
CDU 159.942.072:316.356.2

Anna Khefors
Psychologue de la famille
Moscou, Russie

CORRECTION PSYCHOLOGIQUE DES DYSFONCTIONNEMENTS DE LA COMMUNICATION DANS LE SYSTÈME DES RELATIONS FAMILIALES

Résumé

Cet article examine les possibilités d'intervention sur les troubles de la communication dans les relations familiales. La pertinence du sujet tient à l'augmentation de l'instabilité intrapersonnelle et interpersonnelle dans un contexte de fragmentation socioculturelle, de transformation de la famille en tant qu'institution et d'évolution des scénarios de rôles traditionnels. Face à la hausse des divorces, à l'éloignement émotionnel entre les membres de la famille et à la dégradation du dialogue intergénérationnel, il devient urgent de préciser la nature des dysfonctionnements de la communication et les moyens d'y remédier. Cette étude vise à identifier les caractéristiques des altérations communicationnelles dans le système familial et leurs indicateurs, ainsi qu'à justifier des méthodes d'intervention ciblées dans une approche intégrative. La revue des sources contemporaines révèle des divergences méthodologiques : certains auteurs réduisent ces difficultés à l'insuffisance émotionnelle des partenaires, tandis que d'autres soulignent les déterminants institutionnels, sociolinguistiques ou situationnels. L'analyse systémique des formes latentes de dysfonctionnement communicationnel reste toutefois peu développée. L'article décrit les obstacles qui limitent l'intervention et présente la vision de l'auteure sur les moyens de les surmonter. Ces éléments seront utiles aux psychologues de la famille, aux conseillers en résolution des conflits, aux psychologues cliniciens, aux pédagogues et aux chercheurs en communication interpersonnelle et en psychologie familiale.

Mots-clés :

interaction, troubles de la communication, communication, conflits, intervention psychologique, psychologie familiale, relations familiales, stratégie de communication.

Anna Khefors
Psychologue de la famille
Moscou, Russie

CORRECTION PSYCHOLOGIQUE DES DYSFONCTIONNEMENTS DE LA COMMUNICATION DANS LE SYSTÈME DES RELATIONS FAMILIALES

Résumé

L'article étudie les stratégies d'intervention face aux troubles de la communication dans les relations familiales. L'intérêt de ce sujet découle de l'instabilité intrapersonnelle et interpersonnelle croissante, dans un contexte de fragmentation socioculturelle, de transformation de la structure institutionnelle de la famille et d'érosion des scénarios de rôles traditionnels. La hausse des divorces, l'éloignement émotionnel au sein des familles et la dégradation du dialogue intergénérationnel imposent de clarifier les dysfonctionnements communicationnels et les moyens de les atténuer. L'étude vise à identifier leurs spécificités et leurs indicateurs dans le système familial, et à étayer des interventions ciblées dans un cadre intégratif. La littérature révèle des divergences méthodologiques importantes : certains auteurs attribuent principalement ces troubles à l'insuffisance émotionnelle des partenaires, tandis que d'autres mettent l'accent sur des déterminants

institutionnels, sociolinguistiques ou situationnels. L'analyse systémique des formes latentes de dysfonctionnement communicationnel demeure notamment insuffisamment développée. L'article décrit les principaux obstacles à une intervention efficace et expose les stratégies proposées par l'auteure pour les surmonter. Il s'adresse aux psychologues de la famille, aux conseillers en résolution des conflits, aux psychologues cliniciens, aux pédagogues et aux chercheurs en communication interpersonnelle et en psychologie familiale.

Mots-clés :

interaction, troubles de la communication, communication, conflits, intervention psychologique, psychologie familiale, relations familiales, stratégie de communication.

Introduction

Au cours des dernières décennies, la qualité de la communication intrafamiliale a suscité un intérêt croissant en tant que facteur essentiel du bien-être psychologique. Les perturbations de cette communication sont souvent non seulement la conséquence des conflits familiaux, mais aussi l'une de leurs causes premières.

Les modèles de confrontation, les rétroactions altérées, la fermeture émotionnelle et les attentes déformées contribuent à l'accumulation des tensions et à la dégradation des relations.

Malgré la fréquence de ces difficultés, les approches destinées à y remédier se limitent souvent à des techniques superficielles qui ne touchent pas aux structures profondes de l'interaction interpersonnelle.

La recherche et la clinique présentent une systématisation insuffisante des mécanismes sous-jacents aux distorsions communicationnelles familiales. On oublie souvent qu'il ne s'agit pas seulement d'un échange inefficace d'informations, mais d'un entrelacement complexe de significations, d'émotions, d'attitudes et d'attentes de rôle. Une analyse plus multidimensionnelle et des stratégies globales sont donc nécessaires, portant à la fois sur les actes de parole et sur l'ensemble de la structure des interactions familiales.

Matériels et méthodes

L'analyse de la littérature scientifique permet de distinguer plusieurs orientations de la recherche contemporaine. Les sources peuvent être réparties en trois ensembles : les travaux consacrés aux tendances générales de la communication familiale et à ses manifestations destructrices ; les recherches sur les dimensions émotionnelles de l'interaction intrafamiliale ; les publications portant sur les mécanismes particuliers et les caractéristiques linguistiques de cette communication.

Les données du VCIOM de 2024 [1] décrivent l'évolution des divorces en Russie, en les interprétant comme un indicateur de perturbations des interactions interpersonnelles conjugales. Cette approche macroanalytique sert de base à des études psychosociales plus détaillées. E.K. Dorozhenko et I.F. Shilyaeva [2] considèrent les manifestations conflictuelles comme une altération de la structure communicationnelle du dialogue conjugal, en soulignant le rôle des transformations sociales dans l'aggravation des contradictions. A.A. Lubkova [3] analyse l'influence du style de communication sur la formation de modèles durables de comportement interpersonnel.

M.A. Odintsova, N.P. Radchikova, E.G. Musokhranova et N.V. Azarenok [4] étudient l'influence de la teneur émotionnelle des communications sur la résilience psychosociale familiale. M.D. Petrash, O.Yu. Strizhitskaya et T.S. Kharitonova [5] décrivent les effets intergénérationnels de l'implication émotionnelle et leur impact sur le bien-être psychologique des membres de la famille. A.O. Kaminska, N.G. Pshuk et Y.Y. Martynova [10] soulignent l'importance de l'intelligence sociale et émotionnelle dans le développement des ressources communicationnelles.

A.Yu. Pomnikova [6] considère les récits familiaux comme un outil d'éducation informelle doté d'un potentiel d'intégration communicationnelle. E.N. Radion [7] examine les limites du répertoire thématique des conversations familiales et souligne comment

la réduction des sujets abordés restreint la compréhension mutuelle. P.A. Razina [8] étudie l'allusion comme forme implicite de communication, susceptible de faciliter ou d'entraver le dialogue ouvert. E.F. Simakova [9] propose une compréhension systémique du problème à travers un sous-système social complexe, dont la communication constitue un mécanisme essentiel d'autorégulation et d'adaptation.

La littérature fait ainsi apparaître plusieurs approches méthodologiques établies : structurelle et fonctionnelle, émotionnelle et psychologique, linguistique et communicationnelle, ainsi que socioculturelle, tenant compte des transformations sociales.

Malgré le nombre de publications, des difficultés et divergences persistent. Certains auteurs interprètent les problèmes communicationnels uniquement comme le reflet d'altérations individuelles, alors que d'autres privilégient leurs déterminants structurels et sociaux. Les interventions auprès des familles mixtes et transnationales restent insuffisamment étudiées. Le rôle communicationnel des médias numériques et les mécanismes de restauration du dialogue après les phases de conflit aigu reçoivent peu d'attention. Les recherches empiriques expérimentales et longitudinales demeurent limitées.

La préparation de cet article a mobilisé l'analyse de contenu des sources scientifiques, la comparaison, la systématisation, le traitement de synthèses statistiques, des éléments d'analyse narrative et discursive, et la généralisation.

Résultats et discussion

La communication familiale se construit à l'intersection des histoires personnelles, des normes culturelles et des circonstances de vie. Elle dépend des messages échangés, mais aussi de la manière de les transmettre : intonations, pauses, gestes et contextes. Ces nuances recèlent les principales sources d'incompréhension.

Les schémas communicationnels destructeurs prennent généralement les formes suivantes (figure 1) :

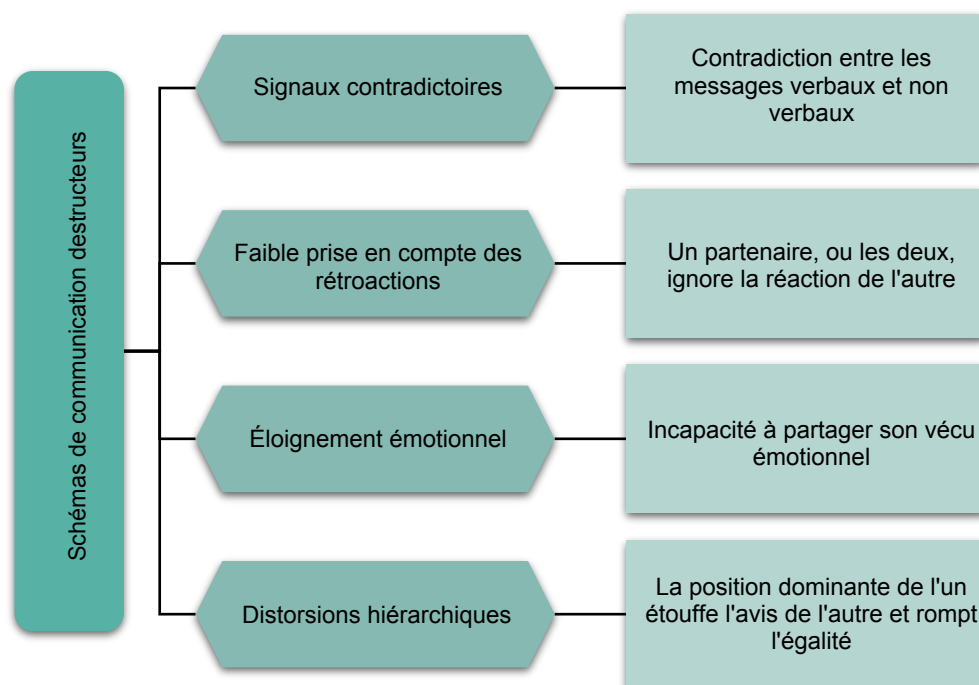


Figure 1. Formes de schémas communicationnels destructeurs
(élaborée par l'auteure à partir de [2-4, 6, 9])

Figure 1. Formes de schémas communicationnels destructeurs
(élaborée par l'auteure à partir de [2-4, 6, 9])

Les perturbations décrites ci-dessus sont rarement fortuites. Elles se consolident généralement sous l'effet de blessures réciproques accumulées, de scénarios familiaux non interrogés et de mécanismes de défense inconscients. Une étude de M.A. Odintsova et de ses collègues auprès de 853 personnes en Russie et en Biélorussie montre que les communications familiales dysfonctionnelles influencent fortement la résilience de la famille et l'état psychologique des enfants devenus adultes [4]. Selon une enquête du VCIOM de 2024, 23 % des Russes interrogés citent les difficultés de communication parmi les principales causes des problèmes familiaux, et 14 % considèrent l'incompréhension comme un facteur majeur de conflit [1].

L'installation de dysfonctionnements communicationnels durables est étroitement liée à l'histoire d'attachement de chaque membre de la famille. L'accessibilité du soutien émotionnel et les modes de réaction à la frustration façonnent les attentes envers les échanges conjugaux ou avec les enfants. Lorsque le silence, la répression des émotions ou les accusations dominaient dans la famille d'origine, ces schémas risquent fortement de se reproduire dans les interactions à l'âge adulte.

Les distorsions cognitives ajoutent une difficulté : interpréter des propos neutres comme hostiles ou s'attendre à des critiques permanentes, par exemple. Même une initiative constructive peut alors être perçue comme une menace. La faible conscience de ses propres habitudes de communication et le refus d'assumer sa part de responsabilité dans les difficultés renforcent la vulnérabilité des échanges entre partenaires.

Un changement réel exige l'apprentissage de nouvelles compétences et une remise en question des attitudes fondamentales qui sous-tendent les interactions familiales. Les orientations les plus fécondes du travail psychologique sont présentées ci-dessous (figure 2).

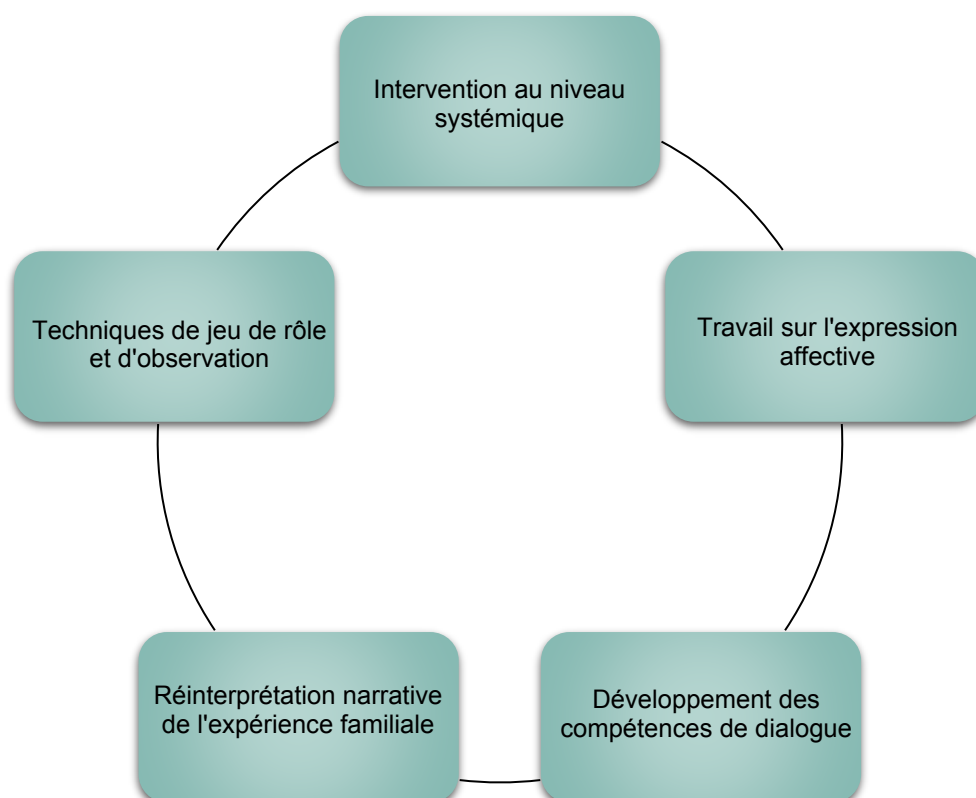


Figure 2. Approches d'intervention sur les troubles de la communication dans les relations familiales (élaborée par l'auteure à partir de [3, 5, 6, 9])

Figure 2. Approches d'intervention sur les troubles de la communication dans les relations familiales (élaborée par l'auteure à partir de [3, 5, 6, 9])

Dans une perspective systémique, la famille est considérée comme une structure globale dans laquelle le comportement de chacun influence les autres. L'intervention cherche à identifier les scénarios récurrents qui maintiennent la situation, plutôt qu'à corriger le « mauvais » comportement d'un partenaire. Comme le souligne E.F. Simakova, le professionnel aide à reconnaître les réactions automatiques, à découvrir les règles implicites de l'interaction et à instaurer de nouvelles formes de communication plus souples [9].

Les difficultés tiennent souvent à l'incapacité à communiquer précisément son état émotionnel plutôt qu'à l'absence de désir d'interagir. La capacité à identifier et à verbaliser les sentiments revêt donc une importance particulière. L'intervention apprend à distinguer les nuances de son propre vécu et à percevoir les signaux émotionnels des autres membres de la famille. Ce travail est essentiel en présence de traits alexithymiques ou lorsque la honte et la peur d'exprimer ses sentiments empêchent le dialogue.

L'écoute active, la clarification du sens des propos entendus et l'expression des besoins sans pression constituent les bases d'une communication confiante et respectueuse. Les « messages-je », le remplacement des accusations par une description de son propre état, ainsi que les pauses et l'autoréflexion contribuent à réduire les tensions et à assurer la compréhension mutuelle.

La famille est à la fois une unité sociale et la coauteure d'une histoire collective. La manière de la raconter renforce parfois des identités négatives : l'un est toujours la « victime », l'autre le « persécuteur ». L'approche narrative propose de changer de point de vue, d'inscrire les épisodes difficiles dans un contexte plus large et d'ouvrir la voie à d'autres interprétations. Elle déplace ainsi l'attention des reproches réciproques vers le dépassement commun des obstacles et des épreuves.

Observer sa propre communication « de l'extérieur » peut également se révéler efficace. Le dialogue en miroir, l'observateur extérieur et le retour vidéo permettent de repérer des schémas verbaux et comportementaux qui restent habituellement inconscients. Cette approche favorise l'exploration plutôt que l'accusation : « Que fais-je qui pourrait être perçu autrement que je ne l'imagine ? »

Des obstacles apparaissent lorsque la famille considère l'intervention comme un moyen de « réparer » l'autre, au lieu d'un travail partagé de réorganisation des liens. Une résistance au changement peut aussi survenir, notamment lorsque l'ancien modèle de communication assure une certaine stabilité ou un bénéfice caché. Le professionnel doit alors travailler avec douceur et persévérance, soutenir la motivation à changer et maintenir l'attention sur les processus plutôt que sur les accusations. Les moyens de surmonter ces obstacles sont synthétisés à la figure 3.

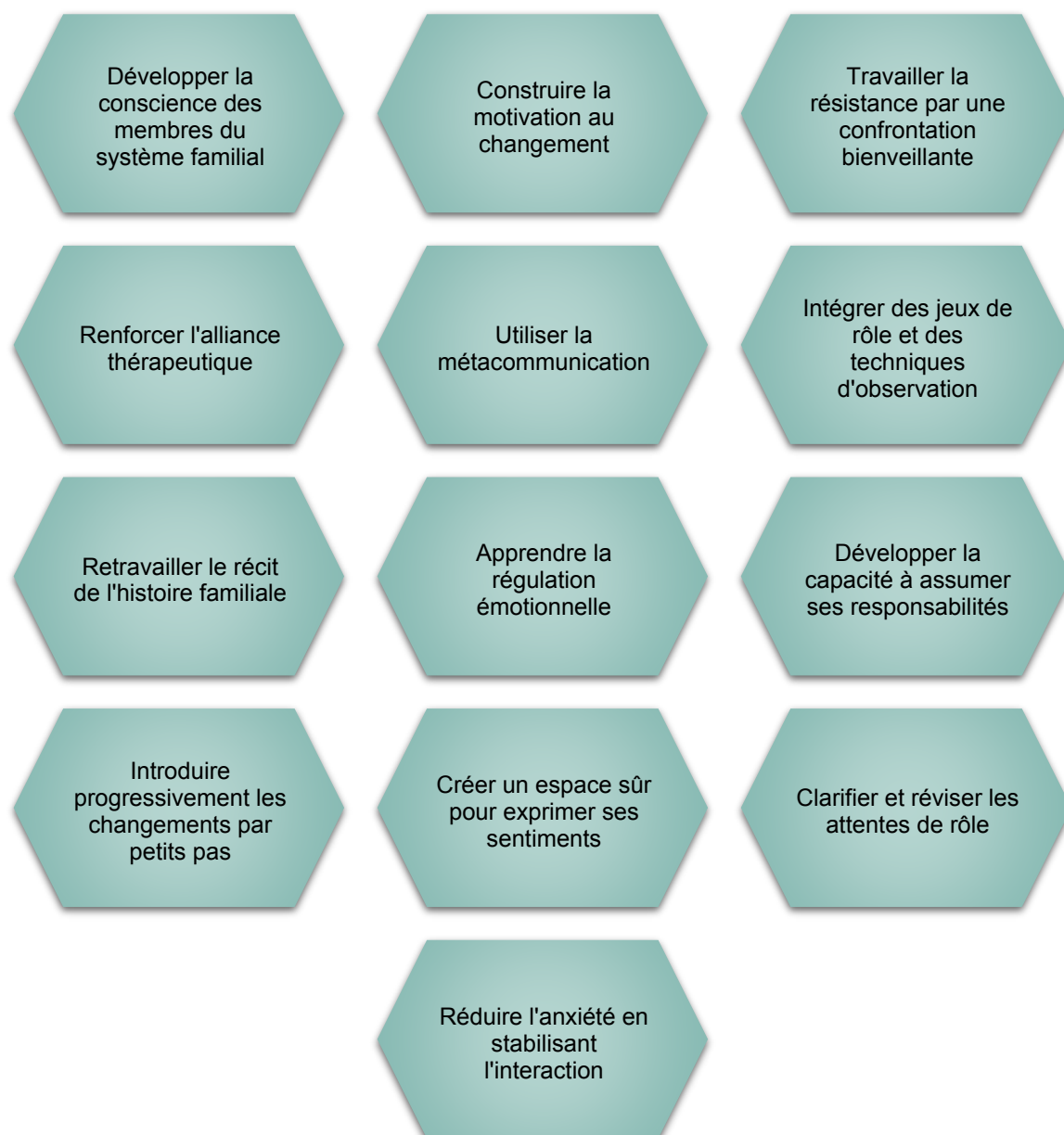


Figure 3. Moyens de surmonter les obstacles à l'intervention sur les troubles de la communication familiale (élaborée par l'auteure)

Figure 3. Moyens de surmonter les obstacles à l'intervention sur les troubles de la communication familiale (élaborée par l'auteure)

L'efficacité de l'intervention repose non seulement sur le professionnalisme du spécialiste, mais aussi sur la volonté de la famille de s'observer, d'expérimenter et de s'engager dans un travail de longue durée. La communication est davantage qu'une compétence : c'est une manière d'être qui demande du temps pour être réapprise et intégrée.

Conclusions

L'intervention sur les troubles de la communication familiale est un processus complexe et progressif de réorganisation des structures de sens et des comportements construits au fil des années, plutôt qu'une suppression immédiate des symptômes. Elle exige du professionnel une distinction fine entre les difficultés superficielles de communication et les dynamiques interpersonnelles profondes qui entretiennent les distorsions de perception et d'expression.

La communication familiale fonctionne comme un espace de régulation du sens, dans lequel se reflètent

les attitudes individuelles, les attentes, le climat émotionnel et les formes d'adaptation réciproque historiquement constituées. Les troubles de ce système ne se réduisent pas à des difficultés d'expression ou d'écoute : ils sont liés à des scénarios de rôles inconscients. Dans cette perspective, les difficultés communicationnelles signalent des incohérences structurelles plus larges.

La restauration de ces processus exige une approche associant travail sur l'expression émotionnelle, redéfinition des positions de rôle, reconstruction de la confiance et développement de la capacité d'autoréflexion. Les pratiques systémiques, dialogiques et narratives permettent d'améliorer la « technique de communication », mais aussi d'engager un changement qualitatif dans la perception de l'autre comme sujet complexe, ayant le droit de s'exprimer de manière autonome.

L'efficacité de l'intervention dépend des outils professionnels du psychologue et du degré d'implication de la famille dans le processus de transformation. Explorer ses habitudes communicationnelles, sortir temporairement de la logique habituelle des reproches et de l'autojustification, et rester ouvert à l'expérimentation sont des conditions déterminantes d'un changement durable.

L'intervention ne peut donc se limiter à l'apprentissage formel de nouveaux comportements. Elle suppose de repenser en profondeur la nature même de l'interaction familiale et de redéfinir les significations sur lesquelles repose la communication. C'est à cette condition que l'on peut parler d'une véritable reconfiguration des relations, au-delà du simple « rétablissement du contact ».

Bibliographie :

1. VCIOM. Les divorces en Russie : suivi. URL : <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/razvody-v-rossii-monitoring> (consulté le 30.04.2025).
2. Dorozhenko E.K., Shilyaeva I.F. Le conflit conjugal comme perturbation de la communication familiale // L'être humain face aux changements sociaux. Actes de la conférence scientifique et pratique internationale. Oufa, 2023. P. 262-267.
3. Lubkova A.A. Liens entre les styles de communication familiale et le type dominant de relations interpersonnelles // Questions de psychologie des situations extrêmes. 2023. N° 1. P. 26-30.
4. Odintsova M.A., Radchikova N.P., Musokhranova E.G., Azarenok N.V. Communications émotionnelles dans les relations parents-enfants et résilience de la future famille à l'âge adulte // Psychologie sociale et société. 2024. Vol. 15. N° 3. P. 72-90.
5. Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Kharitonova T.S. Rôle des communications émotionnelles familiales dans le bien-être psychologique : effets intergénérationnels // Bulletin de l'Université d'État de Kostroma. Série : pédagogie, psychologie, sociocinétique. 2022. Vol. 28. N° 1. P. 69-75.
6. Pomnikova A.Yu. Potentiel éducatif des récits familiaux comme forme de communication // Éducation tout au long de la vie : XXI^e siècle. 2021. N° 2 (34). P. 101-117.
7. Radion E.N. Limites du répertoire thématique dans la communication familiale // Bulletin de l'Université linguistique d'État de Minsk. Série 1 : philologie. 2022. N° 4 (119). P. 76-83.
8. Razina P.A. Les allusions dans la communication familiale // Langue et culture : le regard des jeunes. Actes de la III^e conférence scientifique internationale. Moscou, 2020. P. 373-377.
9. Simakova E.F. Communication du système familial // Sciences of Europe. 2020. N° 47-3 (47). P. 59-69.
10. Kaminska A.O., Pshuk N.G., Martynova Y.Y. L'intelligence sociale et émotionnelle comme fondement du développement des ressources communicationnelles chez les aidants familiaux de patients présentant des troubles mentaux endogènes // Wiadomości Lekarskie. 2020. Vol. 73. N° 1. P. 107-112.

Références

1. VCIOM. Les divorces en Russie : suivi. URL : <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/razvody-v-rossii-monitoring> (consulté le 30.04.2025).
2. Dorozhenko E.K., Shilyaeva I.F. Le conflit conjugal comme perturbation de la communication familiale // L'être humain face aux changements sociaux. Actes de la conférence scientifique et pratique internationale. Oufa, 2023. P. 262-267.
3. Lubkova A.A. Liens entre les styles de communication familiale et le type dominant de relations interpersonnelles // Questions de psychologie des situations extrêmes. 2023. N° 1. P. 26-30.
4. Odintsova M.A., Radchikova N.P., Musokhranova E.G., Azarenok N.V. Communications émotionnelles dans les relations parents-enfants et résilience de la future famille à l'âge adulte // Psychologie sociale et société. 2024. Vol. 15. N° 3. P. 72-90.
5. Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Kharitonova T.S. Rôle des communications émotionnelles familiales dans le bien-être psychologique : effets intergénérationnels // Bulletin de l'Université d'État de Kostroma. Série : pédagogie, psychologie, sociocinétique. 2022. Vol. 28. N° 1. P. 69-75.
6. Pomnikova A.Yu. Potentiel éducatif des récits familiaux comme forme de communication // Éducation tout au long de la vie : XXI^e siècle. 2021. N° 2 (34). P. 101-117.
7. Radion E.N. Limites du répertoire thématique dans la communication familiale // Bulletin de l'Université linguistique d'État de Minsk. Série 1 : philologie. 2022. N° 4 (119). P. 76-83.
8. Razina P.A. Les allusions dans la communication familiale // Langue et culture : le regard des jeunes. Actes de la III^e conférence scientifique internationale. Moscou, 2020. P. 373-377.
9. Simakova E.F. Communication du système familial // Sciences of Europe. 2020. N° 47-3 (47). P. 59-69.
10. Kaminska A.O., Pshuk N.G., Martynova Y.Y. L'intelligence sociale et émotionnelle comme fondement du développement des ressources communicationnelles chez les aidants familiaux de patients présentant des troubles mentaux endogènes // Wiadomości Lekarskie. 2020. Vol. 73. N° 1. P. 107-112.

© Anna Khefors, 2025