

Qu'est-ce qu'un groupe de Soutien au Soutien ?

Origine

Imaginé pour les enseignants dans les années 1970 par le psychologue et psychanalyste Jacques Lévine, le Soutien au Soutien correspond à l'idée que ce n'est pas du tout facile d'enseigner, que l'enseignant a besoin de comprendre « comment ça se passe » dans la tête des enfants qu'il voudrait aider à grandir dans toutes les dimensions : apprentissage, relations sociales... Souvent il réussit à les aider, mais parfois il a l'impression de ne pas y arriver, le sentiment qu'il ne peut plus rien faire. L'enseignant qui soutient les élèves dans leurs efforts a lui-même besoin d'être soutenu ; c'est la compréhension de ce que vit l'enfant et, partant de là, l'identification de pistes d'action possibles qui va l'aider.

Cette idée, née dans le monde de l'éducation, est également valable pour d'autres métiers que l'on appelle les métiers du lien où la dimension relationnelle est essentielle. C'est ainsi que Le Soutien au Soutien est proposé aujourd'hui dans le domaine médico-social, par exemple.

Déroulement

Le groupe s'installe

Imaginons un groupe d'une dizaine de personnes réunies pour ce travail, parfois un peu plus ou un peu moins, avec un animateur ou une animatrice. Toujours formé à la méthode du Soutien au Soutien, l'animateur est sensibilisé aux phénomènes de l'inconscient et formé à l'écoute psychanalytique ; il a souvent une expérience personnelle de la psychanalyse voire est lui-même psychanalyste.

Ces personnes s'engagent à participer régulièrement au groupe qui va se réunir selon un rythme défini d'un commun accord.

Des contrats, présentés au départ, doivent permettre que ce travail se déroule dans un espace « hors menace » car ils favorisent l'établissement de relations de confiance entre tous :

- volontariat pour participer au groupe
- confidentialité par rapport à tout ce qui se dit
- non jugement, non conflictualité : cela signifie que l'on ne sera pas sur le registre des débats, de la confrontation / argumentation pour faire valoir son point de vue ou convaincre. On cherche à comprendre ce qui se passe dans la situation étudiée et chacun apporte sa contribution à cette recherche, les différents éclairages étant posés les uns à côté des autres sans débat
- solidarité dans le travail : chacun fait sienne la situation de la personne qui expose et s'expose

L'animateur, pour sa part, veille au respect de ces contrats, et participe à la réflexion du groupe à égalité avec ses membres.

Une situation est exposée

C'est dans le cadre défini par ces règles que, à chaque séance, le groupe se penche sur une (voire deux) situation apportée par un participant. C'est une situation vécue, par exemple un épisode qui a laissé la personne insatisfaite, ou des difficultés d'élèves qui la confrontent à un réel sentiment d'échec.

Dans un premier temps, le groupe écoute la personne décrire cette situation sans intervenir. En faisant ce récit, composé d'allers-retours chronologiques, de répétitions, d'éléments factuels mais aussi de ressentis, de plaintes peut-être, la personne se décharge petit à petit de pensées et d'affects qui l'encombraient. Elle prend déjà un peu de distance avec la situation.

Une fois le récit terminé, le groupe demande souvent des informations complémentaires, par exemple une description de la personne (élève ou adulte) qui est au centre de la situation, pour arriver à bien se représenter et s'approprier cette situation.

Chercher un sens

Ensuite commence la recherche « d'intelligibilité » de ce qui se joue dans la situation. La spécificité du Soutien au Soutien est de se pencher en priorité sur la (ou les) personnes qui ont posé problème à l'exposant ; c'est souvent

un enfant ou un adolescent, parfois aussi un adulte. On imagine ce que peut ressentir celui ou celle dont il est question dans la situation, par exemple cet enfant qui ne parvient pas à apprendre à lire, cet autre qui ne peut rester en place, cet adolescent qui conteste agressivement son enseignant, ce parent qui ... Dans cette exploration de la façon dont « l'autre vit sa vie », le groupe s'appuie sur le concept *d'écoute tripolaire* qui postule que chacun porte en soi à la fois une dimension blessée, une organisation dérangement développée en réponse aux blessures mais aussi une dimension intacte de vie.

Chacun propose des hypothèses à partir de son propre vécu, de ses expériences et connaissances professionnelles, d'une façon très libre et créative. L'expérience montre que ces hypothèses dessinent le plus souvent un tableau vraisemblable de ce que vivent les protagonistes de la situation et que le regard porté sur la personne qui pose problème en est changé.

Et maintenant, que peut-on faire ?

À partir de là, le groupe peut proposer des pistes pour que la situation s'améliore, retrouve une dynamique s'il y avait blocage. Là encore, chacun mobilise son expérience et sa créativité pour faire des propositions adaptées à ce que l'on a mis au jour dans le temps de l'intelligibilité.

Pour terminer, la personne qui a apporté la situation peut dire, si elle le souhaite, comment le travail du groupe éclaire, voire transforme maintenant la situation et si les propositions faites lui semblent possibles à mettre en œuvre.

À chaque séance, il est aussi proposé de faire un suivi du travail de la séance précédente, ce qui permet de voir si les hypothèses faites par le groupe ont été validées, si la situation a pu évoluer, et parfois de reprendre la réflexion avec de nouveaux éléments.

Au total, chaque séance de Soutien au Soutien dure le plus souvent 2h30 à 3h.

Une éthique de la relation

Le Soutien au Soutien est donc une co-réflexion sur un mode horizontal, sans « expert » qui en saurait plus et aurait une réponse à apporter au problème posé. L'animateur peut simplement faire parfois un point théorique à partir des écrits de J. Lévine ou d'autres auteurs auxquels la situation fait écho. C'est un travail « entre pédagogie et psychanalyse ». Si on se réfère principalement à ces deux champs théoriques ce n'est pas pour « interpréter » ce qui est dit par telle ou telle personne du groupe mais pour comprendre les phénomènes en jeu dans la croissance d'un enfant et dans sa façon d'entrer en relation avec les autres.

L'animateur utilise un « langage intermédiaire », qui n'est ni un langage psychanalytique ni tout à fait un langage de tous les jours, pour évoquer les phénomènes de l'inconscient inévitablement présents dans toutes les relations interpersonnelles ou de groupe. Ce langage, dit Jacques Lévine, « parle à l'intelligence et à la sensibilité relationnelles des participants du groupe [qui] sont parfaitement capables d'imaginer que sous les routes visibles du psychisme circulent des routes invisibles » qui ont des effets et auxquelles on peut donner un nom.

La méthode du Soutien au Soutien enclenche un processus de pensée, qui procure aux participants un véritable plaisir, celui de penser, de tenter d'approcher ce qui restait énigmatique, plaisir augmenté d'être partagé avec d'autres. Cela procure un réel ressourcement, une remise en dynamique professionnelle, disent souvent les participants.

Au-delà de ces effets immédiats, la centration sur la compréhension de « la logique de l'autre », celui qui pose problème, transforme la « pratique relationnelle » : Jacques Lévine parlait d'une introduction « à une nouvelle éthique de la relation ».

Comme dans le travail proposé aux médecins par le psychanalyste Michael Balint, dont le Soutien au Soutien est une adaptation, ce travail amène chez les professionnels « un changement limité quoique considérable » dans la façon d'exercer leur métier.

Enfin, disent les participants aux groupes, on fait l'expérience qu'« on n'est plus tout seul, et cela, c'est essentiel ».

Pour aller plus loin :

Un article :

Jacques Lévine, « La restauration du narcissisme, finalité de l'appareil groupal Soutien au Soutien ? »
(article téléchargeable sur le site de l'AGSAS, rubrique Articles)

Un livre :

Prévenir les souffrances d'école. Pratique du Soutien au Soutien, Jacques Lévine, Jeanne Moll ESF, 2009