

Jouer avec la complexité, non maîtrisable... néanmoins observable

Nicolas Duruz¹

Si le mouvement systémique dans le domaine des sciences humaines souhaite avoir une certaine reconnaissance universitaire, il doit pouvoir attester de recherches dignes de ce nom. La question-clé porte évidemment sur la nature et la qualité de telles recherches. Pour situer le cadre de mes propos, j'introduis d'emblée la notion de *complexité*, notion centrale pour la pensée systémique, définie souvent comme une science de la complexité organisée. Rappelons très brièvement trois postulats autour de cette notion de complexité :

1. Tout élément, qu'il soit événement, message, énoncé ou concept, s'inscrit, respectivement, dans une séquence d'interaction, dans un discours, une chaîne de signifiants ou un corpus théorique. On ne peut comprendre cet élément sans référence à l'ensemble dans lequel il est inséré.
2. Tout vivant en tant que système évolue vers plus de complexité dans ses interactions. Il produit de nouvelles formes d'organisation par saut qualitatif, qui peuvent être pensées comme des émergences.
3. Ces émergences sont difficilement connaissables, car elles exigent une appréhension plus holistique qu'analytique, ce à quoi résiste en général notre esprit. De plus, leur saisie est en partie fonction de l'observateur qui n'est pas neutre, toujours en interaction circulaire avec le système et sa complexité observés.

D'où une première compréhension du titre de cet exposé : on ne peut jamais maîtriser la complexité. Néanmoins, ce n'est pas une raison suffisante, comme souvent avancée, pour renoncer à son observation. Celle-ci permet de tester et d'éprouver certaines règles de son fonctionnement, qui sont toujours à resituer dans le contexte d'une complexité située. Une manière de jouer avec la complexité...

L'exposé cherchera d'abord à montrer la nécessité de recherches systémiques à base de données empiriques, tout en soulignant que certaines données sont moins pertinentes que d'autres : en effet, des données portant plutôt sur des résultats que des processus ont tendance à ignorer la complexité de l'objet étudié. Ensuite, nous expliciterons le type de traitement que ces données méritent, soutenant l'idée qu'il n'existe pas qu'une seule méthode, à savoir la méthode expérimentale, mais qu'à chaque type de données correspond une méthode appropriée. Enfin, les points présentés et discutés jusqu'alors seront réexaminés dans un domaine particulier de recherches, celui très discuté aujourd'hui des recherches sur l'efficacité en psychothérapie. Une bonne manière de situer les recherches systémiques par rapport au modèle régnant de l'« evidence-based medicine ».

¹ Psychologue-psychothérapeute FSP, responsable de l'Unité d'Enseignement - CEF (Institut Universitaire de Psychothérapie du Département de Psychiatrie Adulte à Lausanne). Professeur à l'Institut de psychologie de l'Université de Lausanne (BFSH 2, Dorigny, CH - 1015 Lausanne. E-mail: Nicolas.Duruz.@unil.ch). Conférence donnée à la Journée d'études, Recherche systémique en psychologie clinique. Questions de méthode“, organisée par le Groupe de contact FNRS, Universités de Bruxelles, Liège et Louvain, le 18 mai 2004.

1. Des données empiriques : nécessité et pertinence

Comparant les recherches dans le domaine des sciences naturelles et dans celui des sciences humaines, Atlan (1991) relève avec raison qu'avec ce dernier domaine on a plus souvent affaire à des théories sous-déterminées par les faits. En effet, « plus un phénomène est complexe et singulier, précise-t-il, plus la théorie susceptible d'en rendre compte est sous-déterminée par les faits » (p.139). Il faut bien reconnaître que dans le monde des *psy*, nous sommes beaucoup plus portés à fabriquer des modèles et des théories plutôt qu'à documenter ce que nous voyons ou faisons. Si l'on pense plus particulièrement aux psychothérapeutes, ceux-ci ne sont-ils pas plus enclins à dire ce qu'ils ne font pas ou à ne pas dire ce qu'ils font ? Quel que soit le domaine de recherches que nous souhaitons entreprendre, il est souvent bien difficile de conduire des recherches qui attestent de données à partir desquelles on peut réfléchir et mettre à l'épreuve les modèles construits de manière inductive. Des entretiens *verbatim* de thérapie, des génogrammes de famille, des récits de vie, des interactions familiales ou thérapeutiques enregistrées en vidéo, etc., voilà autant de documents qui, constitués et présentés de manière critique, autorisent de vraies recherches scientifiques. En qualifiant d'empiriques ces données, il s'agit de souligner moins leur qualité sensible, matérielle, que leur caractère fiable et « objectif » (étymologiquement : ce qui est jeté devant), l'objectivité renvoyant ici en un premier sens à la qualité du réel en tant qu'il résiste à la mise en sens par les opérations de la subjectivité humaine, prompte à s'enfermer dans de pures croyances. De telles données attestent de la part du chercheur qu'il souhaite confronter son modèle à quelque chose qui lui résiste.

Recueillir des données n'est toutefois pas suffisant, car il importe de pouvoir travailler à partir de données pertinentes. En effet, le risque est de produire des données trop limitées, éloignées du champ de la pratique clinique ou même plus largement du champ de l'existence humaine, au point que ce que l'on pourra dire à partir d'elles ne parviendra pas à concerner la question de l'homme vivant et en situation. C'est la critique adressée continuellement aux recherches trop expérimentales, dont on sait qu'elles n'intéressent que de loin les praticiens, parce que précisément elles négligent la complexité singulière à laquelle ceux-ci sont toujours confrontés. La seule manière de garantir que la recherche scientifique « passe dans le champ de la pratique » est de travailler sur des données pertinentes à celle-ci. Ce qui se réalise davantage lorsqu'on dispose de données portant sur des processus. En effet, les résultats obtenus à des tests ou suite à des observations qui se limitent à relever des performances sans les relier aux processus qui les génèrent, s'avèrent vite peu intéressants. Il s'agit donc plutôt de comprendre comment on produit tel acte ou tel énoncé, comment se construisent par exemple nos communications et quelles sont les régulations émotionnelles et identitaires qui les influencent. Le grand chercheur qu'était Piaget, dans ses recherches sur l'intelligence, ne s'est pas seulement intéressé aux performances des enfants, à savoir les solutions qu'ils trouvaient aux tâches qu'il leur soumettait, mais aussi aux réponses que ces enfants lui donnaient lorsqu'il leur demandait pourquoi ils avaient trouvé telle solution, et encore davantage pourquoi ils répondaient ainsi. Dans la même perspective, on pourrait penser à la méthode projective du Rorschach où un bon clinicien de ce test a besoin non seulement des réponses produites par le patient à la présentation des dix planches, mais également des commentaires qu'il apporte à ses réponses dans la seconde partie de la passation dite « enquête ». En bref, l'analyse des données risque d'être bien superficielle, si elle ne peut prendre en compte les processus intrasubjectifs à l'oeuvre dans leur production, eux-mêmes directement influencés par ceux qui relèvent du dispositif relationnel et institutionnel dans lequel elles ont été recueillies. Ce qui, il faut bien le reconnaître, est la plupart du temps systématiquement méconnu.

Nous touchons ici la grande question posée depuis plusieurs décades, quant à la relation entre les recherches de laboratoire et les recherches de terrain. La distinction classique entre recherche fondamentale et recherche appliquée semble peu satisfaisante. Dans le laboratoire, la complexité de l'être humain en prise avec son milieu de vie risque toujours d'être réduite au point que l'application du fondamental est l'application d'une abstraction. On comprend mieux ici la remarque du psychologue et épistémologue Greco (1967) : « C'est le malheur du psychologue : s'il fait de la psychologie il n'est pas sûr d'être scientifique ; s'il fait de la science il n'est plus sûr d'être psychologue » (p.937).

Pour terminer ce premier point, nous voudrions renvoyer à titre illustratif aux très belles recherches conduites maintenant depuis deux décades par E. Fivaz-Depeursinge et son équipe du Centre d'Etude de la Famille à Lausanne, qui étudient la communication affective des familles et son influence dans le développement socio-émotionnel de l'enfant. (Fivaz-Depeursinge et Corboz-Warnery, 2001). Ce ne sont pas les résultats de recherche qui nous intéressent ici, mais le type de données sur lesquelles ils travaillent et qui sont, pourrait-on dire, co-naturelles à l'expérience quotidienne des familles et à celle des thérapeutes qui les rencontrent. La communication non-verbale affective est étudiée à partir de l'observation de deux parents jouant avec leur enfant. Il est d'abord demandé à l'un deux de jouer avec son enfant en présence de l'autre, puis d'inverser les rôles. Dans un troisième temps, les deux parents sont invités à jouer ensemble avec l'enfant, pour enfin échanger entre eux en laissant l'enfant livré à lui-même. On trouve là, à travers une activité tout à fait naturelle (le jeu), les quatre configurations possibles d'échange dans une famille et dont on peut voir à partir d'elles comment se construisent ou se déconstruisent les coordinations, les alliances émergentes, les absences, les partages en commun, tout ce qu'un thérapeute peut également observer et éprouver lorsqu'il est en échange avec une famille. A l'aide d'une méthode précise, la micro-analyse, les résultats qui en émergent sont extrêmement précieux aussi bien pour le développementaliste que pour le thérapeute : ils peuvent mieux comprendre comment se forment les identités des humains à partir du milieu familial, et aussi analyser les mécanismes régulateurs permettant le renforcement des relations satisfaisantes et la réparation des faux pas relationnels.

S'intéresser à l'étude des processus est une chose. Encore faut-il ne pas céder aux impératifs d'une observation de processus, qui serait exagérément contrôlée et standardisée. Ces impératifs ont souvent pour effet de sacrifier à la complexité en suscitant de manière artificielle des processus qui sont alors de bien pâles reflets de la réalité vivante. Nous pensons par exemple à une étude d'un collègue, qui a voulu étudier l'influence du stress et de sa gestion sur la vie conjugale et son degré de satisfaction, pour prédire une évolution possible vers le divorce : reconnaissant que les résultats des questionnaires sont insuffisants, il provoqua une situation d'interactions conjugales stressantes, en soumettant les conjoints à la réalisation commune d'un test à l'aide de consignes inductrices de stress. Sans parler des conclusions relativement banales auxquelles cette recherche conduit (plus les deux partenaires sont capables de gérer le stress, individuellement et comme unité pouvant utiliser les ressources combinées de la dyade, plus ils ont de chance de faire l'expérience d'une relation satisfaisante et stable), la situation expérimentale de stress apparaît peu fiable et très éloignée du stress que les couples venant en consultation manifestent. Pourquoi provoquer des simulations d'existence alors que l'existence elle-même est le meilleur laboratoire de ce qu'est la vie réelle ?

2. Traitement des données selon des méthodes appropriées

Comment traiter des données qui proviennent d'une situation complexe singulière et qui relèvent d'une observation située, dans la mesure où la relation du chercheur à ses données a une influence sur ce qu'il observe et peut mettre en évidence ? Un des apports de la seconde cybernétique est d'avoir rendu attentif au fait que le chercheur appartient lui-même au système d'observation. De manière imagée, Von Foerster l'exprime bien en disant qu'une théorie du cerveau sera toujours incomplète car elle ne pourra pas intégrer parmi les cerveaux étudiés celui du chercheur en train de faire une théorie sur les cerveaux. La position épistémologique constructiviste insiste sur le fait que toute connaissance est toujours située, non seulement parce qu'elle porte sur une complexité qui ne se réduit jamais à un ensemble de facteurs dont, en plus, on n'en saisit souvent que quelques-uns, mais aussi parce qu'elle implique une connaissance préalable à elle-même. En cela, l'épistémologie dite réaliste est combattue, dans le sens où elle poserait un commencement qui serait la réalité. Nous sommes ici confrontés au difficile problème de la relation entre objectivité et subjectivité. Nous soutenons qu'une véritable connaissance en sciences humaines ne peut faire l'économie de la subjectivité, inhérente aussi bien au chercheur qu'à son objet de recherche. Cela ne signifie pas pour autant que tout est relatif et qu'il n'y ait pas de connaissances partagées possibles. Le réel se révèle à travers une succession de regards sur lui, donnant lieu à autant de réalités multiverses, fruit d'un acte conjoint de découverte et de construction. Von Foerster s'est risqué à écrire : « L'objectivité est l'illusion quasi pathologique d'un sujet qui croit pouvoir observer quelque chose sans s'impliquer soi-même ». Si l'objectivisme est ainsi évité, une telle position ne doit pas pour autant nous faire sombrer dans le subjectivisme d'un constructivisme radical. Conscient qu'il réintroduit la subjectivité dans son objet d'étude, le chercheur en sciences humaines a pour tâche de pousser le plus loin possible l'objectivation des processus subjectifs à l'œuvre dans ce qu'il observe comme dans son acte même d'observation. Le choix des hypothèses, la mise en place de certains dispositifs d'observation, la récolte des données, les critères utilisés pour les analyser, etc., autant de procédures qui ne sont jamais neutres et qui orientent inévitablement l'observation. Cette manière de procéder laisse toute sa place aux méthodes qualitatives, comme celles de la recherche-action, des études de cas, de l'analyse du discours ou des récits de vie, qui ont réellement valeur de recherche dans la mesure où une méthode, définissant des opérations de l'esprit en termes d'observation et de validation, est clairement définie.

Une telle position tend donc à contester l'hégémonie de la méthode expérimentale, conçue comme la seule pertinente pour dire ce qui est vraiment vrai. Cette dernière est une méthode parmi d'autres, qui convient en fonction du type de questions posées au réel, mais qui doit céder sa place à d'autres méthodes ou « moyens d'être au plus près de la chose », selon l'heureuse formule de Heidegger, lorsque le chercheur ne travaille plus avec le grand nombre, dans des conditions d'observation standardisée, parce que davantage branché sur la complexité de la situation singulière.

En résumé, on peut dire qu'il faut éviter tout aussi bien l'objectivisme d'une épistémologie réaliste radicale que le subjectivisme relevant d'une épistémologie constructiviste tout aussi radicale. Les effets de ces deux formes d'épistémologie seront encore mieux perceptibles si nous considérons maintenant un domaine particulier de la recherche clinique, à savoir celui de la recherche sur l'efficacité des psychothérapies.

3. Recherches en psychothérapie : Efficacité abstraite ou clinique ?

L'examen des études sur l'efficacité des psychothérapies, quelles que soient les orientations, s'avère de ce point de vue des plus intéressants. Tout un courant d'études actuelles a tendance à recourir pour ce faire au modèle scientifique de l'*evidence-based medicine*. Il s'agit là d'une méthode de type expérimental et quantitatif qui est censé apporter des preuves scientifiques de l'efficacité des traitements thérapeutiques grâce à l'observation contrôlée et standardisée des faits. Selon cette méthode, un traitement thérapeutique est considéré comme efficacement scientifique – il est déclaré alors *empirically supported treatment* – lorsque son efficacité a été prouvée expérimentalement dans les conditions d'un *randomized controlled trial*, c'est à dire que l'observation peut être dite contrôlée parce qu'il existe un échantillon homogène et constitué au hasard ; que celui-ci est comparé avec un groupe contrôle de patients qui n'ont pas suivi le traitement ou qui ont été soumis à un *placebo*, voire à un traitement alternatif ; enfin, que le processus thérapeutique appliqué (variable indépendante) est standardisé, c'est-à-dire conforme à un manuel qui en prescrit les principales étapes. On imagine bien les principales difficultés découlant de telles études : elles ne renvoient pas au patient singulier et concret de nos consultations, mais bien à un patient « moyen », qui doit être si possible monosymptomatique ; elles retiennent comme critère d'amélioration ce qu'il y a de plus objectivable, habituellement le comportement symptomatique ; enfin, pour contrôler toutes les influences extérieures à l'espace thérapeutique, elles exigent des thérapeutes qu'ils appliquent fidèlement ce que le manuel thérapeutique prévoit de faire.

Ce type de traitement a suscité parmi les cliniciens et les chercheurs cliniciens des critiques très vives, dont la principale consiste à dénoncer une expérimentation de laboratoire et qui ne rejoint pas du tout ce qui se passe réellement dans la pratique. Suite à ces réactions, il est d'usage maintenant de distinguer des études expérimentales sur l'efficacité, qui ont une grande validité interne, mais dont on reconnaît qu'elles mettent en évidence une efficacité somme toute abstraite (*efficacy*), des études de terrain, réalisées dans des conditions naturelles, ne satisfaisant pas à toutes les conditions de contrôle expérimental, mais à haute validité écologique et qui rendent compte de l'efficacité clinique (*effectiveness*) des traitements étudiés. Le travers de toutes les recherches qui se veulent expérimentales et prétendent à l'objectivité, il faut bien le reconnaître, c'est de considérer comme un biais tout facteur dépendant de la subjectivité et du contexte des acteurs, qu'elles veulent naïvement neutraliser, quand elles ne les méconnaissent pas. C'est bien là qu'une épistémologie constructiviste est décisive, car pour elle subjectivité et contexte sont autant de réalités qui agissent et dont il n'est pas possible de ne pas tenir compte².

Fonagy, un chercheur psychanalyste anglais, suggère de passer d'une *evidence-based medicine* à une *practice-based evidence*. Il entend pas là qu'il y a encore beaucoup à faire pour mettre en œuvre des recherches réalisables, dont les preuves à fournir doivent tenir compte de la complexité de la pratique clinique. De telles recherches seulement peuvent intéresser le praticien, concerné par une *research-informed practice*.

² Dans le champ de la systémique, nous ne manquons pas d'études empiriques sur l'efficacité des thérapies (cf. Pinosof et Wynne, 1995 ; Schiepek, 1999 ; Sprenkle, 2000), aussi bien selon des méthodes de type expérimental (Liddle et al., 2002) que de type « naturaliste » (Grünwald et von Massenbach, 2001, cf. aussi INSERM, 2004, Sexton et al., 2004).

Conclusion

Ces propos sont un plaidoyer direct pour la nécessité de recherches dans le domaine de la systémique. Toutefois, celles-ci ne doivent pas être entreprises avec n'importe quelles données, ni traitées exclusivement avec la méthode expérimentale. En Allemagne, dans les pays anglo-saxons, comme en France également, un mouvement pour la recherche clinique de terrain se manifeste de plus en plus, qui veut résister à une approche scientiste. En général, ces chercheurs sont en résonance avec une conception de la psychothérapie pensée moins comme une application de modèles sous forme de techniques que d'une co-construction créative à partir de la complexité de la rencontre. Ces chercheurs attendent que nous les rejoignons !

Références bibliographiques

- ATLAN, H. (1991) : *Tout, non, peut-être. Education et vérité*. Paris : Ed. Seuil.
- DURUZ, N. (1994) : Le statut scientifique de la psychothérapie. In : *Psychothérapie ou psychothérapies ? Prolégomènes à une analyse comparative* (pp.131-165). Neuchâtel et Paris : Ed. Delachaux et Niestlé.
- FIVAZ-DEPEURSINGE, E., & CORBOZ-WARNERY, A. (2001) : *Le triangle primaire. Le père, la mère et le bébé*. Paris : Ed. O. Jacob.
- GRECO, B. (1967) : Epistémologie de la psychologie. In J. Piaget (Ed.). *Logique et connaissance scientifique* (pp.927-991). Paris : Gallimard.
- GRÜNWARD, H. S., & VON MASSENBACH, K. (2001) : *Ergebnisqualität ambulanter systemischer Therapie. Eine Multizenterstudie in der deutschsprachigen Schweiz*. Ronéotypé.
- INSERM (2004) : *Psychothérapie. Trois approches évaluées. Expertise collective*. Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (particulièrement, pp. 279-378).
- LIDDLE, H. A. & al. (Eds) (2002) : *Family psychology : Science-based interventions*. Washington DC : APA.
- PINSOF, W. M. & WYNNE, L. C. (Eds) (1995). The effectiveness of marital and family therapy (Special Issue). *Journal of marital and Family Therapy*, 21, pp.339-623.
- SCHIEPEK, G. (1999) : *Die Grundlagen der systemischen Therapie. Theorie-Praxis-Forschung*. Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht.

SEXTON, T.L., ALEXANDEER, J. F. & MEASE, A.L. (2004). Levels of evidence for the models and mechanisms of therapeutic change in family and couple therapy. In : M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's Handbook of psychotherapy and change* (pp. 590-646). NewYork : John Wiley & Sons, Inc.

SPRENKLE, D. H. (2000) : *Effectiveness research in marriage and family therapy*. Alexandria, Virginia : AAMFT.

Mars 2006