de la philosophie analytique (relation de cause à effet logique), la psychologie humaniste et la thérapie de famille feraient partie du courant de la philosophie systémique.

Les deux méthodes sont utiles et peuvent se compléter si on les utilise en fonction de leurs spécificités et des objectifs de recherche. A mon sens, elles sont les deux insatisfaisantes. C'est la raison pour laquelle j'ai essayé durant ces années de définir un procédé, une méthode de travail plus efficace, basé sur **la cohérence**.

Mon premier objectif a été de me situer en tant que chercheur, praticien, observateur, dans mon environnement et de situer mon analyse afin d'en clarifier les niveaux. A cet effet, j'ai élaboré une grille d'analyse en trois dimensions me permettant de me localiser dans n'importe quelle situation. Donc également, de me positionner en tant que thérapeute, de positionner le patient, puis de situer la problématique de la thérapie.

Bibliographie:

Une logique de la communication, Watzlawick, Beavin, Don D. Jackson , 1967, Ed. Seuil 1972

Le microscope, vers une vision globale, J. de Rosnay, Edit. Seuil, coll. Points, 1975

La nature et la pensée, G. Bateson, 1979, Edit. Seuil 1984

Entre le cristal et la fumée, H. Atlan, Edit. Seuil, 1979

Le soldat conquis par Dieu. article de A. Longchamp, Journal de Genève du 29.12.1990

Discours de la Méthode, Descartes, Garnier-Flammarion, Paris, 1966.

Introduction à la pensée systémique et l'approche familiale, Ausloos G., FPSE, Genève, année 83-84, notes de cours.

2. ELABORATION D'UN MODELE SOUS FORME DE GRILLE D'ANALYSE

2.0.0.1. Introduction

Au sein de la Fédération Suisse des Psychologues en collaboration avec les association de médecins psychiatres, un débat a lieu concernant le problème de la validation de la psychothérapie et de son efficacité. Un congrès a été organisé avec intervention de spécialistes. Deux expertises ont déjà été produite à ce sujet en Suisse, celle du Prof. Dr. Jürgen Kriz⁹ et celle de la Dresse Ehlert¹⁰. Dans le modèle que je vous propose, les principes dont parle le Prof. Dr. Jürgen Kriz¹¹ dans son expertise sont, à mon sens, respectés. Ces principes sont les suivants : se considérer et rester subjectif et consensuel (unscharf), multidimensionnel et complexe tout en ayant à disposition des critères relativement simples qui permettent de faire une analyse qui va du plus simple au plus complexe, du plus petit au plus grand. Les principes défendus par la Dresse Ehlert¹² dans son expertise pour la FSP, tels des statistiques, des normes ou des critères quantitatifs peuvent également être intégrés dans la grille proposée. Pour le modèle que je vous propose, je m'efforcerai de définir des critères discutés sur le plan épistémologique.

Définitions

Modèle : ce qui sert ou doit servir d'objet d'imitation pour faire ou reproduire quelque chose. Plan ; représentation simplifiée d'un processus, d'un système.

Épistémologie : étude critique des sciences, afin d'en déterminer leur origine logique, leur valeur et leur portée.

Critère : « caractère, signe qui permet de distinguer une chose, une notion ; de porter sur un objet un jugement ». Concept, ensemble de signes qui sert de base à un jugement

Axiome: Assertion intellectuellement évidente ; hypothèse dont on tire des conséquences logiques en vue de l'élaboration d'un système (postulat, lemme, prémisse, principe, hypothèse)

Ci-après, vous trouverez l'ensemble du texte avec les explications inhérentes à chaque critère d'analyse choisi ainsi que les fondements épistémologiques sur lesquelles ces critères reposent. Vous trouverez également l'ensemble de la bibliographie sur laquelle j'ai travaillé. Le texte fait environ 17 pages.

⁹ Expertise Prof. Dr. Jürgen Kriz

¹⁰ Dr. Ehlert dans son expertise pour la FSP

¹¹ Expertise Prof. Dr. Jürgen Kriz

¹² Dr. Ehlert dans son expertise pour la FSP

2.1. LA GRILLE, ou, « À la recherche de la cohérence perdue »

Mes premiers objectifs en travaillant sur cette grille étaient de me situer, situer l'autre, situer le problème. Afin d'atteindre cet objectif, il m'a fallu tout d'abord dissocier les éléments de l'analyse, de manière à pouvoir ensuite refaire des liens qui prennent du sens. Tout le problème consistait à trouver des critères me permettant de faire des liens du plus petit des systèmes au plus grand, et vice-versa, de replacer les choses¹³ dans la globalité, de faire des liens entre les ensembles, et parfois entre les choses qui ne semblent pas en avoir. La grille devait également me permettre de détecter rapidement les conflits entre éléments (incohérences) analysés, pour ensuite pouvoir introduire d'avantage de cohérence dans leurs relations et de ce fait être efficace et rationnel.

Afin de procéder à une analyse satisfaisante, il m'a donc semblé indispensable :

- de pouvoir me situer dans le champ de la réalité dont je fais partie ;
- de me donner les moyens d'évaluer les relations qui me lient aux autres éléments du champ en déterminant des critères ;
- de me donner la possibilité de comprendre comment je fonctionne moi-même (c'est à dire. mon propre système) ;
- de comprendre comment fonctionne l'autre (en l'occurrence mon patient) ;
- de voir comment notre fonctionnement conjoint pouvait dégager une dynamique positive.

2.1.1. Premiers critères de qualités et de cohérences pour une épistémologie du modèle

La réalité est la réalité

Il y avait une fois, le soleil, l'atmosphère, la terre, l'eau et le temps. Ce qui permit à la cellule de naître et d'évoluer. Puis la nature a fait son travail. Longtemps très longtemps après notre planète s'est recouverte de sa faune et de sa flore. En ce temps, les choses¹¹ étaient « un », car il n'y avait pas d'intelligence pour les nommer et les dissocier, en ce temps, la réalité était la réalité. Quelques accidents d'évolution plus loin une chose bizarrement complexe apparaît : c'est l'humain.

L'humain acquit peu à peu la capacité de dissocier les choses, de les assimiler, de les accommoder, de se les représenter pour enfin pouvoir les nommer. Sans sa capacité de se représenter et de nommer les choses, la réalité resterait la réalité. Cependant depuis que l'humain se la représente et la nomme, la réalité est devenue le concept « monde » et n'est donc plus qu'une représentation inexacte de la réalité.

La réalité ainsi nommée n'est donc, selon Bateson¹²⁻¹³, qu'une carte de la réalité dont l'humain est le centre.

L'humain est le centre.

Axiome : L'humain est à la base de toute activité intelligente, de toute communication, il n'y a pas de science sans humain, pas d'économie, pas de société, pas de croyance, pas de religion, etc. C'est l'humain qui est à la base de toutes considérations, de toutes recherches telles que nous les connaissons. L'humain ne peut être écarté. Il n'y a pas d'activité intelligente élaborée en dehors de l'humain (jusqu'à preuve du contraire). Il en est le centre, même si certains de ces humains le refusent et voudraient mettre un dieu au centre, écarter les humains dérangeants et soumettre ceux qui ne pensent pas comme eux.

Principe : L'humain est donc au centre, au centre de la grille, c'est à partir de lui que je situe les autres humains et les choses. C'est à dire que c'est à partir de moi, puisque je suis humain et que j'analyse. Tout chercheur devrait amorcer ses considérations à partir de lui-même et de sa position puisque c'est lui qui énonce la problématique, qui cherche et qui retranscrit ce qu'il a trouvé.

¹³ Toute réalité concrète ou abstraite conçue comme une unité, un objet unique

¹⁴⁻¹³ Pausé Robert, Gregory Bateson itinéraire d'un chercheur

Subjectivité, valeur fondamentale première.

L'activité mentale de notre cerveau, les capacités qui en résultent sont présentes grâce au développement de notre système biologique, plus spécifiquement de notre système nerveux. Notre système nerveux nous permet de comprendre le monde dans lequel nous vivons. Nous percevons ce monde à travers lui. Les informations sont perçues par ce système (biologique), y entrent, y sont traitées, transformées pour ressortir dans une codification digitale et analogique particulière, sous forme de paroles, de textes écrits, dans une langue spécifique à notre état d'humains. Notre système nerveux biologique médiatise toutes ces informations, c'est ce que nous appelons communiquer. Il est impossible de communiquer sans médiatiser, ce qui m'amène à énoncer l'axiome suivant:

Toute communication a passé par un système nerveux ; la communication est donc une information médiatisée par un système nerveux. Autrement dit, pour qu'un signe ait du sens il aura dû être médiatisé par un système vivant intelligent.

L'information aura été soumise au traitement des trois systèmes nerveux de notre corps. Le système nerveux central(SNC), le système nerveux autonome ou végétatif (SNA) et le système nerveux effecteur (SNE). Elle aura été transformée et finalement restituée sous forme de langage digital et analogique¹⁵. Les processus de perception, de transformation et de restitution de cette information ne sont que très partiellement maîtrisés. (Nous n'avons aucune maîtrise sur la codification interne. Nous n'avons qu'une maîtrise partielle sur les informations retenues ou non retenues par notre mémoire, etc.).

¹⁵ Watzlawick, Helmick, Beawin, Don D. Jackson, Une logique de la communication .

2.2. DIVISION DU CHAMP DE LA RÉALITÉ en trois axes (I,II,III)

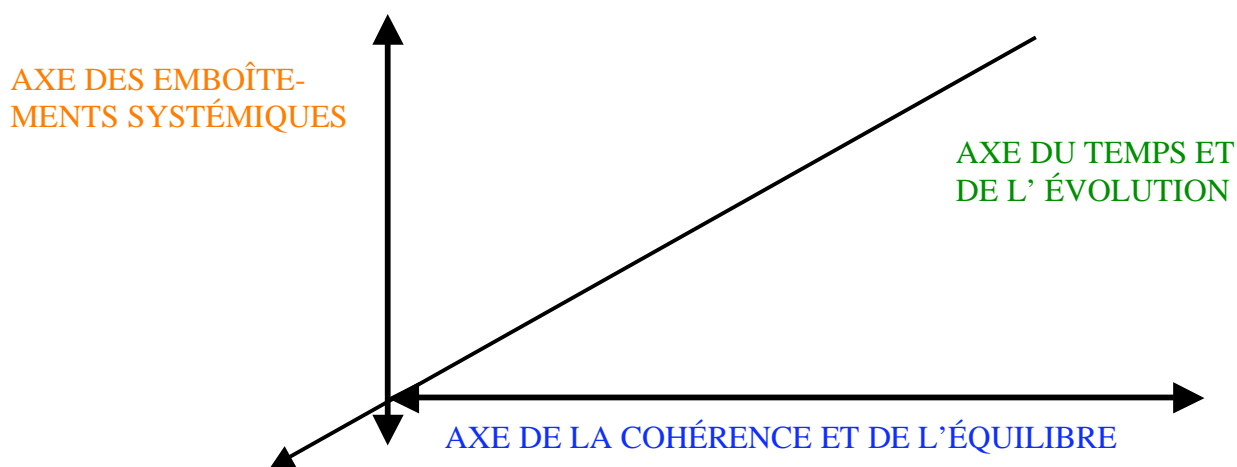
Division du champ de la réalité en trois axes qui s'interpénètrent, afin de pouvoir différencier, relier et situer.

L'axe des emboîtements systémiques,

L'axe de critères de cohérence et d'équilibre,

L'axe de l'évolution, du mouvement et de l'histoire, soit celui du temps qui s'écoule.

GRILLE D'INTÉGRATION



J'ai complété **les axes du champ** avec des critères simples. Cette division en critères permettra (notamment au thérapeute) de se repérer et de situer soi-même, sa recherche, sa théorie, mais aussi l'autre, le client, le patient, etc. ... Ces critères permettront ensuite d'établir des liens entre les éléments du champ et d'évaluer s'il y a cohérence ou non entre **l'axe de la cohérence et de l'équilibre, celui des emboîtements systémiques et celui du temps et de l'évolution.**

I. AXE 1 PLAN VERTICAL

Les emboîtements systémiques¹⁶

Du plus petit au plus grand, mais aussi « nous, dans notre environnement » ou « possibilité de se situer dans son environnement ».

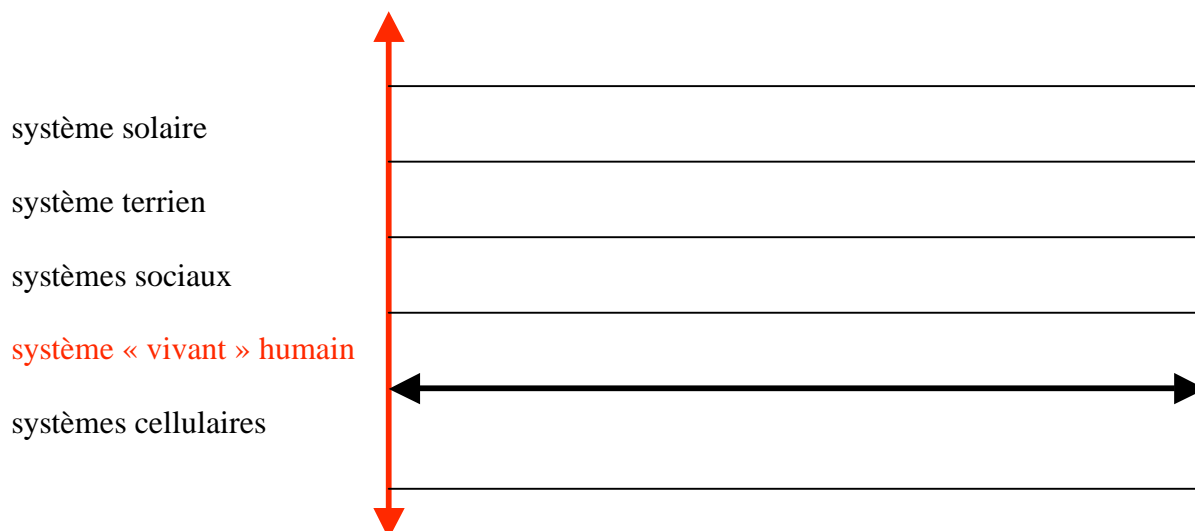
***Axiome :** Observer, différencier, faire des liens, ordonner, sérier, assembler, construire, transformer, programmer, déprogrammer, reprogrammer, faire des opérations logiques et analogiques, soit accommoder les informations, sont des capacités mentales propres à l'humain. C'est ce qui nous caractérise et fait que nous sommes dissemblables des autres systèmes vivants.*

L'élaboration des niveaux systémiques est le résultat de ces facultés. J'ai ainsi pu définir cinq niveaux systémiques toujours emboîtés les uns dans les autres. Ces cinq niveaux systémiques se retrouvent tous dans l'activité quotidienne humaine et permettent une meilleure compréhension psychique de l'humain. Ces niveaux sont directement en lien avec les activités de tous les jours. Le système humain en est le point de départ.

Je les répartirai sur un axe, afin de pouvoir en tenir compte bien qu'ils s'emboîtent les uns dans les autres à la manière des « poupées russes ». Bien que l'énumération des niveaux systémiques ne soit pas exhaustive et qu'elle puisse commencer plus en amont et continuer en aval, je n'utiliserai pour ma démonstration que cinq niveaux systémiques (A à E).

- Le niveau des gènes de l'ADN¹⁵
- A) **Le niveau des systèmes cellulaires** dont je ne tiendrai que peu compte à ce stade, mais qui a, selon mon avis, une grande importance dans la somatisation des conflits psychiques.
- B) **Le niveau des systèmes humains et de ses composants.** Il représente l'élément de base des systèmes sociaux et dépend clairement des autres systèmes cités ci-après, notamment jusqu'au système solaire. Il influence directement les systèmes cellulaires.
- C) **Le niveau des systèmes sociaux et leurs sous-systèmes dont le système vivant est l'élément de base.**
 - Les sous-systèmes sociaux les plus petits sont les couples ou la relation à deux ;
 - Le système social traditionnel, la famille ;
 - Les systèmes sociaux non traditionnels, les petits groupes à partir de 3 personnes, les groupes moyens et les groupes larges, telles les assemblées ;
 - Les systèmes sociaux complexes, telles les institutions (la famille étant également incluse à ce niveau) et les entreprises ;
 - Les systèmes de société, de nations, clans, tribu, ethnies, etc. ;
 - Le système social terrien représenté par les Nations Unies ;
- D) **Le système naturel (terrien) de notre planète terre englobant tous les autres sous-systèmes naturels et tous les autres systèmes vivants.**
- E) **Le système solaire englobant notamment la terre, la lune et les autres planètes.**
- **L'univers** dont les influences directes sur l'humain restent encore à démontrer, notamment au plan de la psychologie.

¹⁶ J. de Rosnay, L'aventure du vivant



Il existe des différences essentielles entre ces niveaux et ils ne peuvent être confondus¹⁷. Ils s'emboîtent les uns dans les autres. Les différences sont dues à des sauts systémiques trop importants tels que le système plus petit est l'élément de base du système supérieur. Dans ce sens, une cellule ne peut être comparée à un système humain (exemple au niveau de sa complexité), ni un être humain à un système social, ni les êtres humains et les systèmes sociaux au système naturel, ni le système naturel au système solaire. Chaque système a des caractéristiques spécifiques qui le différencient fondamentalement des autres.

Ce qui les relie par contre, et les rend interdépendants, c'est que la cellule est l'élément de base du système humain, l'être humain l'élément de base des systèmes sociaux humains, le système social humain est devenu un élément incontournable du système naturel qui auparavant a généré, ou rendu possible, les cellules et les systèmes vivants. Sans la nature, l'humain n'existerait pas, c'est le système dans lequel nous vivons et sans lequel nous disparaîtrions. La nature, telle qu'elle est sur notre planète est une caractéristique particulière et spécifique du système solaire.

Tout au long de notre vie nous vivons continuellement, souvent sans en être conscient, dans l'interactivité des systèmes. Il est certainement plus juste encore de parler de l'interpénétrabilité des systèmes (de la cellule à l'univers). C'est une vision verticale de l'activité vivante qui se vit également dans le temps. « Le soi n'est pas une entité séparée. Le soi émane de la relation entre l'humain et l'environnement »¹⁸ (Bateson).

Le lien étroit des humains avec tous ces systèmes, est qu'ils en sont

DÉPENDANTS,

au point que leur vie en dépend.

De là, leur importance et leur influence sur le psychisme humain.

Tous les systèmes peuvent être analysés avec les mêmes critères de cohérence.

¹⁷ Robert Pauzé p. 112 et suivantes et Bateson G. La nature et la pensée.

¹⁸ Bateson

II. AXE 2 PLAN HORIZONTAL

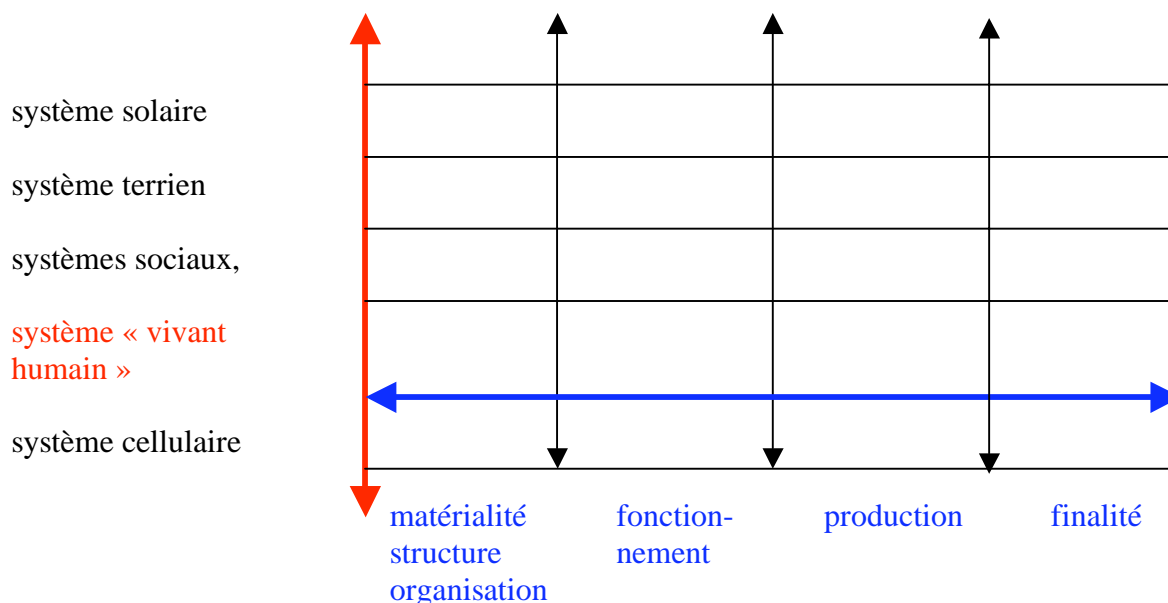
Les critères de cohérences et d'équilibre.

Quatre critères m'ont semblé essentiels pour pouvoir évaluer mon action, mon propre système (vivant), ainsi que celui des autres, mais aussi pour évaluer des systèmes sociaux ou naturels.

- 1) **Structure, organisation et matérialité.** *L'aspect matériel* sur lequel se base l'analyse, inclut la structure organisationnelle et matérielle. Les structures ont des souplesses et des adaptabilités diverses. Entre la rigidité du squelette et la très grande souplesse et mobilité du cerveau qui produit des idées, le système humain est composé de différentes structures organisées spécifiquement, les structures solides, les structures molles, les structures et organisations veineuses, nerveuses, etc. Ces organisations et structures matérielles sont ordonnées et obéissent à certaines règles et à des fonctionnements spécifiques.
- 2) **Fonctionnement dynamique, principe d'action.** Une des spécificités du fonctionnement est la transformation de matière en énergie. Le fonctionnement des systèmes humains permet de produire des actions, des idées, ce qui nécessite un système nerveux. Le fonctionnement des systèmes sociaux est notamment déterminé par la manière qu'ont leurs systèmes de base d'interpréter leurs rôles, leurs manières d'interagir, de collaborer, etc., en résumer de travailler, dans le but de produire. Le fonctionnement des systèmes doit être considéré de manières diverses. Le fonctionnement des systèmes naturels et planétaires est aléatoire et phénoménologique. On y retrouve notamment des phénomènes identiques s'y répétant, qui ne sont dirigés par aucune volonté. Les fonctionnements sociaux sont élaborés par les systèmes vivants, et, plus spécifiquement, les systèmes humains.
- 3) **Production, consommation et besoins.** L'aspect productivité inclut toutes les productions propres à l'humain ou celles propres aux systèmes sociaux, dont, pour les humains les signes, les actions, les comportements, qui sont éventuellement mesurés, observés classés ainsi que la production de bien et de déchets. Toute production à un coût (notamment financier). La production des systèmes naturels serait par exemple la chaleur et le rayonnement pour le soleil. Les systèmes naturels produisent des systèmes vivant de manière aléatoire. La production est un aspect d'une boucle de rétroaction phénoménologique, c'est un aspect incontournable de l'activité humaine.
- 4) **Finalités** affirmées/induites, conscientes/inconscientes. Les objectifs doivent être analysés en cohérence avec ceux des autres niveaux (à court, moyen, long terme). Les finalités sont propres aux systèmes vivants dotés d'un cerveau performant, mais plus spécifiquement à l'humain et servent à orienter son action. En plus de ces propres objectifs, l'humain définit également des objectifs et des finalités aux autres systèmes. La finalité identique à tous les systèmes pourrait être qu'à plus ou moins long terme ils meurent, dépérissent.

II.1. Équilibre, homéostasie et cohérence

La synthèse des 4 critères fixés ci-dessus, devrait permettre d'évaluer rapidement dans le présent, s'il y a cohérence ou incohérence entre les éléments d'un même système. Pour les systèmes vivants, une bonne cohérence devrait signifier qu'il y a un bon équilibre systémique, peu de souffrance et qu'il s'agit d'un système en harmonie avec lui-même. Si la cohérence existe avec le système social dans lequel le système vivant demeure, cela signifierait qu'il y a une bonne intégration sociale. De manière identique, si la cohérence existe avec le système naturel (terrien) dans lequel le système vivant vit, cela signifierait qu'il y a une bonne intégration écologique.



II.2. Autres critères et axiomes de qualités et de cohérence pour une épistémologie du modèle.

L'Univers et nous : critère des finalités. Rien n'a de sens sans médiatisation humaine. Si nous nous plaçons dans une perspective darwinienne sur le plan des finalités et des objectifs, il est impossible que l'univers se fixe des objectifs ou des finalités, sinon l'univers devrait avoir la capacité de penser. Dès lors nous devrions y réintroduire un dieu ou quelque chose de la sorte. Il est plus probable que l'univers soit aléatoire bien que réagissant ou se développant selon certains phénomènes, parfois selon certaines lois. Ce n'est pas parce qu'il y a des phénomènes et des lois qu'il y a pour autant de l'intelligence et donc des finalités. Selon mes observations, *seuls les systèmes vivants doués d'intelligence et de capacités mémorielles ont la possibilité de se fixer des objectifs et des finalités.* Ce qui leur permet également, en observant leur environnement, de trouver des finalités aux choses physiques et d'observer qu'il existe chez les autres systèmes vivants biologiques des finalités induites naturellement, c'est à dire des finalités dites biologiques.

La biologie se comporte comme si « les signes », c'est à dire des éléments de la nature qui se situent dans un environnement favorable, se développaient avec le temps, et atteignaient un point de rupture qui leur permettent de passer d'un équilibre donné à un équilibre différent, plus complexe. Les finalités biologiques induites ont été une condition sine qua non au développement de l'humain. Nos ancêtres y ont tous été soumis et nous le sommes actuellement toujours. Bien sûr, l'humain a réussi à ordonner, à sérier et assembler les choses en fonction de finalités qu'il leur a données et ainsi de construire des objets, de nouvelles réalités, mais aussi un sens à sa vie. En acquérant de la mémoire, il élabore une capacité de projection ce qui lui a permis de se projeter dans l'avenir, de prévoir les dangers, mais aussi, d'angoisser. Pour surmonter cette angoisse due aux phénomènes naturels dangereux se répétant et pour les expliquer et les comprendre, il a commencé par créer des dieux, puis un dieu à son image (encore cette capacité de se projeter). Avec le temps, il a réussi à avoir un regard réflexif sur lui-même, à analyser les phénomènes, à les éviter, voire à les contrôler, à les maîtriser et ainsi à créer la science.^{19, 20}

Lorsque nous trouvons des finalités à l'univers, nous les avons créées pour lui, en observant par exemple les phénomènes qui s'y produisent. Nous l'avons fait à partir de notre état de vivant intelligent. Ce sont des finalités déduites, imaginées, inventées, créées par l'humain pour les humains, la plupart du temps sous la

¹⁹ Albert Jaquard, Dieu ?

²⁰ Paulo Coelho, L'Alchimiste,

contrainte de la nécessité ²¹. *En dehors de l'humain il n'y a que des phénomènes aléatoires, certes organisés et répétitifs, mais aléatoires quand même.*

Les finalités induites ou décidées sont donc propres aux systèmes vivants humains et ne sont valables que pour celui-ci.

Matérialité : la Matérialité humaine, **critère de matérialité, structure et organisation biologique.**

La matérialité biologique, la structuration de cette matérialité et son organisation qui caractérise tous les systèmes humains, sont élémentaires en psychologie. Sans cette matérialité organisée pas d'intelligence, pas d'affect. Piaget notait déjà que « Les éléments perçus dans un même champ sont immédiatement reliés en structures d'ensembles obéissants à des lois précises qui sont les « lois d'organisation »²² .

« Ces lois d'organisation, qui régissent tous les rapports d'un champ, ne sont autre chose, dans l'hypothèse « gestaltiste », que des lois d'équilibre régissant à la fois les courants nerveux déclenchés par le contact psychique avec les objets extérieurs, et par les objets eux-mêmes, réunis en un circuit total embrassant donc simultanément l'organisme et son milieu proche. »²³ La matérialité humaine pose la question de l'âme lorsque celle-ci est identifiée à la pensée ou à une quelconque énergie.

La vie et la conscience de la vie : critères dynamiques ou le fonctionnement biologique humain.

La psychologie est la compréhension du fonctionnement intégré de l'humain sur le plan affectif, mental et corporel. La psychologie permet de comprendre qu'il est impossible de dissocier le corps du mental, le mental de l'affect, l'affect du corps. Le fonctionnement humain suppose que nous ayons une hypothèse du fonctionnement nerveux du corps qui régit les affects et les cognitions. Piaget nous dit encore : « Les rythmes caractérisent les fonctionnements qui sont au point de jonction de la vie organique et de la vie mentale, et cela est si vrai que, même dans le domaine des perceptions élémentaires ou des sensations, la mesure de la sensibilité met en évidence l'existence de rythmes primitifs, échappant entièrement à la conscience du sujet ; le rythme est également à la base de tout mouvement, y compris de ceux dont est composée l'habitude motrice. »²⁴ Dans l'esprit de Piaget, le fonctionnement ne peut pas se concevoir sans matérialité organisée, ni sans la notion de temps. La conscience du temps qui passe est en rapport étroit avec la conscience noyau et la conscience étendue.²⁵ Le fonctionnement des différents niveaux d'organisation (corporel, affectif, mental) permet une grande souplesse d'adaptation aux situations, à l'environnement, mais donne aussi la capacité de transformer l'environnement.

Nous et nos besoins : critères de la production.

La production humaine instinctive (appelée ainsi car automatisée) répond essentiellement et avant tout aux besoins du corps. Les premiers objectifs dans la cohérence de notre fonctionnement, dans l'environnement dans lequel nous vivons, seront de satisfaire nos besoins réguliers fondamentaux, qui sont inhérents à notre état de système biologique vivant, pour assurer la survie et la continuité de la vie à travers la reproduction. Les productions qui vont au-delà de la production fondamentale de survie mentale, auront pour but, entre autres selon mes observations, d'améliorer cette vie²⁶

Les productions sociales et culturelles sont plus particulièrement et massivement propres aux humains, bien que d'autres systèmes vivants aient des productions sociales (les nids des oiseaux ; la chasse en meute des loups, leur organisation hiérarchisée ; la production de miel des abeilles, etc.).

Les productions naturelles (terriennes planétaires et universelles) sont des processus phénoménologiques qui obéissent à des lois physiques qui se produisent de manière aléatoire au fur et à mesure que les conditions nécessaires à leur avènement sont réunies.

²¹ Jacques Monod, Le hasard et la nécessité

²² Jean Piaget, La psychologie de l'intelligence

²³ Jean Piaget, La psychologie de l'intelligence, p.64-65

²⁴ Jean Piaget, La psychologie de l'intelligence, p. 180

²⁵ Damasio Antonio R., le sentiment même de soi

²⁶ Maslow A.H, Vers une psychologie de l'être

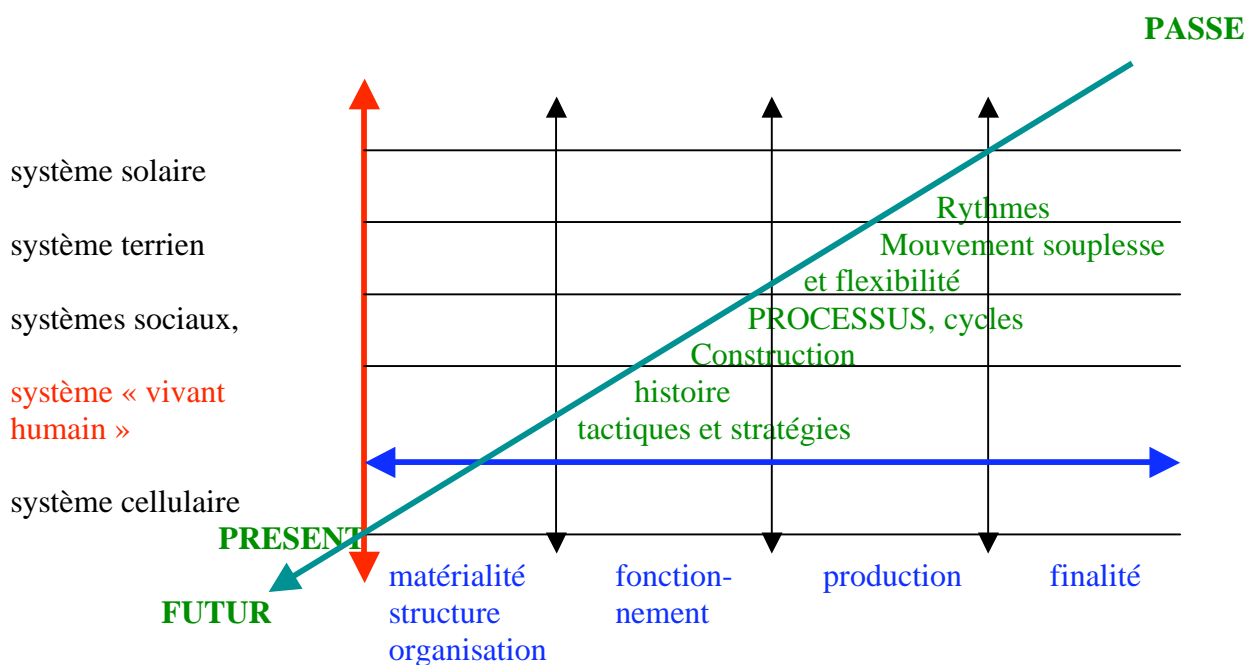
III. AXE 3 PLAN DE LA PROFONDEUR

Le temps et l'évolution.

Nous avons pris l'habitude de dissocier, avec la conceptualisation et l'apprentissage du langage, le temps qui passe en 3 parties distinctes :

- **le passé**, donc l'Histoire.
- **le présent**, soit le « ici et maintenant ».
- **le futur**, donc les projections.

Sur l'axe du temps, il nous faut inclure l'analyse des démarches, des stratégies, des tactiques, des processus, ainsi que l'analyse des rythmes et des mouvements, de la souplesse et de la flexibilité ; mais aussi le développement des transformations, des adaptations, des accommodations ; ce qui donnera une idée de l'évolution. C'est à partir de ces éléments (sélectivement retenus) que l'Histoire se construit.



III.1. La cohérence temporelle

C'est à partir de ces éléments que je peux me faire une idée dans le temps de la cohérence, de l'incohérence ou de la gestion de l'incohérence. La cohérence temporelle me permet d'appréhender l'évolution au niveau planétaire, naturel, social, mais aussi au niveau de l'humain et des autres systèmes vivants. Elle permet d'analyser et de comprendre l'histoire, la vie, de comprendre qu'il y a un commencement et une fin à toutes choses, du moins aux êtres vivants. Elle nous met devant une évidence que nous avons beaucoup de peine à accepter, la mort, et l'impuissance de l'humain devant cette mort. La mort est, pour beaucoup de personnes, inimaginable puisque nous nous dissolvons dans la nature. La mort pose la question de ce qu'il y a après la mort ? La personne en quête d'absolu et d'idéal aura tendance à détacher l'âme du corps et de postuler la transcendance de l'esprit, pour retrouver sa maîtrise des choses. À ce propos, G. Bateson postule, que « l'esprit est immanent et non transcendant. Il ne peut exister en dehors d'une structure physique à l'intérieur de laquelle il se produit »²⁷. Ce qui suppose que l'humain doive

²⁷ Robert Pauzé "Grégory Bateson, itinéraire d'un chercheur"

accepter de faire partie d'un écosystème où la vie succède à la vie, mais où la vie n'est pas transcendante, donc un écosystème dont l'humain ne maîtrisera jamais la totalité dans la mesure où il accepte de ne pas être permanent.²⁸

III.2. Autres critères et axiomes de qualités et de cohérences pour une épistémologie du modèle.

Critère du temps,

Axiome : « *Le critère du temps est propre aux systèmes vivants qui en ont conscience.* »

« Rythme, régulation et groupement constituent les trois phases du mécanisme évolutif qui rattache l'intelligence au pouvoir morphogénétique de la vie elle-même, et lui permet de réaliser les adaptations, à la fois illimitées et équilibrées entre elles, impossibles à réaliser sur le plan organique »²⁹. Piaget avait conscience de l'évolution des humains.

Système vivant et temps, la vie est un déséquilibre en équilibre

L'évolution des systèmes biologiques inclut toujours la dimension du temps.

Axiome : *Un système vivant n'est, de ce fait, jamais en équilibre, mais toujours dans un constant déséquilibre, qu'il s'évertue par ailleurs à toujours rattraper, la plupart du temps sans faire d'effort.* L'image de la marche me semble la plus pertinente pour décrire le mouvement de la vie. Lorsque l'humain marche son centre de gravité est en constant mouvement.

L'humain s'évertue constamment à maintenir son état, son déséquilibre, dans une marge propice à la continuation de la vie. Il vit en cycles, dont le rythme est donné par la rotation de la terre (nuit/jour) et son évolution ne peut se passer de l'attraction de celle-ci. La vie de l'humain se définit par le mouvement, il n'a pas le choix, il va de l'avant. Il passe d'un équilibre aléatoire à un autre. Son équilibre est à chaque minute remis en cause, il recherche constamment un équilibre plus propice qu'auparavant, parfois avec succès parfois en vain. Ce mouvement de vie doit se maintenir dans des limites propices à la survie, limites dans lesquelles la vie peut se régénérer, peut s'épanouir. Le mouvement du corps est une production qui permet d'autres productions. La vie de l'humain est fluctuante.

La notion d'homéostasie reflète bien cet état de recherche d'un équilibre des systèmes vivants. L'homéostasie n'est pas un équilibre, c'est une recherche de cohérence psychique dans le but de « maintenir constants les paramètres biologiques face aux modifications du milieu extérieur »³⁰.

La notion de fonctionnement a également besoin du temps pour se réaliser.

La notion de temps

Axiome : *Il n'y a que la notion du présent qui ait une réalité, c'est un moment donné de notre vie, il est furtif, car il ne dure pas, quand bien même nous avons la permanence de ce que nous vivons. Le futur, c'est la prévision de ce qui va se passer, mais qui n'est pas encore réalité. Le passé est, ce que nous avons retenu de ce que nous avons vécu et n'appartient plus à la réalité. Le passé est en partie inscrit neurologiquement dans la matérialité du présent (vestiges somatiques).*

²⁸ Jean-François Revel, Matthieu Ricard, " le moine et le philosophe",

Gordon Wheeler de l'Institut de Gestalt de Cleveland, séminaire

Rolf Stauffer, Autopsie, la confrontation avec la mort, l'incertain, le vide chez les préparateurs en pathologie

Elisabeth Kübler-Ross "les derniers instants de la vie"

²⁹ Jean Piaget, La psychologie de l'intelligence, p. 186

³⁰ **Homéostasie:** selon le dictionnaire physiologique: Tendance des organismes vivants à maintenir constants leurs paramètres biologiques face aux modifications du milieu extérieur

Les notions de passé et de futur, en ce qui concerne les systèmes vivants, sont essentiellement dues à nos capacités mentales :

- 1) La capacité de nous souvenir tout en gardant à l'esprit que le souvenir est une trace mnésique inscrite dans notre cerveau ici et maintenant (soit dans le présent). Les passés proches et lointains ont laissé des traces, certaines transmises par nos ascendants, l'inné ; d'autres construites au cours de notre enfance et d'autres encore acquises par ailleurs. Le psychologue peut aider à la décodification de ces traces.
- 2) La capacité de projeter une réalité plausible de ce qui devrait arriver, mais qui n'est pas encore arrivé. Cette projection est également une trace mnésique existant dans notre cerveau, donc dans la réalité. (Les hypothèses, les prévisions, les paris, les pronostics sont des projections qui doivent être vérifiées dans un présent futur pour s'avérer être concordantes avec la réalité)

Le passé immédiat est le plus vivace bien que petit à petit il s'estompe, se transforme, et devienne en grande partie inconscient. Le futur immédiat est le plus prévisible, car les éléments concrets pour le prévoir sont en principe les plus stables (à moins que les éléments essentiels soient imprévisibles).

Le passé éloigné est le plus instable, car susceptible d'avoir été modifié par les expériences vécues entre le moment de l'enregistrement du souvenir et le présent. Le futur éloigné est le plus imprévisible, car l'imprévisibilité des éléments essentiels qu'il faudrait maîtriser, augmente.

Les marques (traces) laissées par le passé et le futur dans notre cerveau :

- sont subjectives car, d'une part, elles ont été médiatisées par nos codifications neurologiques et, d'autre part, elles ont été inscrites sans que nous n'en maîtrisions vraiment ni la codification ni l'inscription.
- ont toujours une partie affective (car à chacune de ces marques correspondent des sensations, voir des émotions) et une partie cognitive, sans toutefois qu'il y ait forcément une cohérence entre l'inscription émotive et l'inscription cognitive.
- auront été transformées au cours du temps passé et ne correspondront plus à l'inscription première.

Le continuum³¹

Le continuum intègre mieux la notion de temps et donne du mouvement aux éléments que nous avons tendance à fixer (tel un film plutôt qu'une photo). Le concept intègre le mouvement, les rythmes, les processus, les démarches, etc. comme le préconise Piaget.

Bien que par commodité nous ayons tendance à arrêter le temps, à fixer le temps, à isoler les éléments dans le temps, à limiter dans le temps les variables nécessaires à nos analyses, nous ne devrions jamais oublier de replacer ces variables dans le mouvement du temps et dans leur environnement.

Pour bien comprendre, différencier et analyser l'humain, il m'a semblé pratique et utile de distinguer certaines activités qui font partie du fonctionnement continu humain, donc de définir les continuums suivants :

Le continuum du comportement. Il est impossible de ne pas se comporter. Du début de la vie à la fin de la vie nous nous comportons. Notre comportement peut être conscient, inconscient, semi-conscient, actif ou passif. C'est une activité corporelle que nous maîtrisons parfois, mais que souvent nous ne contrôlons pas. Le comportement prend à chaque instant une signification dans la relation à son environnement (dont les autres font partie). Il est partie intégrante du langage analogique et constitue de ce fait un message.³²

³¹ Godefroi J., P. Mardaga, Les chemins de la psychologie

³² Watzlawick, Helmick, Beavin, Don D. Jackson, Une logique de la communication .

Le continuum des sensations corporelles : Toute notre vie, du premier jour au dernier, nous percevons des sensations, pour autant que notre système nerveux fonctionne. La spécificité de ce continuum est qu'il passe, en alternance, par des états soit inconscients, soit semi-conscients, soit conscients et qui sont de fréquences et de durées différentes. Ce continuum nous permet, si nous apprenons à nous en servir, d'avoir en tout temps la possibilité d'être conscients de l'état affectif dans lequel nous vivons (état interne et état du corps « limite », en fonction des capteurs sensitifs neuronaux).

Le continuum des images mentales : L'activité mentale varie en intensité, mais ne s'arrête jamais. L'image est une des productions de nos neurones. La spécificité, pour nous humains, est identique à celle du continuum des sensations, selon que cette activité est consciente, semi-consciente ou inconsciente.

Les continuum des comportements, des sensations et des images mentales nous permettent d'avoir « le sentiment même de soi »³³.

Les concepts utilisés pour décrire des évolutions dans le temps.

Les termes sont nombreux pour décrire l'évolution de la réalité. Entre les évolutions mathématiques telles des algorithmes et les changements aléatoires, nous pouvons trouver un nombre élevé de termes reflétant l'évolution dans le temps. Les termes reflètent souvent des types particuliers d'évolution. Les uns sont plus près d'une représentation symbolique et subjective de la réalité (spirale négative), les autres d'une description minutieuse, rigoureuse et plus scientifique d'une partie de la réalité (ex. courbe de rétroaction positive). Néanmoins, les deux types de termes me paraissent utiles et pertinents pour décrire l'évolution dans le temps, car plus les réalités sont complexes et plus il est difficile de décrire des évolutions précises et scientifiques. Il va de soi que ces termes peuvent et doivent être utilisés selon leur spécificité pour analyser une situation dans le temps. À tous les niveaux systémiques, nous les retrouverons. Ils peuvent aussi être utilisés pour décrire des états, mais semblent toujours indissociables du temps écoulé. Par exemple, le rythme du squelette induit chez Piaget une dimension du temps, soit la vie et donc le mouvement.

J'ai relevé quelques termes qui incluent, selon ma perception, le temps qui s'écoule :

Un des plus utilisés est le **processus**.

Puis les courbes de rétroactions positives, les cercles vicieux ou vertueux, les spirales négatives ou positives, les dérives, les montées symétriques.

Les ruptures, les révolutions, les mutations, etc., soit les changements brusques, soudains et parfois violents.

Les courbes de rétroactions négatives, les cycles, les fluctuations, les biorythmes, etc.

Les mouvements, les rythmes, la ou les mesures, les vagues, les courbes, les ondulations, les flux.

Les phénomènes répétitifs, aléatoires, etc..

Les démarches, les constructions, la méthodologie, etc.

L'usure, la régénération, la souplesse, la flexibilité, etc.

Les tactiques et les stratégies, dont la spécificité est qu'ils sont des projections dans le futur, etc.

Le développement, les transformations, les adaptations, les accommodations, les mutations et les transformations.

L'évolution, l'Histoire.

³³ Damasio.

2.3. NORMALITÉ/ANORMALITÉ **(pathologie) ou analyse intégrative**

Pour maintenir l'harmonie d'un équilibre en mouvement, il faut rassembler un certain nombre de facteurs indispensables: se mouvoir, se nourrir, dormir, rêver, sentir, produire des émotions, maintenir la température du corps, respirer de l'oxygène, etc.

2.3.1. Normalité

La normalité dépend des critères utilisés dans le cadre d'une culture donnée, c'est à dire d'une société et d'une époque donnée.

Ce qui hier était normal peut être anormal aujourd'hui, et vice-versa ;

Ce qui est anormal ici peut être acceptable ailleurs (dans une autre civilisation).

Les critères qui permettent de déterminer le normal et l'anormal sont souvent multiples, subjectifs et ne sont valables que pour une situation donnée. Les frontières restent floues entre le normal et l'anormal.

Est considéré comme anormal, ce qui n'est pas fréquent statistiquement ; selon les contextes, les données statistiques peuvent changer totalement.

2.3.2. Anormalité

L'anormalité est ce qui se situe hors des normes généralement admises par la majorité de la population, mais qui ne sont pas forcément déterminées par celle-ci. Ce qui va à l'encontre des valeurs, attitudes, habitudes, mythes, etc. admis par la société.

L'anormalité en psychologie recouvre notamment les maladies dites psychiques. Elles sont répertoriées dans deux livres (CIM 10 et DSMIV).

Cependant, l'anormalité ou la maladie psychique sont des notions aléatoires, car plus elles se rapprochent de la notion de normalité plus elles sont difficilement déterminables. La limite entre normalité et anormalité est subjective et non définissable, c'est une zone floue. Il est tout aussi correct de dire, que plus une maladie ou une anormalité est proche de la normalité, plus elle a de chance d'évoluer vers une « normalité » donc une « guérison ». Il serait donc bien plus efficace de ne s'occuper que des maladies psychiques légères, voire très légères, car le taux de rechute sera presque nul et le taux d'efficacité n'en sera que plus grand.

2.3.3. Analyse intégrative

Cette manière de réfléchir est naturellement peu productive. Il nous faut donc trouver une méthode intégrative qui puisse amener une amélioration pour toutes les formes d'anormalité ou toutes les maladies psychiques sans se laisser enfermer par des concepts ou par une normalisation statistique ou de tests figés.

Sortir de ces concepts trop rigides peut en partie se résoudre en évaluant dans un premier temps chaque situation, chaque humain pour lui-même en fonction de sa cohérence interne, puis de sa cohérence externe soit de ses capacités d'intégration dans la société qui est la sienne. L'efficacité peut alors se mesurer en fonction du changement effectué par la personne (son point de départ, son point d'arrivée), en fonction de son évolution et non plus en fonction d'une normalité, d'une maladie. Le but n'étant plus d'éradiquer une maladie, mais de faire évoluer une personne aux maxima de ses possibilités, quand bien même elle resterait dans un état « pathologique », donc malade.

Conclusion

3.GRILLE, MODELE ET REALITE.

La grille incluant le modèle proposé, permet-elle l'augmentation de la cohérence individuelle ?

3.1. Nous, dans un environnement en mouvement. Critère du temps et du mouvement

La difficulté de l'opération, est de vouloir analyser une réalité qui est dans un constant mouvement aléatoire. Non seulement l'environnement est constamment en mouvement, mais celui qui l'analyse également. Idéalement, nous devrions donc analyser en tenant compte de tous ces mouvements donc avoir des critères d'analyses en mouvement, ce qui me semble impossible. Par contre, la grille rend possible une analyse dans laquelle le mouvement est possible.

3.2. Utilité d'une grille

La grille élaborée permet de s'adapter au mouvement et de l'analyser Elle est adaptable et mobile à la fois, car les critères qui la composent sont souples et permettent de tenir compte des mouvements. Elle permet d'intégrer les mesures (dans le temps). Elle peut être déplacée dans le champ de la réalité à l'endroit où on le désire. Afin de pouvoir déplacer la grille aisément, il est nécessaire de considérer l'ensemble des choses (facteurs) que l'on analyse comme des systèmes. Si l'humain en est le centre et le point de départ, elle permet aussi d'analyser les autres systèmes (biologiques, sociaux, naturels) faisant partie de son environnement.

Si nous reprenons la représentation symbolique du nuage de points, nous pouvons l'utiliser pour chaque point, pour chaque groupe de points ou pour le nuage dans son entier. Il est naturellement nécessaire de définir si tous les points font partie du même niveau systémique, s'ils font partie de sous-systèmes (la définition des sous-systèmes peut être un consensus). Si cela n'est pas le cas, nous devons définir leur juste niveau et les y placer. La grille permet d'examiner rapidement, sans rien omettre, s'il y a cohérence verticale, horizontale et temporelle. Elle permet de définir une cohérence générale du système analysé, soit de voir s'il se trouve dans un équilibre satisfaisant pour lui.

3.3. Qualité et efficacité

L'analyse ainsi effectuée à partir de la grille permet de définir si une personne, un patient, est en cohérence (relative) avec lui-même et son environnement, s'il est conscient de ses incohérences et s'il les gère. Les souffrances physiques et psychiques sont des incohérences du système vivant humain. L'analyse permet de détecter et de nommer rapidement des conflits internes ou relationnels et d'imaginer ce qu'il y a à faire pour trouver une solution augmentant la cohérence du système. De voir par exemple en thérapie, comment peut s'emboîter un problème personnel dans une dynamique familiale ou dans une dynamique professionnelle.

L'évaluation des incohérences permet de définir si une personne a besoin ou non d'une thérapie. Une diminution des incohérences permet de diminuer les souffrances, donc de produire une thérapie efficace et de bonne qualité. Pour ce faire, il est nécessaire de considérer et de travailler sur les trois axes de cohérences proposés ainsi que sur au moins trois niveaux systémiques.

3.4. Accord sur l'unicité de concept

L'avantage de se mettre d'accord sur des critères, serait de pouvoir comparer les analyses de situations, de méthodes, de détecter rapidement et facilement les différences qui les caractérisent, de faire des différences et des liens. Une telle grille ne suppose aucunement l'abandon de ses convictions ou de sa méthode thérapeutique. Elle permet de mettre en évidence les différences, éventuellement les insuffisances d'une méthode, puis de la réorienter. Elle permet de faire des liens verticaux, horizontaux et dans le temps. Je pense qu'une méthode est efficace si elle remplit les conditions de cohérence définies ci-dessus, autrement dit, chaque méthode qui remplit ces conditions serait efficace, et de bonne qualité.

Rolf Stauffer

Genève, début juin 2004

BIBLIOGRAPHIE

- CIM 10, Masson/OMS Genève, Paris, 1992
- DSM IV, Masson, Paris, 1996 traduct., 1995
- Entre le cristal et la fumée, Atlan H., Edit. Seuil, 1979
- La nature et la pensée, Bateson G., Edition Seuil., Paris, 1984 traduit de l'américain, 1979
- La décision, Berthoz Alain, Odile Jacob, Paris, 2003
- L'homme neuronal, Changeux Jean-Pierre, Hachette/Pluriel, Paris, 2002
- L'Alchimiste, Coelho Paulo, Edit. j'ai lu, Paris, 1994 traduction, 1988
- L'acteur et le système, Crozier M., Friedberg E., Seuil, coll. points 1977
- Le sentiment même de soi, Damasio Antonio R., Edition Odile Jacob sciences, Paris, oct. 1999.
- Discours de la Méthode, Descartes, Garnier-Flammarion, Paris, 1966
- Ehlert Dr, expertise pour la FSP
- Les chemins de la psychologie, Godefroi J., P. Mardaga, Liège - Bruxelles, 1988
- Le pouce du Panda, Gould Jay, Edit. Grasset, Paris, 1982 traduit de l'anglais, 1980
- Atlas de notre cerveau, Hampden-Turner C., d'Organisation, Paris, 1990 traduit de l'anglais, 1981 carte 47 p.165 La holarchie de la Nature vivante : Koestler Arthur
- Dieu ? , Jaquard Albert, Stock/Bayard, France, 2003
- Le cerveau intime, Jeannerod Marc, Odile Jacob, Paris, oct. 2002
- Wissenschaftlichkeit in de Psychotherapie , Kriz Jürgen Prof. Dr. , Druckerei Peter & Co. , Zürich , mai 2003, Gutachten expertise
- Les derniers instants de la vie, Kübler-Ross Élisabeth, Edition Labor et Fides, Genève, 1975
- La colombe assassinée, Labori H., Ed. Grasset, Paris, 1983
- Le soda conquis par Dieu, Longchamp A., Journal de Genève, Genève, 29.12.1990
- L'analyse institutionnelle, Lourau René, Edit. de Minuit, Paris, 1970
- En ce qui concerne les trois cerveaux : , Mac Lean Paul : , the Neurosciences The Second Study Programm,ed. F.O. Schmitt, N.Y, 1970 in Atlas de notre cerveau, Hampden-Turner C.
- Vers une psychologie de l'être , Maslow A.H. , Edit. Fayard , 1972 traduit de l'américain, 1968
- Le hasard et la nécessité, Monod Jacques, Edit. Seuil, Points, Paris, 1970
- La méthode 1. La nature de la nature, Morin E., Seuil, collect.Point, Paris, 1977
- La méthode 2. La vie de la vie, Morin E. , Seuil, collect.Point, Paris, 1980
- L'unité de l'homme 2. Le cerveau humain, Morin E. /Piattelli-Palmarini M., Edit. Seuil, Point, Paris, 1974, Béjin A. p.215
- Gregory Bateson itinéraire d'un chercheur, Pauzé Robert, Éditions Hermès, Ramonville Saint Agnès, 1996
- La Gestaltherapie, Perls F.S., R.F. Hafferline, P Goldmann, Stanké, Ottawa, 1977, publié en 1965
- La psychologie de l'intelligence, Piaget J., Edit.A. Colin, Paris, 1967
- La nouvelle Alliance, Prigogine I. & Stengers J., Edit. Gallimard, Poitiers, 1979

- Le moine et le philosophe, Revel Jean-François, Matthieu Ricard, Edit. Nil, Paris, 1997
- L'aventure du vivant, Rosnay de J., Edition Seuil, Paris, 1988
- Le microscope, vers une vision globale, Rosnay de J. , Seuil, Point, Paris, 1975
- Physiologie, Schmidt Robert F., De Boeck Uni, Paris, Bruxelles, 1999 traduct., 1995
- Autopsie, la confrontation avec la mort, l'incertain, le vide chez les préparateurs en pathologie, Stauffer Rolf, 24 sept. 1999, 6è Congrès de l'EAPC N0 1433.
- Une logique de la communication, Watzlawick, Helmick, Beawin, Don D. Jackson, Seuil, coll. Point, Paris, 1972 traduit de l'américain, (1967)
- La réalité de la réalité (Confusion, désinformation communication), Watzlawick P., Seuil, Point, Paris, 1978 traduit de l'américain, 1976
- Le langage du changement, Watzlawick P., Seuil , Paris, 1980 traduit de l'américain, (1978)
- The voice of shame, Wheeler Gordon et Robert Lee, éd. GIC Publication Jossey-Bass Publishers, San Francisco, 1998

Table des matières

“Normes pour une méthodologie qualitative rationnelle et adaptative (MQRA)” Critères de qualités et de cohérences.

Évaluation qualitative, évaluation quantitative des psychothérapies et du coaching

1. Approche systémique et approche analytique : différence fondamentale
 - 1.A. Approche nommée analytique
 - 1.B. Approche nommée systémique
- 1.1. Les principes méthodologiques concernant les deux méthodes analysées
 - 1.1.A. Expérimentale/clinique.
 - 1.1.B. Empirique (modélisation et simulation)
- 1.2. Données dans les sciences humaines
- 1.3. Les deux principes méthodologiques appliqués aux sciences humaines, plus particulièrement à la psychologie et la médecine.
 - 1.3.A. Analytique
 - 1.3.B. Systémique

Bibliographie:

2. Élaboration d'un modèle sous forme de grille d'analyse
 - 2.0.0.1. Introduction
- 2.1. La grille, ou, « À la recherche de la cohérence perdue »
 - 2.1.1. Premiers critères de qualités et de cohérences pour une épistémologie du modèle
 - La réalité est la réalité
 - L'humain est le centre.
 - Subjectivité
- 2.2. Division du champ de la réalité en trois axes (I,II,III)
 - I. Axe 1 plan vertical Les emboîtements systémiques
 - II. Axe 2 plan horizontal Les critères de cohérences et d'équilibre.
 - 1) Structure, organisation et matérialité.
 - 2) Fonctionnement dynamique
 - 3) Production, consommation et besoins.
 - 4) Finalités
 - II.1. Équilibre, homéostasie et cohérence
 - II.2. Autres critères et axiomes de qualités et de cohérence pour une épistémologie du modèle.
 - III. Axe 3 plan de la profondeur Le temps et l'évolution.
 - III.1. La cohérence temporelle
 - III.2. Autres critères et axiomes de qualités et de cohérences pour une épistémologie du modèle.
- 2.3. Normalité/anormalité (pathologie) ou analyse intégrative
 - 2.3.1. Normalité
 - 2.3.2. Anormalité
 - 2.3.3. Analyse intégrative

Conclusion

3. Grille, modèle et réalité.
 - 3.1. Nous, dans un environnement en mouvement. Critère du temps et du mouvement
 - 3.2. Utilité d'une grille
 - 3.3. Qualité et efficacité
 - 3.4. Accord sur l'unicité de concept

Bibliographie