

Modèles psychologiques clinique, social, et constructiviste pour l'explication et l'accompagnement des crises et du changement

Jean-Philippe TOUTUT

Introduction et problématique

Permettez-moi de rappeler en débutant mon propos la fameuse phrase du Bouddha : « Souvenez-vous bien qu'il n'existe rien si ce n'est le changement ». Derrière les formes et l'apparente continuité du moi, nulle existence et nulle permanence, si ce n'est le mouvement de transformation en lui-même.

Pour le psychologue, cette problématique s'exprime ainsi : l'étude du changement nous renseigne-t-elle sur le mode de construction du psychisme, et nous fournit-elle des moyens techniques pour l'accompagner efficacement ? Dans cette voie de recherche, nous avons mis en place un dispositif expérimental supposé mettre à jour des modes permanents de structuration du comportement du sujet en situation de changement.

Lorsque le changement est généré par de fortes contraintes antagonistes, il s'inaugure par un temps de crise, qui en révèle sa structure extrême. Lagadec en 1991 a proposé une triple définition de ce moment, que nous retenons : la crise est à la fois déferlement (« situation d'urgence qui déborde les capacités »), dérèglement (« menace de désagrégation du système »), et rupture (« menace de désintégration de l'univers de référence »). La crise est le premier temps du troc contraint, celui au cours duquel le sujet se voit obligé d'opérer un sacrifice douloureux, sans savoir sur quel autel, sans en percevoir de contrepartie. Le propre d'un vrai tournant n'est-il pas de ne pas savoir ce qu'il y a après le virage ?

Poursuivant l'image du virage, nous dirons que le changement n'est jamais instantané. Il suit un processus dit de transition, que nous avons défini par ailleurs (Toutut, 1997) comme « dynamique de transformation des représentations et des conduites ». Le processus du changement est donc la transition ; c'est au cœur de ce processus que se constitue le sens, qui n'apparaîtra qu'à la fin, lorsque le changement sera achevé. L'une des formes d'expression de ce sens réside dans l'élaboration de significations nouvelles répondant aux circonstances internes et externes, que Malrieu (1979) a décrite sous le terme de « personnalisation ».

Rappelons que ce n'est pas l'événement en soi qui détermine l'impact psychologique et le degré de profondeur de la transformation, mais la valence qu'il prend pour le sujet au moment où il apparaît et jamais par hasard dans sa vie.

Nous avons posé dans notre recherche que le sujet en situation de changement était capable de tenir sur ce changement un discours. Notre hypothèse était que ce discours pouvait être révélateur pour le psychologue de certaines modalités de fonctionnement et de structuration du psychisme en transition, explicables a priori par l'un des modèles théoriques majeurs actuels de la psychologie, à savoir : l'approche psychanalytique et la démarche systémique.

Les modèles théoriques préalables

Pour la psychanalyse, le changement relève de l'histoire individuelle, la compréhension des expériences du présent étant à rechercher dans les expériences et les traumatismes de la petite enfance ; S.Freud postule bien que l'inconscient est histoire, même s'il ne connaît pas le temps. Le changement trouve son issue dans ce que Bowlby (1961) appelle « la capacité nouvelle de l'individu à s'apparenter à de nouveaux objets et de trouver satisfaction en eux ». Le changement fait courir au sujet un certain nombre de risques : confusion de plans psychologiques, résurgence du noyau psychotique ou névrotique, altérations de certaines fonctions face auxquelles il va mobiliser des systèmes de défense pour supprimer ou réduire la désorganisation des pulsions. Peu à peu, le changement va s'opérer lorsque le sujet va pouvoir établir de nouveaux modes de régulation, grâce à ce que Widlöcher (1970) décrit comme « les mobilisations d'investissement assurées par l'intégration des défenses ». Pour la psychanalyse, la résolution du changement suppose en premier lieu un « travail de deuil », qui consiste selon Freud au « retrait des investissements hors de l'objet », opéré par ce que Rusk (1971) appelle « l'ego résiduel ». En 1979, René Kaes développera les concepts de Winnicott (1951) d'« objet transitionnel » et d'« espace potentiel » ; il décrira la transition comme « une zone intermédiaire d'expérience, un processus de passage entre deux états subjectifs », et proposera pour aborder les phénomènes de changement « l'analyse transitionnelle », en tant que « modalité du travail clinique pour permettre le travail psychosocial ». Mais la psychanalyse s'intéresse malgré tout davantage à ce qui se répète qu'à ce qui se transforme (ou à ce qui se répète dans ce qui se transforme), le changement étant au cœur du sujet.

L'école systémique, pour sa part, met l'accent sur l'environnement et l'interaction des facteurs individu - organisation. Le sujet est considéré comme un système, qui répond à certaines lois comme l'homéostasie (recherche permanente d'équilibre quand le changement questionne les points de régulation..), la rétroaction

(effets en retour du système sur ses composantes), la totalité (toutes choses sont reliées entre elles et leur interaction est plus que la somme de leurs parties) etc. Pour la systémie, le présent n'est pas déterminé par le passé, et l'explication causale tout bonnement inutile pour expliquer les phénomènes du changement. Pour l'un des chefs de file de cette école de pensée, Paul Watzlawick (1993), « nul besoin de rechercher un traumatisme originel que l'on présuppose (...) procédure basée sur les suppositions de l'existence d'une causalité linéaire, d'une relation déterministe entre la cause et l'effet, ajoutées à certaines conceptions et convictions (...) largement battues en brèche par la science moderne ». Le changement est toujours interactif entre le sujet et l'organisation. En 1971, Parkes développe l'idée selon laquelle le monde et le changement sont perçus par l'individu en fonction de son « monde supposé », c'est-à-dire des images de lui-même et de son environnement qu'il se fabrique et qu'il entretient dans un échange permanent avec son milieu. Les changements qui interviennent dans ce champ suivent des cycles que Parkes appelle « transitions psychosociales », au cours desquelles l'environnement reconstruit partiellement le monde supposé chez l'individu - et réciproquement. Mais la systémie ne s'intéresse pas vraiment à ce qui se passe à l'intérieur du sujet, elle considère le fonctionnement psychologique individuel comme une « boîte noire » et privilégie les effets visibles des interactions. Pour l'approche systémique, le sujet est au cœur du changement, et ils s'inter-déterminent.

La recherche empirique et les résultats obtenus

Sur la base de ce qui précède, nous avons interrogé à l'aide d'un questionnaire puis d'un entretien circonstancié 65 sujets en situation de changement (en l'occurrence de changement d'activité professionnelle), de façon à comparer leurs états et comportements d'aujourd'hui avec une autre situation de changement de leur passé, choisie à leur gré. Nous avons sélectionné des items liés 1) aux types d'émotions réactives, 2) aux modifications significatives apparues dans leurs conceptions, leurs actions, leurs valeurs, 3) aux modes de

réaction choisies, 4) à l'évaluation de leur environnement, 5) au degré et mode d'attribution des causes du changement. Nous nous sommes entourés des garanties scientifiques nécessaires dans la définition de l'échantillon, dans les conditions de l'enquête, dans le pré-test de l'outil. Nous nous sommes aidés des travaux de Dumesnil (1980) pour distinguer les situations de changement éprouvés, tant dans la situation événementielle actuelle que dans la situation de changement passée, et une pré-enquête nous a permis d'achever la définition de nos variables et items. Dans le traitement des données, mises en évidence par des calculs de corrélation et des analyses factorielles de correspondance, les indicateurs de variation accréditaient l'hypothèse interactionnelle, tandis que les indicateurs de continuité allaient dans le sens de l'hypothèse historique.

Les résultats obtenus mettent en évidence des influences extrêmement réparties et tout aussi prégnantes entre l'histoire (continuité) et le système (discontinuité). Certaines tendances se reproduisent dans le temps (mêmes trames de scénario, évolutions identiques dans le regard sur autrui...), mais des disjonctions d'expérience sont également importantes (modes de réaction différents, attributions causales opposées...). Quelques liens significatifs se retrouvent entre des évolutions de réponses, mais pour autant, elles sont très ponctuelles et isolées. Les comparaisons des variables qui bougent, des liens intra-crisis, des liens inter-crisis, des écarts et rapprochements entre les caractéristiques des situations, alors nous constatons la co-existence de trois modèles : la continuité pour $\frac{1}{4}$ des sujets, la discontinuité pour $\frac{1}{4}$ des sujets, et un modèle hybride fort de la moitié de nos sujets.

Mais surtout, nos résultats montrent qu'aucun des deux modèles explicatifs des changements, psychanalyse ou systémie, ne peut à lui seul prétendre rendre compte des résultats observés, tout en n'étant ni l'un ni l'autre totalement exclu. Cette caractéristique correspond exactement à ce que G. Koenig (1995) décrit comme « l'équivocité », qui n'est ni la confusion, ni l'ambiguïté, mais bien la multiple (ou co-)détermination d'un observable, « caractéristique de situations

susceptibles de multiples interprétations et par conséquent d'autant de développements ».

L'apport du modèle constructiviste de Carl Weick

La dispersion apparente des constituants du changement autour de deux influences en équivocité, l'histoire et le milieu, nous a amené à rechercher d'autres références théoriques globales susceptibles de mieux expliquer le phénomène observé en intégrant les deux écoles dans un modèle plus vaste. Nous avons alors trouvé dans certains aspects du modèle constructiviste, tel que Carl Weick en particulier l'aborde, des voies originales de compréhension, tolérant les paradoxes d'ordres de sens multiples, contigus, antérieurs comme postérieurs à l'action, et susceptible de rendre compte de l'évolution des états du sujets au cours de son changement.

Le modèle constructiviste considère que les comportements ne sont organisés par aucun déterminisme fondamental. Il n'y a pas en particulier de connaissance préexistante à découvrir, pas de réalité ultime du sujet qui serait dévoilée par le changement, pas non plus d'influence si forte qu'elle orienterait à elle seule le comportement. Par le changement, le sujet fait plus que se « personnaliser », il se construit, en même temps qu'il construit son environnement matériel ou immatériel. Weick propose de renverser l'idée selon laquelle les comportements seraient nécessairement organisés, répondraient nécessairement à une logique explicative plus ou moins exclusive. Puisqu'il faut bien tenter de comprendre les comportements, Weick va considérer que, selon ses termes, « au début se trouve l'action » (1979). C'est l'action qui est le principe organisateur du sens, et non l'inverse, de sorte qu'il ne convient pas de chercher les raisons de l'action dans une intention sensée ou organisée, mais bien de voir le sens donné aux choses comme une élaboration secondaire de « cartes cognitives », concept que Weick appelle « enactment » et que Demailly (1996) traduit fort bien par : « mise en forme récursive du réel à partir d'actions contingentes ». Ce serait une erreur dit Weick de rechercher un modèle

organisateur des comportements en situation de changement : l'adaptation du sujet et de son environnement (et non pas de l'un à l'autre) se construit comme le sens qui le suit « de manière non aléatoire mais non prévisible » (Laroche, 1996, à propos de Weick).

L'auteur ne retient pas l'idée d'un moi univoque qui changerait de manière homogène : l'évolution est ici le fait d'une multiplicité de soi engagés dans des actions de nature et d'intensité variables, dont le nombre auquel a accès la conscience du sujet conditionne sa capacité à donner ensuite un sens cohérent aux situations (Weick, 1995, in Koenig, 1996). La coordination, l'unité de la stratégie identitaire, relève quasiment de l'artefact, et de toutes les façons doit s'entendre comme produit et non comme principe : il n'y a pas de modèle régulateur analytique ou systémique, mais une équivocité permanente et ontologique, une sorte d'équilibre quasi-stationnaire à la manière de Lewin, qui permet au sujet de créer pour partie sa réalité, d'être selon le concept dynamique de Weick « organizing ». Dans le processus d'organizing, l'« enactment » conduit à considérer l'environnement et le sens comme des productions sociales. L'action est menée afin de me permettre de construire le sens de ce qui l'a généré et de me permettre de poser de nouvelles actions. Par action il faut entendre ici autant élection de comportements nouveaux, élaboration de représentations dynamiques, que choix de discours ou orientations de vie. Par construction de sens, il faut entendre selon les termes de l'auteur : « snapshots of ongoing processes selected and controlled by consciousness and attentiveness ».

Entre l'être et le connaître, Weick a le mérite d'introduire le faire, et l'impact sur la pratique est considérable, comme nous allons maintenant le voir.

Conséquences pour la pratique clinique

Selon le modèle constructiviste que nous venons d'examiner, appelé à expliquer ou à réduire la diversité et l'hétérogénéité

apparente de nos résultats expérimentaux, les modèles analytiques ou systémiques sont considérés comme facteurs partiels, ponctuellement valables, pour l'approche de certains phénomènes. Le modèle constructiviste suggère de prendre davantage en compte le fait que le sujet invente au fur et à mesure sa vie comme il l'entend. Il propose d'aider le sujet à agir, à « promulguer son environnement » (comme le traduit de Weick, Laroche 1996), un environnement qui sera plus propice à l'action nouvelle. A ce stade, le « travail du sens » (Toutut 1996) se nourrit de signes extraits (« extrated cues ») du flux de paroles, d'actions et d'événements familiaux et sociaux, signes qui sont réappropriés par le sujet et reliés entre eux d'une façon plausible pour lui : l'unique objectif de ce type de travail clinique est de faciliter la poursuite de l'action et des projets engagés.

Dans la pratique clinique définie comme accompagnement au changement, ce modèle peut nous aider à dépasser certaines impasses de compréhension ou certaines impuissances techniques : approches spécifiques de certaines formes de résistances, effets de facilitation à la prise de conscience, renforcement de l'étayage du psychisme, etc.

Concrètement, cela revient à proposer un certain nombre de positions cliniques, que j'illustrerai autour de deux pôles :

- l'orientation de l'entretien et de la démarche clinique : l'écoute doit ici être ouverte aux multiples ordres de sens qui sont exprimés, à leurs multiples origines, à leurs multiples références identitaires. Il s'agit de ne pas rechercher une cohérence unitaire du sujet : certaines influences de son passé déterminent apparemment certains choix concernant certains aspects de lui, d'autres influences de son milieu seront plus prégnantes en d'autres circonstances de lui-même, tandis qu'une causalité plus complexe se dégagera dans d'autres aires de son existence. Le clinicien est invité à se représenter le sujet comme un agrégat de multiples identités, et sa pratique comme devant répondre à des

exigences aussi diversifiées que les différents états de l'être qu'il rencontre. A ce stade, les pratiques sont aussi multiples que les identités auxquelles le psychologue est confronté : écoute de l'inconscient, empathie à l'égard de la souffrance, renforcements paradoxaux à l'égard de certains symptômes, conseils pour mettre en œuvre des comportements re-programmés, etc.

- le projet thérapeutique : C'est le patient qui le construit, non pas en amont mais au fur et à mesure de la pratique. Si nécessaire, un contrat initial peut être tracé ; le constructivisme suggère que de toutes façons il ne sera pas respecté puisque le sujet va découvrir et créer son chemin en marchant, mais le contrat peut rassurer le praticien par l'explicitation du cadre destiné à contenir et professionnaliser la rencontre, et rassurer le patient sur l'intention du psychologue de survivre à la situation clinique. Le projet thérapeutique prend pour le constructiviste la forme d'un parcours de personnalisation, scandé par des « retours sur image » où l'histoire du sujet peut ressurgir en faisant sens a posteriori (auquel cas, sur le point considéré, l'action bloquée reprend son cours), ou par des phases de « recadrage » qui transforme le rapport à la situation de changement par modification du contexte conceptuel et/ou émotionnel. Le praticien agit ici dans une parfaite liberté à l'égard des modèles de référence, tout en respectant chacun lorsqu'il en utilise une technique : une injonction paradoxale de type systémique lorsqu'elle est employée doit être effectuée de façon appropriée, de même une interprétation de type analytique doit respecter les conditions techniques de sa délivrance.

Conclusion

Mettant en évidence l'étroite interaction des facteurs historiques et contingents dans le vécu et la gestion des changements, notre recherche a ouvert la nécessité de dégager un modèle de troisième type susceptible de tolérer les deux références tout en permettant

d'opérationnaliser leur relation. Il nous semble que le modèle constructiviste, aujourd'hui bien représenté selon nous par les thèses de Carl Weick aux Etats-Unis et de Jean-Louis Le Moigne en France, permet de reprendre certaines de nos observations et fournir un cadre de compréhension et d'action pour le psychologue clinicien confronté à la problématique du changement exprimée au quotidien par ses patients, en cabinet comme en institution.

Je rappellerai en terminant que l'idéogramme chinois du changement est la jonction de celui qui signifie danger et d'un autre qui signifie occasion favorable, en invitant tous mes confrères psychologues à considérer résolument que leur rôle consiste à renforcer la deuxième signification, sans jamais perdre de vue la première.

Références bibliographiques

- Dumesnil, F., & al. (1980). La crise vue sous l'angle de la perte et du deuil. *Psychologie Française*, 25(3-4), 256-264.
- Freud, S. (1926). *Inhibition, symptôme et angoisse*. Paris : PUF, 7è éd., 1981.
- Kaës, R. (1979). *Crises, ruptures et transitions*. Paris : Dunod,.
- Koenig, G. (1996). Management : les constructeurs. Karl E-Weick. *Revue Française de Gestion*, 108, 57-70.
- Laroche, H. (1996). Note critique sur Karl E. Weick (1995). Sensemaking in Organizations. Sage, Thousand Oaks, Californie, *Sociologie des Organisations*, 2.
- Malrieu, P. (1979). La crise de personnalisation. Ses sources et ses conséquences sociales. *Psychologie et Education*, 3, 1-18.
- Parkes, C.M. (1971). Psycho-sociale Transitions : a field for study. *Social Science and Medicine*, 5, 101-105.
- Rusk, T.V. (1971). Opportunity and techniques in crisis psychiatry. *Comprehensive Psychiatry*, 1-2-3 (may), 249-263.
- Toutut, J.P. (1997). Modélisation de la crise du sujet : le travail du sens. In *Développements : construction du sujet et identité sociale*. Paris : Ed. Hommes et Perspectives.
- Weick, K. (1995). *Sensemaking in Organizations*. Sage, Thousand Oaks, Californie. *Sociologie des Organisations*, 2.