

Constellation du Tétralemme¹

Auteur.e :

Insa Sparrer et Matthias Varga von Kibed (créé à partir d'un processus d'argumentation provenant d'une logique classique de l'Inde ancienne, augmentée par la logique bouddhiste introduisant la négation (ni l'un, ni l'autre, ni même pas cela).

Ceux qui constellent :

Toute personne confrontée à une **situation de dilemme ou de double contrainte**.

Le client :

L'individu ou le groupe souhaitant explorer **une prise de décision complexe**.

Sujet :

Un problème impliquant **une dualité apparente**, un conflit entre plusieurs options ou une situation où aucune réponse évidente ne semble possible.

Objectif / Résultat :

- Explorer différentes perspectives pour **sortir du dilemme**.
- Prendre conscience des **options cachées**.
- Introduire une **vision élargie** de la problématique.
- Favoriser une **prise de décision plus fluide et assumée**.

Peut servir de :

- **Outil d'exploration** des dilemmes et double contraintes.
- **Outil de clarification** des options et conséquences.
- **Aide à la prise de décision** en développant des alternatives innovantes.

Précautions :

- Il est essentiel d'identifier clairement **les pôles du dilemme** (Option A et Option B).
- Ne pas imposer de solution, mais **laisser émerger** la compréhension du système.
- La mise en place doit se faire **en sécurité** pour permettre un détachement émotionnel suffisant.

¹ Source : Chantal Motto, Coacher les organisations avec les Constellations Systémiques, Rendre visibles et décoder les interactions humaines et leurs dynamiques, 3^e éd., p. 134 et sv.

Restrictions :

- Non adapté aux conflits relationnels directs, sauf si l'objectif est de **changer la perception du dilemme**.
- Pas un outil pour une décision immédiate, mais un **processus d'exploration** et de prise de recul.

Principes :

- On explore **les différentes options** sous plusieurs angles (A, B, A ET B, NI A NI B, TOUT AUTRE CHOSE).
- On cherche à **élargir la compréhension** plutôt qu'à trancher immédiatement.
- On intègre la possibilité du "**Rien de tout cela, même pas ça**", un point de vue qui transcende le problème.

Processus

1. L'entretien d'exploration

- Identifier **le dilemme** et ses **deux pôles opposés** (A et B).
- Comprendre **les enjeux et émotions associés**.
- Repérer **les croyances sous-jacentes** qui influencent la décision.

2. Le choix des éléments à représenter

- **Option A** = L'Un → Première alternative
- **Option B** = L'Autre → Seconde alternative
- **Option C** = L'Un et l'Autre → Recherche de conciliation
- **Option D** = Ni l'Un, ni l'Autre → Sortir du cadre initial du dilemme
- **Option E** = Rien de tout cela, même pas ça → Déconstruction complète de la problématique

Mise en place

Positionnement des éléments :

- Le client (Focus) **évolue** entre les différentes positions et ressent leurs effets.
- L'élément libre (E) **peut être déplacé** pour symboliser l'émergence de nouvelles perspectives.

Types de mise en place :

- **Position fixe** : Chaque élément a une place déterminée, et l'exploration se fait **par observation et interaction**.
- **Position libre** : Le client **positionne lui-même** les éléments et **les réajuste** en fonction de ses ressentis (ou le réajustement se fait par les représentants eux-mêmes par la recherche d'une situation plus harmonieuse, confortable physiquement).

Exemples d'application

1. Choix entre deux opportunités professionnelles

- Deux valeurs clés sont identifiées : **loyauté** et **accomplissement personnel**.
- L'exploration révèle que la solution **ne repose pas sur un choix binaire**, mais sur une **conciliation** de ces valeurs.

2. Dilemme entre rester en entreprise ou entreprendre

- **Rester** = sécurité et stabilité.
- **Entreprendre** = incertitude mais liberté.
- L'exploration révèle qu'il ne s'agit pas d'un choix exclusif, mais d'une **question de timing et de ressources**.

Éléments clés du Tétralemme

Position	Signification
L'Un (A)	Une option du dilemme
L'Autre (B)	L'alternative opposée
L'Un et l'Autre (C)	Conciliation, combinaison des deux
Ni l'Un, ni l'Autre (D)	Détachement du dilemme initial
Rien de tout ça, même pas ça (E)	Déconstruction du problème, ouverture à d'autres possibles

Conclusion

La constellation du Tétralemme permet de sortir des oppositions figées en ouvrant un espace de réflexion plus large. Elle favorise **l'intégration de nouvelles options**, au-delà d'un simple choix binaire, en aidant la personne à redéfinir sa problématique sous un angle plus global et libérateur.