

SPECIFICITE DE LA REPARATION EN GROUPE THERAPEUTIQUE

Par Pierre Van Damme

RESUME

Qu'apporte le groupe comme espace de nouveauté dans le champ du social et du psychologique ? Comment se vivent les phénomènes régressifs ? Comment les autres constituent-ils une confrontation au réel ? Quelle posture spécifique le thérapeute de groupe adopte-t-il dans la réparation ? Nous aborderons ces questions avec le repérage clinique d'un suivi thérapeutique de quatre ans.

La réparation est définie par Gilles Delisle, dans la triade du processus thérapeutique reproduction-reconnaissance-réparation, *comme la capacité de contacter le champ actuel dans ce qu'il comporte de possibilités et de menaces.*

Je me suis interrogé sur le champ groupal thérapeutique comme possibilité et menace pour un participant d'actualiser des situations inachevées et comme moteur de changement et de transformation : Quelle est la spécificité de la réparation en groupe ? Qu'apporte-t-il de nouveauté dans la confrontation aux autres, dans le champ du social et du psychologique ? Est-il un lieu spécifique où peuvent se travailler les phénomènes régressifs et si oui, quels sont les liens entre la régression et la réparation ? Quelle posture spécifique le thérapeute de groupe a-t-il dans la réparation ? Comment manifester sa dimension humaine et réelle ? Qu'en est-il des relations réelles, entre les participants d'un groupe, durant et à la fin du groupe ?

Pour répondre à ces questions, j'ai réalisé un entretien de recherche-action avec un ex-participant de groupe, six mois après son départ. L'échange a été centré autour de ses découvertes et de ses changements perceptibles et conscientisés : qu'a-t-il réparé en lui au juste ? J'en ai fait une analyse de contenu autour de quatre axes : Les premiers contacts avec Yvan. Les obstacles à la réparation. Ce qui a pu être réparé et comment ? Les obstacles à la réparation venant du thérapeute.

I - PREMIERS CONTACTS

1- Symptomatologie

Yvan est un homme grand, sec, nerveux, sympathique, toujours dans la vigilance, avec des grands yeux noirs perçants. Il est marié, père de deux enfants et exerce le métier d'ingénieur. Il est solitaire et travailleur. Enfant non désiré, issu d'une fille-mère, rejetée de sa famille, il n'a pas connu son père. Il a souffert de séparation : à six ans, il a été placé en pension sanitaire : *Je suis venu te voir il y a quatre ans pour des raisons somatiques ; je souffrais de colopathies, de problèmes urinaires récidivants, de sinusites, d'insomnies... Je n'étais pas bien dans ma tête avec tout ça... J'ai commencé une thérapie et tu m'as proposé un travail de groupe. Ma problématique est liée à la confrontation avec les autres et c'est comme ça que j'ai commencé.*

2- indication de groupe

Avant d'être thérapeute de groupe, je suis psychologue clinicien pour évaluer l'indication de psychothérapie. Les symptômes somatiques d'Yvan laissent apparaître beaucoup de rétroflexion dans son expression : Il est soit dans sa tête soit dans la douleur physique ; Il m'a semblé pouvoir bénéficier du travail de groupe car il a des difficultés à contacter ses émotions et souffre de troubles relationnels, tant dans sa vie professionnelle que familiale.

II- LES OBSTACLES A LA REPARATION DU PATIENT

1- Le groupe, un lieu de reproduction

Le groupe thérapeutique auquel a participé Yvan est composé de huit personnes et a lieu un soir par semaine. Réunir des personnes régulièrement, sans tâche précise, autour d'un thérapeute qui fait figure d'autorité, provoque de l'angoisse et accentue les phénomènes de répétition de situations inachevées. Yvan en parle : *L'arrivée dans le groupe a été angoissante pour moi, même si j'étais vu assez cool extérieurement ; je jouais un rôle, je faisais celui qui était à l'aise et je ne l'étais pas du tout. C'est un personnage que je joue depuis 40 ans et je me suis toujours nourri de l'identité des autres; si les autres ne sont plus pour moi une image que je copie, quelle est mon image ? Toute ma personnalité, ma force intérieure, je l'ai calquée sur les autres.*

2- Une angoisse qui pousse à faire semblant

Yvan introjecte massivement, avec un *faux self* 'à la Winnicott', une sur-adaptation au groupe, qui le poussait à faire semblant sans pouvoir être lui-même. Il a pris conscience comment il répétait ce même fonctionnement depuis l'enfance : *J'ai souffert du regard des autres. Je me souviens : au collège, je devais mentir par rapport à mes origines. Pour ma mère, je devais dire : soit qu'elle était divorcée, soit que mon père était mort. A chaque fois, j'inventais une histoire. J'étais culpabilisé par rapport à ma naissance, en lien avec la culpabilité de ma mère.* Yvan déforme la réalité pour se conformer aux normes du collège, enfant..., du groupe, aujourd'hui.

3-Un enjeu social de honte et de culpabilité

Yvan a longtemps recherché la reconnaissance du groupe, au prix de gommer qui il est. Il est accroché au passé, ce qui fait qu'il a du mal à être lui-même et à changer. Vient se superposer à une problématique psychologique une problématique sociale, où la honte le pousse à se cacher : *A l'école, tous les enfants avaient un père et une mère. En plus, c'étaient des gens bourgeois. Ma mère n'avait pas d'argent et je n'avais pas de père. C'est quelque chose d'inacceptable... Je n'étais rien ! Ma mère ne m'a donné aucune valeur de moi-même. J'ai dû le chercher dans le regard des autres ; dans le groupe, je recherchais la reconnaissance, la marque que je m'identifiais aux autres ; chaque fois qu'ils faisaient des blagues, je leur disais ' moi aussi je suis comme vous'. Cela a créé une confusion entre moi et les autres. La thérapie m'a ouvert les yeux par rapport à ça, je n'arrive pas à avoir mon importance à moi !* Yvan évoque ici des problèmes de limites et de confluence pathologique.

4-Un groupe qui symbolise le mur de la famille

Le groupe a reproduit son vécu dans son rapport à sa famille maternelle d'origine : *Le groupe a représenté la famille maternelle... J'ai représenté un mur avec moi d'un côté et de l'autre*

côté les membres du groupe qui symbolisaient les membres de la famille. J'ai pris conscience qu'il fallait que j'aie vu cette famille.

5-Conforter la plainte et la victimisation

Le groupe a servi un long temps de la thérapie à conforter la plainte d'Yvan et à rechercher une vaine réparation du passé : *Je déversais ma plainte et je m'y perdais. Je n'arrivais pas à exister par rapport aux autres et à me confronter à ma colère par rapport aux autres. J'attendais qu'on vienne me dire : 'mon pauvre petit garçon...On va s'occuper de toi'. Je continuais parce que j'avais de l'écoute... et peut-être, une certaine tendresse. Ce n'était pas de la bonne réparation parce que ça tournait en rond.*

6-la plainte comme accroche identitaire à la mère

La plainte est, pour Yvan, une accroche identitaire à la mère, une manière d'être comme elle et d'avoir son amour : *Ça me faisait penser à ma mère qui s'est toujours plainte. Soit la plainte du corps, soit la plainte de la parole : 'de toute façon t'es toujours toute seul'. J'ai refait la même chose. Je me suis épanché dans le groupe.*

7-De la plainte au changement

La prise de conscience de cette plainte et de l'identification à la mère lui a donné l'élan pour commencer à changer, à sortir de la répétition du passé pour commencer à vivre au présent. *Je me suis épanché dans la plainte jusqu'au moment où j'en ai eu marre. Tu as parlé de la fin de la plainte en faisant référence à François Roustang ; ça m'a choqué positivement. Ça a cheminé pendant les vacances et j'ai lu ce livre ; ça a été un moment important ; je ne voulais plus imiter ma mère mais dépasser la plainte dans l'action.*

III - DES ACTES REPARATEURS A LA REPARATION EN GROUPE

Quels sont les éléments déterminants qui ont provoqué un changement et une réelle réparation chez Yvan ?

1 – Un bain émotionnel qui autorise à sortir du clivage

Le groupe est d'abord une sorte de bain émotionnel qui autorise et permet à Yvan d'être plus entier, plus humain... La vie l'avait coupé de l'essentiel, sa capacité à s'émouvoir. *Au départ, l'émotion des autres m'a marqué. Surtout la tristesse et les pleurs... Comment est-ce possible de pouvoir arriver à s'épancher dans ses pleurs au point de ne pouvoir rien dire de plus. C'était le corps qui pleurait. Alors que moi, je restais dans ma tête. Je n'arrivais pas à avoir des émotions. C'était quelque chose de nul, de faible pour moi. J'ai été davantage dans mon ressenti. Aujourd'hui, je sens ce que j'ai dans le ventre, ce sont toutes les émotions qui sont là !*

2-Un thérapeute idéalisé, tuteur bienveillant et écoutant

Le thérapeute est au départ un tuteur bienveillant et écoutant idéalisé qui permet à Yvan de se réparer face à un autre être humain : *Au début, je te voyais comme un père que je n'ai pas eu ou une mère que je n'ai pas eue. Les deux peut-être ; un parent mixte ; quelqu'un qui représente une certaine force, un tuteur sur lequel je puisse me fixer, quelqu'un qui tient droit, qui ne bouge pas dès qu'il y a une tempête. Et toi aussi, tu étais un tuteur à l'écoute, pas un tuteur critique ou autoritaire comme ma belle-mère. Je suis en colère par rapport à*

ces gens critiques. Toi, c'est différent, c'est paternel, réparateur..., je suis écouté par quelqu'un dont j'ai une haute estime..., c'est quelque chose de nouveau ; ça a été important, comme de l'humus qui m'a nourri pendant 2 ou 3 ans..., comme un enfant ; c'est comme si j'étais refait. C'est comme si on refaisait ensemble l'apprentissage à parler, à être écouté... Le thérapeute a à accepter d'endosser pour un temps ce rôle de parent idéal avant d'être plus tardivement critiqué ou contesté.

3-Un travail de régression et de renaissance

Yvan a accepté de vivre en groupe un temps de régression et de renaissance d'où est partie sa reconstruction ; ce travail, il l'a appelé *la chrysalide* : *Je me souviens du travail sur la chrysalide ; j'avais une façon de dormir repliée, avec les membres repliés sur moi-même ; je sentais que je n'étais pas bien avec cette façon de dormir ; l'image que ça te faisait à toi, c'était une sorte de chrysalide, enfermée dans une sorte de cocon ; tu m'as proposé de vivre cette position et ensuite de sortir de cette enveloppe, comme un papillon...*

Le thérapeute propose ses images pour donner du sens et ouvrir sur une hypothèse créatrice sur laquelle un travail corporel a été possible : *Le groupe était autour de moi ; j'ai tenté de me déployer ; la force du groupe se retournait contre moi, ce qui symbolisait l'écrasement dans lequel toute ma famille m'avait mis et m'a empêché de naître : ma famille maternelle a empêché ma naissance, au sens propre et figuré.*

Yvan s'est déployé, est sorti du repli et a eu la force de repousser l'écrasement du groupe, pour sortir du cocon symbolique. S'en est suivi tout un travail de prise de sens sur cet écrasement : *Ma mère ne m'a pas désiré. Je suis un enfant qui est arrivé de façon inopinée... mon père est parti, il n'a pas voulu se marier. La famille s'est retrouvée avec une fille-mère. Dans les années 50, ce n'était pas rien à la campagne. Il y a eu un gros jugement. Ma mère s'était jugée elle-même. Elle s'est exclue de la famille : Elle est partie durant sa grossesse et elle l'a vécu chez des amis.*

4-Renouer avec la famille par une recherche généalogique.

Cette expérience, riche de sens, a été suivie d'une démarche réelle dans sa famille à travers une recherche généalogique. Cela lui a permis de sortir des projections persécutrices de sa mère et de réhabiliter sa place dans sa famille maternelle : *J'ai grandi avec les angoisses de ma mère, l'image du rejet de ma famille ; j'ai fait une recherche familiale et je me suis rendu compte que ce n'était pas vrai. En fait, il y avait eu une tentative de pardon de la famille, sauf que ma mère n'est jamais retournée la voir. Elle est restée avec un jugement imaginaire, fictif ; j'ai remarqué en allant les voir qu'ils étaient très accueillants. Ils ne me jugeaient pas, en tant qu'enfant de ma mère.*

Dans ma recherche généalogique, j'ai essayé de comprendre les relations qu'il y avait entre moi, les membres de ma famille et ma mère ; je suis 'une pièce rapportée' C'est une sorte de réparation car j'ai recréé des liens. Maintenant, j'ai de l'importance à leurs yeux parce que j'ai eu accès à une lettre de mon arrière grand-mère, qu'elle a écrite à ma naissance et qui pardonnait 'la faute'.

5 - Dire non au groupe trop maternel, au thérapeute imparfait

Sortir de l'enfant victime et soumis, c'est devenir un homme désirant ; actif, créatif et agressif. Yvan a d'abord dit non au groupe trop maternel et insuffisamment confrontant ; puis il a dit non au thérapeute imparfait : *Après la plainte, c'est la colère ; la colère provient*

du désir de l'enfant...qui n'a pas été écouté, qui n'a pas trouvé sa place, sa dose de tendresse, sa dose d'écoute. Cette colère a pu s'exprimer et j'ai pu dire 'non j'en ai marre, je n'ai pas envie que ça se passe comme ça'J'étais en colère contre le groupe. Il y avait toujours ce petit ronron maternel où tout est gentil, où il n'y a personne qui se fâche ; j'en ai eu marre. Ça faisait la quatrième année que j'étais là. J'avais une raison de me fâcher d'abord contre moi car je n'avançais pas suffisamment. Et puis contre le groupe qui ne me confrontait pas assez... J'étais fâché aussi contre toi le porte parole dans le groupe, dans la mesure où c'était trop maternelle, trop soft. J'avais envie qu'on se batte contre moi pour que je puisse réagir..., que je puisse prendre plus de forme, de consistance plutôt que d'être juste un petit brouillard qui se colle un peu aux autres. Je voulais plus de fermeté !...

Le thérapeute n'est plus un objet idéalisé et peut faire l'objet de critiques. Yvan s'est mis en rivalité par rapport à lui, d'autant plus qu'il s'est retrouvé un temps le seul homme du groupe. Il cherchait à prendre sa place, intervenait dans les jeux de rôle paternel, autoritaire et tyrannique, sans toujours différencier la violence et le passage à l'acte de la colère. D'où le besoin de le cadrer. Dans sa vie réelle, Yvan a appris à se mettre en colère contre sa mère, sa belle mère, sa femme et un de ses associés du travail ...

6-Se différencier et ne plus être dans les normes.

Devenir un homme, c'est commencer à se différencier et ne plus être dans les normes. Après la colère, Yvan a pu commencer à être différent : C'est dans le dernier trimestre que j'ai vraiment changé... A un moment, le fruit est mûr et il éclate. C'est le processus de la thérapie... Oser me confronter et oser me différencier, même physiquement. J'ai changé dans ma façon de m'habiller, de ne pas me raser ; j'ai mis mes chemises hors du pantalon. J'ai acheté un '4X4'. Maintenant, les gens peuvent rigoler, je m'en fous. C'est comme les philosophes grecs qui, traînaient un poisson derrière eux dans les rues pour affronter les regards des autres. Moi aussi, je suis en train de traîner un poisson et de pouvoir exister comme ça.

7 - Oser se risquer et désirer

Etre un homme, c'est oser se lancer, risquer, créer : Yvan se souvient d'un moment autour de la créativité, où il ferme les yeux et se laisse aller à griffonner sur une feuille blanche ; est apparue une sorte de feu ou de volcan qui représentait toute l'énergie retenue en lui. Et puis est venu un autre moment autour du vide où Yvan a pu se risquer à sauter dans les bras du groupe, dans l'inconnu et dans la confiance, comme se lancer dans la vie et la nouveauté.

Etre un homme, c'est aussi oser dire son désir à une femme du groupe : *Je suis content d'avoir dit mon désir à Brigitte. Je m'attendais à des jalousies. Ça s'est bien passé... Maintenant, je peux accepter de dire qu'une femme me plaît, sans pour cela 'la sauter au coin de la rue'.*

8- Sortir du tout ou rien et devenir un homme civilisé

Etre un homme, c'est devenir, pour Yvan, plus nuancé, plus contrasté, plus en relief. Yvan est passé du clivage à l'ambivalence : *Avant c'était tout ou rien. J'ai appris dans ce groupe beaucoup de nuances qui ont oscillées entre deux pôles, comme la vie et la mort. J'étais confronté avant entre 'ou bien on me donne la vie' ou bien 'on me donne la mort'. Je donnais beaucoup de pouvoir aux autres.*

Etre un homme, c'est devenir quelqu'un de civilisé, pas normatif mais engagé dans le monde. *J'étais comme un enfant sauvage, qu'on avait mis dans la forêt et qui avait grandi tout seul. Cet homme des bois retrouve le vrai monde et devient un homme civilisé, pas docile mais civilisé, au sens où tu es socialisé ; tu as moins peur des autres et tu joues toutes les nuances de l'homme.*

9- Pouvoir se séparer et vivre sans le groupe

Vivre la fin du groupe, c'est pouvoir le quitter, vivre la séparation, oser vivre dans le réel, un océan différent de l'aquarium du groupe thérapeutique : *En quittant le groupe, je n'ai pas été bien. J'ai eu l'image de l'enfant qui apprenait à marcher avec son père, tenu par un doigt puis qui lui lâche la main parce qu'il se dit 'moi je sais marcher' ; en lâchant la main, il se rend compte qu'il ne sait pas marcher... Je veux dire que c'est plus facile dans le groupe ; dans la vie réelle, c'est encore difficile d'aller aussi loin ; le groupe, est un endroit privilégié, où on sait que tout est réparable ; dans la réalité, j'ai cette peur... Dans le groupe, je sais que je ne serais pas rejeté. Le groupe m'a nourri. Quand j'ai arrêté le groupe, je n'ai pas été bien parce que je sais que je n'y retournerais plus ; la fin a été difficile pour moi. Il y a eu un vertige. C'est moi qui dois y aller de moi-même. Je n'ai plus le support de groupe... Ce qui m'a aidé à tenir, ce sont les liens qui durent après le groupe. Alors que j'étais resté tout seul dans mon trou, j'ai recréé un lien et ça m'a fait du bien.*

10- le thérapeute, un homme réel ?

Et après le groupe, le thérapeute peut-il devenir un copain, un ami, dans une relation plus égalitaire ? *Ce midi, j'ai mangé seul. Je me suis dit : 'Est-ce que j'aurais pu manger avec Pierre ? Ça aurait été sympa. On aurait pu commencer à discuter'. Quand je te vois maintenant, tu m'apparais moins professionnel que dans le groupe. Avant, quand je te voyais en dehors du groupe, il y avait une sorte de gêne ... je n'arrivais pas à être moi-même, parce que tu marques une certaine distance.*

Un soir, en fin de groupe, la voiture du thérapeute tombe en panne et Yvan le raccompagne chez lui : *J'ai eu des occasions de te découvrir différent quand je t'ai raccompagné chez toi... Peut-être que je projetais pas mal de choses sur toi, mais je pense que c'était normal. Yvan semble conscient des enjeux transférentiels qui créent des relations différentes que dans la vie réelle et sont un support important du travail thérapeutique.*

IV-LES OBSTACLES A LA REPARATION DU COTE DU THERAPEUTE

Y-aurait-il des obstacles à la réparation qui viennent des zones aveugles du thérapeute ? C'est toujours possible ! Le thérapeute n'est pas parfait !

1- Ne pas suffisamment confronter, ne pas savoir finir la thérapie

Yvan a pu reprocher au thérapeute de ne pas l'avoir insuffisamment confronté et d'avoir laissé trainer le temps de la thérapie. Je reconnais une difficulté autour de l'angoisse d'abandon, en ne voulant pas laisser partir trop vite le patient ; je peux reconnaître un côté maternel par moments ; d'où insuffisamment de confrontation et de frustration, susceptibles de provoquer le patient et de le faire sortir plus vite de la plainte.

2 - Pas de travail corporel suffisant

Yvan a pu me reprocher de ne pas travailler suffisamment au niveau corporel et trop dans le langage et dans la tête. Je ne suis pas un thérapeute corporel et j'ai pu freiner certains mouvements régressifs... Toutefois, la durée de quatre ans n'était-elle pas nécessaire, pour relancer le processus de croissance, dans une période précoce où se sont joués des enjeux de vie et de mort, de séparation-individuation et d'attachement ?

3- Trop de distance pour une relation plus humaine

Enfin Yvan a pu me reprocher d'être trop dans la distance et le rôle de thérapeute, empêchant la relation réelle plus humaine de se déployer et donc de vivre des actes réparateurs dans la vie. Sa demande de manger avec moi était-elle à accepter d'emblée ou à différer dans le temps ? Cela a pu être vécu par lui comme un phénomène défensif de ma part. Il est vrai que je suis prudent et suis vécu comme gardant ses distances. Cela favorise le déploiement du transfert. Toutefois, cela m'est arrivé de partager le repas avec le groupe, d'accepter à l'occasion des cadeaux ou de demander, à l'occasion d'une panne de voiture, à Yvan de me reconduire chez moi.

4- Des réactions contre transférentielles aux hommes ?

Peut être la présence de un, deux ou trois hommes dans le groupe a pu être utilisé par moi afin d'équilibrer le groupe, moins soucieux du développement de ces hommes. Y-a-t-il rivalité d'hommes ? Suis-je tenté de vouloir maintenir les hommes dans une position de petits garçons pour garder le pouvoir ? Je suis sans doute corruptible à ce sujet, pour m'attirer l'admiration des femmes. Toutefois, j'y suis vigilant et mon travail personnel m'a permis de trouver un équilibre affectif et de revisiter ma relation à un frère turbulent et fort envahissant et un père vécu comme absent ou violent.

CONCLUSION : DE LA REPARATION EN GROUPE

Le suivi d'un homme en groupe continu pendant quatre ans m'a permis d'illustrer le thème de la réparation en psychothérapie et sa spécificité dans le groupe. J'ai voulu illustrer et approfondir la définition qu'en donne Gilles Delisle. : *La capacité à contacter le champ actuel en ce qu'il porte de possibilités et de menaces*. Que permet-elle ?

-Le groupe est le **champ actuel du client** avec sa richesse et sa complexité ; c'est un microcosme de la société où se ravivent des affects de honte, d'humiliation, de compétition, de place et d'exclusion dans le réel social. C'est une occasion d'en prendre conscience et de les dépasser ?

-Le groupe favorise une **confrontation au réel** familial angoissant et menaçant. Que permet la rencontre avec les autres participants du groupe ? S'y réactualisent des phénomènes vécus dans la famille actuelle ou d'origine, avec l'angoisse d'intrusion ou d'abandon, de rivalité, d'ambivalence des sentiments... Mais aussi une chance de réhabiliter des liens enfouis...

-Le groupe est aussi un lieu **privilegié de régression**. Il est un parent nourricier qui donne à chacun une nouvelle chance de relancer le processus de croissance là où il s'est arrêté.

- Enfin, le groupe est un lieu de risque et de confrontation à la **nouveauté** dans un cadre de sécurité pour apprendre à oser, à dire et à faire ce que chacun ne s'est jamais autorisé à vivre en transgressant des introjects de l'enfance. Il est une ouverture du champ de vie, dans l'expression du désir, de la créativité et de l'agressivité saine.

BIBLIOGRAPHIE

- Delisle Gilles, *La relation d'objet en Gestalt-thérapie*, éd du reflet, Ottawa, 1998, 390 p
- Delisle Gilles et coll, *la psychothérapie du lien, genèse et continuité*, éd du CIG, 2012
- Drault Elisabeth, Gravouil Jean François, *La réparation en PGRO*, in actes champ G, Roubaix, 2004
- Van Damme Pierre, *L'espace temps de la psychothérapie*, Champ-G, Roubaix, 2014, *la situation de groupe*, p 187
- Van Damme Pierre, *Passagers de la vie*, Champ-G, Roubaix, 2003, pp 43 à 96