

Civilisation: mal-être et thérapie

de Charles Rojzman

Le XXème siècle a vu réapparaître la barbarie sous des formes à la fois anciennes et inédites. Dans son fameux dialogue avec Einstein, « Pourquoi la guerre ? », Freud n'a pas su véritablement donner les réponses à ce qu'il considérait comme la grande question pour l'avenir de l'humanité. Mais il a laissé entrevoir qu'elles découleraient de l'étude et de la compréhension des pathologies collectives. Comme lui, face à l'inhumanité, nous nous sentons souvent impuissants et, comme lui, nous voyons qu'il est urgent de trouver des moyens concrets de prévention et de guérison de ces pathologies collectives.

Les obstacles individuels et collectifs au vivre ensemble

A partir de l'observation que j'ai tirée de mon expérience de psychothérapeute social, avec des individus et surtout des groupes, j'ai constaté l'ambivalence de l'être humain. Quels que soient l'histoire personnelle, l'origine, le milieu, l'être humain est partagé entre une capacité à l'amour et à la coopération et une défiance qui peut aller jusqu'à la haine. Bien sûr tous les êtres humains ne sont pas semblables, mais il reste que cette ambivalence est présente en chacun de nous, même si la haine et la peur peuvent prendre des masques plus acceptables en société. La peur de l'autre qui peut conduire à la haine, est issue d'une angoisse qui n'est pas toujours apaisée. L'angoisse provoque chez l'être humain une sorte de toxicomanie qui le pousse à désirer sans fin. L'amour, l'argent, le pouvoir, la croyance, peuvent faire l'objet de ce désir dévorant qui empêche l'exercice d'une sociabilité harmonieuse et pacifique. L'existence de cette double nature de l'homme, capable du meilleur et du pire, nous fait comprendre qu'il existe des moyens de faire pencher la balance du côté de la coopération et de la sociabilité.

Importance de l'environnement

En fait, il s'agit de créer un environnement affectif et collectif qui soit le moins pathogène possible. Dans la petite enfance, la satisfaction des besoins primordiaux d'amour et de sécurité permet à l'enfant d'établir un rapport sain avec le monde et les autres. Dans le cas contraire, privé d'amour, menacé dans son existence même et son identité, l'enfant restera victime de ses démons intérieurs et entraîné par la peur et l'angoisse, il sombrera parfois définitivement dans le désespoir et la maladie mentale. De la même façon, l'adulte a besoin d'un environnement qui lui apporte la satisfaction de ses besoins de lien, de reconnaissance et de sécurité. Un environnement collectif, psychologique ou institutionnel, peut se révéler réparateur ou, au contraire, aggraver les blessures de l'enfance. Certains régimes, certaines périodes de l'histoire peuvent donc être à l'origine de folies collectives qui entraînent un peuple entier vers la haine, la destructivité et la barbarie en fin de compte.

Un environnement réparateur : la thérapie sociale

La thérapie sociale que je pratique maintenant depuis de nombreuses années a précisément pour objectif de recréer ces environnements réparateurs dans un contexte de crise. Les premiers groupes de travail en thérapie sociale se sont déroulés dans les banlieues françaises et dans des régions du globe touchées elles aussi par la violence.

En quoi consiste ce travail thérapeutique qui ne cherche pas à répondre à une demande des individus, mais à apaiser une violence qui oppose des personnes et des groupes dans un contexte de crise sociale ?

Le déroulement d'une thérapie sociale

Partant de la souffrance, on écoutera d'abord le récit de toutes les violences vécues dans la vie quotidienne et professionnelle de personnes qui voient dans les autres les responsables de leur malheur. Dans tous ces groupes qui réunissent des habitants de quartiers de banlieue de toutes origines, de tous âges, des professionnels aussi, abandonnés par des institutions trop souvent aveugles et sourdes, la première parole exprime l'accusation, la récrimination, la revendication. Cette parole doit être écoutée, même si parfois elle n'est pas conforme, même si elle est contradictoire, mal informée, violente. Cette expression douloureuse n'a pas de véritable place dans notre société, elle se chuchote, se crie dans l'intimité ou éclate en vociférations haineuses dans des groupes qui ne communiquent plus entre eux.

Peu à peu, émergera une expression plus élaborée et, favorisée par le climat de confiance qu'on aura su créer, la part d'ombre de chacun se montrera au grand jour, éclairée par une écoute du groupe, devenue attentive et bienveillante. La part d'ombre, c'est-à-dire les limites, les faiblesses de chacun. La part d'ombre, c'est aussi à un niveau plus collectif, celle des institutions, celle d'une démocratie malade et trop souvent impuissante.

Cette *acceptation de l'ombre* conduira à une prise de conscience de la responsabilité individuelle de chacun, de la responsabilité aussi du groupe d'appartenance ou de l'institution de chacun. Je ne suis pas la victime des autres, en tout cas pas toujours. Moi non plus, je ne suis pas toujours conforme à ce que je voudrais être, victime de ma propre histoire, victime de ma *folie*.

Cette découverte en commun de la responsabilité de chacun permet alors d'échanger les véritables informations qui habituellement sont cachées ou masquées.

L'intelligence collective

Dans mon jargon, inspiré des travaux d'Henri Laborit et d'autres, j'appelle cela *l'information circulante*. Dans une société où désormais les groupes sont séparés, isolés, ghettoisés, insularisés, cette information ne circule plus. Pas plus qu'elle ne circule dans les institutions où elle est bloquée par la peur, la peur du conflit en particulier et des représailles qui pourraient s'exercer sur ceux qui osent dévoiler les erreurs, les manques et les fautes de l'institution ou du groupe. Dans les sessions de thérapie sociale, ces jeunes, ces adultes, ces policiers, ces travailleurs sociaux, ces enseignants, ces élus, mettent peu à peu en évidence les véritables problèmes qu'on ne peut pas connaître si on ne partage pas ces informations *vraies*. Ils apprennent aussi petit à petit à se faire confiance, à travailler ensemble, malgré les conflits qui les opposent ou plutôt, dirais-je de façon provocatrice, *grâce* aux conflits qui permettent de mettre en évidence les contradictions et font émerger cette créativité, appelée par certains *l'intelligence collective*.

La barbarie ou l'apprentissage

On ne fera pas reculer la barbarie, la destructivité humaine par des exhortations et des incantations. La barbarie est fille de la peur, cette peur qui nous habite quand nous errons

seuls dans un monde peuplé d'ennemis. La violence, elle, est fille de l'impuissance. Cette impuissance issue de notre difficulté à vivre l'errance dans un monde complexe et travaillé par des exigences contradictoires : sécurité et liberté, foi et raison, science et tradition, égalité et développement... Nous ne pourrions assumer et vivre ces contradictions et cette errance qu'en partageant nos connaissances mais aussi nos ignorances, notre intelligence mais aussi nos passions. Nous ne pourrions échapper à la barbarie que par un redoublement de nos facultés de sociabilité. Le XXIème siècle sera le siècle de l'*apprentissage* démocratique ou il ne sera pas.

Article de Charles Rojzman, paru dans la revue Psychologie de la Motivation, n°40 « Pour un humanisme éclairé », 2006