

Le systémicien

Journal des regards systémiques sur la santé mentale et sur la société
Édité par SYPRES - Syndicat des Praticiens En Systémie

n°1 - Novembre 2021

Les assises de SYPRES : le 6 décembre 2021 à 18h30

En cette fin d'année, il est temps de sortir de nos écrans ! Les assises de SYPRES sont un moment de rencontre et d'échange sur les sujets abordés cette année et sur les enjeux du développement de la pensée complexe dans tous les domaines : éducation, santé mentale, justice, entreprise, etc.

Participation gratuite

Inscription sur www.sypres.org

Rejoindre SYPRES

Rejoindre SYPRES vous permet de participer à des échanges riches et variés sur le développement de la pensée complexe au sein de notre société, de suivre les avancées en matière de réflexion sur la systémie en France et dans le monde. L'adhésion vous permet de participer gratuitement aux conférences. Tous les renseignements sont sur www.sypres.org

SOMMAIRE

SYPRES, la défense d'une vision complexe p.1

Rejoindre SYPRES p.1

Retour sur un an de conférences

SYPRES pp.2/4

- *Education et systémie*

- *Regards croisés sur la systémie*

- *La pensée complexe et relationnelle au service de l'entreprise*

- *De l'individualisme dans la société à la société des individus*

- *Patients / Usagers de service de santé au centre du système de soin : mieux écouter le patient pour mieux organiser le soin*

- *Le burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel*

- *De la pensée complexe en santé mentale :*

« *La carte n'est pas le territoire* »

- *La maladie mentale, miroir de notre société*

SYPRES, la défense d'une vision complexe

Le Syndicat des praticiens en systémie SYPRES, syndicat transdisciplinaire, regroupe des professionnels de la santé mentale et des sciences sociales qui défendent une vision complexe du monde et de l'individu en relation. Médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, thérapeutes, infirmiers, cliniciens, dirigeants, responsables des ressources humaines, éducateurs, enseignants, médiateurs, avocats, biologistes, anthropologues, sociologues..., tous intègrent et revendiquent une approche biopsychosociale, écologique et systémique de la pensée, du monde et de la relation (avec soi, les autres et l'environnement culturel et social).

Ce syndicat a pour but de promouvoir et défendre les intérêts collectifs professionnels, moraux, économiques, sociaux et juridiques des personnes physiques et morales pratiquant une approche de l'homme en relation, du soin et de la santé globale (dans ses dimensions préventive et curative) applicable à toute personne et toute organisation constitutive de la société, et visant à une amélioration du bien-être et de la qualité de vie.

Systemicien, la reconnaissance d'un métier

Le systémicien applique une approche systémique et stratégique de la relation d'aide, notamment telle que développée par l'École de Palo Alto - des avancées du MRI aux travaux de G. Nardone. La méthodologie mise en œuvre est prédictible, transmissible et reproductible. Sur la base de recherche clinique, **cette pratique est reconnue efficace avec en moyenne un taux de résolution de plus de 80% en 5,3 séances sur 5,4 mois** (Vitry, 2021).

Fort de ces résultats, SYPRES se donne pour mission de soutenir la reconnaissance d'un métier de systémicien avec la mise en place de formations qualifiantes et le développement de la recherche.

Retour sur un an de conférences SYPRES

Extraits des conférences des clubs SYPRES 2020-2021

5 octobre 2021 – La diversité à l'école : handicap ou ressource ?

Claude de Scorraïlle, Bénédicte Rousseau et Catherine Vidal (SYPRES) – Dr. Claudette Portelli et Matteo Papantuono, chercheurs, formateurs et psychologues - Bénédicte Pételle, députée LREM.

Longtemps ignorée au nom de la cohésion sociale et républicaine, la diversité est aujourd'hui reconnue dans ses dimensions culturelles, économique-sociales, confessionnelles, mais aussi en termes de profils d'apprentissage.

Elle peut être considérée comme l'une des causes ou l'un des éléments explicatifs des difficultés rencontrées à l'école. A l'inverse, elle peut être perçue comme une chance et une opportunité d'enrichissement réciproque. Embrassant la complexité, la logique systémique permet de tenir compte de cette ambivalence et de résister à la tentation de résoudre chacun des problèmes isolément. Dans une approche bio-psycho-sociale, la diversité est repositionnée non comme une cause d'inconvénients ou d'avantages mais plutôt comme un contexte au sein duquel coexistent des éléments et enjeux contradictoires qui tous doivent être articulés en permanence dans une recherche d'équilibre jamais définitif.

7 septembre 2021 - Regards croisés sur la systémie

Grégoire Vitry, Dr. Patrick Bantman, psychiatre et Audrey Becuwe, maître de conférence à l'Université de Limoges (SYPRES) - Michael Hoyt, PhD

Les politiques publiques ont peu à peu intégré une vision systémique. En témoignent la publication par l'ARS, en 1998, d'axes pour la prévention des maladies mentales selon une approche biopsychosociale. Le bien-être physique, mental et social est devenu un nouveau critère de la santé mentale. En France, on observe néanmoins un fossé entre une vision théorique reconnaissant la nécessité d'une approche biopsychosociale et la pratique où la thérapie systémique demeure peu reconnue. A. Becuwe rappelle l'absence de diplôme national de thérapie systémique et stratégique et la

nécessité de développer des cycles de formation reconnus. Selon P. Bantman, la question de la prise en charge et de la place de la famille lors du premier épisode psychotique et l'importance de l'alliance thérapeutique sont fondamentales face au traumatisme de la première rencontre avec le milieu psychiatrique (tant pour le patient que pour la famille) et nécessitent une prise en charge étendue. M. Hoyt intervient sur les enjeux du développement de la thérapie brève et souligne trois problèmes : le manque de recherches indépendantes avec évaluation de l'efficacité, le problème de représentation des réalités et l'importance de la diversité culturelle en thérapie, la difficulté de l'approche qui justifie le développement de protocoles.

6 avril 2021 - La pensée complexe et relationnelle au service de l'entreprise

Arnaud Bornens et Nicolas Matthieu (SYPRES) - François Dupuy, sociologue des organisations, auteur de *Lost in management*, *La faillite de la pensée managériale*, et *On ne change pas les entreprises par décret*.

FD : « Il faut faire attention à la confusion des genres. Le taylorisme est une façon de raisonner le travail. Avec la gouvernance dirigée par la règle (pour ligne de fond, les règles scientifiques, par définition inopposables). Depuis la dernière guerre mondiale, les organisations se sont construites sur ce modèle tout en étant endogènes. Lorsque les marchés se sont ouverts, les organisations ont dû trouver une variable d'ajustement qui n'est autre que l'organisation du travail. A été introduit le fonctionnement transversal (ou chacun dépend des autres pour atteindre les objectifs). La perte d'autonomie a été vécue comme une détérioration des conditions du travail. Le grand paradoxe est que les conditions de travail (ergonomie, etc.) se sont améliorées grâce à la technologie alors que les conditions du travail (les modes d'organisation) se sont détériorées à cause des situations de dépendance, et donc de confrontation.

Ceci a engendré de la souffrance et un retrait émotionnel du travail alors que l'entreprise a besoin d'engagement des salariés. Pour répondre à ce phénomène, les institutions ont mis en place la coercition. D'un point de vue systémique, le vocabulaire a une fonction compensatoire des pratiques. Plus on dit que nos employés sont au centre de tout, plus on utilise de façon immodérée des outils de management par la règle. »

3 mars 2021 - De l'individualisme dans la société à la société des individus

Dr. Patrick Bantman et Nicolas Matthieu (SYPRES) - Isabelle Orgogozo, professeur de philosophie.

Pour I. Orgogozo, l'actualité et la crise sanitaire nous confrontent à une nouvelle façon d'aborder les paradoxes tels que la dénonciation de l'individualisme qui s'accompagne de la revendication des libertés individuelles, ou l'émergence de nouvelles solidarités et l'injonction à la responsabilité collective. Si le contexte sanitaire met en exergue ces tensions, elles sont permanentes pour le systémicien, praticien de la relation : comment penser le primat de la relation dans une « société individualiste » ?

5 janvier 2021 - Patients / Usagers de service de santé au centre du système de soin : mieux écouter le patient pour mieux organiser le soin

Docteur Géraldine Talbot, psychiatre, addictologue, directrice de l'Association CaPASSCité (SYPRES) – Dr. Delphine Moisan, psychiatre, addictologue, coordinatrice du dispositif patient-expert du service addictologie - Davy Garault, Patient-Expert en addictologie, membre de l'Association des Patients Experts en Addictologie (APEA).

L'introduction d'un Patient-Expert dans le dispositif de prise en charge d'un patient dans un parcours de soin institutionnel apporte une complémentarité inestimable à l'équipe soignante et facilite sa communication thérapeutique. Le rôle du Patient-Expert est une illustration tangible de la volonté politique développée depuis une vingtaine d'années qui vise à placer l'utilisateur/patient au centre du système de soin.

Mais ce rôle suscite encore des réticences auprès des personnels soignants encore éloignés de ce type d'expérimentations (des doutes persistent sur la viabilité d'une telle coopération au quotidien et la fiabilité de ces « ex-patients » devenus « experts » de leur maladie et de leur guérison) et nécessiterait sa reconnaissance institutionnelle, une pérennisation permettant d'assurer son recrutement et la formation initiale et continue du patient-expert.

2 février 2021 - Le burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel

Gérard Ostermann, professeur de thérapie, psychothérapeute et Sabria Tahar, infirmière, thérapeute en HTSMA (SYPRES) – Dr. Fabrice Lakdja, anesthésiste-réanimateur, psychothérapeute - Laurence Pelletier, PhD, psychosociologue clinicienne, psychanalyste, coach, chercheuse en santé et travail, auteure de *La Fabrique du burn-out : Une terridéalité*.

Dans notre monde multitâche, le modèle du travail ne cesse de se transformer ; il est à ce jour associé à la culture de la rapidité, du *no limit* au profit d'une rentabilité avec moins de moyens. Cet écart entre la réalité du terrain et les objectifs demandés peut générer chez la personne en activité une tension susceptible, *in fine*, de mettre sa santé en danger.

Le *burn-out* est un processus complexe qui nécessite une lecture globale. Feu qui continue de brûler alors qu'il n'y a plus rien à brûler, il évoque une maladie du trop, du trop-plein, du trop-bien. Selon Laurence Pelletier, le *burn-out* est un ensemble de trois symptômes caractéristiques : une grande fatigue émotionnelle, une dépersonnalisation prononcée et un sentiment d'accomplissement personnel très bas. On distingue un concept de « terridéalité », qui désigne un système fermé de processus inconscients alliant terreur et idéalisation. Il engendre une pseudo-réalité fantasmagorique. Le paradoxe est que plus la personne est inconsciemment terrifiée de son environnement au travail, plus elle s'en défend par un besoin d'idéalisation.

De la pensée complexe : « La carte n'est pas le territoire »

« On ne peut pas dire de manière définitive si le patient se trompe ou a raison, s'il est malade ou sain ; la carte n'est pas le territoire » (Korzybski, 1933). L'approche systémique remet en cause le recours à l'approche de la causalité ordinaire pour expliquer un processus mental (Vitry, 2021). Dès lors que l'étiologie consiste à comprendre l'origine ou la causalité d'un fait, elle interroge le mécanisme de la logique caractérisé en mathématiques par « si A, alors B ». Or, Bateson & Ruesch rappellent que le mécanisme de fonctionnement de la logique ordinaire ou mathématique est rendu faillible par l'étude des phénomènes complexes (1951, p. 18). L'étiologie en santé mentale nécessite de repenser le concept même de causalité et d'abandonner le déterminisme linéaire (A cause B) au profit d'une causalité circulaire où la cause (par exemple, la peur de ne pas dormir) produit un effet (se dire que l'on doit dormir) qui rétroagit sur la cause (plus on se dit que l'on doit dormir, plus on constate que l'on ne dort pas et plus on craint d'être fatigué et de ne pas dormir).

Les travaux révolutionnaires très récents sur l'épigénétique montrent que le déterminisme génétique ne tient plus ; l'ADN n'est pas le seul responsable de l'hérédité. De même la santé mentale ne peut séparer l'homme de son environnement et de sa perception. Avant l'apparition de l'épigénétique, la plupart des biologistes étaient persuadés que les êtres vivants n'étaient que le produit de leurs gènes. Or nous comprenons depuis peu qu'ils disposent d'un réel potentiel d'action sur leur génome. En effet, notre ADN peut être influencé par notre environnement personnel : nourriture, exercice physique, vie sociale et amoureuse, entourage, lieu de vie, stress... (de Rosnay, 2018, p. 112). Il est temps de passer à une pensée complexe de la santé mentale et de prendre en compte l'homme dans sa globalité.

Références :

- Bateson, G., & Ruesch, J. (1951/1988). *Communication et société*. Seuil.
- de Rosnay, J. (2018). *La symphonie du vivant : comment l'épigénétique va changer votre vie*. Éditions Paris : Les Liens qui libèrent.
- Korzybski, A. (1933). *Science and sanity*. New York : Non-Aristotelian Library.
- Vitry, G., Pakrosnis, R., Brosseau, O., & Duriez, N. (2021). Effectiveness and efficiency of strategic and systemic therapy in naturalistic settings: Preliminary results from a systemic practice research network (SYPRENE). *Journal of Family Therapy*, Online, pp. 1–22

La maladie mentale, miroir de notre société

Le XXe siècle a vu s'affirmer l'intérêt individuel à travers le progrès et l'essor de l'homme moderne. S'est peu à peu créée une logique de croissance sans limite au service de l'installation d'une sécurité absolue, de la croyance en une toute puissance de la volonté humaine et de la possible satisfaction de tous nos désirs. Les notions d'impossible, d'échec, de risque ont été écartées : on veut faire la guerre sans mort, soigner sans perdre de vie, éduquer sans échec, occuper son temps sans temps mort. Les valeurs modernes rejettent la responsabilité de la réussite sur l'individu, prônant perfection, réussite et immortalité, (re)modelant ainsi notre relation à nous-mêmes, aux autres et à notre environnement au détriment du bien commun. Cette injonction à la performance individuelle crée une charge mentale accrue, source de nouveaux troubles psychologiques, *burn-out* ou dépression, qui révèlent le paradoxe du « je dois être performant mais je ne veux pas montrer à l'autre ma fragilité ». Pour Ehrenberg et Granger (2018, p. 14) « cet individualisme est caractérisé à la fois par une culture nouvelle de la conquête, de la compétition, de la concurrence et par une culture de la souffrance psychique ».

Le confinement lié au COVID-19 nous rappelle que nous ne pouvons exister sans l'autre, qu'entretenir de bonnes relations réduit le stress et renforce nos défenses immunitaires. Nos valeurs individualistes exacerbent la peur de se montrer vulnérable. Paradoxalement, « vivre dans la performance signifie également pouvoir dire à l'autre que nous avons besoin de lui, de pouvoir dire que nous souffrons : "je souffre avec toi et, par là-même, je vis avec toi" » (de Scorraille & Vitry, 2020, p. 27). C'est là toute l'ambiguïté et le paradoxe d'une situation qui nous contraints à réinventer notre relation à l'autre en passant d'une performance individuelle à un humanisme pragmatique et en permettant de penser l'homme en relation dans une performance de collaboration et selon une rationalité relationnelle.