

# GROUPE DE PERFECTIONNEMENT SYSTÉMIQUE

Approche Systémique Coopérative - Année 2023

Mony ELKAÏM et le concept de RÉSONANCE

## Mode d'emploi de la résonance (1)

« Ce que j'ai tenté de faire, ce n'est pas d'interpréter, ce n'est pas de faire prendre conscience. C'est plutôt de m'insérer dans un système de manière à l'éloigner de son équilibre... »<sup>1</sup>

Que faire de ses résonances ?

Mony nous propose 8 points d'attention pour analyser et utiliser nos résonances<sup>2</sup>. Nous allons les présenter et les commenter :

« Résumons-nous : lorsqu'on est pris dans une situation répétitive, je suggère qu'on soit attentif aux points suivants :

Notons la notion de répétition. Un adage (systémique ?) dit que : une fois, c'est un hasard, deux fois, une coïncidence, et trois fois, c'est un système.

« 1. Mon passé joue sans doute un rôle, mais, si cette situation se répète dans tel contexte avec telle personne, c'est peut-être que, sans s'en rendre compte, cette personne est sculptée par son histoire et son contexte pour agir ainsi, et me sculpte pour que je me comporte comme je le fais. »

Il serait peut-être plus juste de dire *si cette situation se répète pour ces personnes régulièrement dans de nombreux contextes pourtant différents...* Si cette personne est confrontée aux mêmes « réponses » avec des gens très différents, il est probable qu'elle m'invitera moi-aussi à réagir de cette façon.

Cependant, en cas de résonance complémentaire, il est possible par exemple que la réaction suscitée dépende des places hiérarchiques : ainsi un manager peut-être tout à fait autoritaire et cassant avec ses subordonnés, et obséquieux et soumis face à une figure d'autorité ! Selon la manière dont cette personne considérera son coach ou son thérapeute, elle pourra avoir des attitudes qu'il semble difficile de relier à son problème.

Si, par contre, avec des personnes très différentes, et face à des situations elles aussi très différentes, je ressens toujours la même chose, il est probable que cela ressort davantage de moi et de mon histoire. Une occasion de se flexibiliser !

« 2. Mon comportement a donc sans doute une double fonction – il faut l'analyser à la lumière de mon histoire, mais aussi de la croyance profonde de la personne à qui j'ai affaire. Simplifions alors la situation, et attachons-nous plus particulièrement à la fonction de notre vécu par rapport à l'autre. Car si je change ou si l'autre change, c'est l'ensemble du système que nous formons qui changera alors. Le levier peut ne s'appliquer qu'à un point du rocher – si ce point bouge, c'est l'ensemble du rocher qui bougera. »

En situation professionnelle, nous devons mettre non seulement nos capacités cognitives et nos connaissances mais aussi notre sensibilité au service de nos clients. C'était déjà ce que

<sup>1</sup> Elkaïm Mony. *Des lois générales aux singularités*. Cahiers Critiques de Thérapie Familiale et de Pratiques de Réseaux », 1983 n° 7, éditions Universitaires, Paris, p 119.

<sup>2</sup> In Elkaïm Mony, avec le concours de Caroline Glorion. *Comment survivre à sa propre famille ?* Le Seuil, coll. Points/Essais 2006, 77-79 (nota : ce qui est souligné l'est par moi) 1

préconisait Harold Searles<sup>3</sup> aux futurs psychanalystes en les invitant à considérer que tout ce qu'ils ressentait, imaginaient, pensaient... appartenait à leurs analysants.

« 3. Si la personne que j'ai en face de moi est un membre de ma famille que je connais bien, je peux avoir une idée de ce qui, dans son histoire, l'amène à me sculpter ainsi afin de ne pas avoir à changer ses convictions. Si c'est quelqu'un que je connais moins bien, je ne peux que faire des hypothèses. S'il m'irrite, je peux, par exemple, me demander dans quelle mesure il ne me pousse pas à le rejeter pour renforcer sa conviction profonde qu'il ne peut qu'être mal accueilli par les autres. »

Sur ce troisième point, Mony insiste à juste titre sur la méfiance que l'on doit avoir vis-à-vis de la première idée qui nous viendrait. Si l'on veut construire une hypothèse utile, et non une interprétation sauvage, il faut que cette hypothèse, c'est-à-dire cette tentative de compréhension, prenne sens dans le monde des patients, qu'elle éclaire leurs contradictions et qu'elle soit requalifiante. Elle doit pouvoir faciliter un changement de point de vue et donc être acceptable en se préoccupant d'être vraisemblable et acceptable plutôt que vrai.

« 4. Ai-je envie de me sacrifier pour maintenir ces cycles de comportements répétitifs, à seule fin de protéger l'autre ? Protéger, dans ce cas, n'est pas aider – car maintenir l'autre enfermé dans son bunker contribue finalement à maintenir sa souffrance. »

En réalité, en répondant comme je m'y sens invité, je ne ferai que renforcer le modèle du monde qui participe à l'entretien du problème ; je validerai un système de croyances et le rigidifierai au lieu de le flexibiliser.

« 5. Si je fais néanmoins ce choix, je jouerai le rôle du Sisyphe de Camus : je revendiquerai ma propre aliénation en toute connaissance de cause. »

Je devrais alors revendiquer ma propre aliénation, et ma participation à l'entretien de celle de mon client serait une formulation plus juste. Le problème étant que d'ordinaire, pensant que nous avons raison de penser ce que nous pensons, nous attribuons le non-changement aux résistances du système, à sa défense de son homéostasie, sans voir comment nous participons à cette stagnation.

« 6. Si je ne souhaite pas cela, comment réagir autrement ? comment éviter de prendre ce fleuret que l'autre me tend pour que nous puissions reprendre d'autres duels interrompus ? La marge de liberté que je retrouve, la distance qui commence à se creuser par rapport à la répétition, peut me permettre d'improviser une réaction qui aille à l'encontre de ce que l'autre attend. »

Comment à la fois maintenir le lien et déstabiliser ce lien sans le rompre, telle est la (difficile) question. D'où l'importance de la confiance, c'est-à-dire d'une alliance forte qui se construit grâce à une écoute attentive, respectueuse et patiente.

« 7. Il ou elle ne me croira pas, et fera tout pour me ramener dans l'ancien cycle. »

Pourquoi une compréhension nouvelle serait-elle acceptée facilement, alors qu'elle vient en rupture avec les expériences mille fois répétées qui la soutiennent ? C'est donc bien une « expérience émotionnelle correctrice », un moment cathartique disait Freud, qui est nécessaire pour que le recadrage proposé par notre hypothèse soit pris au sérieux. Si l'hypothèse élaborée relie de manière compréhensive des informations contradictoires et jusque-là juste juxtaposées et isolées, il est probable que les contre-exemples apportés ne

---

<sup>3</sup> Cf. Searles H. *L'effort pour rendre l'autre fou*. Gallimard, 1977. Folio essai, 2003

seront que des éléments pouvant valider cette hypothèse. Si ce n'est pas le cas, ils permettraient d'en faire une nouvelle, plus proche de la complexité vécue

*« 8. Si je parviens pourtant à résister aux invites de la répétition, à la tentation de reproduire mes anciennes réparties, les répliques si familières de notre pièce commune, si je laisse du nouveau advenir, si je m'engage et si je m'expose, alors je peux libérer l'autre, et moi aussi par la même occasion. Je découvrirai alors que ma liberté dépend, beaucoup plus que je ne le supposais, de celle des autres. Charité bien ordonnée ne commence pas par soi-même, mais bien par l'autre. »*

On a là sans doute la trace de l'influence d'Emmanuel Lévinas...

En réalité, dans une vision relationnelle, il n'est pas possible de se faire du bien au détriment de l'autre, ou de faire du bien à l'autre à son détriment. Cela n'exclut ni une confrontation ni un sacrifice ! Mais la confrontation se doit d'être bienveillante et le sacrifice accepté et reconnu. La confrontation est celle de deux points de vue différents mais pas l'affrontement entre la Vérité et l'erreur. Le sacrifice n'est pas une façon de mettre la personne qui en bénéficie en dette, c'est un don, gratuit et spontané<sup>4</sup>, que l'on accepte de faire pour être en adéquation avec ses valeurs.

---

<sup>4</sup> Cf Balta F. *Donnant-donnant, dû et don. Les trois logiques systémiques de l'échange*. Altrettanto, Paris, 2021