

« L'accueil, le lien et la relation »

de Ghislaine KINDERMANS

Dans notre Charte, le mot "accueil" apparaît cinq fois. Le verbe "accueillir" ainsi que les mots accueillant et accueilli s'y trouvent plusieurs fois.

Il paraît donc évident que ce terme a une signification bien particulière dans la philosophie des associations Phénix.

Mais quelle est-elle, d'où vient ce mot?

L'accueil, nom masculin, vient du verbe accueillir. C'est l'action et la manière d'accueillir, de recevoir quelqu'un. Accueillir, vient du latin "accoligere, de coligere, cueillir"

Accueillir quelqu'un veut donc dire être là, venir pour le recevoir à son arrivée quelque part.

Ainsi dans nos associations, nous pratiquons deux sortes d'accueil: l'accueil téléphonique et l'accueil physique, ce double accueil est notre spécificité. Cet accueil peut être individuel ou en groupe.

Notre but est de faire de la prévention du suicide. Nous accueillons des personnes dont les histoires et les motivations sont très différentes.

Certaines ont déjà tenté de se suicider. D'autres sont suicidaires. D'autres désirent simplement rencontrer quelqu'un pour exprimer leur mal être, leur souffrance. D'autres encore sont concernées par les difficultés et quelquefois les tendances suicidaires ou les passages à l'acte d'un proche.

Toutes ces personnes, régulièrement, nous parlent de leur solitude, de leur enfermement. Elles nous disent tourner en rond, n'avoir rien à quoi se rattacher, où avoir tout simplement besoin d'écoute, d'attention, d'être accueillis.

Pour moi accueillir, c'est créer du lien et de la relation. Je vais vous expliquer ce que j'entends par là, en commençant par cette simple interrogation:

Cette solitude si souvent exprimée par les accueillis n'est elle pas un manque ou une perte de lien.

Réfléchissons ensemble sur le mot "lien", ce mot peut provoquer des protestations, des réactions négatives. Ces réactions parfois véhémentes nous renvoient à nos propres représentations du mot "lien"

Si nous ne faisons que lire dans le dictionnaire les définitions du mot lien, et par extension les mots lier, être lié, se lier, dans un premier temps effectivement, n'apparaissent que des notions

de fermeture, d'attachement, de dépendance, voire d'enchaînement.

Cependant figure aussi la définition suivante:

Le lien s'est ce qui lie affectivement ou moralement quelqu'un à quelqu'un d'autre ou à quelque chose. Et là, il ne s'agit pas d'un lien qui enchaîne, qui retient, qui rend dépendant, mais d'un lien qui permet à l'autre de prendre forme.

Lien, liant, liaison, relation, nous y sommes: le lien est une composante importante de la relation. Il est nécessaire d'en parler car c'est lui qui va permettre à l'autre de prendre forme, de grandir.

Mais comment créer le lien?

Dans le contexte qui est le nôtre, nous allons nous en tenir à une rencontre entre accueillants et accueillis.

Pour expliquer mes propos, je vais m'appuyer sur la théorie de la Gestalt Thérapie, théorie dans laquelle une des notions importante est le "cycle du contact"

Ce cycle, décrit les étapes que nous suivons lorsque nous entrons en contact avec une personne, un besoin ou une émotion.

Ce cycle, nous le déclinons en quatre phases principales:

Le pré contact:

Période où l'on se découvre mutuellement chacun à son rythme. Cette période est généralement plus longue pour l'accueilli que pour l'accueillant. On peut considérer cette phase comme une phase d'observation. Je regarde la personne qui arrive, où qui m'accueille. Pendant ce temps, quelquefois à mon insu, je prends conscience de ce que la personne m'évoque, m'inspire.

La prise de contact:

Phase active, dans laquelle je mobilise mon énergie. Par exemple, si je constate que la personne qui vient me voir a des difficultés à s'exprimer, je peux prendre appui sur cette constatation et la lui transmettre tout simplement en disant:

"je vois que ce n'est pas facile pour vous de parler, mais vous pouvez prendre votre temps si vous le souhaitez". Ainsi j'ai entrepris une action (ici verbale) pour entrer en contact avec une personne.

C'est pendant cette période que l'alliance se fait entre deux personnes.

Le plein contact:

Phase d'harmonie dans laquelle il y a cohérence entre ma perception, mon choix, mes actions. Lorsque les émergences du pré contact et les mises en action de la prise de contact sont justes, nous établissons à ce moment là une relation qui peut être chaleureuse, pleine de

compréhension. C'est au cours de ce plein contact que le rattachement à la vie peut se faire.

Le post contact:

Phase de retrait et d'assimilation. Je digère ce que je viens de vivre, je redeviens disponible pour un autre cycle, pour une nouvelle rencontre.

C'est dans cette phase là que nous quittons la personne accueillie. Cet au revoir est un moment particulier où nous pouvons sentir et faire sentir qu'un lien est établi et qu'il restera établi. Moment important, qu'il faut soigner, afin que la personne accueillie puisse comprendre et ressentir qu'elle peut réellement revenir si elle le souhaite.

Pour illustrer pleinement le cycle du contact je vous donne un autre éclairage:

- dans le pré contact "ma perception" est la figure centrale
- dans la prise de contact "l'autre" est la figure centrale
- dans le plein contact "le nous" est la figure centrale
- dans le post contact "la personne globale", intégrant dans son histoire ce qui s'est passé "ici et maintenant" est la figure centrale.

Où se situe le cycle de contact?

Il se situe dans un lieu virtuel, en perpétuel changement, où se réalisent les échanges entre un organisme et son environnement. Ce lieu nous l'appelons "la frontière contact"

Pour illustrer cette frontière contact, je prendrais un exemple que nous connaissons tous: celui de la peau. Notre peau est d'abord un contenant: elle donne une forme, une limite à notre corps. Mais elle est aussi un lieu d'échange entre notre corps et son environnement. Elle transmet des informations sensorielles. Notre peau est une frontière entre nous et notre environnement extérieur, mais également une frontière entre l'extérieur et notre organisme interne. C'est aussi un lieu d'échanges entre ce qui se passe à l'extérieur et l'intérieur.

Nous ne pouvons pas dissocier un organisme de son environnement. Je ne peux pas faire abstraction de mon environnement et je ne peux pas faire abstraction de l'environnement de l'autre. Je suis là avec mon histoire et mes sensations du moment pour accueillir l'autre. C'est comme une entité indissociable qu'en Gestalt nous appelons "champ" et qu'ici je nommerais plus simplement "espace". C'est dans cet espace que l'écoute à lieu que la relation prend forme et que le lien peut s'établir.

Il est illusoire de penser devoir se présenter à l'autre comme vierge de toute information, afin de mieux l'écouter.

La non directivité et le neutralité bienveillante nous empêchent parfois d'oser mettre dans le champ ce qui se passe entre nous, d'oser mettre nos réactions en avant.

Elles nous empêchent d'exprimer nos émotions, de dire ce que l'on voit, ressent, entend, ou imagine. Et pourtant, c'est peut-être grâce à ce que nous remettons dans le champ, que la

personne qui vient nous voir pourra se sentir entendue, et non pas seulement écoutée.

Je tiens à vous préciser la différence que je ressens entre écouter et entendre.

- écouter c'est prêter attention. On peut le faire d'une oreille attentive ou distraite.

- entendre résulte d'une écoute qui ne peut être qu'attentive

Être entendu sous entend que l'on a été écouté. Être écouté ne sous entend pas que l'on a été entendu.

Lorsque l'accueilli se sent entendu, accueilli et accueillant sont dans le plein contact, comme nous l'avons vu lors de la description du cycle du contact. Je vous rappelle qu'il s'agit d'une phase où la figure centrale est le nous. C'est dans ce nous que ce crée un lien. Le lien créé pour l'accueilli est :

- un lien avec son histoire, sur lequel il peut s'appuyer pour mieux se comprendre

- un lien avec le bénévole, qui peut lui permettre de se relier à la société et à lui même.

Nous avons dit précédemment que le lien était une composante importante de la relation.

Maintenant nous pouvons dire que: Le lien n'est pas seulement une composante importante de la relation que nous établissons avec les accueillis.

Il crée la relation.

Vous vous posez peut être cette question:

avec tout ce lien créé, ne sommes nous pas entrain de prendre la place d'un thérapeute et de pratiquer de la thérapie?

Je vous réponds:

Il ne s'agit pas d'un lien thérapeutique tel celui qui lie un patient à son thérapeute. Il est important d'avoir conscience de la notion suivante: tout entretien, toute rencontre peuvent être thérapeutiques. Le mot thérapie vient du grec "thérapie" qui signifie le soin. Le mot "thérapeuticos" signifie celui qui prend soin de.

Prendre soin de, c'est dans ce sens là qu'il faut entendre le mot thérapeutique. Rappeler ce sens étymologique ôte à ce mot une connotation scientifique, médicale, technique pour lui restituer une dimension humaine.

Or, nous bénévoles des associations Phénix, notre motivation n'est elle pas de créer une relation humaine avec celui qui est préoccupé d'une manière ou d'une autre, par le suicide et d'essayer d'en prendre soin?

Pour ce faire, tout bénévole s'engageant dans une association Phénix doit bénéficier d'une formation à l'accueil et à l'écoute.

Au sein de nos associations, une supervision des pratiques est instaurée de façon obligatoire, afin d'aider l'accueillant dans la compréhension de sa relation à l'autre, de continuer à le former. Il peut également avoir besoin d'être soutenu. Ce doit être possible au cours des supervisions.

Pour conclure, j'aimerais faire émerger, la notion à laquelle je tiens le plus.

C'est celle du lien, du lien qui relie, qui rattache. La notion du lien qui rattache à la vie, et je crois que c'est là notre plus beau rôle.

Bibliographie:

- ✚ La Gestalt, l'art du contact - Serge Ginger - Édition Marabout
- ✚ La Gestalt, une thérapie du contact - Serge Ginger - Hommes et Groupes Éditeurs
- ✚ Vouloir sa Vie "La Gestalt Thérapie Aujourd'hui" Gonzague Masquelier - Retz
- ✚ Gestalt Thérapie de Frederick Perls, Ralf Hefferline et Paul Goodman (traduit par Jean Marie Robine - Éditions l'Exprimerie)