

# Coronavirus : le patient désigné d'un système malade

## *Analyse systémique d'une crise sanitaire au XXI<sup>ème</sup> siècle*

∞

Raz-le-bol général ! Les citoyens du monde tirent sur la corde depuis des mois et espèrent en finir avec le COVID le plus rapidement possible afin de retrouver leur vie d'avant. Et si ce retour n'était tout simplement pas possible ? Et s'il était, en tous cas pour le moment, impossible de stopper le virus ? Et si le « COVID » était le patient désigné d'un système malade ?

Après plusieurs mois de « crise » sanitaire liée au COVID-19, force est de constater que toutes les mesures qui ont été prises (distance sociale, port du masque, hygiène des mains, confinement, traçage, etc.) n'apportent pas de solution à l'éradication du virus. L'avènement du COVID et le chaos qui s'est créé sont, d'un point de vue purement théorique, très intéressants à analyser. En outre, ils mettent en lumière certains aspects sur notre manière de fonctionner, sur les différentes interactions en jeu, sur les fonctionnements de nos systèmes, allant de l'individu aux systèmes politiques mondiaux en passant par nos systèmes de santé.

« Il faut stopper le virus » ! Quelle belle logique de contrôle ! D'un point de vue interactionnel, cette logique paradoxale n'est en soi pas problématique. Elle le devient si, après plusieurs tentatives allant dans ce sens - ce que nous avons fait par le biais des mesures sanitaires - elles ne donnent aucun résultat probant. Neuf mois après ces dites mesures, nous constatons qu'elles ne stoppent en rien le virus. Nous sommes donc confrontés à des « tentatives de solution » et non des « solutions ».

Le COVID est un organisme vivant qui s'adapte aux changements afin, lui aussi, de survivre. Changement de température, humidité, mutation, etc...qu'elles que soient les raisons de sa subite prolifération cet automne, le virus n'a de loin pas rendu son dernier souffle ou montré des signes de fatigue.

« Nous devons réagir et réinstaurer les mesures de ce printemps pour le stopper ! », clament une grande partie de la population, suivant les discours politiques. En systémique, nous traduisons ces comportements et pensées comme « du plus de la même chose ». Non seulement de nombreux paramètres ne sont pas identiques à ceux de ce printemps mais en plus, nous continuons à appliquer des mesures *qui n'ont pas éradiqué le virus*.

Certes, il a été « contenu » pendant un moment, ce qui nous a peut-être créé l'« illusion » que nous pourrions l'éradiquer. Si tel avait été le cas, il aurait disparu au printemps et nous aurions alors trouvé, grâce à cette logique de contrôle, une « solution » à cette crise sanitaire. Il n'en est rien.

La médecine et nos sociétés occidentales pensent de manière « linéaire » et la manière de gérer cette crise le démontre bien. Penser uniquement de manière linéaire nous empêche de penser de manière complexe et de s'adapter aux nouveaux paramètres. Plus « grave » encore, elle nous empêche de repenser notre paradigme, notre logique de contrôle, notre but conscient et les mesures qui sont prises dans ce sens.

Nos systèmes se retrouvent donc démunis. Notre logique de contrôle devient maintenant clairement dysfonctionnelle et nous empêche de penser, agir et ressentir cette crise en adoptant un autre regard. Là où le contrôle nous échappe, naît souvent de l'impuissance, de la colère et de la peur qui nous poussent à adopter des comportements encore plus contrôlants, allant jusqu'à bafouer des principes constitutionnels et des droits universels, à manipuler l'information et à imposer une « bonne manière » de penser.

Le COVID est le « patient désigné » d'un fonctionnement « contrôlant », d'un système qui, logiquement, peut tendre très facilement vers une forme de « dictature » lorsqu'il se rigidifie, montrant alors clairement les « limites » ou l'« illusion » de nos systèmes démocratiques. Une rigidification qui amène forcément des réactions : ceux qui suivent cette logique de contrôle en adoptant strictement toutes les mesures, ceux qui répondent par un autre mode de contrôle guidé par d'autres peurs (comme celles de perdre leur liberté, leurs droits, leur libre arbitre et j'en passe), ceux qui évitent d'y penser quitte à nier totalement l'existence du virus.

Autre variable à prendre en compte : les différences culturelles, sociales et individuelles quant à la manière de considérer la maladie et de la traiter mais aussi d'appréhender la mort. La médecine occidentale peut, dans une certaine mesure, trouver des « solutions » sous forme de médication ou de vaccin pour nous aider dans cette situation.

Elle a, par le passé, montré qu'elle pouvait trouver des remèdes chimiques à certains fléaux ce qui a permis de *limiter* des maladies mortelles telles que la peste ou le choléra. Limiter ne signifie pas éradiquer. Il existe encore des cas de peste, il existe encore des cas de choléra et il existera certainement encore des cas de Coronavirus. Le virus est montré du doigt, comme étant « le seul responsable » du chaos actuel. Or, si un virus - notre « patient désigné » - peut déstabiliser tout un système, c'est, d'un point de vue systémique, également lié à la structure même de ce système, à sa manière de fonctionner *avant et pendant* une crise.

Car oui, cette « escalade symétrique » avec le virus montre bien à quel point nous avons de la difficulté à changer notre logique de contrôle. Et si nous arrêtons tout simplement de souhaiter stopper ce virus ? Et si nous acceptons, avec une certaine humilité, que notre logique de contrôle dans cette situation a montré ses limites ? C'est ici bien notre « lutte » - cognitive, sociale, émotionnelle et comportementale – qui nous entraîne vers cette rigidification. Une lutte qui semble vaine. Pouvons-nous envisager de « capituler » ? « Certainement pas ! », rétorquera la majorité d'entre nous. Et de tenter de « contrôler » la situation de manière différente ? Ou alors simplement de « vivre avec » ? Pouvons-nous opérer un réel changement de paradigme, un changement que les systémiciens appellent un « changement de type II » ?

Alors que nous continuons dans notre logique de contrôle, en attendant que la médecine trouve un vaccin ou une molécule miracle qui permette de tuer ce « maudit virus » ou au minimum de le limiter, nos systèmes s'affaiblissent, les individus s'épuisent. Effets collatéraux inévitables, nous sommes également en proie à des biais cognitifs qui nous desservent et limitent nos possibilités de réactions. Nous pourrions concentrer nos efforts financiers et logistiques sur des actions qui viseraient une médecine préventive, en renforçant par exemple les messages invitant la population à booster leur système immunitaire, en ralentissant la cadence afin d'économiser nos forces, en soutenant les structures médicales existantes pour les personnes qui nécessitent des soins intensifs, en assouplissant les protocoles pour engager l'armée ou des volontaires prêts à donner leur soutien, ou encore en favorisant une économie locale et solidaire pour soutenir nos travailleurs et nos exclus.

Nous pourrions apprendre à la population à « faire avec » et à « accepter » que nous ne pouvons pas tout contrôler, que notre monde est incertitudes et changements, que nous devons faire des choix, que la mort existe et qu'elle fait partie de la vie. Et puis apprendre, apprendre de cette expérience.

Notre équilibre « d'avant le COVID », notre « homéostasie », n'était certes pas plus fonctionnelle qu'actuellement sur de nombreux aspects : stable mais pas fonctionnelle. Revenir à cet équilibre ne sera certainement pas possible et n'est peut-être même pas souhaité et souhaitable. Cette crise nous montre nos limites mais aussi nos ressources car chaque système, chaque équilibre possède ses « avantages » et ses « inconvénients » : élans de solidarité, créations diverses dans nos manières de communiquer et garder un lien social, adoptions de philosophies et spiritualités humanistes, revalorisation de comportements écoresponsables mais aussi « hystérie » collective, illusions de toute puissance, discours contradictoires et paranoïaques et inégalités sociales exacerbées.

Cette situation nous offre une réelle occasion d'apprendre, revoir notre copie et dessiner les traits complexes de notre futur. Notre lutte contre le virus n'est peut-être pas la « réelle » guerre à mener. Car comme souvent dans un système, il y a les non-dits, les enjeux cachés et les rapports de pouvoir. Nous sommes au cœur d'un possible processus de changement au cours duquel les rapports de pouvoirs actuellement en jeu définiront les couleurs de demain et le tableau de nos prochains matins. La « guerre » se joue donc certainement ailleurs mais elle se joue ici et maintenant et son issue « déterminera » notre capacité à créer un changement de paradigme pour appréhender le vivant. L'avenir nous le dira.

Sandrine Chalet, nov.2020

Psychologue FSP, diplômée en psychothérapie et  
politicienne

