

# Table des matières

<b>Sommaire</b>	<b>3</b>
<b>Avant-propos</b>	<b>5</b>
<b>Introduction. Les hommes et les idées de Palo Alto</b>	<b>7</b>
Des Galapagos à Bali	7
La cybernétique appliquée à l'étude de la communication	9
Le groupe de Palo Alto	10
Le Mental Research Institute se centre sur la thérapie	12
Thérapies familiales et thérapies brèves connaissent un vif succès	13
Une œuvre féconde et fécondante	15

Première partie  
UNE THÉORIE DE LA COMMUNICATION

<b>Chapitre 1. L'approche systémique des relations humaines</b>	<b>19</b>
Le mariage de l'électronique et de la biologie	20
1. Qu'est-ce qu'un système ?	21
<i>Structure, fonction et communication</i>	22
<i>L'application aux systèmes humains</i>	23
2. Les propriétés des systèmes ouverts	24
3. La famille comme système	28
<i>Un système régi par des règles implicites</i>	30
<i>Le symptôme peut servir à protéger la relation</i>	32

<i>L'organisation des interactions au sein de la famille</i>	33
<i>Une nouvelle analyse de la relation mère-père-enfant</i>	34
<i>Les mythes familiaux constituent un système de défense</i>	35
<b>Chapitre 2. Une logique de la communication</b>	<b>38</b>
1. Il est impossible de ne pas communiquer	38
<i>Tout comportement est communication</i>	40
<i>La recherche de répétitions ou redondances significatives</i>	41
<i>L'analyse des liens ou rapports entre les éléments de la communication</i>	42
2. Quelques notions-clefs élaborées par l'École de Palo Alto	43
3. Les modèles d'interaction	49
<i>L'analyse des types d'interaction permet la prévision des comportements</i>	51
<i>Les rituels et les jeux sont les deux principales stratégies de la communication</i>	52
<b>Chapitre 3. La pathologie de la communication</b>	<b>54</b>
1. La perturbation des niveaux de la communication	54
<i>Confirmation, rejet, déni de l'image de soi dans la communication</i>	55
<i>Erreur de traduction dans l'interprétation d'un message</i>	57
2. La ponctuation discordante	57
3. L'impossibilité de métacommuniquer	58
4. La pathologie des modèles de communication	59
<i>Le jeu sans fin</i>	60
5. La communication paradoxale	61
<i>« Sois spontané » : il est impossible d'obéir sans désobéir</i>	62
<i>La prévision paradoxale</i>	65
Deuxième partie	
UNE MÉTHODOLOGIE DU CHANGEMENT	
<b>Chapitre 4. Apprentissage et changement</b>	<b>69</b>
La mère, la glace et les épinards	69
1. L'apprentissage est dépendant du contexte dans lequel il s'effectue	70
2. Il y a une hiérarchie logique des contextes	72
3. Des degrés d'apprentissage de plus en plus complexes	75
<i>Les quatre niveaux d'apprentissage selon G. Bateson</i>	75
<i>De la théorie à la pratique</i>	78

<b>Chapitre 5. La pratique du changement : perspectives systémiques</b>	<b>81</b>
1. Logique linéaire et logique systémique	81
<i>Le changement 1</i>	81
<i>Le changement 2</i>	83
2. De la causalité linéaire à la causalité circulaire	84
<i>Intervention du feed-back : l'exemple des effets du D.D.T.</i>	85
<i>Des résultats inverses à ceux que l'on recherche</i>	86
<i>Trouver les règles pour changer les règles</i>	87
3. Toujours plus de la même chose	88
4. Le problème c'est la solution	89
<i>Les « terribles simplifications »</i>	89
<i>Le syndrome d'utopie</i>	90
<i>Les théories thérapeutiques sont parfois elles-mêmes des utopies</i>	91
<i>Des attitudes paradoxales</i>	92
<i>Comment passer d'un niveau de système à un autre</i>	93
5. Le recadrage d'un système	93
<i>Ouvrir sur les possibles</i>	94
<i>Modifier le contexte pour changer le comportement</i>	96
<i>Empêcher le patient de vouloir se soigner</i>	98
<b>Chapitre 6. Principes stratégiques</b>	<b>99</b>
1. Données neurologiques : les deux hémisphères cérébraux fonctionnent de façon différente	100
<i>Deux visions différentes de la réalité</i>	101
<i>Changer notre image du monde</i>	102
<i>Parler le langage de l'hémisphère droit</i>	103
<i>Bloquer l'hémisphère gauche</i>	104
2. Quelques attitudes stratégiques	104
<i>« Recettes » à l'usage des parents</i>	110

Troisième partie  
UNE PRATIQUE THÉRAPEUTIQUE

<b>Chapitre 7. Une approche renouvelée de la psychopathologie</b>	<b>115</b>
<i>Le mythe de la normalité</i>	115
<i>Le mythe de l'individu isolé</i>	116

1. L'exemple de la schizophrénie	118
<i>Le double bind</i>	120
2. L'exemple de l'alcoolisme	127
<b>Chapitre 8. Le cadre et la démarche thérapeutiques</b>	<b>132</b>
1. La thérapie familiale	132
2. Les thérapies brèves	136
<i>Le rôle du thérapeute</i>	141
<b>Chapitre 9. Les techniques thérapeutiques</b>	<b>143</b>
1. Le paradoxe comme outil thérapeutique	143
<i>Une règle fondamentale : ne jamais entrer en conflit avec le patient</i>	145
<i>Parler le langage du patient</i>	146
<i>Des prescriptions surprenantes</i>	148
2. Les directives thérapeutiques	148
<i>Les rituels thérapeutiques</i>	150
<i>Quelques exemples de techniques spécifiques</i>	151
Quatrième partie	
ÉVOLUTIONS, APPLICATIONS, DÉBATS	
<b>Chapitre 10. Évolutions et tendances</b>	<b>157</b>
1. De multiples courants	157
2. L'approche stratégique	158
3. L'approche constructiviste	162
4. L'approche structurale	163
5. L'approche expérientielle	165
6. Une nébuleuse en expansion	168
<b>Chapitre 11. D'un continent à l'autre</b>	<b>169</b>
1. En Europe	170
2. Évolution d'une pratique	171
3. Le devenir de la démarche stratégique	174
4. Au-delà de la psychothérapie	177
5. Recadrer l'acte médical	177
<i>Pratiquer une médecine globale</i>	178

<i>Le médecin fait partie du système formé par la maladie et le malade</i>	180
6. Mieux s'occuper des drogués	181
<i>Un nouveau regard</i>	183
<b>Chapitre 12. L'approche systémique des organisations</b>	<b>184</b>
1. L'intervenant en organisation à l'école du thérapeute familial	185
<i>Du psychothérapeute familial à l'intervenant</i>	188
<i>Élargir le contexte interactionnel : l'exemple de l'école</i>	191
2. Palo Alto et les autres : un modèle élargi de l'approche de organisations	193
<i>Affinement de la notion de « contexte organisationnel »</i>	194
3. Vers une approche intégrative des organisations	196
<i>Modèle théorique fort, pratique empirique souple</i>	198
<b>Chapitre 13. Approche systémique et psychanalyse</b>	<b>200</b>
1. Quelques éléments de convergence...	200
La thérapie familiale	202
<i>Un exemple d'articulation</i>	203
2. ... Et de nombreuses divergences	205
<i>Les désaccords théoriques</i>	206
<i>L'École de Palo Alto néglige l'inconscient</i>	206
<i>Elle néglige la libido</i>	207
<i>Elle néglige l'histoire du sujet</i>	208
<i>Interpréter le transfert ?</i>	208
3. Les désaccords sur la pratique	209
<i>Le déplacement du symptôme et la fuite dans la santé</i>	210
<i>À la recherche de la prise de conscience</i>	211
<i>Plus c'est long et plus c'est efficace</i>	212
<i>L'École de Palo Alto est accusée de manipuler les patients</i>	213
<b>Conclusion</b>	<b>216</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>219</b>
<b>Index des noms</b>	<b>223</b>
<b>Index des notions</b>	<b>225</b>
<b>Table des matières</b>	<b>229</b>