

« Une logique de la communication »

P. Watzlawick

J. Helmick Beavin

Don D. Jackson

Chapitre 1 : Le cadre de référence

1-1

Les auteurs nous montrent en 3 exemples précis et détaillés un dénominateur commun entre ces exemples.

En effet on retrouve le côté incompréhensible des situations et le fait que l'homme n'ouvre pas assez son champ de vision pour mieux déchiffrer l'histoire.

Il reste buter devant le côté « mystérieux », comme par exemple un médecin étant sûr de son diagnostic et par ailleurs les examens prouvant le contraire vont le déstabiliser.

Les auteurs préconisent lors d'une recherche sur le comportement d'un individu est de commencer par la nature du « mystère » et au sens plus large de la nature de l'esprit humain. Il faut repousser les limites de cette recherche pour analyser le comportement de l'individu sur autrui et le comportement de ces derniers, le contexte.

« L'observateur du comportement humain passe alors d'une étude de l'esprit par inférence à une étude fondée sur l'observation d'une relation dans ses manifestations. »

Cela montre que l'ensemble des comportements de l'individu n'est autre que la communication.

Tout au long de cet ouvrage, P. Watzlawick et ses confrères vont essayer de diviser le terme de la communication humaine comme la sémiotique :

Syntaxe, sémantique et pragmatique.

Le premier de ces trois domaines recouvre les problèmes de transmission de l'information. En effet c'est des problèmes de syntaxe. La sémantique est le problème du sens, certes si le récepteur et l'émetteur ne se sont pas mis d'accord sur les significations on ne peut communiquer.

Pour finir l'aspect pragmatique, basé plus sur le comportement humain.

Dans ce livre, on abordera plus le côté pragmatique de la communication et donc les comportements humains normal et pathologique.

Les mots communication et comportement seront considérés comme synonymes tout au long du livre.

1-2

La notion de fonction et de relation

Dans un premier temps les auteurs recherchent le concept mathématique du mot « fonction » pour pouvoir définir ce terme dans le domaine de la communication.

L'exemple concret donnée et celui de la variable, une variable ne prend pas de sens sans la relation à une autre, cette relation fonde le concept de fonction.

Toutefois à l'encontre des fonctions mathématiques on retrouve les fonctions psychiques qui constitue la Psychologie expérimentale.

L'exemple des sensations, perceptions et mémoires ...

D'après l'hypothèse d'Ashby sur la mémoire, celle ci est une fonction du caractère observable ou non d'un système donné.

« La « mémoire », fonction du cerveau, n'est donc que partiellement objective ».

C'est pourquoi un individu lorsqu'il ne pourra plus se baser sur des éléments du présent il devra combler le vide par sa mémoire.

Ashby critique la construction intellectuelle et sa réification (modification cérébrale : sensation, mémoire...)

Dans un même sens G. Bateson évoque aussi le principe de mémoire par le biais du jeu des échecs.

Il explique que si quiconque connaissant le jeu des échecs arrivent en cours de parties sera de suite ou en est la partie par l'action de la mémoire.

L'activité sensorielle et cérébrale est l'essence même de l'expérience

1-3

Information & Rétroaction « Feedback »

Etude de la Psychodynamique de Freud :

Freud a rompu des réifications de la psychologie traditionnelle. La théorie psychanalytique postule que le comportement est l'interaction des forces intrapsychiques.

En effet avec l'exemple de la transmission d'informations :

Lorsqu'un pied heurte un caillou il y'a transmission d'information et d'énergie aboutissant à un résultat final un déplacement de l'objet.

Si un pied heurte un chien il y'a transmission d'information et d'énergie aboutissant à un résultat une réaction du chien et donc une transmission d'une autre information et etc....

Donc la découverte de la rétroaction lorsque A entraîne B et entraîne C jusqu'à l'infini, c'est un système linéaire déterministe.

On retrouve une rétroaction positive ou négative, on utilise plus souvent la négative car elle caractérise l'état stable et le maintient et est souhaitable.

Les deux de rétroaction, une partie qui sort du système est réintroduite sous la forme d'une information.

La rétroaction est dit comme étant le secret de l'activité naturelle, comme dit Claude Bernard : « La stabilité du milieu interne est la condition de l'existence d'une vie libre ».

1-4

Redondance

Les auteurs soulignent les difficultés de trouver de nouvelles méthodes, leur a permis de faire des recherches et trouver un progrès dans des domaines en liens avec l'étude de la communication humaine.

- exemple de l'homéostat d'Ashby :

Dispositif comportant quatre sous-systèmes identiques, interconnectés qui affecte l'un à l'autre en mode de suite.

Quel rapport tout cela a-t-il avec la pragmatique de la communication humaine ?
L'homéostat a pour particularité de créer des suites d'évènements dans laquelle chaque sous-système a les même probabilité d'apparaître est dit aléatoire cependant aucune conclusion, prévision pour la suite future des évènements.
Donc pour conclure on ne remarque aucune transmission d'informations.
Une suite de ce type est un des concepts fondamentaux de la théorie de communication on l'appelle processus stochastique.
Les processus stochastiques manifestent une redondance, chacun de nous possède un savoir qui est de type psychologique intéressant qui échappe à la conscience.
Les problèmes de la redondance : En effet on ne voit que les effets que A à sur B mais on ne voit pas que tous les actes de B vont aussi influencer A ultérieurement.
Mais certes nous possédons un savoir qui nous permet d'évaluer, d'influencer, et de prévoir un comportement.
Citation de HORA : « Pour se comprendre soi-même, on a besoin d'être compris par l'autre. Pour être compris par l'autre on a besoin de comprendre l'autre »
Nous sommes continuellement en train de communiquer mais nous sommes incapables de communiquer sur la communication. (Thème majeure du livre)
Identifier le modèle complexe de redondances :
Si un individu observe une partie d'échec mais ne connaît pas les règles et ne parle pas la même langue que les joueurs, il va tout de même comprendre quelques règles comme celle de jouer l'un après l'autre ou d'enlever le plus possibles de jetons de l'adversaire grâce des combinaisons.
La redondance dans l'interaction humaine n'est en fait que le commencement d'observer le système donné en action et ensuite d'essayer de définir les règles.

1-5

La métacommunication et le concept de calcul

Le concept mathématique de calcul selon Boole : un calcul est
« Une méthode fondée sur l'emploi de symboles, dont les lois de combinaison sont connues et générales, et dont les résultats permettent une interprétation cohérente ».

Dans ce livre, on a déjà conçu une représentation formelle de la communication humaine mais mis aussi en évidence les difficultés d'un discours sur ce calcul.
Les mathématiciens n'utilise plus les mathématique comme un outil mais un objet d'étude, c'est comme lorsque nous ne nous servons plus de la communication pour communiquer mais pour communiquer sur la communication.
Il est nécessaire d'avoir recours à la conceptualisation.
En effet les mathématiciens utilisent des nombres ou symboles mathématiques pour véhiculer un message des mathématiques mais ils utilisent le langage pour communiquer sur les métamathématiques.
Pour la communication on retrouve que un système formel qui est le langage permettant de communiquer sur la communication et la métacommunication.

On ne connaît pas encore le calcul de la pragmatique de la communication humaine mais on peut le comparer à une étoile dont l'astronomie a établi l'existence et défini la position mais que les observateurs n'ont pas encore découvert.

1-5
CONCLUSIONS

A) Le concept de « boîte noire »

L'esprit s'étudie lui-même, il est vrai que nous ne pouvons observer l'esprit en action c'est plus une vérité que nous avons acquise et comprise dès le début de notre existence. On l'a appelé la boîte noire car il est impossible de savoir réellement ce qui se passe à l'intérieur lorsque notre esprit est en action

B) Conscience et inconscient

L'exemple est le fait que si quelqu'un vous marche sur le pied il est peu important de savoir si autrui l'a fait exprès ou si c'était accidentel.

Cependant si nous interrogeons autrui nous ne saurions pas sur si il dit qu'il était conscient ou pas de cet acte.

Donc la première question à se poser lors de l'échange de communication avec autrui est le « sens ».

C) Présent et Passé

Le comportement de tout homme est du à l'expérience antérieure.

Comme nous l'avons exposé ultérieurement, Ashby a travaillé sur le principe de « mémoire » une construction intellectuelle.

Car si A dit à B quelque chose de son passé c'est que forcément son passé à un lien avec la relation présente entre A et B.

D) Effet et cause

Les causes possibles ont une importance secondaire mais l'effet de cette cause est d'une importance primordiale.

E) Circularités des modèles de communication

« Toutes les parties de l'organisme constituent un cercle. Chaque partie est donc à la fois commencement et fin » Hippocrate

Un cercle n'a ni commencement ni fin, en effet si un individu A transmet par la communication une info à B et que B fait de même ils pensent tous deux réagissent à leur partenaire. Cependant ils ne savent pas qu'il l'influence.

Chapitre 2 : Proposition pour un axiomatic de la communication

2-1

Introduction

D'après les conclusions du dernier chapitre, nous allons pouvoir partir sur des propriétés simples de la communication dont les implications interpersonnelles sont fondamentales. Ces propriétés jouent le rôle d'axiomes dans ce calcul de la communication humaine.

2-2

L'impossibilité de ne pas communiquer

A)

Le comportement humain possède une propriété fondamentale, c'est que le comportement n'a pas de contraire.

On ne peut pas ne pas communiquer, même si nous pensons qu'un individu seul sans parole reste renfermé il dégage une communication, un message celui de le laisser tranquille. Il faut juste que autrui « comprennent le message ».

Ce n'est pas systématiquement l'échange d'information donc de communication par la parole, les hommes peuvent communiquer avec d'autres moyens.

B)

Une unité de communication sera appelée message.

Une série de messages échangés sera appelé interaction.

Une unité de communication encore plus complexe sera appelée modèle d'interaction

C)

Le principe de ne pas pouvoir ne pas communiquer :

En effet une personne malade de la schizophrénie donne l'impression de ne pas chercher à ne pas communiquer. Toute communication suppose un engagement et définit par la manière dont l'émetteur voit sa relation au récepteur.

D)

Formule de l'axiome de métacommunication : On ne peut pas ne pas communiquer

2-3

Niveaux de la communication contenu et relation

A)

Les auteurs expriment le fait que lorsqu'il y'a communication on transmet une information mais à la fois on influence une autre. Cette affirmation est illustrée par l'exemple de Bateson : Si trois neurones A,B et C sont en chaine linéaire lorsque B est excité cela veut dire que c'est à la fois un « indice » que le neurone A a été excité donc a transmit l'information et un « ordre » d'excitation pour le neurone C donc une influence de B sur C. Le terme « indice » qualifie donc la transmission de l'information et le terme « ordre » qualifie la manière dont on doit entendre l'information et donc être influencé.

B)

Les ingénieurs en informatique se sont eux aussi posés la question sur les aspects de la communication mais plus particulièrement entre Hommes et machines.

En effet lorsque nous demandons à une machine de multiplier deux nombre on va transmettre une information donc un « indice » qui sont les deux nombres on va donner une information sur l'information qui est « l'ordre » de multiplier.

Ce qui est important ici c'est le lien entre ces deux aspects de la communication « indice » et « ordre ». Il est évident que l' « ordre » est d'une logique plus complexe que l' « indice ». On peut appeler l' « ordre » une méta information car c'est une information sur une information.

C)

Les auteurs se pencheront plus sur la communication humaine et le fait que le principe « indice » et « ordre » sont présents même dans notre communication.

L' « indice » est la transmission de données alors que l' « ordre » est le comment on doit comprendre cela.

Les relations humaines peuvent être aussi du non verbale comme les cris, sourires ou autres, ces relations peuvent aussi être comprise en fonction du contexte.

On remarquera aussi que les communications les plus confuses ou bien ambiguës sont le plus souvent les communication écrites. Une phrase ne peut pas avoir le même sens et ne peut pas être perçu pareil pour tout le monde en fonction du mot accentué par chacun.

D)

Nouvel axiome :

Toute communication présente deux aspects = le contenu et la relation.

2-4

Ponctuation de la séquence des faits

A)

Nous examinons l'interaction ou bien échange des messages entre partenaires.

Cette interaction peut être aussi appelé comme l'expression de Whorf « ponctuation de la séquence des faits »

Exemple : Un rat de laboratoire qui dirait « J'ai bien dressé mon expérimentateur. Chaque fois que j'appuie sur le levier, il me donne à manger », refuserait d'admettre la ponctuation de la séquence des faits que l'expérimentateur cherche à lui imposer.

Certes la ponctuation structure les faits du comportement et donc essentielle à la poursuite de l'interaction. Cela nous arrive de désigner une leader ou un suiveur dans un groupe cependant on ne peut savoir se qui deviendrait l'un sans l'autre.

B)

Désaccord sur la manière de ponctuer la séquence des faits est dû aux conflits dans les relations. Combien de fois on a pu entendre "J'ai un comportement comme tel car tu as un comportement comme cela » et entendre « J'ai un comportement comme cela car le tiens est comme tel ».

C)

L'aspect mathématique est encore utilisé pour mieux comprendre le concept de suite alterné et le problème des désaccords.

Thèse de Bolzano sur le problème de l'infini : il travaille plus particulièrement sur la suite $S = a - a + a - a + a - a + a - a + \dots$

Succession de dénégations et affirmations du message a.

La limite de cette suite est de nature différente selon la manière dont on choisit de ponctuer la séquence.

Seulement cela pose un dilemme dans la communication humaine, chacun de nous ponctue différemment la séquence donc on ne peut se placer d'un point de vue.

D)

Nouvel axiome :

La nature d'une relation dépend de la ponctuation des séquences de communication entre les partenaires.

2-5

Communication digitale et communication analogique

A)

On peut donc distinguer 2 types de communication :

Communication digitale est la transmission d'information par le biais de nombres qui sont des noms de code arbitrairement attribué.

Communication analogique est la transmission d'information sous la forme de quantités discrètes, et par suite toujours positives. Exemple de l'intensité du courant mais comme vu dans le chapitre précédent l'homéostat d'Ashby.

B)

Il existe 2 manières de définir ou plutôt désigner un objet, une manière du sens analogique ou on définit l'objet par un dessin et une manière digitale ou l'on définit l'objet par un nom.

Nous savons très bien que la succession de lettres pour pouvoir désigner un objet n'a aucun rapport avec l'objet. En effet les lettres c, h, a, t n'ont aucune raison particulière de désigner cet animal. Ce n'est qu'une convention sémantique d'une langue donnée.

Citations de Bateson et Jackson : « Il n'y a rien de particulièrement « quinquiforme » dans le nombre cinq ; il n'y a rien de particulièrement « tabuliforme » dans le mot table. ».

La communication analogique n'est en autre qu'une communication non-verbale.

Cependant un seul bémol dans cette définition, devons nous prendre en compte tous ce qui est gestuelle, posture, intonations... pour définir cette communication ?

C)

Nous les humains sommes les seuls êtres de cette planète à utiliser le procédé des 2 communications, analogique et digitale.

L'homme communiquer particulièrement par une communication digitale car il a élaboré un langage digital.

Mais nous nous fions toujours plus de la communication analogique car elle nous est transmise par nos ancêtres mammifères.

La réflexion de Bateson sur le comportement animal et le moyen de communication analogique :

Si lorsque vous ouvrez la porte de votre réfrigérateur et que votre chat se frotte à vos jambes vous pensez de suite que le chat essaye de communiquer pour demander à manger ou du lait.

Cependant comme nous ne pouvons transcrire la communication analogique d'un animal à notre langage digital on ne peut savoir ce qu'il voudrait dire en tant qu'humain.

Le comportement du chat qui se caresse à vos jambes n'est en autre que la relation spécifique du chat qui vous considère comme leur mère.

Un tel comportement chez les chats n'est visible que lorsque l'animal est chaton et se frotte à sa mère.

Toute communication a deux aspects le contenu qui sera transmis sur le mode digital et la relation de nature analogique.

D)

Explication plus claire des différences entre communication analogique et communication digitale.

-Les « analogies » :

- Place des grandeurs réelles
- Approximations des valeurs véritables
- Jamais atteindre la perfection
- Quantités discrètes et toujours positives pas de négations
Exemple : les larmes peuvent signifier la tristesse mais aussi la joie.
- Pas de distinction entre passé, présent, futur

-Les « digitales » :

- Précisions parfaites
- Machine logique
- Message comportant une complexité, une souplesse, un opposé de sens...

L'homme se trouvant dans le problème de combiner ces deux sortes de communications aura toujours du mal à traduire l'un dans l'autre.

2-6

Interaction symétrique et complémentaire

A)

Le phénomène d'interaction est apparu au XXème siècle par Bateson. Ayant étudié les comportements d'une tribu de la Nouvelle Guinée il s'est penché sur ce système.

Il a donc étudié les réactions des individus aux réactions des autres individus.

Il a pu comprendre que ces interactions sont différentes et peuvent changer dans le temps en fonction des personnes mais aussi du contexte.

B)

La recherche de Bateson a abouti sur 2 modèles d'interactions, l'interaction symétrique et complémentaire.

- L'interaction symétrique :
 - Relation fondée sur l'égalité
 - Minimisation des différences
- L'interaction complémentaire :
 - Relation fondée sur les différences
 - Maximalisation de la différence
 - Position de supérieur / inférieur

C)

La proposition d'un troisième type de relation est mise en œuvre dans le livre :

- la relation « métacomplémentaire »
Cela veut dire lorsqu'un individu A laisse B dépendre de lui ou l'y contraint ; lorsque nous nous attachons à la manière dont deux individus se comportent en faisant abstraction des raisons de pourquoi ont ils se comportement.

D)

Dernier axiome : Tout échange de communication est symétrique ou complémentaire, selon qu'il se fonde sur l'égalité ou la différence.

Chapitre 3 : La communication pathologique

3-1

Introduction

Nous allons maintenant dans ce nouveau chapitre examiner les différents axiomes formulés précédemment et montrer qu'ils comportent des conséquences pathologiques.

3-2

L'impossibilité de ne pas communiquer

A)

Dans cette première partie du chapitre, les auteurs s'intéressent au principe de communication des schizophrènes.

En effet vu précédemment ces malades font comme ils s'efforçaient de dénier qu'ils communiquent. Cependant lorsqu'ils communiquent l'auditeur se retrouve avec un choix entre des multiples sens possibles, non seulement différents, mais éventuellement incompatibles.

B)

A l'inverse des nombreux choix de l'auditeur pour trouver un sens possible aux communications du malade, on retrouve la communication franche et directe.

Cette communication n'est pas expliquée par l'auteur mais juste illustré par le romancier Lewis Carroll dans son livre « De l'autre côté du miroir », livre racontant les mésaventures de Alice dans les pays des merveilles.

En effet les deux reines de ce livre font subir à la jeune fille un « lavage de cerveau », en prétendant qu'elle s'efforce de nier quelque chose et pour elles la cause principale de ce déni est la disposition de l'esprit d'Alice.

L'auteur a donc eu l'intuition des effets pragmatiques de ce type de communication illogique.

C)

Le phénomène d'interaction humaine ne se trouve pas que dans les contes ou schizophrène.

La tentative de ne pas communiquer peut surgir dans beaucoup de contexte, mais il existe des moyens pragmatiques de la communication permettant de faire des réactions possibles.

Lorsqu'un individu A ne voulant pas communiquer se trouve dans un avion et un individu B assis juste à côté ne peut se résister de parler, A va se retrouver dans une situation extrême il ne pourra pas s'enfuir.

1) « Rejet » de la communication

- Accepter de suite ses responsabilités et donc accepter d'annoncer à B que vous ne voulez pas discuter.
- 2) Acceptation de la communication
 - A cède et discute avec B
 - 3) Annulation de la communication
 - Répondre aux questions de B par des phrases inachevées, malentendus...
 - 4) Le symptôme comme communication
 - A peut décider de montrer à B qu'il n'est pas en mesure de communiquer car il veut dormir ou bien il ne comprend pas sa langue etc.

3-3

La structure en niveaux de la communication

Le chapitre débute de suite avec un exemple pour illustrer ce thème « La structure en niveaux de la communication ».

Au cours d'une psychothérapie conjugale, un couple rapporte un incident, le mari étant seul chez lui reçoit un coup de fil d'un ami, cet ami qui vient bientôt dans la région annonce la nouvelle au mari. Le mari pense que l'accord de sa femme sera positif invite l'ami à séjourner. Lorsque madame rentre une scène de ménage commence. Lors du rendez-vous médical, les deux patients sont d'accords sur le principe d'inviter l'ami mais pourtant ils sont tous deux en désaccords sur la même question.

A)

En fait dans cette dispute il existait deux questions :

- L'invitation : objet de la communication digitale
- La relation entre les deux partenaires

Cette querelle n'est en fait qu'une erreur de communication basé au niveau de la métacommunication (relation).

Donc une confusion entre le contenu et la relation.

B)

Le désaccord constitue un cadre de référence pour étudier les troubles de la communication provenant d'une confusion entre contenu et relation.

Ces deux termes dépendent l'une de l'autre.

Lorsque que l'on observe un désaccord nous remarquons qu'il y'a plusieurs possibilités de communication. En effet si un individu A a raison et B tort, B peut admirer les connaissances de A ou bien au contraire les nier et donc vouloir avoir raison.

Cela veut dire que 2 individus en désaccord se retrouvent confrontés à un problème de définitions de leur relation si elle est comme complémentaire ou symétrique.

C) Définition de soi et d'autrui

Lorsqu'un désaccord ne se fait plus du tout sur le contenu mais que sur la relation on peut définir cela sur le domaine de la métacommunication.

Exemple : Individu X donne à Y une définition de soi-même, il peut exprimer cette définition en plusieurs manières.

Le prototype de sa métacommunication sera : « Voici comment je me vois ».

L'individu Y se retrouve dans la capacité d'énoncer trois réactions qui ont toutes les trois une importance pour la pragmatique de la communication humaine.

1) Confirmation :

- Y accepte la définition de X. Cependant il n'y aura pas de raison de communiquer sans échanges.
- 2) Rejet :
- Rejet de la définition, toute fois le rejet doit être succéder d'une explication donc de quoi argumenter.
- 3) Dénier :
- La plus importante, car ne porte plus sur la vérité de la définition, mais nie sur la réalité de X en tant que source.

D) Niveaux de la perception interpersonnelle

Lors des communications au niveau de la relation, on peut retrouver des messages hiérarchisés.

Comme vu précédemment X donne sa définition de soi et Y peut y répondre par 3 réponses.

Ces trois réponses ont un dénominateurs commun qui est de la métacommunication, car elles veulent toutes dire « Voici comment je vous vois ».

C'est alors que X peut répondre : « Voici comment je vous vois me voir », arrivant à un dialogue infini.

D) Imperméabilité

Selon Lee l'imperméabilité peut exister au premier niveau lors de la discussion entre X et Y.

X peut conclure que Y ne le comprend pas ou alors que Y peut croire que X se sent compris.

Dans l'exemple de l'enfant schizophrène, on peut retrouver un paradoxe total entre l'interprétation que peut faire les parents sur l'enfant (toujours heureuses, jamais essayé de la retenir auprès d'eux ...) et ce que pense l'enfant (déprimée, terrifiée à l'idée de dire se qu'elle ressent et qu'elle se sent sous la tutelle de son paternel...).

3-4

Ponctuation de la séquence des faits

A)

On observe des discordances dans la ponctuation des séquences car en effet il peut manquer de quantité d'informations entre les deux partenaires.

Lorsque deux personnes communiquent mais que l'une d'elle ne comprend pas ou n'a pas reçu la réponse de son partenaire, elle peut de suite énoncer des préjugés sur la personne sans même vouloir recommuniquer avec cette dernière.

B)

Une estimation est faite par des spécialistes de la communication disant qu'un individu reçoit dix mille par seconde d'impressions sensorielles.

Ce nombre démesuré montre que autant d'information peuvent submerger le cerveau d'un individu et que chacun va donc évaluer ce qui est pertinent ou non .

Conjecture : la racine de ces conflits de ponctuation se trouve la conviction solide qu'il n'existe qu'une seule réalité, le monde tel que je le vois moi.

Dans tous les cas de communication pathologique on retrouve l'existence d'un cercle vicieux chacun pense avoir raison, pour pouvoir arrêter ce cercle il faut donc regarder d'un autre point de vue. C'est pourquoi il faut métacommuniquer.

C) Causes et effets

Circularité de l'interaction : Lorsque A pense agir de cette sorte à cause des faits de B et que donc B réagit en disant que comme A a agit, ils sont donc la cause de ses faits. Donc une ponctuation discordante a menée à des conceptions différentes du réel et donc par la suite des conflits et désaccords.

D)

Concept important : prédiction qui se réalise.

C'est l'un des phénomènes de l'interaction le plus intéressant.

Le comportement interpersonnel d'un individu se caractérise par une redondance particulière aboutissant à un effet complémentaire avec autrui qui le contraint à adopter ces attitudes.

L'individu pense qu'il réagit juste à l'attitude d'autrui alors que en fait il la provoque.

3-5

Erreurs de « traduction » entre l'analogique et le digital

A)

La traduction d'un message analogique à un message digital est assez complexe.

En effet il manque des éléments au message analogique pour pouvoir avoir une bonne syntaxe du langage digital.

L'interprétation que peut avoir le langage analogique est de ce fait incompatible.

Comment pouvons nous traduire la pâleur, la transpiration, le stress en langage digital ?

B)

Le langage digital possède une syntaxe logique et un message dénotatif.

Bateson fait l'hypothèse qu'un message analogique est par nature dénotatif comme le digital.

Exemple de Bateson : Lorsqu'une pieuvre ou un navire fait un geste de menace, l'autre en conclue que « elle est forte » ou « elle va attaquer » mais cela ne figure pas dans le message original ; le message ne dénote rien.

C)

On observe que lorsque nous traduisons un message analogique en digital on doit introduire des fonctions logiques de vérité qui sont absente dans le cas de la communication de mode analogique. Par exemple l'absence de la négation et plus particulièrement du « non » digital.

Exposons le fait qu'il existe une seule façon d'exprimer la négation dans un message analogique vu chez les animaux : proposer l'action à nier, et ne pas le mener à son terme.

L'exemple de deux chats dont un qui attaque l'autre si celui qui est attaqué veut montrer qu'il ne veut pas il va se coucher sur le dos et montrer son cou donc partie sensible la jugulaire. Il va donc montrer « qu'il NE veut PAS se battre », « je NE vais PAS t'attaquer ».

D)

On déduit que deux fonctions logique de vérités sont présentes lors de la difficulté de traduction, en effet ce sont la « négation » et « l'alternation » ; le « non » et « ou ».

Troubles pathologiques virtuels de l'interaction symétrique et complémentaire

A) Escalade symétrique

Une interaction symétrique et complémentaire remplissent des fonctions importantes, nous apprend des relations « saines », des actions réciproques.

Cependant on remarque que ces deux termes possèdent des virtualités pathologiques.

Prenons l'exemple d'une relation symétrique, on ne peut avoir deux personnes égales qui s'entendent, elles vont donc être en rivalité. Donc on aboutit à une propriété spécifique de l'interaction symétrique appelé escalade.

Les individus symétriques vont donc faire une « escalade » dans la frustration.

Au contraire si nous sommes dans une relation symétrique « saine », les partenaires vont donc accepter l'autre et donc aboutir à un respect.

B) Complémentarité rigide

On remarque que les relations complémentaires connaissent la même chose que la relation symétrique du côté « saine » et positive.

Par contre du côté troubles pathologique, on observe pas du tout le terme d'escalade et donc un suite infini de frustration mais plutôt un déni total.

Ce trouble est beaucoup plus dur, définit par les psychanalystes comme des relations sadomasochistes.

Donc un sentiment de frustration croissant aboutissant à un déni.

C)

Relations symétriques et complémentaires peuvent se stabiliser mutuellement par le biais d'un mécanisme homéostatique.

Pour expliquer ce principe, les auteurs ont utilisé trois extraits « entretiens familiaux structurés » ; c'est trois exemple commence tous par la même question d'un thérapeute pour le couple qui est : « Comment avez-vous fait pour vous rencontrer parmi les centaines de gens qu'on croise chaque jour ? »

Couple 1 : Exemple type d'échange symétrique

L'homme va répondre en premier en résumant de façon bref leur rencontre en se justifiant des droits de le faire, ensuite la femme énonce la même information donc une symétrie.

Cependant au fur et à mesure de la discussion chacun va rajouter quelque chose à l'histoire pour avoir le dernier mot.

Ce qui monte le passage à une interaction symétrique « escalade » donc une rivalité.

Ce couple a consulté un thérapeute de peur de fonder une famille avec autant de chamailleries, la réponse à cette thérapie est que le couple est dans l'impossibilité d'établir une relation complémentaire.

Couple 2 : Exemple type d'échange complémentaire

Un couple dont la femme est amnésique et que l'homme a permis d'avoir la position « haute » et donc être viril et positif.

Le couple se trouve en accord total mais cependant ils n'ont aucun lien qui les unissent.

Couple 3 : Souple alternance entre symétrique et complémentaire.

Couple n'ayant pas trouble clinique, ils sont un peu plus normaux comportant une relation stable et confirmation réciproque de leurs rôles ne semblent pas pour autant menacées.

Entre le couple on retrouve des situations où l'Homme domine et donc en position de force et des reversements de situations, sans pour autant de conflit. Cela montre une symétrie entre le couple ils s'aident à répondre à la question du thérapeute, mais aussi une relation complémentaire car chacun accepte ce qu'énonce l'autre pour argumenter leur rencontre.

Chapitre 4 : Structure de l'interaction humaine

4-1

Introduction

Tout d'abord dans le chapitre précédent nous avons étudié certains troubles pathologiques de la communication humaine.

Dans ce nouveau chapitre nous allons montrer d'une façon théorique la structure des processus de communication.

Dans le prochain chapitre nous l'illustrerons avec des exemples.

4-2

L'interaction comme système

L'interaction est un système et la théorie des systèmes en général permet de mieux comprendre la nature des systèmes en interaction.

Comme l'a énoncé l'un des pionniers de la Théorie générale des systèmes Ludwig von Bertalanffy « la formulation et la dérivation des principes valables pour les « systèmes » en général ».

Cette phrase explique le fait de trop se précipiter à vouloir communiquer d'un moyen qui est des plus absurdes pour la tâche. Exemple utiliser des machines tels ordinateurs pour communiquer sur les relations humaines.

A) Définitions des propriétés particulières des systèmes :

Dans des systèmes en interaction, la meilleure manière de décrire un objet c'est d'utiliser les relations (ce qui fait tenir ensemble le système) et non pas ces propriétés.

Ce qui importe ici, ce n'est pas le contenu de la communication mais l'aspect « relation » de la communication humaine.

Système en interaction = plusieurs partenaires cherchant à définir la nature de leur relation.

B) Milieu et sous-système

Un autre aspect de la définition du système est abordée dans ce chapitre, en effet c'est celui du milieu et sous système.

Définition du milieu : c'est l'ensemble de tous les objets tel qu'une modification dans leurs propriétés affecte le système ainsi que les objets dont les propriétés sont modifiées par le comportement du système.

Définition du sous-système : On peut subdiviser un système en sous-système, des objets appartenant à un sous-système peuvent être considérés comme faisant partie du milieu d'un autre sous-système.

En résumé les partenaires d'une communication ont des relations verticales et horizontales avec d'autres personnes (milieu) et d'autres systèmes.

4-3

Propriétés des systèmes ouverts

A) Totalité

Un système se comporte comme un simple ensemble d'éléments qui sont dépendants l'un de l'autre, ils constituent un tout cohérent et indivisible.

Son contraire se nomme la sommativité.

Les séquences de communication doivent être considérées comme inséparables les unes des autres. En résumé, l'interaction est non sommative.

Principe de totalisé s'oppose à une autre théorie de l'interaction, les relations unilatérales entre les éléments.

En utilisant une relation complémentaire donc un dispositif faible-fort on peut perdre de vue la totalité de l'interaction.

B) Rétroaction

Rétroaction et circularité constituent le modèle de causalité. La nature spécifique d'un processus de rétroaction offre beaucoup plus d'intérêt que l'étude de l'origine et, bien souvent, du résultat.

C) Equifinalité

Dans un système circulaire, les « conséquences » sont déterminées par la nature du processus ou par les paramètres du système.

Le principe d'équifinalité signifie que les mêmes conséquences peuvent avoir des origines différentes.

4-4

Systèmes en interaction continue

Dans cette partie les auteurs vont étudier les systèmes dits « stables ».

Hall et Fagen : « On dit qu'un système est stable eu égard à certaine de ses variables, si ces variables tendent à demeurer dans des limites précises. »

A) Les relations continues :

Ces relations sont en fait les relations tels amitiés, familiales, professionnelles, conjugales. Ces relations peuvent être appelé relation « naturel », où nous supposons qu'il en ressort des troubles pathologiques de la communication humaine.

- Dans ces relations on remarque toujours une question existentielle : Pourquoi cette relation existe ou même dure-t-elle ?

Cette question amène des réponses fondées sur la motivation, la satisfaction d'un besoin, des facteurs sociaux ou culturels.

Pour élaborer une explication les auteurs tentent de démontrer que la question à se poser est plus le comment que le pourquoi.

L'exemple d'un martien qui observe un ordinateur va se poser la question : Comment ça marche et non pas pourquoi.

B) Limitation :

Dans une séquence de communication, tout échange de messages restreint le nombre d'échanges suivants possibles.

En effet, dans certaines discussions on peut retrouver une limitation de réponse marquée.

C) Règles de la relation :

Dans chaque relation les partenaires ont une définition différente de leur relation.

Si ce processus ne parvenait pas à une certaine stabilité et donc de se mettre d'accord sur la définition de leur relation entraînerait un « emballement » puis une dissolution de la relation.

Pour avoir une relation stabilisée il faut se mettre d'accord sur la définition de leur relation, cette stabilisation est appelée par Jackson « règle de la relation ».

Ces règles permettent d'énoncer les redondances, peut déterminer la symétrie ou la complémentarité mais aussi la ponctuation.

D) La famille comme système :

Jackson introduit le concept d'homéostasie familiale.

- Totalité :

Chaque comportement de chacun d'un membre de la famille influe les autres et est influencé par eux.

- Non-sommativité :

L'analyse d'une famille n'est pas la somme de l'analyse de chacun des membres, en effet cela relève d'une complexité et donc des modèles d'interaction.

Des exemples de « double contrôle » de Fry sont exposés dans ce chapitre voulant démontrer que dans une thérapie de couple la femme est dite malade alors que l'homme a en fait les mêmes soucis mais se dit moins graves,

- Rétroaction et homéostasie :

Des entrées d'informations, des actions des membres de la famille introduites dans le système agissent sur ce système et sont modifiées par lui.

On a donc trouvé la possibilité d'utiliser le terme « homéostasie » qui comporte deux définitions :

- comme fin, ou état, plus précisément l'existence d'une certaine constance en dépit des changements.
- Comme moyen, c'est à dire les mécanismes de rétroaction négative qui servent à atténuer les répercussions d'un changement.

Certaines familles trouvent leur équilibre grâce à l'homéostasie, par ailleurs interviennent d'importants facteurs de changement.

Résumé

L'interaction humaine peut être décrite comme un système de communication régi par les propriétés de systèmes généraux.

Chapitre 5 : Qui a peur de Virginia Woolf ? Littérature et théorie de la communication

5-1

Introduction

Les auteurs ont étudié précédemment la théorie des systèmes en interaction, pour illustrer leur thèse ils vont choisir un système imaginaire plutôt que clinique. Le système imaginaire n'est en fait que l'exemple d'une pièce d'Edward Albee satisfait les critères.

A) L'intrigue :

Cette pièce est décrite comme « une fantastique scène de ménage », 4 acteurs communiquent de façons rapides et serrées.

La pièce se déroule à l'aube d'un dimanche dans le salon de George et Martha en Angleterre. Les 4 personnages :

- Martha : fille unique du président de l'université, marié à George, elle est forte de tempérament volcanique, âgé de 52ans.
- George : intellectuel, âgé de 46ans

Martha espérait que George prenne la suite de son père mais George n'y a jamais répondu.

Au retour d'un dîner chez le père de Martha le couple rentre et se retrouvent en compagnie d'un couple de l'université Nick et Honey.

(Nick a épousé Honey car il croyait qu'elle était enceinte)

George et Martha ont un secret, ils partagent la fiction de l'existence d'un fils majeur.

George a un autre secret, il a tué sa mère d'un coup de fusil et a tué son père accidentellement en voiture.

1^{er} acte : « Jeux de masques »

- introduction au mythe du fils
- Martha séduit Nick
- Martha attaque George sur son échec professionnel.

2^{ème} acte : « La Nuit de Walpurgis »

- George dévoile à Nick la mort de ses parents
- Nick explique les raisons de son mariage avec Honey
- Martha danse effrontément avec Nick pour provoquer son époux
- Martha explique la vérité sur la mort des parents de George, elle se fait frapper par ce dernier.

- 3^{ème} acte : « Exorcismes »
- Martha revendique son infidélité
 - George dévoile « l'existence » de son fils, annonce que leur fils a été tué dans un accident de voiture.
 - Le couple invité part

A la fin de la pièce on ne sait si Martha et George vont continuer à jouer la comédie du fils mort ou si maintenant une modification totale de leurs modèles de relation va apparaître.

5-2

L'interaction comme système

A) Le temps et l'ordre : l'action et la réaction

Bateson a défini la psychologie sociale comme « l'étude des réactions des individus aux réactions d'autres individus ».

Les réactions de Martha sur George et inversement sur des périodes de temps relativement grandes, ont des échanges cumulatifs revêtent d'un ordre séquentiels.

B) Définition du système :

Comme vu dans le chapitre précédent, chaque individu a une définition différente de leur relation.

Dans l'acte 1^{er} « Jeux et Masques », les couples jouent des jeux de relations avec des règles.

C) Systèmes et sous-systèmes :

L'axe de cette pièce est la dyade George-Martha, ils forment un système ouvert.

Nick-Honey ne connaît pas la complémentarité de notre couple Martha-George.

On retrouve un triangle de dyades labiles avec George-Martha-Nick.

5-3

Propriétés d'un système ouvert

A) Totalité :

Le terme de totalité désigne cette imbrication des maillons de triade stimulus-réponse-renforcement qu'ont décrite Bateson et Jackson.

On doit garder présentes à l'esprit, comme corollaire du principe de totalité d'un système, toutes les conclusions du chapitre 1. (Boite noire, conscience, inconscient, présent et passé, circularité, relativité du « normal » et du « pathologique »)

Le couple Martha-George joue un jeu, Martha celle de la femme forte castratrice qui domine dans le couple et George celui du faible. Cependant ce jeu contient des tactiques que tout deux connaissent mais aussi ils le jouent ensemble.

B) Rétroaction :

Processus de rétroaction négative ou positive donc de complémentarité et de symétrie. Martha et George dans cette pièce passent leur temps à s'affronter et donc se retrouver en perpétuelle conflit circulaire de complémentarité.

C) Equifinalité :

Dans le système en interaction comme celui de George et Martha ont des conditions initiales (étiologie, passé, histoire personnelle) sont des expériences partagés lors des débuts de leur mariage.

On retrouve ensuite des conditions initiales individuelles pour chacun des personnages.

5-4

Un système en interaction continue

A)

Dans le jeu de Martha et George on peut comprendre un système d'escalade symétrique. Le couple se cherche mais fini par en rire, leur rire est une sorte d'effet homéostatique.

Martha ne peut que diriger ou ordonner leur couple et mettre George a un état inférieur. George va donc répondre à ceci par des petites boutades qui vont agacer Martha. Ils escaladent ensemble un système symétrique, ils sont symétrique et donc se lancent des pics.

Leur rivalité n'est pas infini est destructrice en effet c'est beaucoup plus un conflit coopératif et donc avoir une limite supérieur de leur escalade. Ils doivent donc établir des règles fondamentales.

Mais l'extrême rigidité de leur relation les empêche d'éprouver, sinon à des brefs instants, cette confirmation, et de faire fond sur elle.

B) Le fils :

Les proportions délirantes de cette fiction et la nécessité pour le couple de la partager ne sont pas un obstacle à sa crédibilité.

Ce personnage imaginaire est cité soit comme « le fils » ou soit comme « le jeu du fils ». Le couple cherche à se rattacher à un lien un fils imaginaire pour se soutenir dans leur couple.

L'histoire du fils est sans doute le seul sujet ou Martha et George ne sont pas en rivalités. Ce mensonge n'est en fait que la limite interne de leur escalade symétrique. La présence d'un enfant dans le couple aurait sans doute pu aider ce problème de conflit et d'escalade symétrique.

Avant que les invités soient là, le couple se met d'accord de règles : ne pas évoquer leur fils imaginaire et ne pas se donner d'ordre.

Ces règles ne seront pas respectées .

Par ailleurs la mort du fils pourrait être le passage à une nouvelle échelle de mesure permettant un nouveau type de fonctionnement.

C) Métacommunication entre George et Martha

La nature de leur métacommunication a un rapport direct avec cette question car nous le verrons même leur communication sur leur communication est soumise aux règles de leur jeu.

D) Limitation de la communication :

Lorsque nous communiquons ceci est comme un jeu il existe différents « coups » pour y répondre.

Ceci est fréquent dans la pièce d'Albee ou lorsque Nick et George discutent on observe une froideur et donc une réponse brève à leurs discussions.

Chapitre 6 : La communication paradoxale

6-1

Nature du paradoxe

La nature du paradoxe a une portée pragmatique directe et même existentielle pour chacun de nous.

Le paradoxe peut affecter notre comportement et notre santé mentale.

Le terme de paradoxe est d'une importance capitale dans cette œuvre .

A) Définition :

Paradoxe : une contradiction qui vient au terme d'une déduction correcte à partir des prémisses « consistantes ». Cela nous permet d'exclure toutes les formes de « faux » paradoxe.

B) 3 types de paradoxes :

- Les antinomies ou plutôt paradoxe logico-mathématique : paradoxes qui surgissent dans les systèmes formalisés.
- Les antinomies sémantiques ou définition paradoxale : paradoxes qui surgissent dans des système comme la pensée et le langage.
- Les injonctions paradoxales et prévisions paradoxales ou les paradoxes pragmatiques : détermine le comportement.

Les paradoxes pragmatiques seront les plus étudiés dans cette œuvre car elles touchent le comportement. Cette hiérarchie de 3 paradoxes rappelle celle de la théorie de la communication, une première partie logique ensuite sémantique et pour finir pragmatique.

6-2

Les paradoxes logico-mathématiques

Les paradoxes logico- mathématiques Le plus célèbre de ce groupe est le paradoxe de la « classe de toutes les classes qui ne sont pas membres d'elles-mêmes », il est lié à la théorie des logiques de Russel : « ce qui comprend « tous » les éléments d'une collection ne doit pas être un élément de la collection ». Ainsi pour les résoudre ou établir un changement faudra t- il sortir de la dite collection.

6-3

Définitions paradoxales

Russel affirme que : « tout langage possède une structure sur laquelle, dans le langage même on ne peut rien dire, mais il existe peut être un autre langage ayant pour objet la structure du premier et qui possède lui même une nouvelle structure et qu'à cette hiérarchie des langages, il n'y a peut être pas de limites ». L'antimie sémantique la plus célèbre est ici celle de l'homme qui dit : « je suis un menteur », cet énoncé n'est vrai que s'il n'est pas vrai, autrement dit l'homme ment uniquement si il dit la vérité,

et vice versa, il est donc véridique quand il ment .

6-4

Paradoxe pragmatiques

A) Injonctions paradoxales :

Les éléments essentiels à une situation d'injonction paradoxale :

- Une forte relation de complémentarité
- Désobéir pour obéir
- L'individu à la position inférieure dans la communication ne peut sortir du cadre et critiquer le paradoxe.

B) Des exemples :

Je propose de décrire que le premier exemple pour comprendre la paradoxe pragmatique.

Exemple 1 :

Comment écrire Chicago ou « Chicago »

Si le cadre empêche la personne en position basse de sortir du paradoxe elle se trouve coincée, elle n'a plus de possibilité à sortir d'une impasse que par la colère ou le refus .Elle se trouvera, en ce cas, taxée d'incompétence de malignité ou de folie. Si elle tente d'utiliser la métacommunication, qui n'est pas une solution simple, l'autre, en position haute, peut simplement refuser cette tentative et encore renforcer ses accusations.

C) La théorie de la double contrainte :

Les éléments qui composent une « double contrainte » peuvent se décrire ainsi :

- Relation intense qui a une valeur vitale pour les concernés
- Dans ce contexte, le message émis est structuré d'une manière telle que :
 - Le message affirme quelque chose.
 - Il affirme quelque chose sur son affirmation.
 - Ces deux affirmations s'excluent l'une l'autre. Si c'est une injonction, il faut désobéir pour pouvoir lui obéir.
- Le récepteur du message est mis dans l'impossibilité de sortir du cadre fixé par le message. Même dénué de sens, le message trouve une valeur pragmatique, car on ne peut pas *ne pas y réagir*, et on y réagit toujours *de façon paradoxale*, car inadéquate, puisque le message est paradoxal.

Nous vivons dans un monde peu logique, nous devons donc nous préserver.

On peut rajouter deux critères supplémentaires aux trois caractéristiques essentielles d'une double contrainte. Cela permettra de voir un rapport entre double contrainte et schizophrénie.

- Quand s'établit une double contrainte durable voire chronique, l'individu s'y attend comme à une chose allant de soi, propre à la nature des relations humaines et au monde en général.
- Comportement paradoxal imposé par la double contrainte a la propriété d'être doublement contraignant; ce modèle de communication est un cercle vicieux.

La double contrainte est un véritable paradoxe avec des effets pragmatiques différents des injonctions contradictoires.

Cependant les doubles contraintes ne sont pas seulement des injonctions contradictoires, mais de véritable paradoxe.

Toute contradiction logique n'est pas une antinomie, mais une antinomie est une contradiction logique. Il est de même pour les injonctions contradictoires.

Pour en revenir à la pragmatique de la communication humaine voyons brièvement quels peuvent être les effets des doubles contraintes sur le comportement. Comme vu précédemment pour répondre à une communication on a la possibilité de répondre sous forme de « coups », mais dans la double contrainte on remarque une certaine redondance et laisse place à un petit nombre de réactions.

La communication paradoxale a en effet beaucoup de lien avec les schizophrènes car leur communication est paradoxale étant basé sur 3 formes :

- paranoïde
- hébéphrénique
- catatonique

Dans les années 40, on vit l'apparition d'un nouveau paradoxe :

- Dans un premier temps une personne va annoncer une prévision dans la langue objet: exemple d'un directeur qui dit « il y'aura un examen ».
- Une prévision dans la métalangue qui nie la prévisibilité, « l 'examen (prévu) sera imprévisible
- Paradoxe : les deux prévisions s'excluent mutuellement.

Les prévisions paradoxales entraînent des dégâts dans les relations humaines.
ex: Y confiance en X qui le menace de quelque chose qui le rendrait indigne de confiance aux yeux de Y.

Un couple demandant aide à un psychiatre.(piège des prévisions paradoxales).
Importance de la question de CONFIANCE dans les prévisions paradoxales, y compris du paradoxe sémantique qui amène à être sur les deux sens du mot digne de confiance, à la fois métalangue: promesse, attitudes, et à la fois langue -objet: fidélité.la prévisibilité est la propriété commune qui détermine la classe de ses prévisions.
D'un point de vue pragmatique, le contexte est intenable.

Chapitre 7 : Le paradoxe en psychothérapie

7-1

L'illusion du choix possible

Cette expression est arrivée grâce à Weakland et Jackson dans un épisode de schizophrénie. Ils observent le fait que lorsque un schizophrène se retrouve face à un choix il est donc devant un dilemme et donc dans l'incapacité de faire un bon choix, car les deux solutions font partie intégrante d'une double contrainte. C'est l'hypothèse qu'on doit faire un choix qui est une illusion.

7-2

Le jeu sans fin

L'exemple d'un jeu :

Des joueurs décident d'inverser le sens de leur phrase, c'est à dire lorsque nous disons « je veux jouer » il faudra comprendre « je ne veux pas jouer »,
Cependant lorsque les joueurs voudront cesser le jeu et revenir à une communication normal il sera plus difficile, on peut appeler ceci un jeu sans fin.

A)

Qu'est ce que les joueurs auraient pu faire pour ne pas se trouver dans un dilemme ?

On peut envisager 3 possibilités :

- Les joueurs auraient pu convenir d'une règle supplémentaire comme par exemple utiliser une autre langue et donc pour communiquer normalement utiliser leur langue natale. Cependant un seul soucis apparaît, car ce ne serait applicable dans la communication réelle. Le langage naturel doit être utilisé pour le langue-objet et la métalangue.
- Les joueurs auraient pu convenir d'une durée de jeu.
- Cette 3^{ème} possibilités est sans doute la seule efficace, les joueurs auraient exposé leur dilemme à une tierce personne avec qui ils pourraient communiquer

B)

Celons les auteurs la troisième possibilités seraient nommé intervention extérieur ou plutôt le paradigme de l'intervention psychothérapeutique.

Le rôle de l'intervention psychothérapeutique constitue un nouveau système large ou non seulement on peut considérer l'ancien système mais où le thérapeute peut faire usage du paradoxe pour améliorer les choses.

7-3

Prescrire le symptôme

Si l'on veut influencer le comportement de quelqu'un il existe deux manières :

- Persuader la personne de se comporter autrement, mais cette méthode n'aboutit pas car un patient ne peut pas volontairement changer son comportement .
- Inciter la personne à se comporter comme il le fait déjà, mais cela reste tout de même un souci paradoxal. Car en effet lorsque tu incite à continuer, la personne va se retrouver avec l'incapacité de continuer car il remarquera que l'on a compris son comportement.

La deuxième solution pourrait être appelé « prescrire le symptôme ». Il faut donc une prise de conscience du patient et un changement de comportement.

Le docteur Frankl qualifie cette « prescriptions de symptôme » comme une intervention d' »intention paradoxale ».

7-4

Les doubles contraintes thérapeutiques

Ce terme est une catégorie de communication thérapeutique qui comporte multiples interventions paradoxales tels que « prescrire le symptôme ».
Les qualités d'un thérapeute ne suffisent pas pour débrouiller la complexité paradoxale d'une interaction perturbée.

Une double contrainte thérapeutique est l'image en miroir d'une double contrainte pathogène.

- 1) Elle suppose l'existence d'une relation intense
- 2) Formulation d'une injonction, demander de changer en restant inchangé, un paradoxe.
- 3) Situation thérapeutique empêche le patient de se retirer du jeu.

7-5

Des exemples de doubles contraintes thérapeutiques

Nous allons simplement résumer l'exemple 1 :

L'exemple d'un paranoïaque lors d'une séance thérapeutique. Le patient se retrouve à penser que le médecin a placé un microphone dans le cabinet pour enregistrer la séance. Le thérapeute place le malade en double contrainte thérapeutique en lui donnant deux choix possibles :

- explorer tous les recoins et donc continuer sa paranoïa mais en ayant la possibilité d'être rassuré après l'expédition si il n'en a pas trouvé.
- Abandonner sa paranoïa et donc poursuivre la séance normalement.

Ce double choix permet au patient « l'illusion du choix possible ».

Le patient choisit donc la première proposition est donc d'explorer le cabinet en explorant le malade se vide et parle plus facilement il avoue qu'il avait des soupçons sur son mariage et c'est sans doute de la que vient les soupçons du microphone. Si le malade avait choisi la proposition numéro 1 alors cela aurait voulu dire qu'il retirer les soupçons de sa femme.

Mais dans les deux cas le thérapeute pouvait réussir grâce à son choix d'aborder le problème réel.

7-6

Le paradoxe dans le jeu, l'humour et la créativité

Les auteurs constatent que de nombreuses recherches et réalisations les plus nobles de l'esprit humain sont étroitement liées à l'aptitude que possède l'homme de faire l'expérience du paradoxe.

Chapitre 8 : Point de vue sur l'existentialisme et la théorie de la communication humaine

Dans cet ouvrage, les auteurs ont tenté de découvrir l'interaction des hommes et donc de ce véhicule appelé la communication.

Ils se demandent si les principes de théorie de la communication humaine peuvent être valables lorsqu'on passe de l'interpersonnel à l'existential.

Les auteurs pensent que dans le fond il n'y a pas de réponse .

Si l'on considère l'homme comme un animal social, on ne peut pas rendre compte de ses liens existentiels dont son engagement dans la vie sociale n'est qu'un aspect. L'homme ne peut transcender les limites que lui impose son esprit : sujet et objet finissent par être identiques et l'esprit s'étudie lui-même. L'existence de l'homme n'étant pas observable au même sens que le sont ses relations sociales, les réflexions d'ordre subjectif paraissent inévitables risquant d'entraîner un paradoxe. Les conclusions qui suivent y seront donc peut-être soumises selon le lecteur.

Si nous comprenons que tout organisme pour survivre doit non seulement se procurer les substances nécessaires à son métabolisme, mais aussi une bonne information sur le monde environnant, nous constatons alors que communication et existence sont des concepts inséparables. L'impact du milieu sur un organisme renferme un ensemble d'instructions dont le sens n'est pas immédiatement clair, c'est à l'organisme de les décoder. Les réactions de l'organisme affectent en retour le milieu, c'est alors que se produisent des interactions complexes et continues qui ne sont pas hasardeuses et sont donc réglées par un programme, par un sens. L'existence est alors une fonction de la relation entre l'organisme et son milieu. Au niveau humain cette interaction atteint son plus haut degré de complexité.

L'homme est sujet et objet de sa recherche. Sa quête d'une compréhension du sens de son existence est une tentative de formalisation. En ce sens, il semble que certains résultats de la théorie de la preuve puissent être pertinents. Ludwig Wittgenstein dans le « tractatus logico-philosophicus » montre que nous ne pourrions connaître quelque chose sur le monde comme totalité que si nous pouvions en sortir : mais si cela était possible, ce monde ne serait plus « le tout » du monde. Le monde est donc à la fois fini et illimité, ainsi, il suit que « le monde et la vie sont un. Je suis le monde ». Le sujet n'appartient pas au monde, mais il constitue une limite du monde. La solution de l'énigme de la vie dans l'espace et dans le temps se trouve hors de l'espace et du temps. Rien à l'intérieur d'un cadre ne permet de formuler quelque chose, ou même de poser des questions sur ce cadre. La solution ne consiste donc pas à trouver une réponse à l'énigme de l'existence mais à comprendre qu'il n'y a pas d'énigme. C'est l'essence même des maximes finales du tractatus qui font penser au bouddhisme zen : « la solution du problème de la vie se remarque à la disparition du problème ».

