**Cours de théories de l’information et de la communication 2. 2023/2024. Mme Daim-Allah**

**Cours 4 : L’école de Palo Alto**

Chers étudiants voici le résumé de ce que nous avons vu en cours concernant l’école de Palo Alto.

Présentaton

L’école de Palo Alto porte le nom de la ville de Palo Alto en Californie aux Etats-Unis d’Amérique. Ecole qui a connu ses plus années à partir des années 1950 en devenant une référence en recherche dans les domaines de la communication et de la psychologie. Cette école est représentée par groupe de chercheurs qui se sont intéressés à la communication et à la relation entre les individus. Ce courant s’inspire de la cybernétique et de la théorie des systèmes. La cybernétique est la science de l’action vers un objectif donné. IL s’agit d’étudier les processus communicationnels chez les êtres vivants et les machines ainsi que dans les systèmes économiques par exemple. Elle étudie la structure de l’information et sa fonction, on vise la régulation autant dans les systèmes naturels que dans les systèmes artificiels. Concernant la théorie des systèmes, elle concerne l’analyse interdisciplinaire des systèmes. Le système est considéré selon cette théorie comme un ensemble cohésif d’éléments interdépendants.

Principaux représentants :

Le père fondateur de cette école de pensée est zoologue, anthropologue et ethnologue, il s’agit de l’américain Gregory Bateson (1904-1980) fortement inspiré de la cybernétique.

Le deuxième représentant est Paul Watzlawick (1921-2007) est né en Autriche, il est psychologue, psychothérapeute et sociologue. Ses principaux travaux se sont axés sur la thérapie familiale et la psychothérapie.

Les cinq (05) axiomes ou principes de communication de l’école de palo Alto :

1-Le premier axiome est résumé dans la phrase de Paul Watzlwick « On ne peut pas ne pas communiquer », ce qui veut dire que la communication est dans toutes les interactions, en bref la communication n’est pas uniquement verbale, elle est aussi non-verbale (les gestes, les mimiques, les silences….sont porteurs de messages tout aussi importants que les mots que nous employons).

2-Chaque communication comporte un contenu et une relation, le contenu et l’interaction sont les deux éléments de la communication.

3- La nature de la relation est dépendante de la ponctuation des séquences de communication entre les interlocuteurs.

4-Deux niveaux existent dans la communication : la communication digitale qui nécessite le partage du même code (communication verbale) et la communication analogique qui est à la portée de tous en employant des gestes et des mimiques et autres éléments non verbaux (la communication non-verbale).

5-La communication est soit symétrique (basée sur l’égalité), soit complémentaire (basée sur la différence).

L’influence de la cybernétique et de la théorie des systèmes dans les principes de l’école de Palo Alto :

L’école de Palo Alto a mis la communication interpersonnelle au centre de sa vision et a donné la primauté à la relation sur l’individualité en s’inspirant de la systémique et de la cybernétique en voici quelques détails :

1-L’influence ici de la systémique et de ne pas considérer l’individu comme un être isolé, sur lequel on devrait poser un diagnostic psychiatrique, mais il faut l’analyser au travers des interactions actuelles qu’il a avec son environnement qui maintient son problème, il s’agit de voir dans quelle mesure le système peut maintenir l’équilibre (l’homéostasie). On laisse ainsi tomber l’analyse individuelle linéaire et diachronique (évolution des faits dans le temps) et on va mettre plutôt l’accent sur une étude synchronique systémique (qui s’intéresse à l’état actuel du phénomène).

2-Les théoriciens se sont en outre intéressés à étudier comment les systèmes évoluent loin de leur point d’équilibre en créant de nouvelles structures. Ils proposent d’envisager avec le patient des solutions au moment où le problème se pose sans attendre de revenir à une situation d’équilibre, le moment de la crise peut être un générateur de grands changements.

3-La thérapie familiale mise en place par l’école de Palo Alto permet d’étudier le patient ici et maintenant dans son environnement familial. Ce type de thérapie mobilise les ressources de la famille afin d’apaiser les difficultés relationnelles*.* Généralement deux thérapeutes se chargent de la thérapie, un thérapeute principal et un thérapeute superviseur qui observe et prend des notes. Les membres de la famille sont installés en cercle en adoptant le questionnement et l’animation dans l’objectif de la communication et de la régulation.

4-L’école de Palo Alto au vu des éléments précédents, a mis en place la thérapie brève qui consiste à dire que le point de départ est toujours un problème c’est-à-dire un comportement non souhaité chez le patient, ce qui nécessite la mise en place de comportements régulateurs. La thérapie brève est une approche qui vise à obtenir des résultats sur une très courte période (1 ou 2 séances mais pas au-delà de 10 séances). L’hypnose peut y être un outil d’accompagnement mais toujours en se basant sur la mise en place de nouveaux comportements pour cesser les comportements non- souhaités) tout en maintenant une analyse synchronique. Mis à part l’hypnose, la PNL (programmation neuro linguistique) qui s’intéresse à la manière dont les individus fonctionnent dans un environnement donné et ce en fonction de leurs schémas comportementaux à travers des méthodes permettant de changer la façon dont les individus appréhendent leur environnement, en quelque sorte, il s’agit de reprogrammer notre cerveau pour venir à bout de nos blocages).

L’école de Palo Alto, en évoquant les problèmes de communication a élaboré la notion de *double contrainte* qui met l’individu dans une situation de conflit où dans les deux sens, il se sentira perdu ou coincé. C’est comme une double injonction, deux idées contradictoires où quoique l’individu fasse il n’est pas libéré. Pour les théoriciens de ce courant, pour contrer une double contrainte, il faut isoler les situations en les percevant comme des comportements non liés à l’identité de la personne. Pour Paul Watzlawick, on ne peut sortir d’une double contrainte qu’à travers un recadrage en analysant la situation à un niveau différent, en sachant que la résolution de la double contrainte passe par le changement de niveau ou d’échelle, il faut ne pas s’engager dans des actions qui ne mèneront à rien, il faut aussi communiquer sur la communication, communiquer sur l’absurdité de la demande elle-même.

Critiques :

Ponts forts :

* Cette école est à vocation pratique et opérationnelle, elle a permis de mettre en place des approches, des méthodes et des techniques qui ont fait leurs preuves en matière de communication et de psychologie.
* Cette école est représentée par des chercheurs venant de différentes disciplines ce qui constitue un véritable enrichissement conceptuel basé sur l’interdisciplinarité et la pluridisciplinarité.
* Les relations interpersonnelles sont au cœur de la recherche de cette école, c’est considérer que les grands problèmes sont issus des petits problèmes liés à la communication entre les individus la thérapie familiale est une avancée importante en la matière à partir du moment où l’individu n’est plus considéré comme un être isolé mais comme un être interagissant et interactif. Cette contextualisation est une manière d’appréhender la communication dans sa circularité.

Limites :

* Cette école a été vivement critiquée par le corps médical qui considère que tous les problèmes de communication ne sont pas forcément d’ordre relationnel ou psychologiques mais peuvent être pathologiques les techniques de dépistage des troubles psychiatriques passent selon lui par des radios, IRM et autres moyens scientifiques et non pas uniquement au travers de dialogues et de thérapies qui peuvent parfois être incapables d’expliquer les comportements des patients.
* La démarche synchronique malgré les avantages qu’elle présente semble insuffisante, il est parfois nécessaire de revenir aux origines du problème.