

Année : 2021

**RÉFLEXIONS AUTOUR DE GROUPES DE PAROLE DE THÉRAPIE
COMMUNAUTAIRE INTÉGRATIVE POUR DES PERSONNES EN
SITUATION DE VULNÉRABILITÉ DANS LE BASSIN GRENOBLOIS**

THÈSE
PRÉSENTÉE POUR L'OBTENTION DU TITRE DE DOCTEUR EN MÉDECINE
DIPLOME D'ÉTAT

Sophie MARET

Née le 22/09/1990 à : Grenoble

Manon ROGEAUX

Née le 09/12/1992 à : Versailles

THÈSE SOUTENUE PUBLIQUEMENT À LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE
GRENOBLE

Le : 21/05/2021

DEVANT LE JURY COMPOSÉ DE

Présidente du jury :

Professeure MOUSSEAU Mireille

Membres :

Professeur PENFORNIS Alfred

Professeur ROYER DE VÉRICOURT Guillaume.

Docteur DE GOER Bruno

Docteure ZIPPER Anne-Claire

Docteure GIRARD Pauline (directrice de thèse)

L'UFR de Médecine de Grenoble n'entend donner aucune approbation ni improbation aux opinions émises dans les thèses ; ces opinions sont considérées comme propres à leurs auteurs.

Doyen de la Faculté : Pr. Patrice MORAND

Année 2020-2021

ENSEIGNANTS DE L'UFR DE MEDECINE

CORPS	NOM-PRENOM	Discipline universitaire
PU-PH	ALBALADEJO Pierre	Anesthésiologie-réanimation et médecine péri-opératoire
PU-PH	APTEL Florent	Ophtalmologie
PU-PH	ARVIEUX-BARTHELEMY Catherine	Chirurgie viscérale et digestive
PU-PH	BAILLET Athan	Rhumatologie
PU-PH	BARONE-ROCHETTE Gilles	Cardiologie
PU-PH	BAYAT Sam	Physiologie
MCF Ass.MG	BENDAMENE Farouk	Médecine Générale
PU-PH	BENHAMOU Pierre-Yves	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques
PU-PH	BERGER François	Biologie cellulaire
MCU-PH	BIDART-COUTTON Marie	Biologie cellulaire
PU-PH	BLAISE Sophie	Chirurgie vasculaire ; médecine vasculaire
PR Ass. Méd.	BOILLOT Bernard	
MCU-PH	BOISSET Sandrine	Bactériologie-virologie ; Hygiène hospitalière
PU-PH	BONAZ Bruno	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
PU-PH	BONNETERRE Vincent	Médecine et santé au travail
PU-PH	BOREL Anne-Laure	Nutrition
PU-PH	BOSSON Jean-Luc	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
MCU-PH	BOTTARI Serge	Biologie cellulaire
PR Ass.MG	BOUCHAUD Jacques	Médecine Générale
PU-PH	BOUGEROL Thierry	Psychiatrie d'adultes
PU-PH	BOUILLET Laurence	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillissement ; addictologie
MCU-PH	BOUSSAT Bastien	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
PU-PH	BOUZAT Pierre	Anesthésiologie-réanimation et médecine péri-opératoire
PU-PH émérite	BRAMBILLA Christian	Pneumologie
PU-PH émérite	BRAMBILLA Elisabeth	Anatomie et cytologie pathologiques
MCU-PH	BRENIER-PINCHART Marie Pierre	Parasitologie et mycologie
PU-PH	BRICAULT Ivan	Radiologie et imagerie médicale
PU-PH	BRICHON Pierre-Yves	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire
MCU-PH	BRIOT Raphaël	Thérapeutique-médecine de la douleur ; Addictologie
PU-PH émérite	CAHN Jean-Yves	Hématologie
PU-PH émérite	CARPENTIER Patrick	Chirurgie vasculaire, médecine vasculaire
PR Ass.MG	CARRILLO Yannick	Médecine Générale
PU-PH	CESBRON Jean-Yves	Immunologie
PU-PH	CHABARDES Stephan	Neurochirurgie
PU-PH	CHABRE Olivier	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques
PU-PH	CHAFFANJON Philippe	Anatomie
MCF Ass.MG	CHAMBOREDON Benoît	Médecine Générale
PU-PH	CHARLES Julie	Dermato-vénéréologie
MCF Ass.MG	CHAUVET Marion	Médecine Générale
PU-PH	CHAVANON Olivier	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire

Mis à jour le 4 septembre 2020

Page 1 sur 4

CORPS	NOM-PRENOM	Discipline universitaire
PU-PH	CHIQUET Christophe	Ophtalmologie
PU-PH	CHIRICA Mircea	Chirurgie viscérale et digestive
PU-PH	CINQUIN Philippe	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
MCU-PH	CLAVARINO Giovanna	Immunologie
PU-PH	COHEN Olivier	Histologie, embryologie et cytogénétique
PU-PH	COURVOISIER Aurélien	Chirurgie infantile
PU-PH	COUTTON Charles	Génétique
PU-PH	COUTURIER Pascal	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillissement ; addictologie
PU-PH	CRACOWSKI Jean-Luc	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie
PU-PH	DEBATY Guillaume	Médecine d'Urgence
PU-PH	DEBILLON Thierry	Pédiatrie
PU-PH	DECAENS Thomas	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
PR Ass. Méd.	DEFAYE Pascal	Cardiologie
PU-PH	DEGANO Bruno	Pneumologie ; addictologie
PU-PH	DEMATTEIS Maurice	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie
PU-PH émérite	DEMONGEOT Jacques	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
MCU-PH	DERANSART Colin	Physiologie
PU-PH	DESCOTES Jean-Luc	Urologie
PU-PH	DETANTE Olivier	Neurologie
MCU-PH	DIETERICH Klaus	Génétique
MCU-PH	DOUTRELEAU Stéphane	Physiologie
MCU-PH	DUMESTRE-PERARD Chantal	Immunologie
PU-PH	EPAULARD Olivier	Maladies infectieuses ; Maladies tropicales
PU-PH	ESTEVE François	Biophysique et médecine nucléaire
MCU-PH	EYSSERIC Hélène	Médecine légale et droit de la santé
PU-PH	FAUCHERON Jean-Luc	Chirurgie viscérale et digestive
MCU-PH	FAURE Julien	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH	FERRETTI Gilbert	Radiologie et imagerie médicale
PU-PH	FEUERSTEIN Claude	Physiologie
PU-PH	FONTAINE Éric	Nutrition
PU-PH	FRANCOIS Patrice	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
MCU-MG	GABOREAU Yoann	Médecine Générale
PU-PH	GARBAN Frédéric	Hématologie ; Transfusion
PU-PH	GAUDIN Philippe	Rhumatologie
PU-PH	GAVAZZI Gaëtan	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillissement ; addictologie
PU-PH	GAY Emmanuel	Neurochirurgie
MCU-PH	GILLOIS Pierre	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
PU-PH	GIOT Jean-Philippe	Chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique ; Brûlologie
MCU-PH	GRAND Sylvie	Radiologie et imagerie médicale
PU-PH émérite	GRIFFET Jacques	Chirurgie infantile
MCU-PH	GUZUN Rita	Nutrition
PU-PH	HAINAUT Pierre	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH émérite	HALIMI Serge	Nutrition
PU-PH	HENNEBICQ Sylviane	Biologie et médecine du développement et de la reproduction ; gynécologie médicale
PU-PH	HOFFMANN Pascale	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
PU-PH émérite	HOMMEL Marc	Neurologie
PU-MG	IMBERT Patrick	Médecine Générale

CORPS	NOM-PRENOM	Discipline universitaire
PU-PH émérite	JOUK Pierre-Simon	Génétique
PU-PH	KAHANE Philippe	Physiologie
MCU-PH	KASTLER Adrian	Radiologie et imagerie médicale
PU-PH	KRAINIK Alexandre	Radiologie et imagerie médicale
PU-PH	LABARERE José	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
MCU-PH	LABLANCHE Sandrine	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques
MCU-PH	LANDELLE Caroline	Bactériologie – virologie ; Hygiène hospitalière
PU-PH	LANTUEJOUL Sylvie	Anatomie et cytologie pathologiques
PR Ass. Méd.	LARAMAS Mathieu	Cancérologie ; radiothérapie
MCU-PH	LARDY Bernard	Biochimie et biologie moléculaire
MCU - PH	LE GOUELLEC LE PISSART Audrey	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH	LECCIA Marie-Thérèse	Dermato-vénéréologie
MCF Ass.MG	LEDoux Jean-Nicolas	Médecine Générale
PU-PH émérite	LETOUBLON Christian	Chirurgie viscérale et digestive
PU-PH	LEVY Patrick	Physiologie
PU-PH	LONG Jean-Alexandre	Urologie
MCU-PH	LUPO Julien	Bactériologie-virologie ; Hygiène hospitalière
PU-PH	MAIGNAN Maxime	Médecine d'urgence
PU-PH	MAITRE Anne	Médecine et santé au travail
MCU-PH	MALLARET Marie-Reine	Bactériologie – virologie ; Hygiène hospitalière
MCU-PH	MARLU Raphaël	Hématologie ; Transfusion
PR Ass. Méd.	MATHIEU Nicolas	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
MCU-PH	MAUBON Danièle	Parasitologie et mycologie
PU-PH	MAURIN Max	Bactériologie-virologie ; Hygiène hospitalière
MCU-PH	MC LEER Anne	Histologie, embryologie et cytogénétique
MCU-PH	MONDET Julie	Histologie, embryologie et cytogénétique
PU-PH	MORAND Patrice	Bactériologie-virologie ; Hygiène hospitalière
PU-PH	MOREAU-GAUDRY Alexandre	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
PU-PH	MORO Elena	Neurologie
PU-PH	MORO-SIBILOT Denis	Pneumologie ; addictologie
MCU-PH	MORTAMET Guillaume	Pédiatrie
PU-PH	MOUSSEAU Mireille	Cancérologie ; radiothérapie
PU-PH émérite	MOUTET François	Chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique ; brûlologie
MCF Ass.MG	ODDOU Christel	Médecine Générale
PR Ass. Méd.	ORMEZANO Olivier	Cardiologie
MCU-PH	PACLET Marie-Hélène	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH	PAILHE Régis	Chirurgie orthopédique et traumatologie
PU-PH	PALOMBI Olivier	Anatomie
PU-PH	PARK Sophie	Hématologie ; Transfusion
PU-PH	PASSAGGIA Jean-Guy	Anatomie
PR Ass.MG	PAUMIER-DESBRIERES Françoise	Médecine Générale
PU-PH	PAYEN DE LA GARANDERIE Jean-François	Anesthésiologie-réanimation et médecine péri-opératoire
MCU-PH	PAYSANT François	Médecine légale et droit de la santé
MCU-PH	PELLETIER Laurent	Biologie cellulaire
PU-PH	PELLOUX Hervé	Parasitologie et mycologie
PU-PH	PEPIN Jean-Louis	Physiologie
PU-PH	PERENNOU Dominique	Médecine physique et de réadaptation

CORPS	NOM-PRENOM	Discipline universitaire
PU-PH	PERNOD Gilles	Chirurgie vasculaire ; Médecine vasculaire
PU-PH	PIOLAT Christian	Chirurgie infantile
PU-PH	PISON Christophe	Pneumologie ; Addictologie
PU-PH	PLANTAZ Dominique	Pédiatrie
PU-PH	POIGNARD Pascal	Bactériologie-virologie ; Hygiène hospitalière
PU-PH	POLACK Benoît	Hématologie ; Transfusion
PU-PH	POLOSAN Mircea	Psychiatrie d'adultes ; Addictologie
PU-PH	RAMBEAUD Jean-Jacques	Urologie
PU-PH	RAY Pierre	Biologie et médecine du développement et de la reproduction ; gynécologie médicale
PR Ass. Méd.	RECHE Fabian	Chirurgie viscérale et digestive
MCU-PH	RENDU John	Biochimie et biologie moléculaire
MCU-PH émérite	RIALLE Vincent	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
PU-PH	RIETHMULLER Didier	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
PU-PH	RIGHINI Christian	Oto-rhino-laryngologie
PU-PH émérite	ROMANET Jean Paul	Ophthalmologie
PU-PH	ROSTAING Lionel	Néphrologie
PU-PH	ROUSTIT Matthieu	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie
MCU-PH	ROUX-BUISSON Nathalie	Biochimie et biologie moléculaire
PR Ass.MG	ROYER DE VERICOURT Guillaume	Médecine Générale
PU-PH émérite	SARAGAGLIA Dominique	Chirurgie orthopédique et traumatologie
MCU-PH	SATRE Véronique	Génétique
PU-PH	SAUDOU Frédéric	Biologie cellulaire
PU-PH	SCHMERBER Sébastien	Oto-rhino-laryngologie
PU-PH	SCHWEBEL Carole	Médecine intensive-réanimation
PU-PH	SCOLAN Virginie	Médecine légale et droit de la santé
MCU-PH	SEIGNEURIN Arnaud	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
PU-PH émérite	STAHL Jean-Paul	Maladies infectieuses ; Maladies tropicales
PU-PH	STANKE Françoise	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie
MCU-PH	STASIA Marie-José	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH	STURM Nathalie	Anatomie et cytologie pathologiques
PU-PH	TAMISIER Renaud	Physiologie
PU-PH	TERZI Nicolas	Médecine intensive-réanimation
PU-PH	THEVENON Julien	Génétique
MCU-PH	TOFFART Anne-Claire	Pneumologie ; Addictologie
PU-PH	TONETTI Jérôme	Chirurgie orthopédique et traumatologie
PU-PH	TOUSSAINT Bertrand	Biochimie et biologie moléculaire
PU-PH	VALMARY-DEGANO Séverine	Anatomie et cytologie pathologiques
PU-PH	VANZETTO Gérald	Cardiologie
PU-PH	VUILLEZ Jean-Philippe	Biophysique et médecine nucléaire
PU-PH	WEIL Georges	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
PU-PH	ZAOUI Philippe	Néphrologie
PU-PH émérite	ZARSKI Jean-Pierre	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie

PU-PH : Professeur des Universités - Praticiens Hospitaliers
 MCU-PH : Maître de Conférences des Universités - Praticiens Hospitaliers
 PU-MG : Professeur des Universités de Médecine Générale
 MCU-MG : Maître de Conférences des Universités de Médecine Générale
 PR Ass. Méd. : Professeur des Universités Associé de Médecine
 PR Ass.MG : Professeur des Universités Associé de Médecine Générale
 MCF Ass.MG : Maître de Conférences Associé de Médecine Générale

Remerciements communs :

A **notre jury**, à la **Professeure Mireille Mousseau**, merci d'avoir accepté de présider notre jury et pour l'intérêt que vous avez porté à notre travail. Merci pour votre approche humaine de la médecine enseignée pendant notre cursus.

Au **Professeur Alfred Penfornis**, merci pour l'intérêt que tu portes à notre travail et de venir aujourd'hui apporter ton expérience de groupe en éducation thérapeutique et faire le lien avec notre sujet.

Au **Professeur Guillaume Royer de Véricourt**, merci de venir juger notre travail et de ton engagement dans la formation des internes en médecine générale et notamment pour la présence de groupes d'échanges de pratiques tout au long de notre internat.

Au **Docteur Bruno de Goër**, merci pour ton intérêt à notre sujet. Tes réflexions et ton engagement pour améliorer le soin auprès des personnes en situation de vulnérabilité sont inspirants.

A la **Docteure Anne-Claire Zipper**, merci de ton enthousiasme pour l'utilisation des groupes en médecine générale et ta sensibilité pour notre méthodologie de recherche.

A la **Docteure Pauline Girard**, merci d'avoir accepté de diriger notre travail atypique, qui nous a tenus à cœur. Tout au long, ton aide et tes éclairages nous ont été précieux. Merci de ta disponibilité et de ton investissement dans notre travail, ce fut agréable de réfléchir ensemble.

Aux relecteur·rice·s, merci pour le temps généreusement consacré à vos corrections et à vos retours toujours pertinents pour faire évoluer notre travail.

A toutes les personnes rencontrées du **réseau de TCI Rhône-Alpes**, votre enthousiasme pour cette méthode nous a soutenu. Notre binôme de recherche s'est créé grâce à vous.

Et surtout à chaque **participant·e des groupes de parole**, merci de nous avoir livré votre histoire et de nous avoir accueilli dans les groupes.

Remerciements Manon :

A **Sophie**, pour avoir partagé le défi de cette thèse et pendant ton internat ! Merci d'avoir rendu cette aventure agréable et passionnante. Nos discussions sur la pratique du soin et nos représentations m'ont beaucoup apporté. J'espère partager d'autres expériences professionnelles à tes côtés et des aventures à ski ou à vélo !

A **mes parents**, pour votre amour et votre soutien inconditionnel qui me porte ! Merci de m'avoir transmis vos valeurs et la passion de votre métier ; votre engagement auprès de tou·te·s, votre écoute et votre esprit d'ouverture sont pour moi un modèle. **Maman** merci de ton aide sans faille et notamment dans ce travail. **Papa** merci pour ton optimisme rassurant et pour ta force qui m'aide au quotidien.

A **ma sœur, Camille**, mon alliée si fidèle de toute épreuve, merci pour ton soutien et ton énergie. A tous les moments que l'on partage et que l'on partagera ! J'ai de la chance de t'avoir.

A **mon frère, Antoine**, merci pour tes conseils toujours très justes, pour ton goût de la fête et de venir égayer la fin de cette thèse en musique !

A **Pierrot**, pour avoir suivi de près ce travail, toujours avec patience. Merci de croire en moi et de m'ancrer dans le présent. Merci de colorer mon quotidien, jusqu'au bout d'aimer on ira !

A **ma famille, à Yaiyai et Jean**, pour m'avoir accueillie pendant mes longues révisions, merci pour vos encouragements. A **ma bonne-maman et à mon bon-papa**, à votre bienveillance qui me manque. A mes cousin·e·s et particulièrement à **Charlotte et Véro** pour nos rires sans fin.

A **mes ami·e·s**, qui de près ou de loin me donnent de la joie de vivre.

A **Léonore**, merci d'être mon amie depuis toujours, à **Camille M** pour ta fidélité.

A **Manoune** merci pour ton aide et ta précieuse amitié, à tata **Lulu** d'être un pilier pétillant de bonne humeur ! A **la Familia**, merci à **vous tou·te·s** de m'avoir changé les idées et apporté du bonheur durant ces études ! A nos projets futurs et à notre amitié !

A **Léa**, ma binôme pour avoir affronté ensemble la P1, merci pour ton soutien et ta détermination exemplaire.

A **Léa V, Marie, Céline et Lucie** : les Tziky qui me donnent le sourire et m'accompagnent depuis le début de la médecine. Merci pour tous ces beaux moments partagés à vos côtés. A nos

discussions et nos questionnements passionnants qui m'ont construite. Merci pour votre amitié sur laquelle je peux compter.

Aux « potimarrons », merci à chacun·e·s de faire l'ingrédient d'une super troupe ! Depuis l'externat et maintenant pour d'incroyables vacances, que ce bonheur ensemble se poursuive !

A Ninon, pour ton soutien et notre cohabitation pendant la D4.

A Luce pour ton grain de folie et ta complicité depuis la Finlande !

A Orane pour ta motivation entraînante, merci de m'offrir cette belle amitié.

A Ugo, merci de partager ta passion de la montagne et ta joie de vivre !

A Nico et Pauline pour les soirées fondues, merci de devenir Savoyard·e·s !

Aux ami·e·s Grenoblois, à Anna, Julie et Céline R avec qui le temps passé m'enjoue.

Aux dugongs et aux sirènes mahoraises, pour ce semestre d'intenses aventures et de bonheur !

Au Village2santé pour votre engagement et votre pratique du soin autrement. Merci de m'avoir donné de l'espoir dans mon métier de médecin.

Aux médecins généralistes qui m'ont accueillie et partagé leurs savoirs. Merci d'avoir fait évoluer ma pratique du soin et songer au médecin que j'aimerais devenir.

Au rêve de construire un lieu où le soin s'accorde aux valeurs qui m'animent.

Remerciements Sophie :

A **Manon**, merci pour cette précieuse rencontre autour de ce travail. Ce cheminement ensemble fût riche en discussions et émotions.

A **toutes celles et ceux** rencontré·e·s ici et ailleurs, qui m'ont aidée à murir et réfléchir autour de la question du soin. Sans elles et eux, j'aurais peut-être manqué de courage pour aboutir ce projet.

A **mes ami·e·s** ici, *an meine Freunde·innen* dort, merci pour vos encouragements, nos échanges et nos futures aventures. *Danke für eure Unterstützung.*

Pour ne pas finir par toi, **Jonathan**. Je te vois presque tous les jours donc je ne t'écris pas des proses ici.

A **ma famille** ici et Outre-Rhin, merci pour votre soutien depuis mes premiers pleurs.

Enfin, à **celles et ceux** qui se rassemblent, parlent et mettent en commun leurs ressources pour lutter et agir pour une meilleure santé par tou·te·s et pour tou·te·s !

SERMENT D'HIPPOCRATE

« Sous le regard de toutes les personnes ici présentes, nous jurons d'être intègres et loyaux envers tous ceux et celles qui souffrent et feront appel à nous.

Nous jurons que jamais, et sous aucun prétexte, nous ne refuserons nos soins à celles et ceux qui en ont besoin, et que jamais nous ne demanderons un salaire au-delà de ce que la collectivité estime nous attribuer pour mettre en œuvre nos connaissances et notre savoir-faire.

Nous nous efforcerons de rétablir, de préserver et de promouvoir la santé dans toutes ses dimensions, physiques et psychiques, individuelles et sociales.

Nous ne permettrons pas que des considérations de religion, de nation, de parti, de race ou de genre viennent empêcher la réalisation de notre travail.

Nous respecterons la volonté de toutes les personnes et nous ne tromperons pas leur confiance et nous nous efforcerons de favoriser leur autonomie.

Accueillies à l'intérieur des maisons, nos yeux ne jugeront pas ce qui s'y passe, mais ne se détourneront pas des souffrances infligées ; notre langue ne trahira pas les secrets qui nous seront confiés mais elle ne restera pas muette s'il faut soutenir les victimes et appeler à la révolte contre ceux qui les oppriment.

Nous n'utiliserons jamais nos connaissances ou notre savoir-faire pour manipuler, détourner, exploiter qui que ce soit, au profit de quiconque. Et nous ne laisserons quiconque agir ainsi, sous prétexte de soin, sans nous dresser devant lui, quels que soient son titre ou sa fonction.

En toute situation, nous nous positionnerons pour le respect de la vie et accompagnerons ainsi chacune et chacun jusqu'à la mort.

Nous informerons les personnes concernées des décisions envisagées, de leurs raisons et de leurs conséquences probables.

Nous n'entreprendrons rien qui dépasse nos capacités mais nous emploierons continuellement à les améliorer par l'étude et la pratique individuelles et collectives.

Respectueuses et reconnaissantes envers les personnes qui nous auront formées – celles et ceux qui souffrent et celles-cux qui soignent- nous jurons de transmettre à toutes celles et ceux qui nous le demanderont l'instruction dont nous aurons bénéficié et l'expérience que nous aurons acquise.

Et que l'on nous arrache les yeux, la langue et le cœur si nous trahissons ce serment»

Résumé

MARET Sophie et ROGEAUX Manon

TITRE : RÉFLEXIONS AUTOUR DE GROUPES DE PAROLE DE THÉRAPIE COMMUNAUTAIRE INTÉGRATIVE POUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ DANS LE BASSIN GRENOBLOIS

RÉSUMÉ :

Introduction : Les souffrances psychosociales ont une incidence élevée chez les personnes en situation de vulnérabilité et le recours aux soins psychiques est difficile et limité. Les groupes de parole type thérapie communautaire intégrative (TCI) sont une initiative pour répondre à ce besoin. Ils sont fondés sur l'horizontalité entre les animateur·rice·s et les participant·e·s, valorisent le savoir expérientiel et renforcent l'autonomie. Des études ont démontré l'efficacité des groupes de parole dans différents domaines, mais il existe peu d'études sur les groupes type TCI.

Objectif : Analyser comment le groupe de parole type TCI peut influencer le parcours de soins des personnes en situation de vulnérabilité et faire émerger les facteurs favorisant le bon fonctionnement du groupe.

Méthode : Etude qualitative explorant le vécu des participant·e·s dont les animateur·rice·s de groupes de parole type TCI dans différentes structures médicales et sociales. Recueil des données par 16 entretiens semi-dirigés individuels et 10 observations participantes. Analysés par une méthode phénoménologique complétée par une approche vers la théorisation ancrée.

Résultats : Le groupe de parole type TCI s'est inscrit dans le parcours de soins des participant·e·s avec des professionnel·le·s du soin et du social. Il a été pour certain·e·s un outil thérapeutique, un espace d'expression authentique et de partage de savoirs expérientiels et académiques. Il a permis grâce à l'entraide et l'autonomisation vers l'animation de retrouver confiance en soi et d'augmenter l'*empowerment*. Le fonctionnement des groupes a été favorisé par un cadre, garant de sécurité psychique. Le groupe de parole est apparu comme un outil simple et accessible motivant sa diffusion. L'étude a montré l'influence sociétale sur la dynamique de groupe limitant l'horizontalité et questionnant la relation soignant·e·s/soigné·e·s.

Conclusion : Cette étude analyse un outil original et popularisable de promotion de santé pour des personnes en situation de vulnérabilité. Grâce à l'identification de facteurs favorisant le fonctionnement du groupe, elle peut servir à la mise en place de nouveaux dispositifs de groupes de parole.

MOTS CLES : Groupes d'entraide, Vulnérabilité aux maladies, Soins de santé primaire

FILIÈRE : Médecine générale

Summary

MARET Sophie and ROGEAUX Manon

TITLE: REFLECTIONS ON INTEGRATIVE COMMUNITY THERAPY DISCUSSION GROUPS FOR PEOPLE IN VULNERABLE SITUATIONS IN THE GRENOBLE AREA

ABSTRACT:

Introduction: Psychosocial suffering has a high incidence among people in vulnerable situations, and access to psychological care can be challenging or limited. Integrative Community Therapy (ICT) discussion groups are an initiative to meet this need. They are based on the horizontality between facilitators and participants; they value experiential knowledge and reinforce autonomy. Studies have shown the effectiveness of focus groups in different areas, but there are few studies on ICT-type groups.

Objective: To analyse how the ICT-type group can influence patient care for people in vulnerable situations and to highlight which factors influence the good functioning of the group.

Method: Qualitative study exploring the experiences of participants, including the facilitators, of ICT-type discussion groups in different medical and social facilities. Data were collected through 16 individual semi-directed interviews and 10 participant observations and analysed using a phenomenological method complemented with a Grounded theory approach.

Results: The TCI-type discussion group was part of the participants' integrated care with medical and social providers. For some, it was a therapeutic tool, a space for genuine expression and for sharing experiential and academic knowledge. It enabled participants to regain self-confidence and increase their empowerment through mutual aid, as well as transition toward a facilitation role. The functioning of the group was enhanced by a framework which acted as a guarantee of psychological security. Such discussion groups appear to be a simple and accessible tool, whose generalisation could be encouraged. The study highlights the influence of society on group dynamics that hinders horizontality and questions the relationship between caregiver and care-receiver.

Conclusion: This study analyses an unconventional and popularisable tool for the promotion of health for people in vulnerable situations. It can help set up new support group systems, thanks to the identification of key factors that allow such groups to function optimally.

KEYWORDS: Self-help groups, vulnerability to disease, primary health care

FIELD : General practice

Table des matières

Résumé.....	11
Summary	12
Abréviations	15
Définitions	16
I. Introduction	19
A. Le concept de vulnérabilité en santé	19
B. La souffrance psychique et les personnes en situation de vulnérabilité	20
C. Exemples d’initiatives de soutien psycho-sociale pour les personnes en situation d’exil en France	21
D. Etat des lieux et historique des groupes de paroles en France	21
E. La thérapie communautaire intégrative (TCI) : un outil collectif contre les souffrances psychosociales.....	23
F. Les groupes de parole fondés sur la TCI en soins primaires	24
II. Matériel et méthode.....	25
A. Type d’étude.....	25
B. Population.....	25
C. Recueil des données	26
D. Analyse des données.....	27
III. Résultats.....	28
A. Description de l’étude.....	28
B. Les principaux résultats :.....	30
1. Le groupe de parole : une initiative pour prendre en charge la souffrance psychosociale	30
2. La force fondamentale de la rencontre et du groupe	32
3. Le groupe de parole : une « mine d’or » de savoirs expérientiels augmentant l’ <i>empowerment</i>	36
4. Le groupe de parole entre accueil, expression et soin	39
5. Le groupe de parole : un outil accessible et diffusable.....	46
6. Un groupe horizontal ? L’influence sociétale sur la dynamique de groupe	49
C. Articulation et schématisation des résultats	53
D. Synthèse des facteurs favorisant le bon fonctionnement d’un groupe	55
IV. Discussion	56
A. Les principaux résultats	56
B. Forces et limites de l’étude.....	56

C. Interprétation des résultats et comparaison à la littérature	59
D. Perspective.....	65
V. Conclusion	66
VI. Bibliographie	68
VII. Annexes.....	72
Annexe A : Fiche d'information aux participant·e·s	72
Annexe B : Canevas	74
Annexe C : Grille d'analyse pour les observations participantes	76
Annexe D : Grille d'échantillonnage	77
Annexe E : Tableau de présentation des groupes	78
Annexe F : La thérapie communautaire intégrative (TCI)	79
Annexe G : Entretiens.....	84
Entretien n°1 : Daniel.....	84
Entretien n°2 : Miguel.....	92
Entretien n°3 : Freedom	99
Entretien n°4 : Zoro	105
Entretien n°5 : Louise	112
Entretien n°6 : Toto.....	119
Entretien n°7 : Hyacinthe.....	126
Entretien n°8 : Moussa.....	133
Entretien n°9 : Loudemer.....	139
Entretien n°10 : Michou.....	149
Entretien n°11 : Free	159
Entretien n°12 : Bou.....	164
Entretien n°13 : Inès.....	172
Entretien n°14 : Homer	181
Entretien n°15 : Piou.....	190
Entretien n°16 : Julie.....	197
Annexe H : Observations participantes	204

Abréviations

Abréviations	Explications
AA	Alcoolique Anonymes
CMP	Centre médico psychologique
CMPP	Centre médico psycho pédagogique
CNIL	Commission nationale de l'informatique et des libertés
DRESS	Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques
DPO	Délégué à la protection des données
ETP	Education thérapeutique du patient
GEM	Groupe d'entraide mutuelle
INPES	Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
MSP	Maison de santé pluri professionnelle
NMR	Nouveaux modes de rémunération
OP	Observation participante
Orspere-Samdarra	Observatoire Santé mentale Vulnérabilités et Sociétés
TCI	Thérapie communautaire intégrative
ISS	Inégalités sociales de santé

Définitions

Les mots avec une * sont définis ci-dessous :

Centres de santé : Structures sanitaires de proximité dispensant des soins de premier recours. Ils élaborent un projet de santé et mettent en place des actions d'éducation thérapeutique du patient, des actions de prévention et de santé publique. Ils contribuent à la réduction des inégalités d'accès aux soins et à la santé. Ils appliquent les tarifs conventionnés de l'Assurance Maladie et pratiquent le tiers payant. (Définition du Code de la Santé Publique)

Co-formation : Formations réalisées avec des « universitaires ou professionnel·le·s » et des « personnes en situation de pauvreté ». Ce sont des formations réciproques utilisant la méthode de croisement des savoirs et des pratiques. (Définition d'ATD Quart monde dans la charte du croisement des savoirs et des pratiques)

Empowerment : Processus de mobilisation des ressources personnelles et collectives permettant aux individus et aux groupes d'être davantage auteur·rice·s / acteur·rice·s de leur vie et dans la société, dans une perspective d'émancipation et de changement individuel et sociétal. (Définition de l'Institut Renaudot)

Empowerment en santé : Notion apparue dans les années 1990, désigne l'accroissement de la capacité d'agir de la personne malade par le développement de son autonomie, la prise en compte de son avenir et sa participation aux décisions la concernant.

Groupes d'entraide mutuelle (GEM) : Associations de personnes souffrant de troubles psychiques (ou usager·ère·s de la psychiatrie), qui se réunissent et s'entraident, pour lutter contre l'isolement et organiser ensemble des activités visant tant au développement personnel qu'à créer des liens avec la communauté environnante. Ils sont destinés aux personnes souffrant de troubles psychiques, qu'elles se considèrent ou non comme étant handicapées.

Inégalité sociale de santé : Différences d'état de santé observées entre des groupes sociaux. Elles font référence aux différences observées dans la relation entre l'état de santé d'un individu et sa position sociale (selon des indicateurs comme ses revenus, son niveau d'études, sa profession, etc.). Les ISS concernent toute la population selon un gradient social. Dans tous les pays où les ISS sont bien mesurées, chaque catégorie sociale présente un niveau de mortalité et de morbidité plus faible que le groupe social inférieur. (Définition de l'INPES)

Les Alcooliques Anonymes : Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leurs expériences, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir. (Définition des Alcooliques Anonymes)

Médiateur·rice en santé : Professionnel·le de soin, intégré·e dans une équipe ou une structure porteuse, ayant acquis un savoir expérientiel de la maladie, des soins, de communication et complété par des formations théoriques. (Définition de la Haute autorité de santé)

Pairs-aidant·e·s : La pair-aidance repose sur l'entraide entre personnes souffrant ou ayant souffert d'une même maladie (somatique ou psychique). Il faut donc que la personne ait eu un parcours de soin, une expérience d'intimité avec une maladie/un handicap. (Définition de la Maison des personnes handicapées de Seine-et-Marne)

Parcours de soins : L'ensemble des étapes et le cheminement parcourus par un sujet dans un système sanitaire et social organisé, dans un temps et un espace donné. Il concerne l'ensemble des déterminants de santé, articulant la prévention, les soins, le médico-social et le social. (Définition de l'Agence régionale de santé Bretagne)

Précarité : Absence d'une ou plusieurs des sécurités permettant aux personnes et familles d'assumer leurs obligations professionnelles, familiales et sociales et de jouir de leurs droits fondamentaux. (Définition de J. Wresinski)

Promotion de la santé : Processus social et politique global, qui comprend non seulement des actions visant à renforcer les aptitudes et les capacités des individus mais également des mesures visant à changer la situation sociale, environnementale et économique, de façon à réduire ses effets négatifs sur la santé publique et sur la santé des personnes. (Définition de l'Organisation mondiale de la santé)

Santé communautaire : Processus par lequel les membres d'une collectivité, géographique ou sociale, conscients de leur appartenance à un même groupe, réfléchissent, en commun sur les problèmes de leur santé, expriment leurs besoins prioritaires et participent activement à la mise en place, au déroulement et à l'évaluation des activités les plus aptes à répondre à ces priorités. (Définition de l'Organisation mondiale de la santé)

« Quand tu arrives au groupe de parole, peut-être que tu as un préjugé sur l'autre, en fait, quand tu vois l'autre, peut-être la personne est soignée, bien et tout, tu as l'impression que la personne tout va bien. Et c'est quand la personne commence aussi à parler que tu te dis, bon voilà (...) tu n'es pas la seule à avoir un problème » *Extrait de l'entretien de Michou*

« On dit souvent c'est l'union qui fait la force et on dit une seule personne n'a qu'une seule idée, deux personnes deux idées donc quand vous échangez entre vous peut-être tu crois connaître quelque chose de moi, peut-être moi aussi je peux apprendre quelque chose de vous, c'est comme ça la vie » *Extrait de l'entretien de Moussa*

«La solidarité et la compassion ont des limites qui sont celles du respect fondamental de l'Autre, en tant que personne autonome, pensante et agissante» P.Micheletti «La santé des populations vulnérables » (1)*

* Ce manuscrit a été écrit en écriture inclusive se référant au Manuel d'écriture inclusive édité par l'agence de communication d'influence Mots-Clés en 2016 par R. Haddad et C. Barique

I. Introduction

La loi de janvier 2016 sur la modernisation du système de santé vise à favoriser l'accompagnement à l'autonomie en santé. Elle tend à « réaffirmer le rôle des usagers comme acteurs de leur parcours de santé et favoriser leur participation à des démarches innovantes » (2). Ce concept d'*empowerment* en santé* est de plus en plus mis en avant dans les disciplines médicales. Ainsi, les politiques de santé publique vont dans le sens d'accroître l'autonomie de la personne malade.

Des travaux de recherche, dans le cadre de la loi du 4 mars 2002 relative aux droits des malades avec son volet "démocratie sanitaire", ont montré en partie les attentes des usagers : une approche globale de la santé et la proposition d'interventions collectives plutôt qu'individuelles (3). Des outils et des pratiques se sont développés pour réfléchir « la santé » avec les populations concernées. Par exemple, les « co-formations* » ont démontré l'importance du savoir expérientiel notamment avec des personnes en grande difficulté sociale (4).

Mais ces actions de politiques publiques sont-elles véritablement applicables pour des personnes en situations de précarité* ou de vulnérabilité ? Rappelons les travaux du Brésilien P. Freire qui, dès les années 1950, ont montré que la parole n'est en fait que peu donnée aux personnes les plus vulnérables et opprimées (5).

A. Le concept de vulnérabilité en santé

Pour notre travail, nous avons décidé de parler de « populations vulnérables » et non de « populations précaires ». Nous avons retenu la définition suivante : être vulnérable, « c'est être exposé à des facteurs de risque (personnels, sociaux, environnementaux), qui mettent à l'épreuve un certain nombre de ressources détenues par des individus, des groupes et des communautés sur un territoire » (6).

La notion de vulnérabilité nous semble donc plus large et adaptée pour entrer dans une analyse globale et moins se focaliser sur "les dispositifs spécifiques pour pauvres", comme le nomme

P. Micheletti. Elle comprend l'autonomie et l'aspect capacitaire de l'individu, tandis que le terme précarité peut réduire à la dépendance à l'autre et être ainsi stigmatisant. Le mot *précarité* vient du latin *precari*, qui signifie *prier l'autre* (7).

Plus précisément, nous allons utiliser le terme de « vulnérabilité » comme entrave à la santé. Les personnes vulnérables ont une moins bonne santé et également un accès à la santé limité. Parmi les déterminants sociaux de la santé, la vulnérabilité est un facteur majeur d'inégalités sociales de santé* (ISS).

B. La souffrance psychique et les personnes en situation de vulnérabilité

Comme l'illustre R. Wilkinson, le fait de se trouver en bas de l'échelle sociale est une source de stress chronique. Ainsi différentes études ont montré que « les facteurs psychosociaux affectent la santé en grande partie par le biais du stress qu'ils causent ». Elles ont mis en lumière différentes réactions biologiques, comme l'augmentation de l'hypertension artérielle et du taux de cholestérol face aux stressors sociaux (8). P. Jacques définit le terme de souffrance psycho-sociale comme « l'articulation du psychique, du somatique et du social, c'est-à-dire la manière dont les inégalités sociales s'inscrivent jusque dans le corps des personnes exclues » (9). La santé mentale des personnes vulnérables est par ailleurs marquée par une plus forte prévalence des troubles psychotiques et des conduites suicidaires (6). Le rapport de Médecins du Monde et du Centre Primo Levi sur la souffrance psychique de personnes exilées montre que 60 % de ces personnes souffrent de stress post-traumatique, 22 % de symptômes dépressifs et 8 % de troubles anxieux (10).

Or les personnes vulnérables et notamment les personnes exilées, ont un faible recours aux soins psychiques. Même avec des droits ouverts, il est difficile de trouver une place dans les CMP et CMPP car ces structures sont saturées (10). En médecine ambulatoire, l'accès à la psychiatrie avec de nombreux praticiens en secteur 2 et aux psychologues libéraux présente une barrière financière (11).

La médecine générale se trouve aussi en difficulté devant ces souffrances. Elle fait face à une « sanitarisation des problèmes sociaux » comme le nomme D. Fassin (2010) (12). « De plus les

thérapeutes témoignent couramment de leurs difficultés, voire impuissance à répondre à ces questions, notamment des demandes d'aide émanant de ressortissants immigrés ou issus de de l'immigration » (13). Le médecin généraliste peut être amené à chercher des solutions et vouloir proposer d'autres dispositifs.

C. Exemples d'initiatives de soutien psycho-sociale pour les personnes en situation d'exil en France

L'isolement et les difficultés à exposer ses souffrances nécessitent d'adapter et de créer des dispositifs de prise en charge (14,15).

L'Orspere-Samdarra² a organisé en 2018 un séminaire de réflexion intitulé « Paroles, expériences et migrations » avec des personnes demandeur·se·s d'asile. Afin de valoriser le savoir expérientiel de ces personnes qui ont rarement l'occasion de s'exprimer, cet observatoire a mis en place un groupe de parole autour des enjeux de la migration. F.Mabanza dans sa participation à un groupe de parole entre migrants y trouvait un soutien moral et curatif pour ses difficultés (16).

La thèse de V. Nugere (2013) a également étudié un groupe de parole pour des personnes exilées à l'initiative d'une équipe mobile psychiatrie précarité. Elle montre la possibilité d'une amélioration des symptômes et de la qualité de vie globale des sujets (17).

D. Etat des lieux et historique des groupes de paroles en France

« Les premières formes de *self-help groups* datent des années 1930 avec les Alcooliques anonymes*» (18). Puis les groupes de paroles se sont surtout développés dans les années 1970-80 avec les courants de désinstitutionalisation et de rétablissement en psychiatrie. La notion de

² L'Orspere-Samdarra : Observatoire national sur la santé mentale et les vulnérabilités sociales, hébergé au Centre Hospitalier le Vinatier de Lyon-Bron. (Définition de Orspere-Samdarra)

groupe en santé mentale repose en partie sur la pratique de « pair-aidance* » : Une personne ayant souffert d'un trouble est experte du vécu avec cette pathologie et peut accompagner une personne souffrant du même trouble (19). Des travaux sur les *clubhouses*, structures non médicalisées pour des personnes ayant des troubles mentaux et gérées par elles-mêmes, ont montré que le groupe renforce l'*empowerment* (20).

Le groupe a par la suite fait ses preuves pour l'analyse de pratiques entre soignant·e·s (groupe Balint, groupe de pairs). Puis il a été mis en place pour l'accompagnement, le soutien et la formation des aidant·e·s (21).

En médecine générale, l'utilisation du groupe se développe dans la pratique de l'éducation thérapeutique pour les malades chroniques (diabétique, asthmatique) (22, 23).

En 2005, la « loi handicap » permet la création de groupes d'entraide mutuelle (GEM)* comme « outil d'insertion dans la cité, de lutte contre l'isolement et de prévention de l'exclusion sociale de personnes en grande vulnérabilité » (24). En 2018, il existe 505 GEM en France. Leurs principes sont l'*empowerment* et l'autogestion. « L'entraide mutuelle a ainsi une plus-value importante en termes de réhabilitation psychosociale en permettant à l'individu de passer du statut de patient à celui d'acteur de son parcours. » (24).

Le groupe est donc un outil de plus en plus utilisé par les institutions, dans les domaines social, médical et associatif. Les groupes de « pairs-soignant·e·s », de « pairs-malades » ou « pairs-aidant·e·s* » cherchent à tisser du lien et mutualiser les savoirs.

Dans la littérature il existe beaucoup de travaux de recherche concernant les groupes d'entraide, qui ont largement démontré leur efficacité. Une étude canadienne montre que les médecins généralistes ont une attitude favorable pour les groupes d'entraides et sont convaincus de leurs bénéfices (25). Or dans la majorité des cas, c'est un problème commun qui rassemble. Les groupes ont souvent une pathologie comme dénominateur commun et font souvent appel à un·e expert·e.

E. La thérapie communautaire intégrative (TCI) : un outil collectif contre les souffrances psychosociales

La thérapie communautaire intégrative³ est un acte thérapeutique de groupe. Elle est née à la fin des années 80, au sein de la favela du Pirambu à Fortaleza au Brésil. Une population grandissante, affectée par un exode rural massif des régions arides du Nordeste du Brésil, venait alors s'installer à Fortaleza dans des conditions très précaires. La TCI a émergé entre autres à l'initiative du psychiatre A. Barreto, au cœur d'un projet plus large de santé mentale communautaire appelé « Quatro Varas » (26). Ce dispositif d'accueil cherchait au départ à répondre aux problèmes de santé mentale induits par le déracinement, la misère et l'exclusion (27).

La principale caractéristique de cette méthode est l'horizontalité. La personne qui anime ne vient donc pas en tant que thérapeute et experte, mais en tant que facilitatrice. « Il existe un autre savoir que le savoir universitaire : le savoir tiré de l'expérience de vie de chacun. La fonction de la ronde est de faire appel à cette mine d'or habituellement ignorée » (28).

J.P.Boyer illustre un “changement de lunette” dans la posture du thérapeute dans la TCI (26) :

DE	➔	À
Sauveur de l'humanité	➔	Solutions participatives
Unique / centré sur un seul	➔	Communautaire
Concentration de l'information	➔	Circulation de l'information
La dépendance	➔	Co-responsabilité
Clientélisme	➔	Citoyenneté

³ Présentation de la TCI et de son déroulement dans l'annexe F

Cette méthode d'animation de groupe s'est par la suite développée en Europe et en France à partir de 1995, notamment dans les ex-régions Rhône-Alpes, Provence-Alpes-Côte d'Azur et Alsace.

Dans la littérature internationale et surtout brésilienne, la TCI a montré des bénéfices en termes de réduction du recours à des services spécialisés et d'influence sur les déterminants de santé. « Une étude de 2004 réalisée dans 12 états du Brésil montrait que 88,5 % des personnes qui participaient à des rondes de TCI ne nécessitaient pas d'être orientées vers des services sociaux ou médicaux à l'issue des « rondes » » (29). A l'échelle française, les résultats et témoignages sont positifs mais peu nombreux. La thèse de L. Lempereur en 2018 illustre grâce à un travail d'immersion au sein du projet de Quatro Varas, qu'il est possible de se rétablir par ce dispositif de santé communautaire (30).

F. Les groupes de parole fondés sur la TCI en soins primaires

Le groupe de parole dans une forme plus large, axé sur l'ensemble des déterminants de santé, comme le propose la TCI, existe donc peu dans le champ médical. Il pourrait être une réponse à la souffrance psychique et à la transformation du lien social, en particulier des personnes en situation de vulnérabilité et victimes d'inégalités sociales en santé.

Dans le bassin grenoblois, l'existence de groupes de parole de TCI, ou fortement inspirés par cette technique, ont retenu notre attention. Ces groupes de parole se sont mis en place à la fois dans des structures sociales (maisons des habitant·e·s), mais également dans des structures de soins primaires (centres de santé*). Nous avons choisi de nous intéresser à ces groupes intégrant des personnes en situations de vulnérabilité.

Ce travail de thèse a pour objectif de recueillir l'expérience aussi bien de participant·e·s que d'animateur·rice·s dans ces dispositifs. L'objectif principal est d'analyser en quoi le groupe de parole peut influencer le parcours de soins* des personnes en situation de vulnérabilité. Dans un deuxième temps nous souhaitons faire émerger les facteurs favorisant le bon fonctionnement d'un groupe.

.

II. Matériel et méthode

A. Type d'étude

Il s'agit d'une étude qualitative avec une approche phénoménologique puis un essai de théorisation ancrée permettant d'explorer le vécu des participant·e·s. Les données ont été recueillies lors d'entretiens semi-dirigés et des observations participantes. Les différents items de la grille COREQ (consolidated for reporting qualitative research) ont été respectés au cours de ce travail.

B. Population

1. Lieu d'étude

Les critères d'inclusion des groupes de paroles étaient : être proposé par une structure médicale et sociale de l'agglomération Grenobloise et utiliser la TCI ou bien s'inspirer de celle-ci. Le groupe devait être actif pendant toute la période de notre étude et exister depuis plus de six mois. Il devait avoir lieu au moins une fois par mois. Six entretiens exploratoires (avec les animateur·rice·s de quatre groupes de parole et une experte en TCI) ont été effectués, pour affiner le terrain d'étude et préciser la question de recherche.

2. Participant·e·s

Le seul critère d'inclusion était d'avoir participé au moins une fois au groupe de parole. L'ensemble des participant·e·s y compris des animateur·rice·s ont été inclus. Les critères d'exclusion étaient : les personnes mineures et les personnes ayant un niveau de français oral insuffisant en l'absence d'interprète. Les critères d'échantillonnage étaient : la tranche d'âge, le genre, le statut dans l'emploi, le nombre de participation au groupe de parole, le niveau de français et tout type d'expérience en animation de groupe (ex. TCI, psychothérapie de groupe, éducation populaire) (Grille d'échantillonnage en Annexe D). Les deux chercheuses ont essayé de faire varier le mode de participation (participation ou animation), l'ancienneté et le groupe de participation.

Les participant·e·s ont été en majorité sollicité·e·s par les chercheuses directement lors du groupe de parole. Pour un groupe, une mailing liste a été utilisée. Une fiche explicative avec les coordonnées des deux chercheuses était remise. Les volontaires pouvaient contacter les chercheuses par mail ou par téléphone pour convenir d'un entretien. Un consentement écrit a été recueilli à chaque entretien. Une rétractation était possible à tout moment de l'étude.

C. Recueil des données

3. Statut des chercheuses

Au moment de l'étude, l'une des chercheuses était non expérimentée en recherche qualitative et l'autre avait déjà fait un travail de recherche. Toutes deux étaient internes en médecine générale. Elles portaient un intérêt commun pour les groupes de parole et ont été mises en lien par un tiers.

4. Les observations participantes

Des observations participantes (OP) ont été réalisées soit par une seule des chercheuses soit en duo, sans préciser qu'elles étaient médecins. L'objectif des OP est de confronter ce qui est dit dans les entretiens aux subtilités du terrain. L'immersion était une plus-value pour saisir la dynamique de groupe, le déroulement, les échanges en "off" et la communication non verbale. Ces OP ont été appuyées par une grille d'observation (Annexe C). Les données ont été compilées à l'écrit, indépendamment entre les chercheuses, sur un logiciel de traitement de texte de Microsoft Word.

5. Les entretiens semi-dirigés

Des entretiens individuels semi-dirigés ont été réalisés par une ou deux des chercheuses avec des participant·e·s volontaires, avec ou sans posture d'animation, jusqu'à suffisance des données, c'est-à-dire l'absence de recueil d'informations supplémentaires. Les entretiens étaient effectués dans les lieux des groupes en question ou dans le lieu de choix des participant·e·s.

Un même canevas d'entretien était utilisé pour l'ensemble des participant·e·s, qu'ils·elles soient animateur·rice·s et/ou non animateur·rice·s. Ce choix a été inspiré de l'horizontalité présent dans les groupes de TCI : l'ensemble des participant·e·s viennent en effet au même titre. Le canevas a été revu deux fois au cours de l'étude pour être plus pertinent vis-à-vis de la question de recherche (Annexe B).

Les entretiens ont été enregistrés grâce à deux enregistreurs vocaux (celui de l'ordinateur et celui du téléphone portable), puis retranscrits intégralement.

6. Journal de bord

Les deux chercheuses possédaient un journal de bord tout au long de l'étude, laissant une trace du cheminement et de la réflexion.

D. Analyse des données

Les données des entretiens ont toutes été analysées manuellement à l'aide du logiciel Excel, selon une approche phénoménologique. D'abord les chercheuses ont fait un codage analytique du discours en reformulant à la première personne du singulier, puis en verbe pour élaborer des propriétés dynamiques, selon la méthode utilisée par C. Lejeune (31). Elles ont codé indépendamment puis triangulé les données. A partir des propriétés dynamiques, elles ont fait ressortir des catégories.

Par la suite, nous avons articulé les catégories issues de l'analyse phénoménologique avec les données des OP, en s'approchant de la méthode par théorisation ancrée.

Cadre légal

L'accord CNIL a été validé par le DPO le 15 septembre 2020.

III. Résultats

A. Description de l'étude

1. Déroulement de l'étude

L'étude a eu lieu dans quatre groupes de parole (A, B, C et D) proposés par deux centres de santé, une maison des habitant·e·s et une association (Annexe E présentant les différents groupes). En raison de la pandémie COVID 19, les quatre groupes ont dû être suspendus pendant les confinements de 2020. Les Groupes B et D n'ont pas repris par la suite.

Nous avons réalisé 10 observations participantes (OP) entre juin 2020 et décembre 2020 : cinq observations participantes du Groupe A (OP1, OP4, OP5, OP6 et OP8), trois observations participantes du Groupe C (OP10, OP9 et OP3), une du Groupe B (OP2) et une du Groupe D (OP7). Une OP a été réalisée en binôme (OP1).

Seize entretiens individuels semi-dirigés ont été effectués entre septembre 2020 et février 2021, par l'une ou l'autre des chercheuses (E). La durée moyenne des entretiens était de 31 minutes et 5 secondes. L'ensemble de ce recueil a permis la suffisance des données.

2. Échantillonnage de l'étude

Nous avons interviewé des animateur·rice·s et participant·e·s de l'ensemble des groupes. Dix personnes avaient la fonction d'animation : E4, E6 (Groupe A), E2, E3 (Groupe B), E5, E14 et E16 (Groupe C) et E15, E1 et E11 (Groupe D). Six personnes interviewées étaient uniquement participant·e·s : E10, E8, E9 (Groupe A), E12 (Groupe B), E13 (Groupe C) et E11 (Groupe D). (Tableau 2)

Avant chaque entretien nous avons demandé aux personnes interviewées de choisir un **pseudonyme** :

E1 = Daniel, E2 = Miguel, E3 = Freedom, E4 = Zorro, E5 = Louise, E6 = Toto, E7 = Hyacinthe, E8 = Moussa, E9 = Loudemer, E10 = Michou, E11 = Free, E12 = Bou, E13 = Inès, E14 = Homer, E15 = Piou, E16 = Julie

Tableau 2 : Caractéristiques des participant·e·s

Nom codé	Durée (min)	Tranche d'âge	Genre	Profession Catégorie socio professionnelle	Langue maternelle	Fonction*	Participation au groupe**	Formation en TCI	Autres compétences, formations (animation, psychologie, éducation populaire etc.)
E1	39	55-65	M	Ostéopathe Profession intermédiaire	Français	A	500	Oui ++	Animation
E2	25	45-55	M	Ingénieur Cadre	Français	A	50	Oui+	CNV, Gouvernance partagée, Hypnose , psychologie transpersonnelle
E3	26	55-65	M	Ingénieur ONG Cadre	Arabe	A	60	Oui	Educateur spécialisé, Animation
E4	29	>75	M	Medecin généraliste Cadre retraité	Français	A		Oui+++	Animation d'équipe, Association
E5	28	45-55	F	Médecin Psychiatre Cadre	Français	A	>100	Non	Psychodynamie et systémie
E6	29	65-75	M	Médecin interniste Cadre Retraité	Français	A	>100	Oui+	Hypnose
E7	26	45-55	M	Technicien monteur Employé	Français	P	2	Non	
E8	22	18-25	M	Etudiant Sans activité professionnelle	Malinké	P	3	Non	
E9	42	65-75	M	Comédien Retraité	Français	P	30	Non	Animation, Compagnie artistique
E10	34	25-35	F	Vendeuse Sans activité professionnelle	Bamiliké	P	30	Non	
E11	24	25-35	M	Carrière juridique et politique Sans activité professionnelle	Soussou	A	50	Oui	
E12	41	55-65	M	Directeur technique Cadre	Français	P	15	Non	Gestion de conflit, analyse transactionnelle, Groupe Guy Corneau
E13	36	35-45	F	Travailleuse sociale Profession intermédiaire	Français	P	20	Non	Animation
E14	38	35-45	M	Travailleur social Profession intermédiaire	Français	A	15	Non	Education populaire, Animation
E15	34	>75	M	Médecin psychiatre Cadre	Français	A	>3000	Oui+++	Psychothérapie, Addictologie, Hypnose
E16	31	25-35	F	Médecin généraliste Cadre	Français	A	20	Non	Education populaire, Animation

Légende :

*Fonction : A = Animation, P = Participation

** Nombre de participation au groupe

Formation en TCI : + (un peu de formation) /++ (formation modéré) /+++ (expérimenté)

B. Les principaux résultats :

1. Le groupe de parole : une initiative pour prendre en charge la souffrance psychosociale

➤ Chercher une réponse face à la souffrance psychosociale

Certain·e·s animateur·rice·s, professionnel·les de santé, étaient **confronté·e·s « aux problématiques de souffrances psychosociales des gens en parcours d'exil »** Toto L52 et s'interrogeaient sur les réponses à apporter. Suite à son expérience en Libye, Freedom racontait par exemple son envie de trouver un outil :

Freedom : « *Des jeunes qui avaient connu la torture... vendus comme esclaves à cinq cents dollars et qui arrivaient à Misrata pour passer la Méditerranée et ces jeunes-là ils avaient des blessures physiques mais c'est pas ça qui était important, ils avaient des blessures physiques, des cicatrices, des fractures mais c'était pas ça, ils étaient cassés au niveau du cerveau... et là je me suis dit il y a quelque chose à faire, qu'est-ce qu'on peut faire ? Même les médecins étaient un petit peu dépourvus* » L84

La médecine occidentale parfois axée sur le biomédical semblait pour certain·e·s peu adaptée pour répondre à ces souffrances psychosomatiques. Il y avait une **envie de mieux les accompagner**, en apportant une vision plus **globale** de la médecine.

➤ La limite de l'accompagnement individuel

L'espace individuel en consultation médicale (Julie), psychiatrique (Piou) et en accompagnement social pouvait avoir des limites. Certain·e·s professionnel·le·s voulaient donc **intégrer des espaces de groupe dans leur pratique**. Ils·elles étaient « *déjà théoriquement convaincu·e·s que des espaces collectifs de discussion et d'entraide pouvaient être thérapeutiques* » Julie L159 et voulaient « *ouvrir dans [leur] structure de soin un lieu de parole, d'entraide* » Julie L24.

Un animateur a dû faire face à des réticences institutionnelles pour créer un espace de parole où soignant·e·s / soigné·e·s se retrouvaient au même titre.

La **comparaison entre une expérience du groupe et une psychothérapie individuelle** a été racontée par certain·e·s participant·e·s :

Ines : « J'ai dû faire une thérapie par un psychologue car j'étais vraiment vraiment au plus mal. Et en parallèle, en fait j'étais dans le groupe d'entraide et en fait j'étais bien avec le thérapeute car il répondait précisément sur des choses auxquelles moi j'avais pas forcément la réponse. Voilà, c'est un accompagnement différent ! Mais j'ai été beaucoup plus à l'aise avec le groupe de parole (...) dans le sens que en fait c'était pas que centré sur moi (...) Et ça fait la différence je trouvais ! » L330

➤ **Le groupe de parole type TCI : un outil expérimental**

Pour la plupart des porteur·euse·s des projets de groupe, il s'agissait de monter un groupe **TCI** ou inspiré de la TCI. Cette méthode intéressait pour son **approche systémique** axée sur une population plus vulnérable. La TCI pouvait aider « **à sortir de la précarité psychique** » Piou L70.

La **recherche** et **l'analyse** autour de la TCI intéressaient la plupart des animateur·rice·s. Certain·e·s exprimaient une fierté à participer à une expérience de groupe. « Là je crois que cette expérience là (...) je la vois comme une **expérimentation pratique** » Julie L162. Ils·elles participaient parfois à des intervisions (espaces pour échanger autour de la méthode) pour se perfectionner et s'améliorer. La plupart des groupes s'interrogeait entre animateur·rice·s après la séance : « nous avons fait un tour de débriefing avec Toto, Zorro, A. Ce temps-là ne semblait pas être pour les personnes qui participaient uniquement » OP1.

➤ **La posture professionnelle**

Dans les groupes A et C, « les animateur·rice·s se sont présenté·e·s comme professionnel·le·s du centre : médecin, accompagnant social et psychiatre » (OP9).

Animer le groupe était pour la plupart une manière de **faire évoluer la pratique professionnelle**. Cela apportait par exemple « vraiment une autre façon de voir la question du soin » Julie L158. Pour d'autres, il s'agissait d'un défi :

Homer : « C'est pas évident pour moi le collectif, c'était quelque chose qui était pas forcément très, dans lequel j'étais pas forcément ultra à l'aise. Je crois que j'avais envie aussi un peu de me confronter, d'aller travailler ça. » L85

Certain·e·s se servaient de l'expérience du groupe dans leur pratique : « Ça aide à être en lien ou de travailler d'une certaine façon, à entendre les patients. L172 (...) y en a toujours un avec qui ça résonne et je vais pouvoir lui parler de l'expérience que j'ai eue avec le groupe. » Daniel L261.

Malgré une volonté d'autogestion, les animateur·rice·s se sentaient **responsables** du groupe : « Mais on a quelque chose de très fort qui nous ressort de (...) Donc du coup il y a un truc un peu, très impressionnant de l'ampleur que ça prend pour certaines personnes ! (...) Mais c'est très bien et à la fois ça donne quand même une responsabilité, voilà ! » Julie L302.

Dans le groupe C, l'animatrice voulait **apporter son expertise de médecin psychiatre** et utilisait volontairement « [son] savoir-faire de thérapeute ou de psychothérapeute si [elle] sent que quelqu'un est en difficulté » Louise L184. Mais il y avait une ambivalence entre « les éclairages « psy » » qui apportaient un « truc chouette » et « l'impression que ça sort un peu du cadre, (...) avec des animateurs dans une posture de participant » Homer L297.

➤ **Le groupe : comme un espace complémentaire de soin**

Enfin, le groupe a été évoqué comme un **espace complémentaire** aux consultations « classiques » médicales. Certaines situations difficiles vécues en groupe revenaient en consultation. Des participant·e·s pouvaient avoir envie d'aborder certaines choses uniquement avec le « médecin (...) parce que toujours, c'est presque avec lui que... je dis certaines choses que je peux pas dire dans le groupe de parole » Michou L370. Le groupe a facilité l'accès à des consultations individuelles comme observé dans les OP (OP6).

2. La force fondamentale de la rencontre et du groupe

➤ **Le groupe de parole : un espace de socialisation**

Le groupe de parole permettait de **mettre en lien** et de créer une **rencontre** entre participant·e·s. Le groupe était un espace de **socialisation**, un lieu **d'échange** pour « [tisser] des liens, c'est un truc de dingue ! » Ines L172.

Michou : « *J'avais l'impression qu'au fil du temps je voulais juste, je voulais juste venir, je voulais juste être là, parce que déjà aussi on rencontre des nouveaux gens* »
L256

La rencontre entre participant·e·s du groupe a pu **redonner une forme de confiance en l'autre** : « *Il y avait le manque de confiance, j'arrivais plus vraiment à faire confiance aux autres. Et le groupe de parole m'a appris euh, m'a dit bon voilà tu peux recommencer tout. Les gens ne sont pas toujours pareils.* » Michou L278. Le groupe a pu faire comprendre à certain·e·s la **richesse d'être en lien**. Pour Michou « *le fait d'avoir trouvé ces personnes face à [elle] [la] rassurait sur beaucoup de points* » L123.

Pour certain·e·s, le groupe était la **seule activité sociale** pour sortir de l'isolement. « *C'est pas comme je suis assis seul donc ça me fait oublier certaines choses* » Moussa L101.

Pour des participant·e·s, le groupe a été vécu comme « *un [nouveau] départ (...) en France* » et une ressource pour **trouver un logement**. « *J'ai connu les gens, après les gens ils m'ont recommandé à une famille d'accueil* » Free L17.

➤ **Une rencontre entre différentes classes sociales**

Dans le groupe ça « **fait du bien** (...), ça vient **de tous les horizons** : il y a des mères de familles, des femmes qui ont occupé leur vie à élever des enfants, c'est un drôle de métier ça ! Il y a eu des chefs d'entreprises je crois, il y a des gens qui ont un niveau intellectuel de réflexion très poussé, enfin je me compare automatiquement, il y a des gens très simples qui ont même parfois du mal à s'exprimer » Bou L99.

➤ **Une rencontre interculturelle**

Le groupe était pour certain·e·s « *une ouverture, tout le temps, tout le temps* » Freedom L182 sur la **diversité culturelle** et un « **bain d'humanité** » Loudemer L189.

Michou : « *J'apprends à connaître d'autres gens, d'autres tribus, d'autres pays, des gens d'autres pays, d'autres communautés, en fait c'est juste ça qui est en moi, un truc que je ne peux pas expliquer. (...) Je comprends aussi beaucoup plus la valeur de l'être humain, de l'humanité vraiment entière. (...) Tu apprends aussi à aimer les autres* »
L268

Des participant·e·s **apprenaient par le mélange culturel**. « *Donc j'ai connu un peu la culture française, donc c'est grâce au groupe de parole. (..). Oui, parce que (...) chacun donnait ses idées* » Free L166.

Toto : « *En Afrique les les, on on ressent pas forcément les choses de la même manière. Ça veut pas dire que c'est moins violent, c'est pas ce que je veux dire. A force de d'en discuter avec des des patients africains, je me suis souvent rendu compte de ça. Ils sont facilement résilients quoi.* » L145

Un grand nombre de **participant·e·s** étaient même **surpris** de la manière dont étaient racontés certains récits, comme vécu dans l'OP6.

Loudemer : « *Ce qui me sidère toujours, c'est le calme et la tranquillité avec laquelle ils te racontent qu'ils ont été violés et qu'ils ont vécu ça, qu'ils ont été torturés, ils te racontent ça comme toi tu dirais, bah ouais j'ai pris de la salade à midi quoi, c'est hallucinant quoi !* » L239

➤ Une rencontre différente entre animateur·rice·s professionnel·le·s du soin et participant·e·s

Voir les participant·e·s dans un contexte autre qu'individuel pouvait créer, modifier les liens et **permettre de se découvrir d'une autre manière**. Que les professionnel·le·s du soin « *se [livrent] dedans (...) ça resserre aussi des liens* » Homer L203.

Piou témoignait que cela permettait d'avoir une **relation soignant·e / soigné·e** beaucoup plus **profonde et aidante**. Julie, n'était « *pas sûr qu'il y [ait] de grands changements dans la relation* » L280.

En proposant des groupes en milieu hospitalier, un animateur se rendait compte que le groupe pouvait également être un levier pour **faire parler les « taiseux »** ; les « *patient·e·s qui avaient du mal à parler en entretien individuel avec leur infirmier référent, qui bloquaient un peu, se mettaient à dire des choses qu'ils n'avaient jamais dites auparavant* » Piou L159.

Un temps d'échange et de **rencontre informelle** avait lieu en **pré et en post groupe**, comme observé dans les OPs.

➤ **Découverte de la force du collectif**

Le groupe était devenu pour certain·e·s **un lieu repère**. Des participant·e·s le considéraient comme « **une autre famille nécessaire** ».

Michou : « *Ils m'ont montré, par plusieurs façons (...) qu'ils m'aimaient, qu'ils m'appréciaient (...) et du coup je me sens comme chez moi. L300 (...) j'ai rencontré des belles personnes, j'ai eu l'amour, parce que rester avec des personnes âgées et senti qu'ils t'aiment en fait. J'ai eu l'impression de retrouver beaucoup de choses que j'avais perdues* » L238

Des participant·e·s étaient devenu·e·s des habitué·e·s, créant « **un noyau dur** » Homer L351
Ils·elles étaient «*contentes de retrouver toujours les mêmes gens, qui étaient là, qui continuaient* » Free L102.

Cet espace valorisait le **potentiel du collectif**, en « *[ressentant] en groupe* » Toto. Cela faisait réaliser la **force du groupe**.

Zorro : « *Je crois pas qu'il existe de solution sans collectif, sans participer au collectif, sans se soucier du collectif. Mais je suis pas un fêtard de groupe, je fais pas partie des clubs de foot ou des grands groupes de cyclistes à vélo* » L249

Certain·e·s participant·e·s étaient **déjà convaincu·e·s** de la force du collectif, comme le montrait leur mode de vie ou leur exercice pluriprofessionnel. De plus, la **co-animation** était une évidence dans l'ensemble des groupes.

Louise : « *Moi j'avais eu l'habitude dans ma pratique d'animer des groupes de parole ou des groupes soignants/soignés euh voilà et puis aussi des groupes pour les professionnels où quelqu'un amène un problème et on réfléchit collectivement à une solution.* » L70

Enfin, le groupe de parole était une **mise en pratique** et une **valorisation de l'expérience collective** : pour certain·e·s il pouvait **devenir une vraie nécessité**.

Ines : « *Alors pendant le premier confinement, le premier et le deuxième on n'a pas pu faire le groupe d'échange de parole, d'échange euh oui... on n'a pas pu le faire pendant le premier et le deuxième confinement !! J'en ai énormément souffert, énormément souffert !* » L242

3. Le groupe de parole : une « mine d'or » de savoirs expérientiels augmentant l'empowerment

➤ **L'importance de l'entraide**

Des participant·e·s ont vécu le groupe comme un **espace d'entraide**. Ils·elles « *étaient là pour les autres dans une forme d'écoute et d'accueil de ce qui va se passer* » Julie L77. Des **expériences de vie** notamment liées à des parcours difficiles étaient utilisées au service des autres :

Michou : « *Parce que quand j'étais très très jeune, je suis passé par pas mal de choses, je m'y connais un peu, à mon niveau. Je me dis que, avec mon soutien, beaucoup de personnes peuvent être soulagées.* » L406

Une animatrice a pu être même « *bluffée de comment les personnes en difficulté peuvent en même temps être très attentives et trouver les mots justes pour répondre à quelqu'un qui est en difficulté.* » Louise L191.

Certain·e·s participant·e·s voulaient « *vraiment essayer de parler pour donner certaines petites idées, des trucs qui avait marché* » Michou L163. Cette entraide s'étendait même à des **espaces informels** après le groupe.

Loudemer : « *A la fin je lui ai dit (...) « regarde, moi sur mon portable j'ai installé un podomètre, et comme ça je peux voir le nombre de pas que j'ai fait chaque jour et voilà je sais que si je fais un certain nombre de pas, je me sens bien quoi.* » L236

L'importance de traiter l'ensemble des sujets a été évoquée pour ne « *laisser personne à l'écart* » et « *que tout le monde puisse parler* ». Pour cela, Inès a proposé de faire une « *boîte avec ce qui a été évoqué et ce qui n'a pas été évoqué* » L275.

Des participant·e·s et animateur·rice·s avaient parfois également envie de choisir le sujet à traiter le plus touchant et le plus urgent (OP10) : « *J'ai ressenti que cette personne était en souffrance. J'ai eu de l'empathie et j'ai eu envie de choisir son sujet, peut-être car je ressentais qu'elle avait besoin de parler.* » OP2

➤ **Faire résonner**

Le **partage d'expériences de vie** pouvait permettre de se rendre compte « *que d'autres gens ont aussi la même expérience (...) et ont vécu la même chose* » et donc à travers « *tu prends la solution de (nom de personne)* » Michou L248.

Les problèmes pouvaient résonner et « *faire boule de neige* » Loudemer L300. Par exemple, des participant·e·s pouvaient **se reconnaître** dans des parcours de migration. Et comme l'illustre Bou, il y avait même l'intention de **faire résonner des parcours de vie très divers**.

Bou : « *Quand le collègue il a parlé de l'Algérie, il y a peu de gens qui ont pris la parole, moi j'ai pris la parole car ça résonnait vraiment très fort (...) Et après coup moi ce que je me suis dit c'est que ça se trouve dans ce que j'ai raconté de mon expérience de de gamin, mon expérience de l'Algérie, cette rupture car ça a été quand même violent cette rupture ça résonnait certainement chez d'autres personnes mais de manière différente. Une personne qui habitait peut-être dans la Creuse qui vient d'arriver à Grenoble qui se dit « qu'est-ce que j'étais bien dans la Creuse quoi » (rire), par exemple quoi !* » L262

OP1 « *J'avais l'impression que le sujet abordé « rupture de contact familial liée à l'exil » reformulé en « le manque de lien téléphonique avec ses proches » pouvait résonner chez plusieurs participant·e·s et devenir universel.* »

Cependant, pour certain·e·s « *y'a pas forcément eu un retour qui résonnait* » Freedom L139. Quelques animateur·rice·s trouvaient parfois **acrobatique** « *d'[essayer] de faire des ponts entre les différentes choses, alors (...) qu'elles n'ont pas forcément grand-chose à avoir, si ce n'est qu'on n'est pas bien* » Homer L170.

➤ **Relativiser : un réconfort**

Les participant·e·s **relativisaient leurs soucis** en les comparant. Et cela indépendamment de leurs conditions de vie, comme ils·elles l'ont rapporté par le récit de vie. Free qui était dans une forme de précarité en attente de droit a été « **réconforté**, *savoir, qu'il y'a des gens qui vivent vraiment des problèmes qui sont plus que pour moi* » Free L111. A l'inverse un « petit problème » qualifié de « désuet » « *pouv[ait] résonner au milieu de tout le monde parce que ça résonne...parce qu'on a tous des petits soucis* » Bou L25.

➤ **La « mine d'or » de savoir expérientiel et académique :**

Une forme **d'intelligence collective** additionnant les ressources se dégageait à travers l'ensemble des groupes. Le groupe de parole a été décrit par un animateur comme étant « *une mine d'or (...) de tous les savoirs, des connaissances que les gens ont acquis pas du tout à l'université mais sur le terrain dans la difficulté qu'ils ont rencontrée* » Piou L264.

Des animateur·rice·s ont souligné la **complémentarité** « *d'un savoir un peu académique et théorique et... d'un **savoir populaire et expérientiel*** » qui « *permet beaucoup de choses* » Louise L58.

L'ensemble des animateur·rice·s professionnel·le·s de santé était intéressé par ce changement de posture : de « *vous avez les problèmes* » à « *nous avons les solutions* » vers une **mutualisation des ressources** ayant la même valeur.

Moussa : « *Bon c'est très important, bon moi j'aime ça beaucoup, on dit souvent c'est l'union qui fait la force et on dit une seule personne n'a qu'une seule idée, deux personnes deux idées donc quand vous échangez entre vous peut-être tu crois connaître quelque chose de moi, peut-être aussi moi aussi je peux apprendre quelque chose de vous, c'est comme ça la vie.* » L203

➤ **Augmenter l'autonomie et la capacité d'agir**

Ce processus de valorisation des ressources permettait de **renforcer la capacité d'agir** sur la santé. Le groupe de parole a permis de « *mettre en évidence que chacun dans sa vie, dans son parcours, aussi difficile soit-il, a des forces, des perles, que les gens ont eu et qui sont utiles aujourd'hui* » Piou L260.

Julie a évoqué qu'en consultation médicale ça lui « *permet aussi de valoriser (...) entre autres pour des personnes qui vont pas bien, leur participation dans le groupe* » L258.

A travers le groupe et les rencontres, certain·e·s participant·e·s **ont retrouvé de la confiance en eux**.

Il y avait une forme **d'appropriation de cet espace d'entraide**, comme le montre certain·e·s participant·e·s qui souhaitent animer.

Michou : « *Aujourd'hui j'ai l'impression que j'ai, j'ai un petit, ce petit don, et j'ai vraiment envie de l'exploiter. Ouais. J'ai vraiment envie de l'exploiter, c'est pourquoi je veux vraiment être animatrice des groupes de parole* » L316

Des participant·e·s, décrivant parfois une **dépendance** aux autres liée à la **précarité**, avaient un désir d'autonomie. Ils·elles ont évoqué « *[s'être] trop lamenté dans [la] vie* » Michou L389 et ne voulant plus « *vivre aux dos des autres* » Free L54. Finalement, pour certain·e·s le groupe a permis de **renforcer l'autonomie**.

4. Le groupe de parole entre accueil, expression et soin

➤ **Le groupe, un espace de convivialité**

Des participant·e·s se sentaient être **accueillis** avec « *des sourires (...) comme pour dire « tu es le bienvenu »* » Bou L144. Le groupe était chaleureux et « **très convivial**, pendant la ronde tu pouvais te servir un thé, un café » Loudemer L386. Michou se sentait « *comme chez [elle]* » L301.

Le repas donne une sensation de « *comme à la maison* », des partages, des échanges personnels (sur leurs enfants, leur conjoint·e) se faisaient et donnaient l'impression que les participant·e·s se connaissaient très bien, comme des retrouvailles entre amis (OP 7).

La COVID19 a en effet fait ressortir **l'importance de cette convivialité**.

➤ Permettre une expression authentique par la parole et le corps

L'importance des mots :

Le groupe de parole permettait de mettre « **des mots sur des maux** » Ines L161. Il était possible d'y **livrer tout type de sujets**. « *Avoir le privilège d'un temps de parole (...) donné où personne ne peut [interrompre]* » Freedom L143.

C'était un espace « très à part, un peu **coupé du monde** » Julie L99.

Certain·e·s participant·e·s découvraient qu'ils·elles avaient un **besoin de parler** : « *juste parler. Parce que moi quand je, j'allais pour la première fois, c'était surtout parler parce que j'avais l'impression que j'avais beaucoup de choses à dire et je voulais juste parler.* » Michou L87.

Cependant un animateur (Toto) se questionnait sur la **barrière de la langue**.

Toto : « *Parce que, ce que je disais tout à l'heure, les Africains qui parlent le français, ils ont appris le français à l'école mais c'est pas la langue de leurs émotions, de leurs sentiments, c'est pas la langue qu'ils utilisent à la maison ou entre eux. Donc le français c'est pas leur langue, comme ils disent, « vous nous avez colonisés, donc on a bien été obligé d'apprendre le français ! »* » L279

Pouvoir être authentique :

Des participant·e·s ont évoqué : « *[s'exprimer] devant un groupe d'une manière authentique (...) est hyper puissant* » Miguel L83.

Cet espace a permis le **lâcher prise** et de s'autoriser « à aller dans les **émotions** » Freedom L134 ; « *dès qu'il y avait une personne qui parlait je pleurais* » Ines L67. Être à l'aise et parler devant le groupe : « *c'est un exercice que j'ai appris à faire* » Ines L358. Pour Daniel la TCI était « **une rencontre dans l'instantané** » L214. Il y avait une pleine **présence** du groupe et des postures empathiques, comme observées dans toutes les OP.

Les récits pouvaient être **bouleversants et affecter** des participant·e·s. « *Par ce qu'il se passe quoi, ça me touche trop, et donc je fais un break (...) J'y viens pas pendant 1,2,3 fois, puis quand je sens que c'est apaisé je reviens* » Loudemer L272.

L'utilisation du corps pour faire cohésion groupale

Le toucher était pour certain·e·s essentiel : « *si on n'a plus le corps on n'a plus une source fondamentale, je me sens désemparé, je trouve pas mon compte dans la version dématérialisée* » Daniel L284. Cela a été particulièrement mis en évidence par les gestes barrières liés à la COVID19.

Toto : « *le fait de se prendre par les épaules, de se balancer, (...) Ça fait beaucoup de bien aux gens qui viennent, et qui, fin quand ils sont en souffrance. Je trouve ça leur fait vraiment du bien, et ça se voit* » L106

Dans certains groupes, des **exercices corporels** sont fréquemment utilisés comme se lever de sa chaise, parcourir un peu l'espace, observer, porter un regard sur les autres participant·e·s, puis s'asseoir de nouveau. (OP1)

Tou·te·s n'étaient pas forcément à l'aise et Loudemer souhaitait améliorer les exercices corporels.

➤ **Le groupe, un espace thérapeutique et de bien-être**

Des souffrances étaient décrites par certain·e·s participant·e·s : « *quand je suis arrivée, je me sentais pas bien. Au début j'étais vraiment vraiment vraiment très très déprimée* » Michou L75. Des professionnel·le·s du soin "**prescrivaient**" de participer au groupe : « *Je suis venue me faire consulter, (...) [le médecin] m'a proposé la ronde de parole* » Michou L96. Des personnes arrivaient au groupe en **recherchant un lieu de soin** (OP4) : « *Quand j'étais à (association), [une personne] m'a dit on fait la ronde de parole ici donc je fais tout pour participer et je vais expliquer mon problème ils disent ça pourra m'aider beaucoup* » Moussa L83.

Le groupe pouvait **soulager** des participant·e·s, il « **[aidait] à aller mieux** » Ines L192.

Freedom : « *Et rien que le fait de le déposer, rien que le fait d'avoir mis des mots sur mon ressenti et mes émotions (...) cette étape-là, elle m'a soulagée* » L133

Le groupe était un **outil thérapeutique** pour des participant·e·s. Comme l'affirmait Michou « *Aujourd'hui, c'est une thérapie pour moi* » L297. Un professionnel du soin observait chez

une soignée qu'« elle a tellement mis ça avec sa maladie, [que] ça fait partie de ses traitements » Daniel L257.

Ines : « Je suis très à l'aise à l'oral mais je ne parle pas trop de mes problèmes personnels facilement et du coup ça a été quelque part une thérapie, euh ça a été quelque part une thérapie d'arriver à donner ses ressentis. (Larmes, émue) » L157

Certain·e·s observaient un **apport dans le temps** « sur tous les plans le groupe de parole peut apporter beaucoup, pas toujours à l'instant... Mais après » Michou L346.

Il permettait de « **vider un peu ce surplus de stress et d'angoisses** » Ines L140 et certain·e·s se sentaient « un peu [libéré·e·s] » Michou L132. La participation au groupe pouvait **apporter détente** et « **réconfort** » Free L111, en y exprimant ce « qui [les empêchait] de dormir » Free L126.

Ines : « Je sais qu'à telle échéance je vais avoir le groupe d'atelier, il y a des choses où je suis embrouillée dans mon cerveau par rapport à des petites questions, je me dis panique pas, il y a l'atelier là dans dix jours, ça sert à rien de stresser, je vais voir si on peut choisir le thème que j'ai envie d'aborder (...) J'ai pas envie de m'énerver sur mon enfant et le fait de pouvoir échanger ça avec les personnes qui étaient présentes je suis repartie plus légère et ça m'a permis de repartir tranquillement, de me poser (...). Et ça me pfiou, ça m'a fait du bien » L121

La participation au groupe de parole apportait du **bien-être** et donnait « beaucoup **d'énergie**, c'est peut-être même l'endroit où je m'énergise en quelque sorte » Freedom L258. Les participant·e·s y trouvaient de la **joie de vivre** : « C'est la seule chose qui me fait un peu sourire pour le moment. L36 (...) en sachant que si je parle d'un souci, je vais rentrer avec une joie. » Michou L150

Par ailleurs, le groupe pouvait **être divertissant** : « les gens dansaient, parce que ce jour, y'avait une danse comme ça là, qui pouvait faire rire les gens » Free L90.

➤ Espace d'apprentissage et de développement personnel

Le groupe permettait à certain·e·s participant·e·s « une **exploration intérieure** » Freedom L193 et de faire un « **scanner personnel** par rapport à des thématiques et des solutions » Piou L195. Il permettait « de cheminer vers [soi] (...) [et de nourrir son âme] » Miguel L125. Des participant·e·s pouvaient vivre une forme de **révélation** par le groupe.

Michou : « Aujourd'hui, voilà, je me relève avec une autre vision de la chose, y'a des gens qui ont cru en moi, y'a des gens qui croient en moi, et je pense qu'ils ne savent pas, ils ont, en fait ils ont brusqué un truc en moi. J'ai l'impression qu'ils ont réveillé quelque chose qui dormait (...). » L394

Le groupe de parole était un **lieu d'apprentissage** ; il aidait par exemple « à oublier un certain nombre de choses. En fait pas oublier, c'est-à-dire essayer de mieux laisser derrière ». Michou L224

Le récit de vie de nombreux·euse·s participant·e·s a montré que le groupe s'inscrivait dans un **processus de changement**.

Piou : « ça me fait avancer, très clairement. A chaque fois, par des éclairages différents (...) C'est un prolongement de changement personnel et de thérapie, qui est tout à fait claire et évidente ! Moi j'y vais pour moi et j'écoute et je parle et ça me fait avancer, très clairement ! » L196

Le groupe de parole pouvait « transformer profondément » et changer le « regard sur la vie » Daniel L76 et L265. En effet une **transformation** a été observée **chez des participant·e·s** : « voir des gens qui arrivaient, qui franchissaient la porte, et qui, et qui, p'tin qui avait l'air triste quoi. Et le simple fait d'avoir participé à la ronde, après euh... ils étaient pas pareils » Toto L93.

➤ L'importance du cadre

Un déroulé protocolaire

Les groupes A, B et D se déroulaient en suivant le **protocole** de la TCI (Annexe F), comme observé dans toutes les OP du groupe A. Les animateur·rice·s du groupe C « *[s'en étaient] inspirés, mais [n'avaient pas voulu] le calquer ni le matérialiser comme ça* » Homer L58. L'OP9 observait en effet quelques différences : « *Les animateur·rice·s n'ont pas proposé de partage de "bonnes nouvelles", ni fait d'exercice de mise en lien.* »

Loudemer trouvait « *le protocole absolument incroyable, (...) et d'une efficacité* » L202.

Des règles à respecter

Dans tous les groupes il y avait **des règles de base** « *simples, assez larges* » : « *essayer de dire « je », « de ne pas être dans le jugement »* » Homer L115.

Freedom : « *Je parle en « Je », j'ose le « Je », de mes ressentis, de mes émotions, je parle pas de généralités, d'interprétations, Freud n'est pas invité, Lacan n'est pas invité, on est dans ce que moi je ressens, le corporel, le sens corporel, ma situation, ce que « JE ». Et et ça c'est un exercice, rien que ça c'est extrêmement difficile* » L189

Ces règles étaient considérées pour certain·e·s comme une **force de la méthode TCI**, « *Le cadre, l'outil est solide, si on le respecte euh, ça peut aller* » Zorro L160. Le groupe C les avait fait évoluer comme le montrait l'OP3 où « *les animateur·rice·s précisaient qu'il n'y avait pas de garantie de confidentialité* ».

Les animateur·rice·s étaient surtout les **garant·e·s de ces règles** (OP4) : « *Toto a dû régulièrement faciliter la parole et rappeler les règles du groupe pour les faire respecter* ». Ils·elles pouvaient avoir **du mal à « tenir un peu les rennes** » Piou L145, « *quand (...) des jugements arrivent* » les participant·e·s pouvaient dire « *tu devrais, tu devrais faire si* » Homer L122. Et de plus, certain·e·s participant·e·s étaient « *particulièrement difficiles à gérer dans des prises de parole, qui étaient très débordantes, (...) très dures à canaliser* » Homer L131.

Des animateur·rice·s voulaient parfois **cadrer des prises de positions délicates**, en ayant peur qu'elles soient « *ultra-violentes* » et discriminantes pour certain·e·s.

Homer : « *Mais c'est pas la première fois qu'on discute par exemple islamophobie, ou des problèmes de cultures, rejets et euh voilà, on avait ce monsieur dont je t'ai parlé tout à l'heure, appelons le Alfred, qui des fois était le seul monsieur blanc, au milieu d'un groupe de femmes musulmanes et qui du coup avait des prises de positions euh qui des fois nous semblaient à nous ultra violentes et dures à cadrer, et des fois, ouais, et des fois compliquées.* » L175

Un cadre parfois incompris et questionnant

Ces règles pouvaient être **difficiles à respecter** et à comprendre pour certain·e·s participant·e·s. Hyacinthe les trouvait même « choquantes » L99.

OP4 : « *Lors de l'explication de la règle "ne pas donner son avis", Hyacinthe a réagi en demandant "qu'est-ce que cela signifie ?". Hyacinthe a expliqué (...) Hyacinthe a fait remarquer que lui donne souvent son avis.* »

L'incompréhension de ce cadre pouvait **repousser** certain·e·s participant·e·s :

Hyacinthe : « *Si quelqu'un doit poser un problème qui est sentimental, qui est choquant et puis on peut pas donner de conseil, on peut pas donner d'avis sur ça, je trouve que pour moi c'est inutile [...] Je compte pas y retourner parce que je vois pas le sens [...] si y'a pas de conseils, ni d'avis là, ça sert à quoi ?* » L98

Un cadre pour une plus grande liberté de parole ?

Des participant·e·s « *qui étaient des taiseux, avec les règles de la thérapie communautaire, se mettaient à dire des choses qu'ils n'avaient jamais dites auparavant. (...) les règles et la façon de fonctionner peuvent libérer la parole* » Piou L161.

Piou expliquait que si le groupe n'était pas cadré, cela pouvait devenir « *un lieu de bagarre pour un pouvoir (...), alors que les règles qui sont posées, là ne permettent pas ça et permettent au contraire que chacun puisse être tranquille avec une parole qui est protégée et libre* » Piou L171.

➤ **Se sécuriser : choisir ses paroles**

Se protéger par rapport aux autres participant·e·s apparaissait central. Ils·elles pouvaient être gêné·e·s de se livrer, de « *[se] dévoiler comme ça devant des personnes que je n'avais jamais vues* » Inès L146.

De plus, les participant·e·s n'osaient pas partager **des sujets plus « intimes »** par crainte d'être jugé·e·s. Des participant·e·s exprimaient donc « leurs limites » sans admettre que c'est pour autant la « limite du groupe ».

Bou : « *C'est vrai que là c'est un sujet des fois... d'avoir été alcoolodépendant quoi ! Et en fait de ne pas pouvoir, de ne pas oser en parler ! Alors que ça fait quand même partie de dix années de ma vie oui !* » L348

Certain·e·s professionnel·le·s exprimaient ne pas arriver à amener leur problématique même en essayant de « *[choisir] ce que [ils·elles] avaient envie d'exposer notamment à [leurs] patients, patientes qui sont dans le groupe* » Julie L215.

Finalement le groupe permettait pour certain·e·s **d'apprendre à se sécuriser** : « *aujourd'hui, j'ai pu cerner, en fait j'ai pu cerner les grandes choses, les petites choses. J'ai pu cerner ce que je peux dire dans le groupe de parole* » Michou L364.

Remettre une carapace en sortant du groupe était une vigilance que rappelaient les animateur·rice·s notamment en chaque début de séance (OP 10, OP 3, OP 10) : « *en se rappelant bien que le monde extérieur n'est pas ...n'est pas comme cet espace-là* » Julie L97

5. Le groupe de parole : un outil accessible et diffusable

➤ **Un espace accessible avec un accueil inconditionnel**

Le groupe était « **un accueil inconditionnel** de ce que les autres vont amener » Julie L78. Il y avait une volonté de rendre cet outil accessible au plus grand nombre.

Freedom : « *Je l'ai vu exercer la méthode avec tout type de population avec des migrants, des gens vulnérables, des sans-abris, des gens à problèmes d'alcoolisme, avec des addictions diverses et variées et et et là j'ai compris* » L112

La participation était **libre, sans engagement et gratuite**. Il y avait la possibilité de venir au groupe pour **seulement écouter et observer**. De nombreuses OP ont montré que les animateur·rice·s étaient attentif·ve·s au vocabulaire utilisé pour faciliter la compréhension.

Toto : « *C'était important de faire un système qui soit très régulier, tout le temps le même jour, tout le temps à la même heure pour que les gens viennent même de façon compulsive ou même impulsive, on va dire* » L83

Les groupes A, B et D se déroulaient dans un **espace « ouvert, les gens peuvent entrer, sortir etc »** Piou L144. Ce principe de TCI était selon Daniel même libérateur : « *À partir du moment où toutes les portes étaient ouvertes (...) tout ce qui a été [contenu] s'est mis à sortir, il y a eu plein de viols [évoqués], des choses comme ça* » L200

OP7 : *La porte étant ouverte il y avait un habitué de l'association qui est entré, n'a pas souhaité se joindre à la ronde mais s'est assis à côté de nous, il a écouté et est reparti pendant la ronde.*

Malgré cette accessibilité, des limites ont été rapportées par des animateur·rice·s. Ils·elles **observaient une faible fréquentation du groupe** : « *vu le nombre de personnes qui passe (au centre de santé), le nombre de gens qui viennent aux rondes, il est pas énorme quoi* » Toto L254.

➤ **Vouloir transmettre la méthode pour autonomiser le groupe**

La méthode d'animation de TCI était considérée comme **simple d'utilisation**. Certain·e·s animateur·rice·s exprimaient vouloir la **transmettre aux participant·e·s** et plus largement à « *des populations vulnérables ou qui en ont besoin* » Freedom L254. L'objectif était « *qu'ils arrivent à peut-être apaiser et voire résoudre des problématiques humaines quotidiennes* » Freedom 210.

Freedom : « *Comment on peut mettre tout ça au service de de ...simple, de la simplicité et ils (Adalberto et Guy Corneau) ont été des génies, des véritables génies avec des outils et des analyses extrêmement pointus et complexes d'avoir fait un outil simple et ça c'est ça le génie, qui est à la portée de tous* » L196

Julie a proposé de **déléguer l'animation** à ses participant·e·s : « *je trouve que ça pourrait être intéressant que ce soit d'autres personnes ou à deux qu'on anime* » L137. Dans certains groupes, des participant·e·s étaient accompagné·e·s pour se former à l'animation.

Free : « *Et après ils m'ont donné une aide financière pour que j'assiste au premier module de groupe de parole, que j'ai fait. Donc j'ai passé le premier module.* » L18

Cependant Free a exprimé **des difficultés à animer** « *parce que la langue française n'était pas [sa] langue* » L132.

Les animateur·rice·s cherchaient à **autonomiser le groupe**. Ils·elles souhaitaient « *moduler, modifier, retravailler avec les usagers* » Zorro L173. Comme le montrait le groupe C, où il y avait « *la possibilité de faire évoluer les choses avec les gens* » Homer L75.

➤ **Un outil à diffuser de manière universelle ?**

Il y avait la volonté de **populariser** la méthode TCI « *pour qu'elle se diffuse plus vite que le virus d'ailleurs, faut que la méthode de propagation de cet outil soit largement supérieure à celle du virus !* » Freedom L202. « *Et si j'avais le temps, le courage, je monteraï des rondes dans tous les secteurs. Par exemple, je ferais des rondes pour grands-parents* » Zorro L282.

Les participant·e·s réalisaient qu'il fallait **essayer le groupe pour pouvoir en parler** et le diffuser : « *les gens ont remercié et sont je crois tous revenus voire ont emmené une autre personne la fois d'après* » Louise L143.

Michou et Free voulaient « *juste amener [leurs] frères ! Quand [ils disent leurs] frères, [ils] parlent des Africains, [ils se disent] que s'ils essaient après ils seront très satisfaits.* » Michou L324.

Certain·e·s animateur·rice·s souhaitaient **exporter la méthode TCI** sur « *un continent comme l'Afrique qui a été délaissé et former un maximum de migrants pour qu'ils s'approprient l'outil* » Freedom L205.

6. Un groupe horizontal ? L'influence sociétale sur la dynamique de groupe

➤ **L'horizontalité : une base commune des groupes de parole**

L'horizontalité apparaît dans l'ensemble des groupes comme un **aspect théorique fondamental** : l'ensemble des participant·e·s était présent au même titre et au même niveau.

Les **animateur·rice·s** se décrivaient uniquement comme **facilitateur·rice de parole** : « *animer c'est fluidifier un peu les échanges et même être participant aussi à sa manière* » Homer L88.

Certain·e·s participant·e·s **appréciaient ce pied d'égalité** avec les professionnel·le·s de soin :

Inès : « *Il y a (...) deux professionnels qui s'étaient exprimés sur leur expérience, j'ai trouvé ça extrêmement touchant parce que (...) vraiment ici tout le monde est au même niveau ! Il n'y a pas le professionnel hop il met de la distance et il met une barrière « c'est toi qui t'exprimes et moi je me tais ! » Non non !* » L313

Cependant, certaines OP illustraient les **limites de l'horizontalité**. Le temps de parole n'était parfois pas équitablement réparti. Les animateur·rice·s posaient parfois plus de questions et partageaient plus leurs expériences personnelles (OP4 et OP2). Dans l'OP4, l'animateur a proposé son sujet après un long silence, comme si c'était « *pour montrer l'exemple de comment exposer un sujet* ». A l'inverse, dans l'OP10, la parole était principalement laissée aux participant·e·s.

➤ **Se détacher d'une casquette professionnelle**

Être « **sur un pied d'égalité** » paraissait difficile pour certain·e·s professionnel·le·s :

Julie : « *Mais les personnes en fait nous connaissent en tant que professionnels du centre et du coup il y a cet enjeu-là, nous on est là sur notre temps de travail, nous on est donc payé pour être là ce qui fait quand même un peu une grosse différence quoi!* » L172

Un animateur médecin évoquait la complexité d'avoir eu accès en consultation à des informations qui ressortent après en groupe. *« Je ne suis pas comme les autres dans la ronde, donc quand je dis c'est facile d'enlever sa casquette de médecin, non. La réponse c'est non. »*
Toto L242

Les animateur·rice·s restaient également des professionnel·le·s aux regards des participant·e·s : *« Je me disais mais on a de la chance quand même, on a des professionnels qui sont là et qui nous tendent la perche »* Inès L76. Les médecins animateur·rice·s étaient parfois particulièrement perçus comme des expert·e·s. Hyacinthe pouvait même leur reprocher de ne pas donner des solutions :

Hyacinthe : *« Puisque c'est des médecins, ils ont solution à tout ! Hein ? Ils ont la solution à tout, à toutes choses, parce que c'est des médecins ! C'est des médecins ? Et bah d'accord on va voir ! Et le gars a parlé de sa santé et ils n'ont pas trouvé de quoi »*
L197

Ce changement de posture paraissait à l'inverse plus **atteignable** pour Piou : *« J'ai jamais été psychiatre, j'ai jamais accepté qu'on m'appelle docteur, bon c'est pas facile pour les gens, mais rapidement si c'est authentique de la personne comme moi qui le dit, très rapidement bah c'est (prénom). »* E15 L107

➤ **Alterner de fonction entre différents espaces de soins**

Le jonglage entre différentes fonctions était évident pour Piou : *« les gens font bien les distinctions selon les lieux, les fonctions, la qualité de la relation, »* L111. Contrairement à Julie, pour qui alterner la fonction faisait poser la question de la distance et de la politesse :

Julie : *« J'ai l'impression que mes patients qui viennent dans le groupe, je les appelle par leurs prénoms dans le groupe, alors que je les appelle par leurs noms de famille en consultation. Il y a aussi cette idée de tutoiement, vouvoiement, ça m'arrive de tutoyer des personnes du groupe (...) et du coup des fois j'en viens à tutoyer des participants qui sont aussi mes patients et que du coup je vouvoie en consultation, donc des fois il y a un peu de flottement et de... C'est pas encore bien clair dans ma tête, mais voilà. »*
L255

➤ Équilibrer le groupe

Ce principe d'horizontalité, où tout le monde est « pareil » se trouvait en contradiction avec l'envie d'équilibrer le groupe. Dans le Groupe C, il n'y avait jamais plus de deux animateur·ice·s « *pour l'équilibre des participant·e·s* » Julie L46 et par peur de faire « bloc » Homer L99. Alors que d'autres groupes ont eu lieu avec uniquement une participante non animatrice (OP1) ou le **même nombre de participant·e·s et d'animateur·rice·s** (OP5 et OP2).

Par ailleurs, dans le Groupe A, des animateur·rice·s ont évoqué le fait d'**être gêné·e·s par le ratio entre « blancs » et usager·ère·s** principalement d'"origine africaine-subsaharienne".

Toto : « *c 'qui m 'a un peu frustré, c 'est la prédominance des Blancs sur les, sur les, sur le, fin j 'sais pas comment dire ça mais... moi c 'est pour les usagers que je suis là. Donc quand ils sont pas là, et qu 'il y 'a que des Européens, ça continue à me poser un problème.* » L126

Contrairement à Piou pour qui « *les bases de la TCI sont faites de telle manière que ça ne [l'intéresse] pas de savoir, si c 'est des Africains ou des Européens qui sont là !* ». Toto L131

➤ Se sentir légitime par rapport au groupe

Plusieurs récits de vie ont illustré **le rapport aux privilèges** : « *Je fais partie d'une profession malheureusement riche, dans laquelle même quand on est salarié on fait partie des nantis* » Zorro L41. Le groupe pouvait faire **prendre conscience des privilèges** :

Loudemer : « *Voilà, ça me, ça me recadre dans mon, dans mon statut d'homme, tout simplement quoi. Parce que vraiment quand je vois mes petits soucis, mes petits problèmes, (...) mais comparés à ce que j'entends c'est vraiment un rappel à l'ordre, de dire « tu vois ce que tu vis (prénom) ».* » L189

La question de la légitimité est ressortie plusieurs fois comme étant un frein pour exposer ses problèmes. A été évoqué en particulier « *la culpabilité du Blanc, qu'est-ce que c'est mes petits problèmes par rapport aux... j'ai mis un moment à accepter de partager* » Loudemer L267. Toto trouvait cette censure de la part « *des personnes... avec [des] petits problèmes*

d'Européens nantis » L176 toujours un peu compliquée. Il y avait donc une sorte de **hiérarchisation des niveaux de souffrances**. Cette difficulté a également pu être ressentie par l'une des chercheuses (OP7).

➤ **Les enjeux d'un groupe hétérogène**

Le groupe faisait rencontrer des « *mondes qui ne se connaissent pas* » Homer L182, avec **des codes différents**, des valeurs différentes et « *parfois hétérogène par rapport à des discriminations* » Homer L331.

La règle de parler en « je » était par exemple, selon Homer un code facile à entendre « *[pour] les milieux militants ou universitaires, [desquels] la plupart des animateurs sont issus* » mais « *l'est pas forcément pour les gens qui viennent, qui pour la première fois de leur vie viennent à un cercle de parole* » Homer L113.

Par ailleurs, le fait de ne pas appartenir à la « même communauté », pouvait créer une forme d'inconfort et « d'imposture » pour Julie : « *parce qu'on habite pas le même quartier, on ne vient pas des mêmes milieux, que moi je suis médecin de certaines personnes du groupe* » L178.

L'animateur Homer a rapporté la **difficulté d'animer face à des sujets plutôt sociétaux**, où « *c'est beaucoup plus fréquent que ça dérape... sur du débat d'idées* » E14 L322.

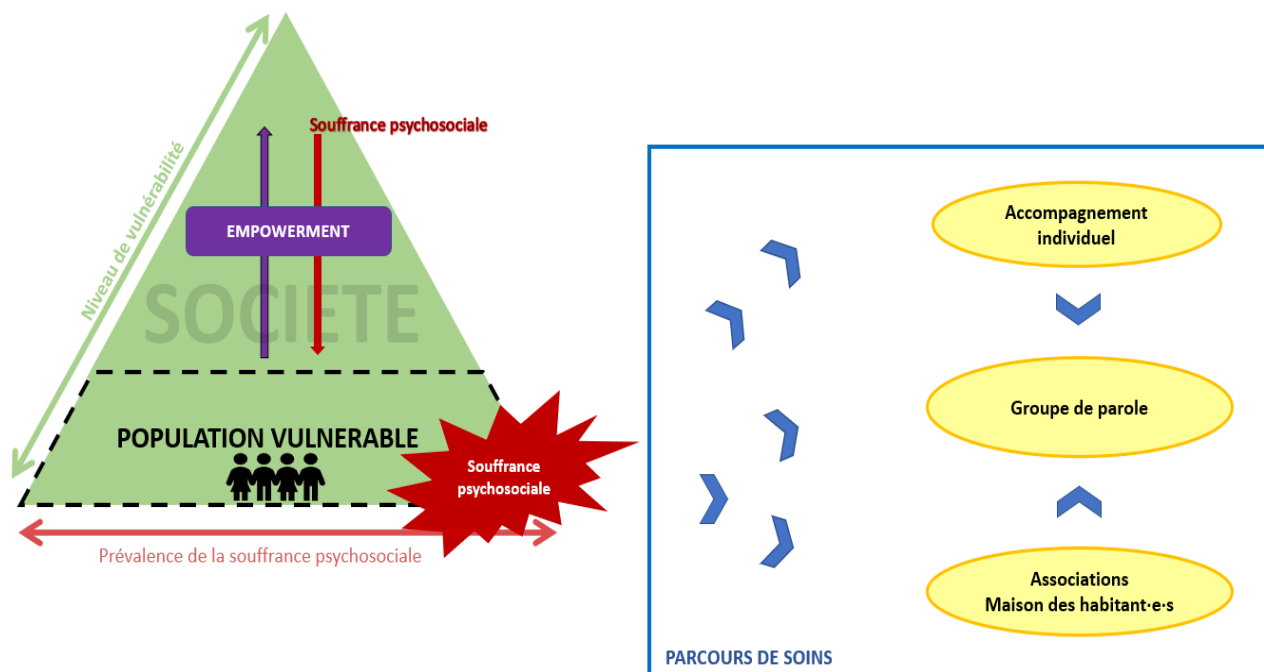
C. Articulation et schématisation des résultats

Les récits de vie ont montré que les souffrances psychosociales diminuaient l'*empowerment*. Ces souffrances se retrouvaient principalement chez des personnes vulnérables issues de catégories sociales plus défavorisées. Le groupe de parole pouvait s'inscrire dans un parcours de soins entre différent·e·s acteur·rice·s médico-sociaux voulant faire face aux souffrances psychosociales. Il a été pour certain·e·s un outil complémentaire à l'accompagnement individuel. Le groupe de parole type TCI permettait, grâce à l'entraide, le partage de savoirs et l'autonomisation vers l'animation, de retrouver la confiance en soi et d'augmenter l'*empowerment*. Il est apparu comme un outil simple et accessible motivant sa popularisation par les participant·e·s.

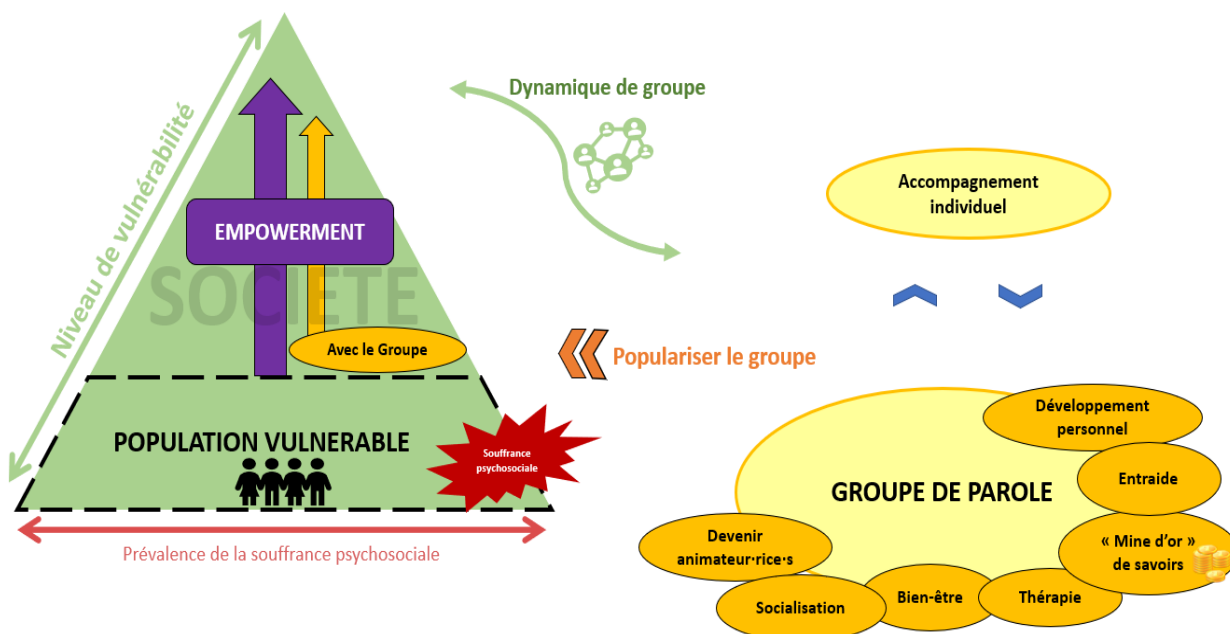
Pour illustrer cette influence du groupe dans le parcours de soins, nous avons schématisé nos résultats avant et après la participation au groupe.

Influence du groupe de parole de type TCI dans le parcours de soins des personnes en situation de vulnérabilité

Avant le groupe de parole type TCI



Après le groupe de parole type TCI



D. Synthèse des facteurs favorisant le bon fonctionnement d'un groupe

	Facteurs favorisant le bon fonctionnement d'un groupe	Points de vigilance/ Questionnements 
Qui ?	• En pluriprofessionnel·le • Co-animation avec facilitateur·rice de la parole • Débriefing avec tous les participant·e·s • Découvrir via un professionnel·le ou un proche • Faire essayer aux professionnel·le·s / bénévoles des structures porteuses du groupe pour en parler	 • Communication uniquement via affiche, flyer • Hiérarchisation des souffrances
Où ?	• Accueil convivial (boissons, gâteaux... etc.)	 • Dans un espace confidentiel
Quel accès ?	• Gratuit • Absence d'engagement • Créneau régulier (mensuel ou hebdomadaire) • Mailing liste avec informations du groupe	 • Groupe en distanciel
Comment traiter les sujets ?	• Présenter les règles et l'intérêt du groupe • Avoir une "boîte à sujets" • Préparer un sujet avant la séance	 • Avoir une charte du groupe • Veiller la compréhension des règles • Pas dériver vers un "débat d'idées" • Proposer parfois un groupe à thème
Comment faire une dynamique de groupe ?	• Jeux de présentation ludique • Tour de « bonne nouvelle » • Exercice de relaxation • Échange informel à la fin du groupe : - Pour orienter vers une association /vers une consultation - Pour permettre un moment plus confidentiel • Stabilité du groupe	 • Utilisation du corps et du chant comme médiation • Veiller à clôturer la séance ("remettre sa carapace")

IV Discussion

A. Les principaux résultats

Le recueil des expériences de participation aux groupes de parole type TCI a mis en évidence que la participation à ces groupes pouvait répondre à la souffrance psychosociale. Les groupes ont été vécus comme un espace de rencontre et d'entraide entre différentes populations et des professionnel·le·s du soin et du social. Ils ont semblé augmenter l'*empowerment* notamment par le partage expérientiel. Cet espace d'expression authentique et de détente est rendu possible par le cadre, garant de la sécurité. Enfin, en plus d'être un outil innovant de promotion de la santé*, ces groupes viennent faire réfléchir sur la relation soignant·e / soigné·e·s en valorisant les principes d'horizontalité et d'accessibilité.

B. Forces et limites de l'étude

1. Le choix de la méthodologie

La littérature recouvre peu de travaux de recherche sur les groupes de paroles en soins primaires. La TCI, en particulier, reste un outil peu connu. Cette étude a voulu porter attention à ce projet novateur.

L'objectif de recherche était d'explorer le vécu de l'ensemble des participant·e·s à des groupes de parole. Le choix d'un travail qualitatif et d'une approche phénoménologique avec l'analyse des trajectoires de vie était adapté. Une des forces de ce travail a été la réalisation d'observations participantes. Cela a permis une immersion dans ce milieu et la découverte de la réalité des sujets observés. Néanmoins, cela a pu augmenter une forme de subjectivité. Les OP étaient "ouvertes", tout en précisant le statut des chercheuses, mais non d'étudiantes en médecine, par crainte de générer des changements de comportement (32).

La triangulation des méthodes de recueil a apporté des regards différents. L'ensemble des données a été codé indépendamment par les deux chercheuses, afin d'appuyer la validité interne de l'étude. Les deux investigatrices avaient peu d'expériences en recherche qualitative et en

sciences humaines. Au cours de l'étude, elles se sont mieux approprié la méthode. La qualité des entretiens s'est par exemple améliorée grâce à la reformulation.

Nous avons respecté 27 critères de la grille COREQ.

2. Recrutement et population

Une des forces de l'étude a été la variété des lieux de l'étude. Les groupes de parole ont été recrutés au sein de structures très différentes (centre de santé, maison des habitant·e·s, association). L'échantillonnage des participant·e·s a également fluctué selon l'âge, le pays d'origine, la catégorie socio-professionnelle, l'expérience de TCI et selon la profession de soins ou d'accompagnement. Grâce à ce spectre large, la suffisance des données a été atteinte.

Devant l'hypothèse d'horizontalité du groupe, les chercheuses ont fait le choix d'établir un seul canevas pour tou·te·s les participant·e·s. L'enjeu était de pouvoir recueillir l'expérience des animateur·rice·s détaché·e·s de leur rôle. Ce choix d'un canevas unique avec également le recueil du récit de vie a pu surprendre les animateur·rice·s et a nécessité une adaptation de la grille d'entretien.

3. Relation avec les participant·e·s

Les chercheuses avaient déjà rencontré certain·e·s des participant·e·s avant les entretiens. Ceci a facilité l'échange, tout en créant un biais de désirabilité.

A noter que le statut des chercheuses en tant que personnes blanches et de classe sociale supérieur a pu impacter la rencontre avec des participant·e·s. Cette position dominante vis-à-vis de certain·e·s participant·e·s a pu être intimidante et mettre mal à l'aise. Les chercheuses ont essayé de créer un climat de confiance afin de faciliter l'échange.

4. La posture subjective des chercheuses et des participant·e·s

Les chercheuses se sont rencontrées par l'intérêt commun porté à la TCI grâce à l'un des groupes de parole. Les participant·e·s volontaires à l'étude étaient souvent déjà convaincu·e·s par la méthode. Une majorité des interviewé·e·s était formée à l'animation, voire experte et passionnée par la TCI. Cette influence positive est une précaution à prendre quant à la validité des résultats.

5. L'accès à l'information

La barrière de la langue a entraîné des difficultés dans la compréhension et l'interprétation de deux entretiens (Moussa et Free) ; par exemple Free a compris la question « Qui sont vos

personnes proches ? » par « Qui sont les personnes proches géographiquement ? ». Lors des entretiens, les chercheuses se sont appliquées à reformuler et résumer le discours pour valider l'information. Par ailleurs, les questions de relance ont pu être différentes selon les entretiens, ceci pouvant limiter leur reproductibilité.

6. L'environnement des entretiens

Les entretiens se sont pour la plupart déroulés dans le lieu habituel du groupe de parole des participant·e·s. Les chercheuses étaient installées dans une pièce au calme, dédiée, permettant de garantir la confidentialité. Deux entretiens ont eu lieu chez les participant·e·s, dont un avec la présence d'une tierce personne pendant l'entretien de Hyacinthe, par choix du participant. Le dispositif d'enregistrement a été placé de manière à faciliter l'échange. L'enregistrement de Free s'est arrêté précocement suite à un problème d'enregistrement.

7. Limites et adaptation au contexte Covid

Les restrictions sanitaires liées à la pandémie de la covid19 ont provoqué l'interruption de quatre groupes (A, B, C et D) durant le confinement de mars à mai 2020 et de deux groupes (B et D) durant le confinement de novembre à décembre 2020. Ces interruptions ont pu provoquer des limites de mémorisation ; les réponses à la consigne « Racontez-moi votre dernière expérience dans ce groupe » sont donc à modérer, comme dans l'entretien de Free ou de Daniel.

Le critère d'inclusion de groupes, "avoir lieu depuis au moins six mois", n'a donc pas été respecté. Les chercheuses ont pu néanmoins effectuer au minimum une OP dans chacun des groupes. Le recrutement de participant·e·s a été limité par le contexte. Deux entretiens (Homer et Piou) ont dû être réalisés en distanciel, ce qui a eu une incidence sur leur qualité.

C. Interprétation des résultats et comparaison à la littérature

1. Le groupe, un remède face à l'exclusion ?

Comme attendu, des souffrances psychosociales ont été observées chez des participant·e·s, en particulier chez les personnes exilées.

Des récits de vie recueillis montraient une perte de confiance en soi, en l'autre et en l'avenir, ainsi qu'une dépendance aux autres. J. Furtos explique que ces souffrances peuvent mener au "syndrome d'auto-exclusion" qui consiste en une rupture active de liens et une difficulté à demander de l'aide (7).

Le groupe de parole peut prévenir ce syndrome en facilitant l'accueil et les rencontres. Le témoignage de Michou montre aussi son bénéfice pour retrouver confiance en l'autre. Cette resocialisation par le groupe se retrouve aussi dans les Alcooliques anonymes (33,34).

Les résultats mettent également en évidence la force de la résonance des problématiques abordées. Partager des souffrances à plusieurs semble pouvoir légitimer des sentiments et faire face à la peur du rejet (16).

2. Le Groupe TCI : un outil pour faciliter la promotion de la santé mentale ?

Les effets de la pandémie et l'anxiété sont ressortis dans les entretiens et les OP ; les groupes de parole type TCI ont été vécus par des participant·e·s comme un soutien. Des groupes TCI se sont même créés en distanciel avec la volonté d'offrir cet espace au plus grand nombre, comme auprès d'étudiants ou dans d'autres associations. Les groupes de paroles type TCI se sont avérés, par leur grande flexibilité, très adaptables à différents contextes.

Actuellement, les dispositifs pour prendre en charge la santé mentale (psychiatres, CMP, CMPP...) sont saturés. Et comme l'illustre le rapport de la DRESS en mars 2021 sur l'activité des médecins généralistes, les demandes en santé mentale ne cessent d'augmenter du fait de « la crise sanitaire et sociale » liée à la pandémie COVID19 (35).

Ces groupes de parole TCI, simples d'utilisation, pourraient-ils être un outil de promotion de la santé mentale en France ?

3. Le groupe de parole comme thérapie complémentaire de soins ?

Bien que l'objectif de recherche n'ait pas été de déterminer l'impact du groupe sur la santé, l'aspect thérapeutique de groupe est néanmoins ressorti dans plusieurs témoignages.

Ainsi, l'effet significatif produit par la relation d'entraide sur le bien-être psychologique a été démontré dans les groupes Alcooliques Anonymes (36).

Cependant, il est difficile d'isoler cet effet thérapeutique du groupe de l'accompagnement plus global avec notamment une prise en charge individuelle en parallèle. Les récits de vie ont, en effet, montré que beaucoup de participant·e·s avaient ou avaient eu un accompagnement psychologique. A. Suissa en 2014 a montré qu'un suivi thérapeutique personnel reste nécessaire pour prendre en compte les dynamiques psychosociales et familiales propres à chacun·e (34).

En somme, le groupe semble être complémentaire d'autres dispositifs de soins.

4. L'influence de l'engagement émotionnel sur la dynamique de groupe

Pour certain·e·s participant·e·s, le groupe était devenu comme une famille. Ceci était aussi décrit dans d'autres groupes comme l'exemple d'un groupe entre femmes exilées. Elles avaient exprimé « un besoin de recréer une famille et un réseau » (37).

Dans les groupes, certain·e·s avaient tissé des liens forts avec d'autres participant·e·s ce qui influençait la dynamique du groupe. Cet attachement émotionnel pouvait potentiellement orienter le choix du sujet abordé et déséquilibrer les prises de parole entre les participant·e·s.

Par ailleurs, des participant·e·s ont exprimé avoir été bouleversés par des récits partagés dans les groupes. Ils·elles ont même exprimé le besoin de ne pas venir à certain·e·s séances. Ceci illustre le principe de "dérangement" évoqué par J. Furtos qui intervient dans l'engagement auprès de personnes en grande précarité. Le "dérangement" consiste à trouver un équilibre entre accueillir la souffrance de l'autre et s'en protéger (38). L'exemple d'un groupe de parole pour personnes exclues montrait en effet une préoccupation et une fatigue psychique ressenties après les groupes par les participant·e·s (39).

Enfin, cet attachement émotionnel entre les participant·e·s peut figer le groupe et ainsi compliquer l'intégration de nouvelles personnes.

5. Utiliser des médiations corporelles pour faciliter la parole

Une limite de ces séances pourrait être la pudeur éprouvée d'exposer ses souffrances psychologiques devant un groupe. L'expérience d'un groupe de parole pour personnes exclues a révélé une gêne quant à leur participation, due à l'anxiété générée par le regard des autres (39).

Un des leviers pouvant permettre de surmonter cette pudeur consiste à avoir recours à des médiations artistiques (photolangage, dessins, musique...), connues comme moyen intermédiaire pour faciliter la parole (40).

L'utilisation du corps et du toucher a semblé indispensable pour certain·e·s membres des groupes étudiés dans notre travail. Des animateur·rice·s des groupes A, B et D se sont basé·e·s sur la TCI telle qu'elle est pratiquée au Brésil, où les exercices corporels et d'expression (danser, chanter) semblent faciliter la dynamique de groupe et faire partie du processus thérapeutique. Mais cette transposition à notre société occidentale peut être délicate et peut nécessiter des précautions pour mettre à l'aise les participant·e·s.

6. Un cadre pré défini et expliqué pour garantir la sécurité psychique des participant·e·s

Les observations participantes et le vécu des participant·e·s ont mis en évidence l'importance dans le groupe d'un cadre avec des règles prédéfinies, expliquées en début de séance et la présence d'un·e facilitateur·ice de la parole. Avoir des règles de bases pour mettre les participant·e·s en confiance et en « sécurité » se retrouve également dans différents groupes (AA, ...) et dans les co-formations avec la charte du croisement des savoirs et des pratiques (34, 41). Ces règles de bases n'ont pas convenu à certain·e participant·e et ont entraîné une incompréhension du groupe de parole.

7. Les dispositifs de groupes permettraient d'augmenter l'*empowerment* ?

Ce travail de thèse a montré que les groupes de parole pouvaient augmenter la confiance en soi, l'autonomie et la capacité d'agir sur la santé. Cette influence du groupe sur l'*empowerment* est conforme aux études menées sur les GEM* (24). D'autres recherches sur l'utilisation du groupe en soins primaires l'ont également décrite (42,43). Plus spécifiquement, L. Lempereur en 2018 dans son travail sur la TCI montrait qu'il est possible de se rétablir par l'*empowerment* et la participation (30).

8. La pair-aidance comme reconnaissance de l'utilité des savoirs expérientiels?

La valorisation des savoirs expérientiels est apparue dans ce travail comme un élément important pour agir sur la santé et celle des autres. Cette notion est valorisée dans le domaine de la santé mentale et la maladie chronique à travers le développement de “pair-aidant·e·s” et de patient·e·s expert·e·s (19). Des travaux de thèse récents sur le recours à la pair-aidance* démontrent qu'elle agirait en faveur du rétablissement en santé mentale (44,45). La pair-aidance constituerait également un outil d'autonomisation des patient·e·s dans les maladies chroniques (45). En somme, la pair-aidance semble encore être peu connue.

Enfin, le travail de “médiateur·rice pair en santé*” correspond à une forme de professionnalisation des compétences acquises grâce à ce vécu personnel. Les premières formations ont été proposées en France en 2017. Ce métier apparaît depuis peu en soins primaires.

9. Une volonté d'autonomisation du groupe ?

Les groupes de paroles étudiés ont été pensés pour être appropriables par les participant·e·s en les accompagnant vers l'animation. Ceci est un principe de la TCI. Ce processus d'autonomisation et d'autogestion est également celui des GEM et des groupes AA où il n'y a pas de professionnel·le·s.

Cependant, dans ce travail certains des groupes de parole, malgré une volonté d'autonomie étaient portés par des structures (centre de santé) avec des professionnel·le·s ou bénévoles qui animent le groupe. Les groupes n'existeraient pas s'ils n'étaient pas proposés par ces professionnel·le·s. Dans ce cadre-là, se pose la question de la faisabilité de l'autonomisation du groupe car les animateur·rice·s restent aussi les responsables de la structure.

10. Changer de posture : un défi pour les soignant·e·s ?

La participation au groupe au même titre qu'on soit professionnel·le de santé ou patient·e est une pratique apparue comme nouvelle. En effet, la plupart des autres dispositifs de groupe existants n'ont pas une telle spécificité.

Les groupes de parole type TCI amènent en quelque sorte la·le professionnel·le de santé à s'identifier à la fois comme “soignant·e” et “soigné·e”. L'exemple du changement de posture en ETP vers une posture éducative est déjà décrit comme un réel changement de pratique pour les soignant·e·s et nécessite un accompagnement (46).

Le changement de posture des professionnel·le·s de santé vers une posture de “soigné·e” en groupe type TCI peut donc apparaître comme une transformation radicale sur la représentation de soi-même et de sa place dans la relation de soignant·e/ soigné·e.

Cette nouvelle posture vient donc questionner les représentations sociales des soignant·e·s et notamment celles des médecins. Les médecins se détachent de l’expertise et montrent leurs problèmes. Cela permettrait-il d’accentuer leur humilité et de s’identifier à eux ?

L’étude Ruberton at. 2016 a montré en effet que l’humilité du médecin généraliste améliore la communication médecin/patient·e et la qualité de soins (47). Les auteur·rice·s suggèrent même l’importance de faire des interventions auprès des médecins autour de l’humilité.

Les co-formations* sont un exemple d’intervention pour réfléchir sur la posture de soignant·e, notamment en se formant avec des personnes en grande précarité. L’objectif est également de faire évoluer ensemble les préjugés (48).

11.L’horizontalité du groupe limitée par l’hétérogénéité ?

Ce travail a montré la limite de l’horizontalité au sein des groupes liée à une hétérogénéité en termes de classe, de genre, d’âge, de “race” (au sens de construction sociale), de culture... Les résultats illustrent qu’il y a en effet une hiérarchisation des souffrances entre les participant·e·s et leurs différents parcours de vie. Il est apparu difficile de "gommer" l’influence systémique sur les rapports de pouvoir au sein du groupe.

Des animateur·rice·s se sont en effet questionné·e·s sur l’intérêt d’un groupe uniquement entre femmes pour mieux libérer la parole. Dans la littérature, la non-mixité de genre est la base de certains groupes de parole, comme le montre l’exemple d’un groupe entre femmes excisées (49).

Les résultats semblent néanmoins illustrer l’effet positif d’une rencontre interclasse et interculturelle sur les préjugés et les représentations, comme le montre aussi L. Lombes (50). Le concept de « ce qui nous rassemble et ressemble c’est que nous avons tou·te·s des problèmes » a permis de dépasser des préjugés (Michou).

12.La reproductibilité de groupes de parole en soins primaires

Les animateur·rice·s des groupes de parole étudiés étaient pour la plupart déjà convaincu·e·s par l’intérêt du collectif. Par exemple, deux centres de santé inclus dans l’étude sont des structures pluriprofessionnelles. Ces structures défendent déjà une vision globale de la

santé en rassemblant des travailleur·euse·s sociaux·ales, des professionnel·le·s de santé et des médiateur·ice·s pair·e·s en santé.

Ressort alors la question de la reproductibilité de ces groupes de parole dans d'autres espaces de soins primaires. Monter un groupe de parole demande un investissement important qui peut paraître difficilement compatible avec une activité de médecine générale dans le contexte actuel de démographie médicale. Les animateur·rice·s qui proposaient les groupes étaient tou·te·s salarié·e·s de la structure ou bénévoles. S. Descarrier dans un travail sur l'ETP s'interroge sur le paiement à l'acte pour des professionnel·le·s libéraux·ales consacrant du temps pour animer un groupe (46). Les MSP peuvent néanmoins bénéficier de subventions publiques (telles que les nouveaux modes de rémunération (NMR)) pour développer ce type de dispositif de promotion de santé.

Proposer une prise en charge de groupe pose aussi la question de l'espace. Devant l'émergence de l'utilisation du groupe (ETP, groupe de parole) en soins de santé primaire, il paraît pertinent de réfléchir à l'importance d'une salle dédiée à ces pratiques.

D. Perspective

Les résultats ont appuyé le rôle primordial d'une approche bio-psycho-sociale de la santé. Pour renforcer et favoriser cette prise en charge globale, il serait intéressant de réfléchir à un modèle de consultations collectives en soins primaires ; composé d'une pluralité à la fois des professionnel·le·s avec des professionnel·le·s de santé et du social, comme l'expérimente déjà certains centres de santé communautaire*, mais également avec plusieurs patient·e·s.

Ce travail met en valeur la reconnaissance des savoirs expérientiels comme outils de promotion de la santé. Se mettre au même niveau et partager les savoirs entre professionnel·le·s et usager·ère·s nécessite un changement de posture. Plus largement, les groupes de paroles ont montré une difficulté à se positionner par rapport au statut de médecin et les privilèges.

Il serait donc intéressant de développer des outils de réflexion pour la formation des médecins autour de la posture, des privilèges et du pouvoir médical.

L'intervention de patient·e·s en situation de vulnérabilité dans la formation des étudiants en médecine permettrait de questionner les préjugés et représentations sociales. De plus, proposer des stages dans des structures sociales permettrait de sensibiliser les étudiant·e·s à ces questions et de sortir d'une vision binaire entre le social et la médecine.

Enfin, notre travail de recherche a amené des éléments de réflexions quant à l'importance de l'utilisation des groupes type TCI auprès de personnes vulnérables. Des études complémentaires seraient nécessaires pour évaluer ces groupes plus largement en soins primaires.

V. Conclusion

THÈSE SOUTENUE PAR : MARET Sophie et ROGEAUX Manon

TITRE : RÉFLEXIONS AUTOUR DE GROUPES DE PAROLE DE THÉRAPIE COMMUNAUTAIRE INTÉGRATIVE POUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ DANS LE BASSIN GRENOBLOIS

CONCLUSION :

L'incidence élevée des souffrances psychosociales chez des personnes en situation de vulnérabilité est un problème de santé publique. Différentes initiatives existent pour prendre en charge ces souffrances. Le groupe de parole de type thérapie communautaire intégrative (TCI) en est une originale. Il est fondé sur l'horizontalité entre les animateur·rice·s et les participant·e·s. Il valorise le savoir expérientiel et renforce l'autonomie.

Dans le bassin Grenoblois, différentes structures médicales et sociales expérimentent déjà cette méthode. Ce travail de recherche qualitatif a évalué comment le groupe de parole type TCI peut s'insérer dans le parcours de soins des personnes en situation de vulnérabilité. L'expérience des participant·e·s a été recueillie par 16 entretiens semi-dirigés individuels et 10 observations participantes. Ces données ont été analysées par une méthode phénoménologique complétée par une approche tendant vers la théorisation ancrée.

Le vécu des participant·e·s a montré que le groupe a été un espace thérapeutique, de socialisation et de bien-être. Le groupe a été vécu comme une rencontre interclasse et interculturelle. Cela a questionné les représentations sociales et bousculé les préjugés. De plus, il a permis une relation informelle et singulière, entre patient·e·s et professionnel·le·s de santé, impactant le parcours de soins. Par ailleurs, l'influence sociétale sur la dynamique de groupe a montré la limite de l'horizontalité et a questionné la relation soignant·e·s/ soigné·e·s. Enfin, le groupe de parole par l'entraide et le partage de savoirs expérientiels et académiques a augmenté *l'empowerment*. Il a été un outil complémentaire de soin et de promotion de la santé. En mobilisant plusieurs déterminants sociaux de la santé il permettrait une meilleure santé.

Ainsi, développer ce type de groupe de parole en soins primaires serait un moyen de lutte contre les inégalités sociales en santé. Pour faire suite à ce travail, qui met en lumière la force du collectif, il pourrait être intéressant de réfléchir à des modèles de soins collectifs pris en charge par l'assurance maladie.

VU ET PERMIS D'IMPRIMER

Grenoble, le : 06 - 05 - 2021.

LE DOYEN

LA PRÉSIDENTE DE LA THÈSE

Pr. Patrice MORAND

Pr. Mireille MOUSSEAU



Centre Hospitalier Universitaire Grenoble
Cancérologie Clinique
Professeur Mireille MOUSSEAU
RPPS 10002983764

VI. Bibliographie

1. Adam C, Faucherre V, Micheletti P, Pascal G. la santé des populations vulnérables. Ellipses. 1ere Ed. Paris ; 2017.
2. Ministère des Solidarités et de la santé. Accompagnement à l'autonomie en santé. Système de santé médico-social. [En ligne]. [Cité le 29 décembre 2020]. Disponible sur : <https://solidarites-sante.gouv.fr/systeme-de-sante-et-medico-social/parcours-des-patients-et-des-usagers/accompagnement-a-l-autonomie-en-sante/>
3. Allory E, Banâtre A, Bourbonnois E, Le Cavil G, Leborgne B, Tattevin F, et al. Les attentes d'usagers d'un quartier prioritaire en termes de santé : une enquête qualitative. Sante Publique (Bucur). 2017;Vol. 29(4):535-45.
4. De Goër B, Ferrand C, Hainzelin P. Croisement des savoirs : une nouvelle approche pour les formations sur la santé et la lutte contre les exclusions. Sante Publique (Bucur). 2008; Vol. 20(2) :163-75.
5. Freire P. Pédagogie de l'autonomie. Toulouse, France : ERES ; 2013.
6. IREPS Bretagne ; Calvez.M et Carles-Omno F. Les déterminants de la vulnérabilité. Pôle ressource en promotion de santé [En ligne]. 2018 [Cité le 28 décembre 2020]. Disponible sur : <https://promotionsantebretagne.fr/vu/#page-content>
7. Furtos J. De la précarité à l'auto-exclusion. Paris : rue d'ULM ; 2009. 58 p.
8. Wilkinson RG. L'égalité c'est la santé. Paris : Demopolis ; 2010.
9. Jacques P. Souffrance psychique et souffrance sociale. Pensées Plurielle. 2004;8(2):21-9.
10. Agrali S, Morel E, Vuillard J, Fanget D, Laurence S, Reboul C. La souffrance psychique des exilés ; une urgence de santé publique. Médecin du monde et Centre Primo Levy [En ligne]. Juin 2018 [Cité le 28 décembre 2020]. Disponible sur : https://www.primolevi.org/wp-content/themes/primolevi/La%20souffrance%20psychique%20des%20exil%C3%A9s_Rapport%20pages.pdf
11. Armand A, Mauchamp V. Formation à la psychiatrie des internes de médecine générale de Grenoble : expériences vécues et attentes [Thèse d'exercice médecine]. Université Grenoble Alpes ; 2019. Disponible sur : <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02418341>
12. Fassin D. Entre politique du vivant et politique de la vie. Pour une anthropologie de la santé. Anthropologie et santé. 2000;24:95-118.
13. De Caemel H, Bass D. Au fil de la parole, des groupes pour dire. Toulouse, France : ERES; 2005. 304 p.
14. André J-M, Fassin D, éditeurs. La santé des migrants en questions(s). Rennes : Hygée éditions ; 2019. 112 p. (Débats santé social).

15. Savry V, Contessotto L. Vécu du parcours de soins des migrants à Grenoble : quelle est la place de médecin du monde ? [Thèse de médecine générale]. Université de Grenoble Alpes; 2018.
16. Mabanza F. L'expérience d'un groupe de parole autour des enjeux de la migration. *Rhizome*. 2018 ;N° 69-70(3):37-37.
17. Nugere V. Réflexions sur les soins dispensés aux demandeurs d'asile présentant des troubles psychotraumatiques : à propos d'une expérience de groupe de parole [Thèse de médecine générale]. France: Université de Bourgogne; 2013.
18. Charlier É. En Belgique : souffrances et solidarités dans les groupes pour (aidants) proches. *Le sociographe*. 2019;n° 67(3):23-35.
19. Villani M, Kovess-Masféty V. Les programmes de pairs aidants en santé mentale en France : état de situation et difficultés de mise en place. *L'Encéphale*. 2018 ;44(5):457-64.
20. Franck N. Entraide entre pairs : le modèle du clubhouse. Dans : EMC. 2019. p. 1-7. (psychiatrie; vol. 16).
21. Bouldouyre Magnier A, Soares A. Groupes Balint. Dans : EMC. 2019. p. 1-5. (Traité de Médecine Akos ; vol. 14).
22. Grimaldi A. Éducation thérapeutique. Dans EMC. 2019. p. 1-5. (Traité de Médecine Akos; vol. 14).
23. De la Tribonnière X. L'avenir de l'ETP : une prestation supplémentaire ou une autre médecine ? *Médecine Mal Métaboliques*. Mai 2020 ;14(3):207-13.
24. Jaffrin S. Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie. Les GEM, Groupes d'entraide mutuelle. *Cahier Pédagogiques CNSA* [En ligne]. 2019 [Cité le 28 décembre 2020] ; Disponible sur : <https://www.entraide-mutuelle.org/au-sommet-des-gems-la-cnsa-caisse-nationale-de-solidarite-pour-l-autonomie/>
25. Gray RE, Orr CV, Carroll MJC, Fitch M, Greenberg M. Family physicians'attitudes, awareness, and practices. *Can Fam Physician Med Defamille Can*. 1998;44:6.
26. Barreto A, Meyer R, Boyer J-P, Fénéon C, Hugon N. La thérapie communautaire pas à pas. Escalquens : Dangles éd ; 2012. (Psychothérapie et psychanalyse intégrative).
27. Hugon N. La thérapie communautaire Intégrative : Une méthode d'animation des groupes de paroles et de lien. *La soif d'en sortir*. 2013;(317):4-5.
28. Hugon N, Boyer J-P. Introduction, ou les étapes de la TCI revisitées. AETCI [En ligne]. 2019 [Cité le 15 janvier 2021]. Disponible sur : <https://framadrive.org/s/8bYWJZNdrHFC6qM>
29. Barreto A, Carmem M, Barreto R, et al. A inserção da terapia comunitaria integrativa TCI. Fortaleza ; 2011.
30. Lempereur L. Se rétablir par un dispositif de Santé Mentale Communautaire : expérience des usagers du projet Quatro Varas à Fortaleza au Brésil [Thèse d'exercice médecine]. Université Aix-Marseille ; 2018.

31. Lejeune C. Manuel d'analyse qualitative. De Boeck Supérieur ; 2019. 162 p.
32. Soulé B. Observation participante ou participation observante ? Usages et justifications de la notion de participation observante en sciences sociales. *Recherches qualitatives*. 2007;27:14.
33. Gomez H. Les groupes de parole en alcoologie. ERES. Toulouse, France; 2012. 216 p.
34. Suissa AJ. Entre impuissance et abstinence chez les Alcooliques Anonymes : vers le développement du pouvoir d'agir. *Psychotropes*. 2014;Vol. 20(1):79-102.
35. Bergeat M, Chaput H, Verger P. Confinement de novembre-décembre 2020 : une hausse des demandes de soins liés à la santé mentale. Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Dress). [En ligne] Mars 2021 [Cité le 28 décembre 2020]. Disponible sur: <http://www.epsilon.insee.fr/jspui/bitstream/1/141289/1/er1186.pdf>
36. Kairouz S, Fortin M. L'engagement dans le mouvement des AA : un gage de bonheur. *Drogue Santé Société*. 2013 ;12(1):19-40.
37. Feldmann L. Paroles de femme. *Maux d'exil, comede*. déc 2010;31:7-8.
38. Furtos J. Difficile et paradoxale exigence éthique dans la rencontre avec les personnes qualifiées de précaires. In: *La santé des populations vulnérables*. 1^{re} éd. Paris : Ellipses ; 2017. p. 75-84.
39. Minary J-P, Perrin P. Élaboration d'un cadre de travail pour un groupe de parole avec des « personnes dites exclues ». *Connexions*. 2004;82(2):83-104.
40. Kaës R. Les médiations entre les espaces psychiques dans les groupes. Dans : *Les médiations thérapeutiques*. Toulouse : Eres ; 2011. p. 49-60.
41. ATD Quart Monde. Charte du croisement des savoirs et des pratiques avec des personnes en situation de pauvreté et d'exclusion sociale [En ligne]. 2006 [Cité le 15 janvier 2021]. Disponible sur: <https://www.atd-quartmonde.fr/wp-content/uploads/2008/05/Charte-du-Croisement-des-savoirs-ATD-Quart-Monde.pdf>
42. Jacques M, Prévost F. Ateliers d'écriture créative pour améliorer la littératie en santé: analyse d'un projet innovant selon une méthode qualitative [Thèse d'exercice médecine]. Université Grenoble Alpes ; 2018.
43. Guy B, Martin É. L'atelier cuisine, un support dans la prise en charge en médecine générale des patients en situation médico-sociale complexe en quartier populaire? Étude qualitative réalisée entre décembre 2014 et juillet 2015 [Thèse d'exercice médecine]. Université Grenoble Alpes; 2015.
44. Dias M. Bénéfices de la pair-aidance professionnelle pour les usagers dans un centre de réhabilitation psychosociale: résultats d'une étude qualitative [Thèse d'exercice]. Lyon, France : Université Claude Bernard ; 2019.
45. Yoganathan H, Trichard P. Influence de la pair-aidance sur l'acquisition de compétences d'adaptation et d'autosoins dans la maladie chronique : une étude qualitative auprès de patients [Thèse d'exercice médecine]. Université de Montpellier ; 2019.

46. Descarrier S. Impact de l'initiation à l'éducation thérapeutique sur la posture du médecin généraliste dans sa pratique quotidienne : Etude qualitative à partir du programme d'éducation thérapeutique du patient diabétique mené par le réseau de santé Addictions Précarité Diabète de Champagne-Ardenne [Thèse d'exercice médecine]. Université de Reims Champagne-Ardenne ; 2015.
47. Ruberton PM, Huynh HP, Miller TA, Kruse E, Chancellor J, Lyubomirsky S. The relationship between physician humility, physician-patient communication, and patient health. *Patient Educ Couns*. juill 2016;99(7):1138-45.
48. De Goer B. Professionnels de santé et personnes en grande précarité : avancer ensemble. Dans : *La santé des populations vulnérables*. Paris : Ellipses ; 2017. p. 302.
49. Perrod V, Baudu R. Mutilations sexuelles féminines : vécu et attentes des femmes excisées sur leur prise en charge médicale à Grenoble [Thèse d'exercice médecine]. Université Grenoble Alpes ; 2019.
50. Lombès L. questions autour d'un groupe de parole sexualité violence auprès des femmes en CADA [mémoire DIU santé des migrants]. Paris ; 2017.

VII. Annexes

Annexe A : Fiche d'information aux participant·e·s

Madame, Monsieur,

Nous vous proposons de participer à une étude dans le cadre de la recherche en médecine générale. Cette lettre d'information vise à vous informer des objectifs et du déroulement de l'étude, afin de s'assurer que vous n'y êtes pas opposé·e. Prenez le temps de la lire et de réfléchir avant de donner votre accord pour participer à l'étude. N'hésitez pas à nous demander de vous expliquer ce que vous n'aurez pas compris.

Titre de l'étude : Réflexion autour des dispositifs de groupe de parole dans le bassin Grenoblois.

Equipe de recherche : Deux étudiantes en médecine générale, de la faculté de médecine de Grenoble (UGA), sous la direction de la médecin généraliste P. Girard

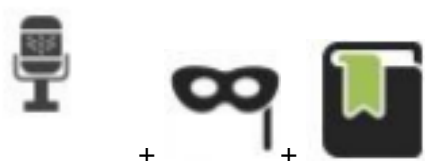


But de l'étude:

Recueillir l'expérience des participant·es de groupes de parole dans différentes structures médicales et sociales. Nous voulons voir en quoi le groupe (de parole, d'entraide) peut influencer la personne dans sa santé. Pour cela, nous voulons participer aux groupes et faire des entretiens individuels. Les entretiens auront lieu dans la structure qui vous accueille.

Engagement du/de la participant·e:

La participation doit être volontaire. Il s'engage à un entretien d'environ 45 minutes autour du thème de notre étude, mais la durée peut changer en fonction de la disponibilité de chacun·e. Les entretiens seront enregistrés intégralement par un dictaphone ou smartphone. Ces enregistrements donneront lieu à une retranscription intégrale anonymisée qui apparaîtra en annexe de la thèse.



Il doit être majeur et ne pas être sous protection juridique.  - 18 ans

Engagement de l'investigateur principal :

Il s'engage à maintenir l'entretien en date, heure et lieu choisis par le participant dans une limite des départements de l'Isère.

Nous nous engageons à protéger l'intégrité physique, psychologique et sociale des personnes tout au long de la recherche et à assurer **la confidentialité des informations obtenues**. Seules les responsables de l'étude ont accès à celle-ci. **Les informations seront gardées sous le plus strict respect du secret médical**. Conformément à l'article L 1122-1 du Code de la Santé Publique (loi de Mars 2002 relative aux droits des malades) les résultats globaux de l'étude pourront vous être communiqué.

Liberté des participant·e·s:

Votre accord peut être retiré à tout moment et vous êtes libre de quitter l'étude sans donner de raison et sans encourir aucune responsabilité ni conséquence.

Information des participant·e·s:

Vous avez la possibilité d'obtenir des informations supplémentaires concernant cette étude auprès de l'investigateur principal, et ce dans les limites des contraintes du plan de recherche.

Frais : La participation à l'étude est gratuite. Nous ne bénéficions pas de financement pour cette étude et ne déclarons **aucun conflit d'intérêts**.

Confidentialité des informations :

Toutes les informations concernant les participants seront conservées de façon anonyme et confidentielle. Seuls les responsables de l'étude pourront avoir accès à ces données. A l'exception de ces personnes -qui traiteront les informations dans le plus strict respect du secret médical-, votre anonymat sera préservé. La publication des résultats de l'étude ne

comportera aucun résultat individuel nominatif. 

Législation :

Les données enregistrées à l'occasion de cette étude feront l'objet d'un traitement informatisé par le promoteur. S'agissant de données nominatives, vous avez le droit d'accès et de rectification des données vous concernant auprès de nous. Le projet a reçu un avis favorable de la CNIL en date du 15/09/2020

Annexe B : Canevas

Canevas entretien version n°1

1/ Parlez-moi de vous...

- De votre entourage : quelles sont les personnes proches ?
- Depuis combien de temps vivez-vous dans l'agglomération Grenobloise ?
- Comment vivez-vous ?
- Quelle est votre situation professionnelle ?
- Comment évalueriez-vous votre santé mentale ?

2/ Qu'est-ce qui vous a amené vers ce groupe ?

- Qui vous a parlé de ce groupe pour la première fois ?
- Comment ça s'est passé au début ?
- Quels ressentis, difficulté la première fois dans ce groupe ?

3/ Racontez moi votre dernière expérience

- Quels ressentis ?
- Avez-vous rencontré des difficultés ?
- Quels sujets ont été abordés ?

4/ Qu'est-ce que ce groupe vous a apporté ?

- Dans votre quotidien, repensez-vous à ce qui a été dit pendant le groupe de parole ?

5/ Est ce que vous comptez y retourner ? Si oui pourquoi ? Si non pourquoi ?

6/ Est ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer ?

- Est ce qu'il y a des choses difficiles à aborder devant le groupe ?
- Des sujets ?
- De l'animation ?
- Horaires, fréquences ?

7/ Est ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?

- Points faibles, points forts de ce groupe ?

(Les questions en gras sont les questions principales et les questions qui suivent sont les questions de relance)

Canevas entretien version finale

Cet entretien est conçu pour l'ensemble des participant·e·s du groupe de parole
On vous laisse choisir votre pseudonyme pour la confidentialité de données personnelles

1/ Je vous laisse me parler de vous, présentez-vous...

- Parlez-moi de votre entourage : quelles sont vos personnes proches ?
- Comment vivez-vous ?
- Quelle est votre situation professionnelle ?
- Moralement, comment allez-vous ?

Pour animateur : **2bis/ Comment avez-vous découvert la TCI ?**

2/ Qu'est-ce qui vous a amené vers ce groupe ?

- Qui vous a parlé de ce groupe pour la première fois ?

3/ Comment avez-vous vécu votre première participation dans ce groupe de parole ?

- Comment vous-êtes-vous senti ?

4/ Racontez-moi votre dernière participation au groupe ?

- Quels ressentis ?
- Quelles difficultés avez-vous rencontré ?
- Qu'avez-vous pensé des sujets abordés ?

5/ Qu'est-ce que ce groupe vous a apporté ?

6/ Est ce que vous comptez y retourner ? Si oui pourquoi ? Si non pourquoi ?

7/ Est ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer ?

- Est-ce qu'il y a des choses difficiles à aborder devant le groupe ?
- Des sujets ?
- De l'animation
- Horaires, fréquences ?

8/ Qu'est-ce que ça vous fait de croiser les personnes du groupe dans un autre contexte ?

- Un médecin/ un·e participant·e en entretien?

9/ Est ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?

- Points faibles, points forts de ce groupe ?
- Retour de participant·e·s ?

(Les questions en gras sont les questions principales et les questions qui suivent sont les questions de relance)

Annexe C : Grille d'analyse pour les observations participantes

- Les participant·e·s
- Atmosphère (Lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)
- Structure:
 - Introduction
 - Mise en lien
 - Déroulement
 - Clôture
- Quels sujets proposés ? Quelle situation est choisie et traité ?
- Langage
 - Compréhension
 - Le langage non verbal
- Expression d'émotions
- L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)
- Investissement et posture en fonction du sujet abordé
- La posture de l'animateur·ice
- Les temps informels
 - pré groupe
 - post groupe
- Mon ressenti avant et après le groupe

Annexe D : Grille d'échantillonnage

Pour tou·te·s

- Genre
- Tranche d'âge
 - 18-25 ans
 - 25-35 ans
 - 35-45 ans
 - 45-55 ans
 - 55-65 ans
 - 65- 75 ans
 - > 75 ans
- Statut dans l'emploi : catégorie socio professionnelle
 - Agriculteurs exploitants
 - Artisans, commerçants et chefs d'entreprise
 - Cadre et profession intellectuelles supérieur
 - Professions intermédiaires
 - Employés
 - Ouvriers
 - Retraités
 - Autre personnes sans activité professionnelle

Participant·e·s

- Nombre de participation à des groupes de paroles
- Niveau de français :
 - La langue maternelle est le français : oui ou non ?

Animateur·rice·s

- Formation en TCI :
- Formation en éducation populaire :
- Formation en psychologie :
- Ancienneté dans la dynamique de groupe :

Annexe E : Tableau de présentation des groupes

Groupes	Groupe A	Groupe B	Groupe C	Groupe D
Lieu	Centre de soins	Maison des Habitant·e·s	Centre de santé	Association
Date de création	2017	2010	2019	1997
Fréquence	Hebdomadaire	Mensuel	Mensuel	Hébdomadaire
Horaire	Après-midi	Soirée	Soirée	Midi
Nombre de participant·e·s en moyenne	8 - 10	10 - 12	7 - 10	5 - 10
Animateur·rice·s	Trois bénévoles (médecins, retraité·e·s)	Six bénévoles	Quatre salarié·e·s (psychiatre, médecin, travailleur·euse social·e)	Cinq bénévoles (psychiatre, ostéopathe)
Public	Personne sans droit	Habitant·e·s du Quartier	Quartier populaire	Personne en situation d'exclusion sociale
Respect des règles TCI	Oui	Oui	Non	Oui
Utilisation de médiations artistiques et corporelles	Corps/chant	Corps/chant	Travail de relaxation	Corps/chant/proverbe
Temps informel pré-groupe	Accueil (thé, café)	Accueil (thé, café)	Absent	Repas partagé
Temps informel post- groupe	Goûter et débrief entre animateur·rice·s	Débrief entre animateur·rice·s	Débrief entre professionnel·le·s	Débrief entre animateur·rice·s
Outils de communication	SMS	Mailing-list	Réseaux sociaux	

Annexe F : La thérapie communautaire intégrative (TCI)

*« Quand la bouche se tait, les organes parlent, quand la bouche parle les organes se taisent »
comme le dit le Pr A. Barreto (27).*

1) Historique de la TCI

La thérapie communautaire intégrative est un acte thérapeutique de groupe né à la fin des années quatre-vingt (1987) au sein de la favela Pirambu de Fortaleza au Brésil (27).

L'exode rural massif des régions arides du nord-est du Brésil touchées par une grande sécheresse (1979-1983) a eu pour conséquence une augmentation de la population de cette favela. Cette population migrante a dû survivre dans des conditions de vie très précaires dans ces favelas (27).

A.Barreto, médecin psychiatre, recevait certain·e·s migrant·e·s, issu·e·s de ces favelas, souffrant de troubles psychiatriques pour des consultations individuelles en lien avec la faculté de médecine de l'université Fédérale du Ceara (1). Il y avait des demandes croissantes et il remarquait des similitudes dans leurs souffrances avec les « immenses problèmes de santé mentale induits par le déracinement, la misère et l'exclusion » (27).

Après avoir rencontré des habitant·e·s dans la favela et avec son expérience, A.Barreto proposa de mettre en place un espace d'écoute et de partage dans la communauté. Il créa les bases de la TCI.

La naissance d'un projet plus large de santé mentale communautaire appelé « projet de Quatro Varas » s'est rapidement construit en réponse aux besoins exprimés lors des séances de TCI. Un espace de parole hebdomadaire est proposé en parallèle à d'autres activités comme le jardin de plantes médicinales, des massages par des thérapeutes populaires, de l'art-thérapie, du théâtre, du yoga et une petite école (30). Le projet évolue avec une implication des usager·ère·s, les besoins et la créativité de chacun·e·s. La TCI devient l'identité « scientifique » du projet, des étudiants en médecine, infirmerie, psychologie viennent régulièrement assister à ces espaces de parole et la méthode se diffuse (30).

Au Brésil, la TCI a montré des bénéfices en termes de réduction du recours à des services spécialisés et d'influence sur les déterminants de santé. « Une étude de 2004 réalisée dans 12 états du Brésil montrait que 88,5% des personnes qui participaient à des rondes de TCI ne nécessitaient pas d'être orientées vers des services sociaux ou médicaux à l'issue des « rondes » » (26). Ce modèle d'intervention psychosociale a été adopté comme politique prioritaire pour les soins primaires en santé mentale au Brésil depuis juin 2010 (26). Au Brésil, plus de 30 500 personnes sont formées à l'animation de TCI avec plus de 40 centres de formation en 2017 selon l'association de TCI Brésilienne (2).

La TCI se développe en France et particulièrement à Grenoble dans les années 1995 avec la création par C.Fénéon de l'association « les amis de quatre varas ». A Grenoble, les premiers groupes de TCI se font en 1997 avec JP. Boyer et C. Fénéon. Un module de formation à l'animation se crée en 2003 avec chaque année 30 personnes formées à Grenoble. En parallèle, la TCI apparaît en France dans les régions PACA et Nord Est. N. Hugon utilise cette méthode de groupe de TCI à la clinique Saint Barnabé depuis 2008 dans un programme de traitement de l'alcoolisme et des addictions associées (3). L'association Européenne de TCI (RETCI) voit le jour en novembre 2019 regroupant des membres de différents pays (France, Suisse, Italie,

Allemagne et Portugal), tous signataires d'une charte éthique du réseau. Un comité éthique s'est également constitué (4, 5).

2) Qu'est-ce que la Thérapie Communautaire Intégrative ?

« La TCI est un espace communautaire de promotion de la santé et de la résilience des individus, des familles et des groupes. C'est un dispositif d'intervention psychosociale qui s'adresse à la souffrance et non à la pathologie » (5).

Thérapie : mot d'origine grecque « *thermos* » qui signifie « prendre soin chaleureusement de ». Le thérapeute prend soin des autres d'une manière chaleureuse.

Communautaire : Qui réunit des personnes ayant quelque chose en commun comme leurs souffrances, la recherche de solutions et la volonté de résoudre leurs difficultés.

Intégrative : intégrer les savoirs venus de divers contextes socioculturels, intégrer pour les potentialiser et servir à construire des solutions aux problèmes.

La méthode de TCI s'est fondée sur cinq grands axes théoriques : la pensée systémique, la théorie de la communication, l'anthropologie culturelle, la pédagogie de Paulo Freire et la résilience (26).

Les valeurs de la TCI sont l'humilité permettant de voir l'autre comme une ressource, la bienveillance, l'accueil, acceptation de l'imprévu, l'horizontalité, la simplicité (de langage et de posture), la valorisation des ressentis et des émotions, l'intégration, l'audace, générer le doute dans les certitudes et l'humour avec amour et respect (5).

Les principales caractéristiques des groupes de parole basés sur la méthode TCI sont : (26,27)

- Une participation libre et gratuite pour tou·te·s.
- L'horizontalité : « *Tout le monde est coresponsable dans la recherche de solutions et dans la résolution des défis du quotidien* ». L'animateur·rice ne vient pas en tant que thérapeute et expert·e mais comme facilitateur·rice de l'expression de tou·te·s.
- Partager les ressources nées de l'expérience de vie des participant·e·s à partir d'une « situation-problème » choisie par le groupe. « Chacun·e devient thérapeute de lui-même, à partir de l'écoute des histoires de vie qui y sont relatées » (1).
- Favoriser la rencontre et la formation de réseaux solidaires : par un accueil dans un espace chaleureux et une mise en lien des participant·e·s pouvant créer un réseau de soutien.
- Faire appel à tous les modes d'expression culturels : parole, chant, poésie, proverbes.
- Un cadre et des règles à tenir pendant la séance : les règles sont présentées en début de séance pour une parole libre avec une écoute bienveillante. Une co-animation de la séance.
- Favoriser la résilience : par l'accent mis sur la valorisation des compétences et l'estime de soi.

La TCI est un **acte thérapeutique de groupe** pouvant se réaliser quel que soit le nombre de participant·e·s et leur niveau socioéconomique (27).

Elle **prend en compte la culture** de chacun·e·s, qui est, comme le dit A.Barreto, « une toile d'araignée invisible qui intègre et uni les individus ».

La TCI est une **thérapie de prévention** quand elle permet à la personne « exclue ou marginale d'affronter la réalité qui la menace, qui la met à distance de sa culture et détruit son identité. Ancrée dans sa culture et insérée dans sa communauté, cette personne devient consciente de ses droits et devoirs individuels et collectifs, ce qui lui permet une existence citoyenne, digne et riche » (26).

La TCI est par exemple un outil dans la gestion du stress. En favorisant l'établissement d'un réseau de soutien social et en développant des relations où l'acceptation, la reconnaissance de l'autre et de sa valeur sont primordiales (2).

C'est une méthode simple d'utilisation. Une formation est nécessaire pour devenir facilitateur·rice de groupe, aucune formation universitaire antérieure n'est requise.

3) Le déroulement d'une ronde de TCI (groupe de parole) (3, 28)

Le groupe est animé par un « animateur·rice » et un « co-animateur·rice ». Ce dernier anime les phases d'accueil et de clôture et soutient l'animateur·rice pendant la séance notamment pour que les règles soient bien respectées.

- **L'Accueil (10 minutes) :**
 - Souhaiter la bienvenue et présenter la TCI

L'accueil se fait dans un lieu chaleureux avec convivialité. Des chaises sont disposées en rond avec une petite table où y sont installés boissons et collations. La bienvenue est souhaitée à tou·te·s participant·e·s.

La·le co-animateur·rice explique ce qu'est une « ronde de parole TCI » : « *Nous sommes là pour partager nos expériences de vie, nos soucis et aussi nos solutions* ».

- Présentation des règles
 - Les règles de base de la séance sont énoncées et expliquées avec la participation des participant·e·s :
 - Chacun parle de son expérience et seulement de son expérience vécue
 - Parler à la première personne du singulier, en « JE » ;
 - Faire silence quand quelqu'un s'exprime ;
 - Pas de conseils à donner, on parle de sa propre expérience ;
 - Pas de jugement ni d'interprétation ;
 - Respect de l'autre ;
 - Pas de grands discours ;
 - Utilisation de tous les moyens d'expression culturels : chant, proverbes... ;
 - On ne parle pas des grands secrets mais des soucis du quotidien.

- Parler des « bonnes nouvelles », des succès, des dates significatives

Avant de parler de ce qui fait souffrir, un temps de partage de choses agréables est proposé aux participant·e·s. Parler ou entendre parler d'une expérience positive peut réveiller des émotions agréables.

- Dynamique d'accueil

Mise à l'aise et mise en lien les participant·e·s, par des exercices de médiation. Ce sont des exercices proposés à tou·te·s les participant·e·s du groupe, utilisant souvent le corps, chacun·e est libre de participer ou non.

- **Énoncé de la situation problème (15 minutes) :**

L'animateur·rice rappelle que le but est de « mettre des mots sur des maux » dans un cadre sécurisé. Les participant·e·s sont alors invités à dire leur prénom et leur « situation-problème » avec l'émotion qui s'y attache.

L'animateur·rice va énoncer toutes les propositions et demander aux participant·e·s qui le souhaitent d'exprimer en quoi telle ou telle souffrance les a touchés.

Puis il y a un vote, pour choisir la « situation-problème » à développer. Chaque personne ayant apporté une « situation problème » est remerciée et celle-ci pourra être proposée à la prochaine séance ou elle pourra en parler à la fin de la ronde avec les animateur·rice·s si elle souhaite être orientée.

- **Contextualisation (15 minutes) :**

La personne dont la situation a été retenue peut en dire un peu plus si elle le souhaite.

Puis, il est possible pour les participant·e·s de poser des questions afin d'éclairer le contexte, les tentatives de solutions, le vécu émotionnel etc... L'animateur·rice prend en note des mots clés pour reformuler la situation. La personne concernée garde la liberté de répondre ou non.

- **Problématisation et partage (45 minutes) :**

L'animateur·rice invite la personne dont la situation a été retenue à se mettre en retrait. Et il·elle fait appel au partage d'expériences « Qui de vous a déjà vécu une chose semblable, d'une manière ou d'une autre, et qu'avez-vous fait pour vous en sortir ou pour vivre avec ? Et peut-être ce que cela vous a apporté ou appris ou révélé de vous. ».

Les solutions généralement évoquées appellent aux facteurs personnels de résilience, au soutien social et familial, aux ressources culturelles, et au recours à des professionnel·le·s. La variété des propositions peut être grande, on ne recherche pas de consensus, l'éventail des possibles reste ouvert et appelle à la réflexion. Le rôle de l'animateur·rice est important pour veiller aux règles et à la fluidité de la parole.

- **Conclusion et rituel de clôture (10 minutes) :**

Le co-animateur·rice invite les participant·e·s à exprimer ce qu'ils retiennent de la séance, ce qui les a touchés et fait avancer. Un rituel de clôture peut ensuite être proposé pour ceux·celles qui le veulent : se tenir par les épaules ou par la main en cercle et faire circuler l'énergie de la « ronde ».

- **L'appréciation :**

Un temps de discussion, débriefing sur le vécu de la « ronde », sur ce qui s'y est passé et sur ce qui pourrait être amélioré.

4) Devenir Animateur·rice/ facilitateur·rice

« Pour être reconnu et agréé comme Animateur en Thérapie Communautaire Intégrative, il n'est pas nécessaire d'être un professionnel de la relation d'aide, mais il est indispensable d'être engagé dans un projet social, d'avoir une éthique correspondant aux valeurs de l'association, d'avoir une pratique régulière de la TCI et d'avoir suivi le cursus de formation tel qu'il est défini dans la charte éthique du réseau. Il faut être membre d'une des associations adhérentes au réseau européen (RETCI-Comité d'Ethique), qui sont habilitées à garantir la qualité d'animateur » (28). Des formations sont proposées par le RETCI (réseau européenne de thérapie communautaire

intégrative) pour devenir animateur·rice. La formation de phase « socle » permettant d'animer un groupe de parole dure quatre journées incluant de la théorie et de la pratique. Elle est suivie d'une formation continue par le RETCI avec des temps de « supervision » pour les animateur·rice·s et les formateur·rice·s, qui sont des temps de retour sur l'animation et le vécu des groupes.

Bibliographie

1. Fénéon C. Un peu d'histoire, discours prononcé pour les journées d'ouverture AETCI à Echirolles [En ligne]. 2013. Disponible sur : <file:///C:/Users/User/Zotero/storage/V2GHGFKD/un-peu-dhistoire-christiane-feneon.html>
2. HOME . Abratecom..[En ligne] Disponible sur : <https://abratecom.org.br/>
3. Hugon N. La thérapie communautaire : une technique d'animation des groupes favorisant l'implication des patients addictifs dans le processus de changement [En ligne]. Dans : Framadrive. Marseille, France ; 2010. p.8. Disponible sur : <https://framadrive.org/s/1Be1CNSdODLyOYn>
4. Réseau européen de Thérapie communautaire intégrative. RETCI [En ligne]. [Cité 28 avr 2021]. Disponible sur : <https://www.aetci-a4v.eu/>
5. RETCI. Charte fédération TCI [En ligne]. Framadrive. Disponible sur : <https://framadrive.org/s/z8i83EzrkTyyT75>

1 Annexe G : Entretiens

2 Entretien n°1 : Daniel

3 E : *Enquêtrice*, D : Daniel

4 *(Présentation du cadre, du consentement à la participation à l'entretien, sécurité des données)*

5 E : *Alors du coup notre première question c'est général. Heu, si vous pouvez un peu vous*
6 *décrire, nous parler de vous ?*

7 D: *(Blanc)* En fait, ça a commencé... la thérapie communautaire pour moi. C'était la première
8 formation qui a eu lieu, c'était en 2006 je crois. Euh... Donc on a fait... C'était à *(Lieux de*
9 *formation soins infirmiers)*. Euh j'étais avec E15 *(nom)*, qui était formé quoi aussi... à l'époque
10 je ne savais pas si il avait été formé avant ou pas. En tous cas on a été formé ensemble là-bas
11 avec *(nom)* aussi, qui était aussi formée, qui était en formation. Donc on était... *(murmure*
12 *incompréhensible)* une dizaine à peu près. Après on a fait tout un petit groupe, je suis parti au
13 Brésil, on est parti à dix au Brésil, y'avait deux –trois ostéos, plus moi 4, quand on est parti au
14 Brésil mais je crois qu'il y'avait une ostéo qui était pas encore formée à la thérapie
15 communautaire. On est allé voir sur place comment ça se passait.

16 E : *Hum (acquiescement)*

17 D : et du coup on a traité aussi sur place... ça c'était assez sympa. Donc il y'a toujours, pour
18 moi la thérapie communautaire elle est toujours en lien avec le... le travail sur le corps.

19 E : *Hum (en même temps)*

20 D : Depuis le début... la thérapie communautaire a différents accès possible : y'a un accès
21 directement par le corps, quelque part par les guérisseuses jusque-là, c.à.d. d'avoir un aspect
22 traditionnel qui continue, qui correspond peut-être au temps des sorcières chez nous, qui étaient
23 soit sages-femmes, soit donnaient des médicaments. En même temps qu'il y'a la thérapie
24 communautaire au Brésil, il y'a aussi tout un travail de plantes pour la santé, de fabrication de
25 plantes en même temps qu'une école de type Freinet, bon aujourd'hui ça un peu changé l'école
26 dedans... il y'a toujours des pratiques corporelles aussi en même temps, fin pas les mêmes
27 jours, dans la même journée par contre... Le matin c'est le travail corporel, je crois que c'est le
28 jeudi, et l'après –midi c'est la ronde, très grosse ronde il y'a beaucoup de monde

29 E : *Et le groupe ici, auquel vous avez participé, le groupe D comment ça était le début pour*
30 *vous ?*

31 D : Euh... le début je sais pas si il existait... je crois qu'il a existé un peu avant que j'arrive...
32 et... je sais pas quand j'ai commencé exactement... euh... ça fait plus de... parce que j'étais déjà
33 au... *(Murmure difficilement compréhensible)* oui ça date, ça date pas mal... ça a dû commencer
34 deux ans avant que j'arrive...

35 E : *Et comment vous en avez entendu parler? (en même temps)*

36 D : Parce que E15 *(nom)* avait déjà commencé les rondes *Nom de service d'addictologie)* ...
37 donc y'a des gens qui ont été formés que par ce biais là et petit à petit ça s'est un plus
38 homogénéisé.

39 E : *Et comment vous êtes arrivé dans le groupe ?*

40 D : Donc j'avais une amie qui avait rencontré Adalberto, qui connaissait (*nom d'une personne*),
 41 donc c'est par le côté de (*nom d'une personne*)

42 E : *D'accord donc vous aviez une amie en commun? (en même temps)*

43 D : (*nom d'une personne*) qui est la marraine de la Favela

44 E : ouais.

45 D : Et qui elle a à peu près rencontré Adalberto en même temps que E15 (*nom*) . Je pense que
 46 c'était un peu avant... bon différemment. E15 (*nom*) qui l'a rencontré par son mémoire de fin
 47 d'étude, ou une thèse peut-être. Elle l'a rencontré par son mémoire de fin d'étude ou une thèse
 48 peut-être

49 E : *Mmh et du coup vous avez commencé le groupe D grâce à (nom d'une personne)?*

50 D : Grâce à (*nom d'une personne*) , c'est plutôt grâce à (*nom d'une personne*) , une amie ostéo
 51 qui est à la retraite.

52 E : *Ouais, d'accord.*

53 D : On était déjà au sein des mercredis de l'ostéopathie, donc on était déjà dans une structure,
 54 comment dire, sociale. On est passés plutôt du monde médical au monde social en voyant les
 55 enfants qui n'ont pas les moyens de se payer des séances d'ostéo... Donc on faisait partie du
 56 bureau, donc était assez proche, on organisait des stages, des choses comme ça. Et là quand euh
 57 Adalberto est arrivé, elle elle l'avait vu presque sept, huit ans avant, elle l'avait vu lors d'une
 58 conférence, elle avait adoré. C'était (*nom de personne*) qui lui avait proposé... donc là quand ça
 59 s'est passé, je me suis dit, bon bah allez, je pars avec toi, on était... une autre personne du
 60 bureau avec nous. Donc on avait notre petit groupe d'ostéos.

61 E : *D'accord, dans le groupe D?*

62 D : Dans le groupe de formation du départ,

63 E : *Formation de départ avant d'aller au groupe ? (en même temps)*

64 D : De (*Lieu de formation de soins infirmiers*) ça se passait là. (*Lieux de formation de soins*
 65 *infirmiers*) après ça s'est passé à (*Lieu de formation en travail social*) ... Et on s'est réapproprié
 66 avec ICI- AETC. Et donc y'a eu aussi un programme pour la formation qui a été... un moment
 67 on a voulu faire une fédération, mais finalement c'est tombé à l'eau mais ça a fait un travail
 68 d'échanges pour essayer de faire quelque chose d'homogène sur les gens qui se connaissent...

69 E : *Ok. Et comment ça s'est passé pour vous le premier groupe, fin la première fois, le début,*
 70 *si vous vous rappelez ?*

71 D : ouais...

72 E : *Avec les ressentis ? (en même temps)*

73 D : Je me rappelle plus ce qui s'est passé pendant la formation, là il y'a eu déjà des rondes, et
 74 des choses très très fortes pour moi... (*blanc*)... qui m'ont transformées profondément...

75 E : *Hum*

76 D : (*soupire*) J'sais pas si je peux parler de ça, p'tet on y reviendra tout à l'heure si ça vous
 77 s'intéresse... oui, les premières rondes, du coup j'ai été très vite animateur en même temps
 78 qu'animé

79 *M : D'accord...*

80 D : Et j'étais très touché, je me rappelle, par les personnes qui étaient là, personnes que j'ai pas
81 du tout l'habitude de côtoyer... y'a beaucoup de gens qui étaient quasiment à la rue quoi... euh
82 c'est pas ceux que je côtoie (*rire*) , à part les croiser comme ça dans la rue...

83 *M : Hum*

84 D : Mais sans savoir vraiment qui ils sont... et de voir les ressources énormes qui ressortent de
85 chacun, de voir que ça fonctionnait... Et que ça fonctionnait d'autant mieux que ça dépendait
86 plus de nous que d'eux pour que ça fonctionne bien. Pour eux ça fonctionnait naturellement
87 bien pour eux.

88 *E : Acquiescement. (En même temps)*

89 D : C'était naturel pour eux même si y'avait à mettre... euh on était là pour faire un contenant,
90 parfois il était un peu trop dur, mais finalement quand on a accepté... euh de... accepter de laisser
91 par exemple... «un moment on avait des gens qui étaient tout le temps dehors du groupe, qui
92 était pas dans le cercle et qui parlaient d'à côté... Et on disait : « Non mais si tu veux, tu viens! ».
93 «Non, non, j'dis juste ça comme ça, laissez-moi tranquille ! J'ai pas envie de votre groupe, ou
94 j'sais pas quoi!» (*autre voix*) . Mais petit à petit ces gens-là ont réussi à venir... et petit à petit
95 on a intégré de plus en plus ce qu'Adalberto appelle des «leaders communautaires», c.à.d. des
96 gens qui ont un poids important dans la société qu'est là, dans le collectif plutôt qui est là, et à
97 partir de ce moment-là ça a bien marché, mais voilà...le collectif il a aussi des contraintes, y'a
98 des moments, ou y'a des choses qui explosent à l'intérieur de l'association... Par exemple, y'a
99 un étage. Moi j'suis pas très associatif là-bas mais du coup j'en ai entendu parler, à l'étage y'a
100 un divan qui peut faire lit donc certains qui n'ont pas de maison ont envie de rester là.
101 Normalement quand on a la clef, on n'a pas le droit de s'en servir qu'autre chose que d'ouvrir
102 et fermer, et pas de rester. Donc malgré tout y'a des gens qui abusaient et qui... des conflits,
103 bon c'est un conflit assez habituel celui-là, mais y'a d'autres conflits comme dans tout groupe
104 et parfois ça éclatait assez fort... Et ça pouvait éclater pendant les rondes aussi

105 *E : D'accord*

106 D : Mais les rondes étaient plutôt un lieu d'apaisement... de ces conflits. Parce que c'est quand
107 même un groupe qui est autogéré, qui continue de s'autogérer, et je trouve que c'est très bien
108 qu'il le soit. Et oui ça montre aussi qu'il est tout à fait possible d'avoir des lieux qui luttent
109 contre l'exclusion et qu'ils soient autogérés. Qu'est-ce que je peux dire de plus sur ces rondes?

110 *E : Sur cette première expérience, les ressentis, les difficultés?*

111 D : Alors mes premières difficultés, oui ça sera peut-être dans l'animation.

112 *E : Oui du coup vous disiez que vous avez été vite animateur,euh en tant que... ?*

113 D : Non ça veut pas dire qu'à partir du moment où j'ai été animateur je pouvais aussi être de
114 l'autre côté, on est arrivé assez en nombre, donc on pouvait une fois sur deux, ou quelque chose
115 comme ça, de toute façon même si je suis animateur, je suis pas toujours, je peux être co-
116 animateur. Même si aujourd'hui on parle plus d'animateurs au pluriel, on parle plus de co-
117 animateur... en sorte que le travail du co-animateur à n'importe quel moment celui qui fait...;
118 c'est comme ça à Groupe D... un qui fait l'entrée et le dessert, et l'autre fait le plat de résistance
119 mais en fait quoi ça veut dire, l'accueil et la clôture et l'autre, la contextualisation, la
120 problématisation, même si ces termes-là sont en train d'être changés, ils sont très brésiliens en
121 fait, et ça nous correspond moins, donc oui j'ai pas toujours été...

122 *E : Quelles difficultés vous avez pu rencontrer au début?*

123 D : Je crois, la difficulté principale qui me reste de ce moment-là, mais c'était... d'entendre ce
124 qui est dit, d'où c'était dit, comment c'était dit et du coup d'enlever l'aspect casquette fonction
125 thérapeutique etc... d'être, d'être... juste entendre, entendre ce qui est dit et de redonner ce qui
126 est dit... ou d'aller chercher ce qui n'est pas dit mais qui est tellement sous-entendu... par le
127 corps par exemple... et donc petit à petit c'est d'arriver à... oui d'arriver à tenir les règles,
128 comment arriver à tenir les règles sans être dans quelque chose de rigide.

129 *E : Les déroulés de la séance et les règles?*

130 D : Voilà les règles à poser mais que les règles ne soient pas des, ne soient pas une prison, mais
131 que ce soit une ouverture pour que, que ça puisse mieux circuler et donc...

132 *E : C'est difficile à poser ces règles?*

133 D : Oui, oui, oui, oui... y'a beaucoup de personnes qui étaient assez, qui étaient... euh... qui
134 étaient assez euh... en opposition avec le système en général, la société, voulaient partir par
135 exemple dans la parole, dans les généralités... Même p'tet ce qui m'a plus marqué au début,
136 c'est la... c'est le vécu euh traumatique des gens et de ne rien avoir à faire pour ce vécu
137 traumatique, juste de l'entendre, de l'accueillir, et de dire que, c'est pas l'animateur qui va, ou
138 même quand je suis dans le «non-animateur» de pas vouloir aider, d'entendre cette
139 problématique, de la mettre à mon niveau, à ce que j'en ai vécu... Mais d'avoir l'impression
140 que par rapport à ce qu'il vient de raconter c'est tellement rien mais là... mais malgré d'oser
141 parler.

142 *E : D'oser parler à côté de ces situations?*

143 D : A côté de ça, pour moi qui parle assez facilement, ça été aussi de savoir plus me taire

144 *E : Mmh.*

145 D : De laisser de la place... ouais c'étaient des choses pas si faciles... euh sinon oui y'avait les
146 chansons, tout ça, moi j'adore toute ces choses, c'était pas forcément une évidence euh... Au
147 début certains pouvaient avoir des déficiences «alala mais c'est quoi cette chanson ! »
148 (*Changement de voix*) , c'est pas nécessaire, ou c'est, voilà...cette transformation, les règles,
149 elles se font avec l'ensemble...

150 *E : Et vous avez dit qu'il y'avait une influence... Peut-être de votre profession? euh de votre*
151 *travail vise à vis de ce vécu de ce groupe?*

152 D : Oui et en fait c'est un petit peu comme... j'ai trop souvent ce même rapport entre esprit et
153 corps et individu et groupe, c'est-à-dire là il y'a quelque chose. Y'a une kiné qui a dit, une
154 patiente m'a dit: «Ma kiné elle m'a dit que, je voulais tout le temps parler à mon corps mais
155 finalement il fallait que je l'écoute, c'était tout à fait dans cet ordre- là. C'est-à-dire qu'il y'a
156 une histoire de l'individu et du groupe. Et que le groupe il a une force comme autonome. C'était
157 quoi la question déjà?

158 *E : Et ben c'était l'influence de votre métier? Vous m'avez dit qu'il y'avait une difficulté de pas*
159 *prendre...?*

160 D : Oui c'est ça (*en même temps*) et du coup pour moi être là-bas, c'est enlever, c'est être sans
161 fonction, sans casquette, et ça c'est une difficulté, mais par contre ce qui se passe, et c'est pour
162 ça que j'entends parler, c'est pas tant de parler ou d'agir, mais d'entendre ce qui est en train de

163 se jouer, de voir ce qui est en train de se jouer entre les personnes et ça, ça me sert dans mon
164 travail ici.

165 *E: ça sert?*

166 D : Oui! L'influence est plutôt dans l'autre sens, ce qui n'est pas évident pour des gens qui ont
167 passé par (*mot incompréhensible*) et qui y'ait nécessité de pouvoir donner et voir que ces gens
168 qui sont pas forcément passés par l'école, ont appris de la vie et ont beaucoup à nous apprendre
169 et du coup ça aide à être en lien ou de travailler d'une certaine façon, à entendre les patients...

170 *E : Et du coup on va revenir à une autre question plus générale, plus parler de vous? Là vous*
171 *avez dit votre situation professionnelle, juste dire une phrase sur votre parcours, court?*

172 D : Peut-être si je reste... Sur la situation tout à l'heure de ce qui s'est passé à (*Lieu de*
173 *formation de soins infirmiers*)... Donc on était en plein dans un lieu psychiatrique à (*nom de*
174 *ville*) hôpital psychiatrique, à l'intérieur des murs et à un moment lors d'un travail avec
175 Adalberto, c'était de dire notre prénom, de dire qui est ce qui t'a donné ton prénom, et tes autres
176 prénoms. Et là je me suis mis à parler, une sorte de logorrhée, bloblableub... Ma parole, non ma
177 pensée qui s'accélérait en même temps que ma parole sortait, à moment je me suis senti
178 complètement schizoïde, ou je sais pas quoi, complètement coupé... En différents morceaux
179 avec tous mes prénoms et je voyais Adalberto qui avait la banane, qui montait, de plus en plus
180 souriant, jusqu'au un moment où j'étais complètement perdu, je me demandais, mais qu'est-ce
181 que je fais dans cet hôpital psychiatrique, je devrais de l'autre côté, dans des pièces... Et
182 Adalberto qui dit... (*rire*): «Ah nous avons besoins de polyglottes, vous êtes un polyglotte de
183 la culture, c'est important pour la thérapie communautaire». Et effectivement cet aspect, c'est
184 deux côtés, ce truc d'être; de pas se juger soi-même, mais d'utiliser le vécu, les souffrances du
185 vécu, comme un arrière-fond qui est à travailler, mais qui est pas forcément à donner. Quand
186 par exemple à etc... Quand Adalberto est revenu après certain temps et s'aperçoit que les portes
187 sont fermées, et comment vous voulez continuer, alors ça faisait 3-4 ans que c'était déjà comme
188 ça... «alors les portes doivent être ouvertes, sinon comment vous voulez accueillir des exclus,
189 si vous fermez les portes». Et ça allait avec ces cercles et ont essayé d'amener les gens et de les
190 faire tenir dans ces cercles... et du coup ça allait aussi avec la confidentialité, y a pas de
191 confidentialité et du coup, c'est en fait, pouvoir écouter la parole de l'autre, et ce qu'on va dire
192 dehors c'est notre propre vécu justement, c'est ce que je vécu que je vais dire et même si je
193 parle de l'autre c'est pas l'autre que je suis en train de parler, c'est moi qui a entendu... et oui,
194 à partir du moment qu'on a commencé à faire sans Adalberto... Ça été... «C'est pas de votre
195 intimité qu'il va falloir parler» et là tout ce qui a été... Des années s'est mis à sortir, il y'a eu
196 pleins de viols, des choses comme ça... donc à partir du moment toutes portes étaient ouvertes.
197 C'est comme si il fallait contenir, donc je ne peux pas en parler.

198 *E : Donc une fois que les portes sont ouvertes...*

199 D : Ca libérait... et finalement ça déculpabilisait les gens d'entendre ça, je sais pas comment
200 ç'est passé ... Petit à petit il fallait ressortir de ça... qu'on soit plus obligé de donner... on peut
201 parler des choses de la vie de tous les jours... Est-ce que j'ai répondu à la question?

202 *E : Pas vraiment, mais c'était intéressant pour un autre, fin... On avait besoin... c'est, vous*
203 *pouvez nous dire quel travail vous faites? Voilà... Juste sur votre vie à vous, vous connaître*
204 *plus personnellement?*

205 D : Alors moi je suis ostéopathe et du coup le corps est fondamental, dans le sens où y'a des
206 millions d'années dans le corps, donc y'a tout un travail pour moi de ce de pour moi de me plier
207 à cette énergie, à ce souffle qui est là et de lâcher les constructions mentales... et dans la thérapie
208 communautaire c'est très intéressant cette rencontre dans l'instantané, dans le présent. Et dans

209 la présence du corps, là vous hochez les têtes donc je sais que ça passe. Et on travaille beaucoup
 210 avec les enfants, donc y'a des choses très fortes, tu ressembles à être à l'écoute dans la TCI
 211 c'est le même ordre, que dans le contact avec les enfants, une sorte d'abîme qui est là

212 *E : Vous vivez depuis combien de temps à Grenoble?*

213 D : J'ai toujours été à Grenoble.

214 *E : Comment vous vivez?*

215 D : Je suis marié j'ai 4 enfants et un petit fils...

216 E : D'accord... Vous êtes bien entouré...

217 D : Oui je suis bien entouré, mais justement en ce moment l'arrêt de la thérapie communautaire
 218 c'est pour revenir vers les gens de proximité, c'est comme si la TCI ça était une autre famille
 219 nécessaire, c'est comme mon père il faisait du rugby et c'était sa famille le rugby...

220 *E : Et comme situation, c'est peut-être une question qui paraît bizarre comme ça, mais vous*
 221 *évalueriez comment votre santé mentale?*

222 D : En ce moment je suis en train de relire Ivan Illich, Némésis médical, expropriation de la
 223 santé et du coup j'ai l'impression être en santé quand je pas exproprié, et c'est difficile pour
 224 moi le masque et ces choses comme ça. Et je plie au maximum ce que je peux. J'ai une patiente
 225 l'autre jour, gynéco, qui m'a fait tout un truc, qui m'a parlé, parlé pendant 20 minute sur les
 226 IgN... non IgG et les aberrations entre les tests qui étaient faits, mais sa fille qui avait fait ça
 227 (*incompréhensif*) donc ma santé, je me sens en bonne santé, même si je suis vieillissant, ce qui
 228 me tiens en bonne santé c'est mon petit fils qui me fait faire des exercices dans le retournement,
 229 j'ai trouvé plein de façons de tourner grâce à lui... euh une logique pour tourner

230 *E : Et euh du coup...On va revenir du coup plus... Si vous pouvez nous raconter, là, cette fois*
 231 *votre dernière expérience de groupe. Votre dernière expérience que vous avez, votre ressenti ?*
 232 *Quelles difficultés vous avez pu rencontrer, et quel sujet a été abordé ? La dernière qui vous*
 233 *vient en tête?*

234 D : (*silence*) Y a une séance qui était vraiment très marquante, une séance psychiatrique,
 235 quelqu'un qui était en train de sortir de la psychiatrie mais pas complètement, la démarche était
 236 en train de se faire et elle a osé poser ce sujet. Mais c'était E15 (*nom*) le psychiatre qui l'a pris,
 237 qui l'a pris de façon très justement... Pas du tout du côté médical... Et donc c'était une image,
 238 elle se voyait en deux dans le miroir avec une partie complètement lacée... lacérée je dis lacérée,
 239 mais c'est un autre terme... y'avait une partie qui était terrible, horrible, elle arrivait pas à se
 240 voir dans le miroir et... en entendant ça, il a juste demandé, qui c'est déjà, ou n'a pas réussi à se
 241 voir, a eu du mal à se voir qui il était ? Donc on est parti de ça... une expérience qui était très
 242 loin de ce qui était... très fort très fort... les difficultés avec soi-même, à voir notre propre face,
 243 à faire face... et du coup quand elle revenue la fois d'après... C'était une semaine... elle logeait
 244 quelque part donc elle avait reposé un sujet sur arriver à être seule dans son logement et après
 245 on l'a plus vue. Et j'ai l'impression de l'avoir croisée dans la rue et je l'ai trouvée en forme.
 246 Pour certains c'est un passage, et peut être qu'elle reviendra après un certain temps ou peut-être
 247 pas du tout... elle a tellement mis ça avec sa maladie, ça fait partie de ses traitements...c'est la
 248 plus fort... (*Blanc*)

249 *E : Et qu'est-ce que ce groupe là, ce groupe de base vous a apporté, ça de manière générale,*
 250 *dans votre quotidien?*

251 D : Généralement l'après-midi y en a toujours un avec qui ça résonne et je vais pouvoir lui
252 parler de l'expérience que j'ai eu avec le groupe, et ça peut continuer sur quelques mois,
253 l'ensemble des échanges... une situation, y a une parole qui résonne mais c'est aussi tout le
254 cheminement ensemble qui lui est... travail, travail au fond... ouais c'est un travail quasiment
255 initiatique, une initiation sociale... culturelle, je sais pas. C'est très fort. J'ai plus le même regard
256 sur la vie...

257 *E : Et du coup la prochaine question, est ce que vous comptez y retourner ? Continuer ?*

258 D : Oui je sais que j'y retournerai... ça peut durer je sais pas... J'avais jamais arrêté depuis
259 longtemps que je suis là ça peut durer 1 ou 2 ans, je sais pas, mais je suis sûr que j'y retournerai

260 *E : Est-ce qu'il y'a des choses que vous aimeriez voir changer ? Dans le groupe D où vous*
261 *allez régulièrement?*

262 D : Non, non je crois pas. J'aimerais qu'il y'ait des choses qui changent dans l'accueil de ces
263 groupes dans ... j'ai eu des peurs, là je sais pas encore comme les...

264 *E : Vous avez eu des peurs?*

265 D : Des peurs pour la thérapie communautaire. Dans la façon dont les, ce qui se passe sur
266 internet n'est pas sécuritaire, pour moi n'est pas sécuritaire.

267 *E : Par rapport au groupe qu'il y'a eu pendant le confinement?*

268 D : Pour moi c'est pas...y'a... Tout ce que j'aime dans thérapie communautaire n'y est pas.

269 *E : Qu'est ce qui manquait du coup ?*

270 D : Il y'a pas de gestion tant du groupe, parce que qu'il faut forcément quelqu'un qui fasse voir
271 les autres, donc il y' a pas de... donc y'a pas de... c'est des individus face à un... et donc du
272 coup y'a pas non, y'a presque plus de chanson, y'a très peu de chose, j'en ai vu une qui était
273 pas mal... C'est difficile de prendre la parole quand on nous l'a pas donnée... Donc ça... Tous
274 ce qui est. Tout le corps. Donc si on a plus le corps on a plus une source fondamentale, je me
275 sens désemparé, je trouve pas mon compte dans ...

276 *E : Dans la version dématérialisée ?*

277 D : Oui et j'entends bien que c'est nécessaire, que c'est la seule solution pour ne pas lâcher les
278 gens, mais j'ai l'impression qu'on rate le public, parce que ceux qui en ont le plus besoin,
279 auront beaucoup plus de mal à venir, parce que pour la plupart ils sont d'abord kinesthésiques
280 avant d'être oral et puis le voilà, il peut avoir quelqu'un qui, qu'on a pas vu, et qui est envahi
281 par les paroles et qu'on peut pas lui dire « Et toi qu'est-ce que ça te fait ? » et qui va lâcher et
282 puis voilà. A mon avis ça peut être dangereux. Je vois qu'Adalberto il s'en soucie pas, donc
283 c'est peut-être mes propres peurs.

284 *E : Donc c'est quelque chose qui continue, ces groupes en visio?*

285 D : Oui oui ça va continuer, ça prend une dimension internationale, il y'a quelque chose de très
286 chouette là-dedans... mais ça me va pas...

287 *E : Mmm... D'accord, et est ce qu'il y'a des choses que vous aimeriez voir changer, par exemple*
288 *dans... euh dans... est ce qu'il y'aurait des sujets difficiles à aborder ? Dans l'animation ?*

289 D : Pour ma part ? En tant que...

290 *E : ouais.*

291 D : En tant qu'animé ou en tant que ?

292 E : *Les deux je pense, en tant que participant...*

293 D : J'ai du mal, avant le confinement, à parler de mes problèmes de famille... Peut-être que
 294 c'est pas le groupe D qu'il fallait, que ça l'aurait plus fait à Groupe B, mais bon ?

295 E : *Vous voulez dire que vous avez des difficultés d'amener vos problèmes personnels ?*

296 D : ouais c'était pas possible... actuellement j'ai la tutelle de ma mère, de mon père, ils ont tous
 297 les deux Alzheimer... et quand j'en parle, je parle surtout de cet aspect financier... la gestion de
 298 leur maladie médicale... et face à des gens qui sont à la rue ou qui sont dans des situations...
 299 c'est des problèmes de riches que j'ai !

300 E : *Vous vous sentez pas légitime ?*

301 D : Je me sens pas légitime à partager ça euh... Et puis j'ai besoin de prendre un temps avec
 302 moi, de parler avec moi...

303 E : *Et ce que vous dites là, auparavant dans les groupes D, c'est un groupe qui existe depuis*
 304 *longtemps ? Ça vous l'avez jamais fait ?*

305 D : Non là je suis vraiment dans une phase très complexe

306 E : *D'accord...*

307 D : à gérer le bien de mes parents, sans eux, sans leur approbations, et euh... voilà... avec des
 308 délais financiers... ça représente une somme énorme qui attire des convoitises... j'ai jamais
 309 rencontré d'avocat, là j'en ai rencontré 7 ou 8... Et c'est pas près de s'arrêter ... silence c'est
 310 pas audible tout ça.

311 E : *ouais. Alors que ce sont des sujets qui vous sont importants ?*

312 D : c'est des sujets qui sont importants mais qui sont pas...

313 E : *Et euh de la fréquence et des horaires de ses groupes D vous auriez des choses à dire ?*

314 D : moi ça me va pas mal, le seul truc c'est que j'aurais aimé les derniers temps qu'il y'ait plus
 315 de temps après. En fait faudrait que je décale mon horaire... mais je fais pas pour qu'on puisse
 316 faire un peu plus... une clôture sur le fond...

317 E : *Et est-ce que vous voudriez rajouter quelque chose qu'on n'aurait pas abordé ? Un point*
 318 *faible, un point fort ?*

319 D : Ouais un point fort c'est ce lien, ce lien de l'individu au groupe et le lien de l'individu à son
 320 propre corps. Pour moi c'est ce même type de relation. On est dans ce même type de relation...
 321 que je vois le corps comme un groupe, organe, viscère, tissu, fonction... Et du coup dans ce
 322 monde-là la relation entre l'individu avec le groupe et ce que j'ai à trouver pour rester en bonne
 323 santé... je suis clair ?

324 E : *oui*

325 D : Ah, tant mieux, j'ai jamais exprimé ça aussi bien.

326 E : *(rire) Merci beaucoup.*

1 Entretien n°2 : Miguel

2 *E : Enquêtrice, M : Miguel*

3 *E : Alors bonjour, on va commencer l'entretien, merci de venir, alors quel pseudonyme*
4 *souhaitez-vous choisir pour cet entrevu.*

5 *M : Miguel c'est très bien*

6 *E : D'accord, alors on va commencer, des questions il y en a des un peu personnel, d'autre*
7 *plus globale sur le groupe de parole. Je voulais commencer un peu par que vous me parliez un*
8 *peu de vous, que vous vous présentiez.*

9 *M : D'accord, alors dans n'importe quel sens ?*

10 *E : Voilà, vous pouvez me parler de votre entourage, comment vous vivez, de votre travail...*

11 *M : Oui, intéressant, je ne sais pas par où le prendre est ce que je le fais en CV ou en qu'est ce*
12 *qui m'anime...hummm...Je suis ingénieur de formation, on va partir comme ça quoi, on va*
13 *dire que j'étais dans un...dans le moule de ma croyance et de mon conditionnement familial et*
14 *puis j'ai pas de jugement à avoir là-dessus quoi et que je suis devenu ingénieur. Je devais faire*
15 *les beaux-arts quand j'étais ingénieur et mon père... je vais essayer de pas trop parler longtemps*
16 *quoi... et mon père voulait que je sois ouvrier voilà donc je suis parti faire des études un CAP*
17 *puis un BEP pour être ouvrier. Et je voulais faire deux choses soit dessinateur de bandes*
18 *dessinée soit garde forestier ou berger, après j'ai laissé tomber ça et la pression de mon père...*
19 *après j'ai été viré de chez moi. Donc j'ai commencé à être ouvrier, voilà, après je voyais bien*
20 *que ça me plaisait pas alors j'ai refait des études et je suis devenu ingénieur par besoin de*
21 *reconnaissance de mon père donc ça m'a bouffé une partie de ma vie ça quelque part. Et j'ai*
22 *fait ces études d'ingénieur que j'ai réussi plutôt brillamment mais qui sont pas le fond de ce que*
23 *je suis. Je me suis marié, j'ai deux enfants, j'ai été plusieurs fois propriétaire etc....Et j'ai eu*
24 *plusieurs gros changement dans ma vie qui ont été des prises de conscience vachement forte et*
25 *puis maintenant j'appellerai ça des sauts quantiques et à chaque fois j'ai eu une crise dans ma*
26 *vie beaucoup autour des femmes on va dire, autour de mes relations de couple et tout ça...Et*
27 *j'ai plutôt des comment dire euh... (silence) J'ai eu des visions, je suis sorti de mon corps, j'ai*
28 *eu plusieurs comment dire plusieurs, des choses que je m'attendais pas et à chaque fois ma vie*
29 *a changée à ce moment-là quoi...Et le plus gros ça a été en 2011 où euh ma femme a demandé*
30 *le divorce et euh...et je rentre pas dans le détail de ce que j'ai vécu c'est un peu comme une*
31 *transe un peu chamanique quoi et j'ai revécu quelque chose de fort et là j'ai eu un grand*
32 *basculement où euhh ma vie je trouvais qu'elle avait plus de sens. Il faut m'arrêter sinon je*
33 *m'arrête plus...ahahah (rire)*

34 *E : Oui, oui*

35 *M : Ma vie elle avait plus de sens et euh suite à cette euh une montée de Kundalini on appelle*
36 *ça, j'ai eu une autre vision de ma vie quoi et euh j'ai perdu mon travail d'ingénieur, alors je te*
37 *l'a fait très courte hein. Et ma vie a changé à ce moment là où je suis allé plus dans le domaine*
38 *artistique.*

39 *E : D'accord*

40 *M : Et dans le domaine euh.... Et dans pleins de domaines que je n'allais pas voir avant quoi et*
41 *depuis 2011 j'ai pleins de changements qui se font beaucoup beaucoup beaucoup et là euh je*
42 *suis dans un encore plus gros changement car je me suis séparé bah c'était le truc de la dernière*
43 *fois, de ma compagne et je je pars, je vais vivre dans un collectif en permaculture avec un*
44 *espace artistique car je suis dans une compagnie. Enfin maintenant avec la corona ça marche*

45 plus trop quoi hein, mais je suis dans une compagnie de danse où on fait des spectacles et on
46 va dans des festivals voilà. Et puis j'ai une autre étiquette où euh... on va dire que je suis coach
47 mais je n'aime pas ce terme là où j'accompagne les gens dans des changements de vie justement
48 quoi... et euh on va dire que j'ai ces deux étiquettes là.

49 *E : Donc on va dire que vous avez ces deux étiquettes professionnelles et euh du coup depuis*
50 *combien de temps vous êtes sur l'agglomération Grenobloise ?*

51 M : Et bien le gros changement c'était il n'y a pas très longtemps, enfin c'était il y a cinq ans,
52 j'étais en montagne avant, j'étais dans le Vercors et euh il y a cinq ans et en gros après ma
53 rencontre avec la TCI elle s'est fait...

54 *E : Et euh juste d'abord, comment vivez-vous ici ? Enfin est ce que vous vivez seul ou... ?*

55 M : Ouai je suis seul enfin je suis seul depuis ma séparation quoi et puis mes enfants ils font
56 leurs études, ma fille à Grenoble elle a un... et mon fils il est à Lyon et puis ils rentrent le
57 weekend chez leur mère et là je suis en colocation mais là je supporte plus la ville donc je suis
58 en train de bouger. Oui, J'ai un projet de yourte donc de construction et tout ça sur un terrain.

59 *E : D'accord donc euh de changement*

60 M : Oui voilà ouai

61 *E : Et j'ai une question plus globale, moralement comment allez-vous ?*

62 M : Bah là en ce moment c'est plutôt très très inconfortable, je supporte plus euh ...ma vie à
63 Grenoble, je supporte plus des gens que je croisais avant quoi. Je ... il y a pleins de trucs qui
64 me vont pas, ouai ouai. Donc c'est plutôt euh je vais dire que je vais bien, on va dire je suis pas
65 en dépression haha (*rire avec gêne*), enfin je pense pas l'être mais je vis un cahot intérieur et
66 extérieur qui est très fort, qui s'exprime dans tous les domaines de ma vie quoi on va dire où je
67 me positionne de manière très forte. Notamment et euh c'est un exemple le groupe de parole
68 quoi et euh là j'ai l'impression c'est moi contre tous et là il y a quelque chose qui est en train
69 de bouger et c'est ma discussion avec la copine de TCI qui vient, j'espère que je vous perds
70 pas, et qui vient pour moi c'est de la systémie familiale les groupes de parole enfin et c'est ce
71 que je revis j'ai l'impression que j'ai vécu ça toute l'année quoi et là c'est ce que je vis, j'ai un
72 chaos dans plusieurs collectifs que je suis quoi euh voilà

73 *E : D'accord donc on va revenir là-dessus, mais d'abord je voulais vous demander, comment*
74 *avez-vous la première fois découvert la TCI ?*

75 M : Ouai et bien il y a un gros truc qui s'est ouvert autour de la parole pour moi en 2016 et pas
76 qu'au niveau de la TCI. Mais, j'ai découvert par une copine, par une conférence de Alberto
77 BARRETO qui se faisait à l'université de médecine à La Tronche, c'était pas très passionnant
78 ce qu'il racontait...ah haha et il y avait des gens qui distribuaient des papiers, c'était des papiers
79 du groupe B et je suis venu essayer ça euh oui c'est ça en 2016.... Et ça a été un flash pour moi,
80 moi qui ...qui suis... enfin quand j'étais gamin j'étais plus ou moins autiste hein ! Et euh le fait
81 de m'exprimer devant un groupe d'une manière authentique, vraiment vraiment c'est quelque
82 chose qui est hyper puissant pour moi quoi. Alors suis, je vois une thérapeute, je fais dix mille
83 trucs dans la thérapie, de l'hypnose, pleins de chose quoi mais la parole devant un groupe
84 bienveillant etc c'est hyper puissant pour moi quoi, hyper hyper puissant et donc. C'était en
85 juin 2016 pour être précis.

86 *E : D'accord, ok. Et du coup-là vous allez à plusieurs groupes ?*

87 M : Oui avant oui mais là il y a plus grand-chose qui se passe et là je suis aussi dans un groupe
88 euh, dans un groupe Guy Corneau, on en avait parlé la dernière fois, c'est des groupes qui
89 demandent un engagement et qui qui...sont fermés au bout d'un moment quoi... Donc on est
90 toujours le même nombre de personnes, c'est un groupe d'hommes et c'est autogéré donc on
91 anime chacun notre tour et là on pose une thématique, on choisit une thématique, l'animateur
92 va choisir une thématique euuhh avant quoi... Et il y a une sorte de structuration un peu comme
93 le groupe de parole TCI quoi... La météo, le petit bonheur, une dynamique, une dynamique du
94 corps qui est hyper importante pour euh pour euh (*rire*) selon ...voilà.

95 E : *Et du coup par rapport à ce groupe B qui a lieu à la maison des habitants, qu'est-ce qui*
96 *vous a amené vers ce groupe ? Vers ce groupe-là ?*

97 M : Et ben euh déjà le fait que... c'est ce que je vous ai dit, les prospectus, il y a pas beaucoup
98 de groupes, enfin à l'époque pas beaucoup de groupe sur Grenoble. J'ai essayé le groupe D, et
99 ça me parle beaucoup moins ou ça me parlait beaucoup moins on va dire comme ça. Et euh il y
100 a ça et puis après je me suis senti bien je me suis senti vachement accueilli et euh ouai, comme
101 un truc familial un peu... C'était vraiment euh vraiment super fort pour moi !

102 E : *Et comment ça s'est passé au début, la première fois, quels étaient vos ressentis ? Les*
103 *difficultés dans le groupe ? La première rencontre ?*

104 M : J'ai pas eu de difficultés, j'ai euh... je pense que j'avais besoin de parler comme toujours
105 d'ailleurs et j'ai pas eu de difficultés haha (*rire*), ça serait peut-être la difficulté c'est que je
106 parle trop et que... Pour moi c'est pas une difficulté que j'allais, pour moi qui ai bloqué mes
107 émotions longtemps. Là tout de suite, première séance, j'ai posé mon sujet, je suis allé dans les
108 émotions etc... Je me rappelle plus précisément mais euh je euh ... J'y allais à fond, j'avais pas
109 de peur, j'avais pas eu de difficulté quoi, j'étais hyper content d'être là quoi, je ... J'imagine
110 que c'est pas un hasard que je sois tombé comme ça, dans ce groupe là et j'ai pas eu de
111 difficultés ouai. Je me suis senti bien tout de suite et pour autant je suis pas sûr que tout le
112 monde dirait la même chose pour son premier groupe de parole quoi, voilà oui.

113 E : *Pour son premier*

114 M : Non euh ... j'étais déjà dans des trucs artistiques, dans des trucs où... J'ai fait beaucoup de
115 théâtre, d'impro, de théâtre... tout ça, donc j'ai déjà exprimé devant des gens. Et là c'était
116 « Wah je pouvais m'exprimer, ce que je suis, je peux l'exprimer là quoi !!! » ce que je trouve
117 pas dans...Il y a vraiment ce côté, exprimer ce que je suis quoi... Ce qui est... Ce qui est en
118 tout cas pour moi pas donné dans tous les espaces qui me... Voilà..... C'est un vrai besoin et
119 ça vient nourrir un besoin très fort pour moi quoi.

120 E : *Ça rejoint la question suivante... J'avais envie de vous demander ce que ce groupe vous a*
121 *apporté ?*

122 M : Haha (*tsss réflexif*) peut être j'y ai déjà répondu tsss et bien ça m'a euh... Ffffff (*expiration*)
123 et bien je crois que ça m'a permis de... D'aller plus vers... De plus cheminer vers moi quoi et
124 de prendre confiance en moi aussi, enfin, il y a pas que ça on va dire mais euh... ça m'a apporté
125 ça oui ! Il y a ... Oui il y a vraiment un truc qui est fort que, que j'ai découvert dans la TCI,
126 alors ça aurait pu être dans pleins d'autres espaces mais euh... Et où j'étais impatient de faire
127 les groupes de parole ouai ! Ça me suffisait pas alors j'ai passé à l'extérieur aussi quoi, j'avais
128 un truc euh...Et pourtant je parle, je parle, je parle mais ça m'a apporté...euh... Ça m'a nourri
129 euh... ça a nourri mon âme (*haha, rire*), ça serait ça que je dirais quoi, ça a nourri mon âme et
130 ça a permis de poser euh et bien de poser mes masques et ça a nourri mon être, c'est l'expression
131 authentique hein, bienveillante et aussi m'autoriser à aller dans les émotions. Ouai et je me suis
132 rendu compte que à ce moment-là, j'avais un besoin impressionnant, enfin j'ai beaucoup besoin

133 de parler maintenant, je suis très oral, mais euh j'avais un gros besoin de parler. Mais ça m'a
134 beaucoup questionné, je me suis dit bah putain peut-être il faut que tu voies une thérapeute pour
135 parler dans d'autres espaces, enfin voilà. Donc ça nourrit, je sais pas si j'y réponds bien mais
136 ça a nourri mon être et euh à chaque fois que je parlais j'étais vraiment bien. C'est vraiment
137 un... enfin je le retrouve dans l'art par exemple mais là il y a... C'est un autre vecteur
138 d'expression, l'expression de l'âme je dirais, par l'oralité et euh et euh ... Ouai ouai quelque
139 chose qui fais vraiment du bien, en tout cas c'est moi, tout de suite, tout de suite j'étais là-
140 dedans ! Alors tout de suite, j'ai pris beaucoup de place à parler tout ça quoi... ttss... Mais
141 hum.

142 *E : Du coup vous y repensez entre deux groupes ? A ce qui s'y est passé ?*

143 M : Ouai ouai carrément et c'est même allé plus loin... C'est que... J'adore parler ou exprimer
144 ce que je suis ou exprimer ce que je ressens et des gens des fois il me recroisaient un mois après
145 et ils faisaient « Hannn ! » t'un ça fait un mois je repense à ce que tu as dit, tout ça ... Alors j'ai
146 dit « ben j'ai dit quoi ? » et donc il y avait quelque chose dans ces groupes là où c'était presque
147 pas moi qui parlait, j'avais l'impression d'être une sorte de prêcheur des fois fff...et ouai j'y
148 repensais ! ... Pas toujours car les gens me redisaient ce que j'avais dit quoi... Et souvent pas
149 tant que ça car quand j'arrivais-je ne savais pas de quoi j'allais parler. Et souvent je me disais,
150 je n'ai pas de sujet et tout pouf j'avais un truc et je posais mon sujet. J'avais pas, j'avais pas un
151 truc qui était comme si j'avais pas comme si j'avais pas des wagons avec pleins de pierres et
152 aie j'allais poser... J'étais pas lourd, pour moi ... Mais j'arrivais c'était toujours des petits trucs
153 comme ça ah oui bah je... Vraiment le côté petits cailloux, j'allais pas poser un problème de
154 santé ou psychologique qui était fort, c'était toujours un petit truc et c'était une ficelle et ça
155 allait tirer autre chose derrière quoi... Donc euh ...Est-ce que j'y pensais entre les deux, non, pas
156 plus que ça finalement ouai.

157 *E : Ok et euh est ce que vous comptez y retourner ? Si oui pourquoi ? Si non pourquoi ?*

158 M : Est-ce que je compte y retourner par rapport à la dernière fois ? Par rapport à quoi ? Haha
159 (éclat de rire)

160 *E : Non c'est une question générale, là il se trouve que voilà... Mais euh*

161 M : Ok alors je peux parler du contexte, après c'est le contexte qui va me faire parler. Euh
162 ...globalement on va dire en 2016, bah oui c'est un truc qui me nourrissait vraiment fortement,
163 ça avait énormément de sens et j'en ai encore vraiment besoin quoi, c'est un truc de ouf et
164 euh... Ouai ça me pose vraiment problème ce qu'il se passe en ce moment quoi ...et ça me pose
165 problème le masque et tout ça quoi...

166 *E : Ce qui se passe par rapport au masque c'est ça ?*

167 M : Oui, c'est ça...

168 *E : L'effet que ce n'est pas possible d'y aller sans masque ?*

169 M : Bah oui, ça me pose un problème... Je sais pas trop, il faut que je clarifies ça par rapport à
170 moi-même quoi humm...ouai, j'ai besoin de... De m'exprimer, dans l'authenticité et pour moi
171 mettre un masque c'est antinomique avec ça quoi... et euh je pense que si ils imposent le
172 masque je viendrais plus quoi...

173 *E : D'accord...*

174 M : Mais c'est euh, à contre cœur, mais apparemment il y a une info, ils vont peut-être fermer
175 la maison des habitants à partir de la semaine prochaine quoi...enfin voilà, voilà l'info.

176 E : *Et est ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer dans ce groupe de parole ?*

177 M : Oui, oui tout à fait mais je l'ai exprimé dans le collectif. Et bien qu'il y a ...c'est pas en
178 tant que groupe de parole lui-même et encore, je pense que ça vient toucher encore la systémie
179 aussi... C'est qu'il y a une horizontalité et une transparence de l'information et de la
180 communication et une horizontalité dans les prises de décisions etc... et que c'est pas le cas !
181 (Haha) Voilà, et ... c'est une des raisons de la crise qui a eu lieu quand je suis arrivé l'autre
182 jour, c'est que moi j'avais demandé par mail et donc c'est aussi...Je suis dans les groupes de
183 communication non violente aussi et souvent je vois qu'on vient pas là par hasard, il y a des
184 trucs à régler entre nous et puis la famille, la communication, les non-dits etc. Et ce qu'il y
185 aurait à améliorer c'est la gouvernance et la communication avant le groupe, voilà quoi ! Donc
186 la crise qu'il y a eu la dernière fois, c'est qu'il y a eu des questions par mails et euh...Je dis
187 pas que je...Qu'il y a un méchant et un gentil, c'était pas très fluide les échanges et euh...moi
188 j'ai annoncé que j'avais un certificat, que je ...que j'allais appeler le directeur, enfin voilà, je
189 voulais pas y aller et... surprendre les gens quoi...et j'ai dit bah ça serait bien qu'on parle,
190 qu'on se voit, qu'on parle, etc....et ça... ça a pas été pris en compte...on va dire chronique
191 d'une crise annoncée voilà. Donc s'il y avait des trucs à changer voilà et dans la TCI il y a eu
192 pleins de crise...Bon c'est Miguel qui parle attention (haha) Vraiment il y a plein de crises,
193 han (étonné), il a des gens qui parlent plus à d'autres personnes et sss...il y a des crises euh il
194 y a des grandes petites guerres entre groupes

195 E : *Entre différent groupes ou dans le groupe ?*

196 M : Euh.... Dans le groupe c'est récent, j'ai l'impression que je suis un peu...que j'ai des points
197 rouges sur moi, c'est très récent quoi...dans le groupe je dirais que c'est *entre (nom de*
198 *personne)* qui a une petite dent, grosse dent contre moi....et après c'est des gens du groupe on
199 va dire *(nom de personne)* et *(nom de personne)* pour le pas les nommer qui sont fâchés avec...
200 la... le collectif TCI car ils sont pas ok avec ça... et euh il manque euh il y a des zones de non-
201 dit, des choses qui sont pas claires... il y a des tensions qui sont là, qui sont pas réglées depuis,
202 il y a une historique que je connaissais pas d'avant pff mais je sais plus trop...

203 E : *D'accord donc il y a des problèmes dans l'horizontalité et les prises de pouvoir*

204 M : Les prises de pouvoir, pour moi c'est comme un système familial et euh et la TCI
205 globalement sur Rhône alpes il y a eu des prises de pouvoir par *(nom de personne)* qui a créé
206 ça quoi...qui a des choses qui sont pas dites... ça ça voilà ça met en lumière un grand nombre
207 on va dire... la systémie familial quoi. Et avec une volonté de faire, c'est quand même une
208 volonté avec Don Alberto de gouvernance partagée de de de.... que ça soit, que tout le monde
209 s'aime etc... mais malgré tout il y a des jeux qui se rejoue comme ça. Je ne sais pas si je suis
210 hors de propos mais qu'est ce qui peut s'améliorer c'est ça. Et j'ai l'impression de... que ce
211 qui peut s'améliorer c'est d'être au maximum dans l'expression vivante car ce que je vois c'est
212 quand il y a des mails et puis ce n'est pas répondu etc.... Et je sais pas et ben il y a comme des
213 non-dits qui se font ou des rumeurs et ça vient exploser un moment sans raisons ou pas la vrai
214 raison quoi... voilà.

215 E : *D'accord, merci, d'accord et j'aurais aimé vous demander : qu'elle était votre dernière*
216 *expérience, quel ressenti dans ce groupe de parole ?*

217 M : Dans ce groupe ? Oui ben je peux le dire ... Haha (rire). Allez, et ben euh, c'était assez
218 dingue c'était avant le groupe, bah je.... On va dire la situation, ces masques tout ça j'ai des
219 avis très tranché hein, donc il y a eu ce truc avec les mails que j'ai dit avant mais j'étais content
220 de venir je me sentais pas contre quelqu'un je disais juste que moi c'était comme ça, c'était pas
221 contre les gens. Et donc je suis venu, avec euh je me sentais plutôt bien dans mes pompes et
222 quand j'ai monté les escaliers, il y avait une personne qui avait un masque et que je reconnais

223 je me dit « putain oui » euh donc genre je lui, voilà: «putain je suis content de te voir» et puis...
 224 il me regardait comme ça avec les yeux «Han (*étonné*) tu as pas de masque? » (*Prenant une*
 225 *petite voix essoufflée inquiète*) Oui parce que j'ai un certificat médical mais je serais loin
 226 (*rapidement*) etc...«Non je pars, je pars »(*a-t-il répondu*) Il s'est m'y a partir en descendant
 227 l'escalier ... bon...alors ...je suis allé me laver les mains, je me dis «Waouh, c'est quoi le délire
 228 là», après il est revenu, et là quand je suis rentré, j'ai senti...presque je me rappel pas très
 229 bien...mais il y avait quelques chose qui est très émotionnel, «non tu rentres pas» euh c'était
 230 assez violent mais moi j'étais pas en colère, je me suis pas senti en colère, je voulais juste
 231 affirmer ma position et c'était pas contre les gens quoi...Et euh je crois que ça me serai arrivé
 232 quelques années auparavant je crois que je me serais effondré en larme quoi...Oui c'était pas
 233 évident quoi mais je l'ai pas pris contre moi....des gens qui ont dit «ouai c'est obligé de mettre
 234 le masque, nanana»...alors j'ai dit «et bien si je reste loin?» et après j'ai eu le soutien de(*nom*
 235 *de personne*) que je...qui est dans mon groupe d'homme et qui est aussi animateur de TCI
 236 quoi et puis Y que je connais bien et j'ai dit c'est ok qu'on soit...Puis après ça s'est posé et euh
 237 je me sentais plutôt bien par contre je sentais le groupe euh j'ai jamais connu ça quoi, je sentais
 238 quelques chose de super euh les gens regardaient leurs pieds, personne voulait animer etc.... je
 239 trouvais il y a avait quelques chose de lourd, que je prenais pas contre moi quoi et euh moi
 240 j'étais hyper content de venir et ça m'allais très bien, j'ai proposé d'animer quoi, personne
 241 voulait coanimer. J'ai dit bah si, il faut coanimer quoi, (*nom de personne*) a pris le truc quoi,
 242 mais je sentais comme une tristesse et je pense que euh le contexte , les masques, etc... je veux
 243 pas faire, lancer une polémique, y est pour beaucoup, j'ai lu des études là-dessus qui sont
 244 vachement intéressantes d'ailleurs, sur le fait d'avoir un masque, pas des études
 245 bactériologiques et tout ça, études sur la psyché quoi, humm voilà, je peux vous l'envoyer si
 246 vous voulez (*haha, rire*) Et euh humm et moi j'étais plutôt bien pendant le... J'ai animé donc
 247 j'étais plutôt , j'étais hyper content d'animer euh j'ai posé mon sujet, je voulais pas
 248 spécialement que ce soit ...il a été choisi, ça m'a fait vraiment du bien, j'ai lâché des émotions
 249 qui était euh... c'était vraiment bien pour moi, puis vraiment j'étais hyper content hyper content
 250 d'animer c'était super cool que (*nom de personne*) prenne le relai et euh oui je l'ai bien vécu
 251 puis après, à la fin, il y a eu (*nom de personne*) qui m'a rentré dedans, après le...peut être vous
 252 étiez partie quoi , ça c'était moins confortable, mais le groupe lui-même je l'ai bien vécu ouai
 253 ,je suis arrivé à être , aller au-dessus de... enfin voilà j'étais bien là ouai, je l'ai bien vécu.
 254 Après ça m'a manqué euh euh bah on fait des grandes accolades à la fin, ça ça m'a manqué, ça
 255 m'a manqué d'une dynamique un peu plus joyeuse, voilà il y avait ça quoi mais euh ...Si, moi
 256 je l'ai bien vécu.

257 E : Et du coup quel était le sujet qui était abordé ?

258 M : Et bien c'est le mien (*ahahaha, rire*)

259 E : Qui était ?

260 M : Hé bien c'était euh...ma séparation compliqué et douloureuse d'avec mon ex-compagne au
 261 début du mois de juillet quoi et euh c'était super nourrissant de pouvoir le poser et puis des
 262 questions aussi, des questions toujours très nourrissante dont une qui m'a beaucoup questionné
 263 c'était « est ce que tu t'es m'y à la place de l'autre ?» et là je me suis dit bah non, voilà quoi. Et
 264 c'était ... on m'a posé la question et j'ai répondu à côté et euh pour moi ça c'était, enfin ça me
 265 questionne encore oui des fois j'ai un peu des spots je me mets pas à la place des autres quoi et
 266 ça...ça c'était , au niveau de ma conscience ça c'était très nourrissant quoi et le fait d'avoir posé
 267 mes émotions et d'avoir dit euh car c'était un truc qui était pas facile à poser pour moi non plus
 268 quoi et euh par exemple il y a dix ans, j'aurais jamais enfin impossible que je fasse parti d'un
 269 groupe de parole impossible que je pose un truc comme ça même avec n'importe qui d'ailleurs
 270 quoi donc voilà je reviens sur le côté, la nécessité d'être authentique pour moi je peux

271 pas....euh...et je pense que ça...l'histoire du masque s'en vouloir polémiquer, ça me revoie à
 272 ça, c'est insupportable pour moi quoi, voilà. Humm.

273 *E : Merci, est ce que, il y a quelque chose que vous vouliez rajouter ?*

274 *M : Par rapport à la ronde ?*

275 *E : Voilà par rapport à la ronde, la TCI, sur vous, en général pour l'entretien ?*

276 *M : Hé ben euh, c'est une redite mais euh...je me rends compte que la parole c'est hyper*
 277 *important, c'est la parole authentique quoi....Et euh là je me dis si les rondes s'arrêtent...si tout*
 278 *se fait en Visio conférence...je sais pas trop quoi penser de ça quoi et je me dis que...et ben je*
 279 *vais créer des choses qui serontdans la nature, dans la forêt tout ça...des groupes de parole*
 280 *enfin voilà je vais...j'ai ce besoin-là d'être authentique donc je vais le trouver d'en d'autres*
 281 *espaces quoi et je ne vais pas, si ça se fait pas et c'est très dommage par ce que, on va dire ma*
 282 *colère que j'avais depuis juin c'était que il y a des gens qui sont dans la difficulté psychique,*
 283 *sociale , des personnes âgées tout ça et je trouve que ce qu'il se passe là c'est hyper violent pour*
 284 *elle, pour moi j'arrive à retomber sur mes pattes, il y a pas de soucis quoi, mais ma colère elle*
 285 *est aussi là-dedans voilà, voilà voilà...*

286 *E : Et bien merci beaucoup*

287 *M : Voilà ce qu'a dit Miguel (haha)*

1 Entretien n°3: Freedom

2 F : Freedom ,E : *Enquêtrice*

3 *E : Alors, la première question que j'aimerais vous poser est : Pouvez-vous vous présenter ?*
4 *Me parler un peu de vous ?*

5 F : Euh c'est-à-dire dans la... dans la biographie ou dans... dans ? Alors moi je, très rapidement,
6 je suis issu de l'immigration, je suis Franco-Algérien, donc je suis arrivé en France à l'âge de
7 douze ans, de parents qui savent ni lire ni écrire hein donc euh analphabètes et donc euh j'ai
8 grandi dans les bidonvilles, dans les petits ghettos urbanistes et voilà donc issu d'une famille
9 de neuf et j'étais l'aîné. Je suis passé par des périodes de de de délinquance, de problèmes avec
10 les tribunaux, la police etc. et... j'ai eu un déclic à peu près à l'âge de dix-sept ans. J'ai fait un
11 devancement d'appel et au service militaire on a identifié quelques capacités que j'avais et
12 donc euh j'ai fait mon service militaire, je suis sorti sous les drapeaux français. C'était très
13 important de de faire le service sous les drapeaux français et non algériens, pour bien signifier
14 qu'on avait bien fait un choix. Et de ce service militaire, je suis, j'ai été gradé de l'armée
15 française qui m'a beaucoup, en réalité le service militaire m'a fait l'inverse à l'époque où c'était
16 antimilitariste, moi, ça a révélé des aptitudes et des capacités euh alors que j'étais un délinquant.
17 Je crois que c'est peut-être ça qui m'a sauvé parce que je me suis retrouvé à faire du
18 commandement, de l'ordre serré donc euh officier de l'armée française donc c'est pas rien. Et
19 ressortant du service militaire je me suis dit mais j'ai des aptitudes mais donc qu'est-ce que je
20 vais faire, donc là j'ai repris des études diverses et variées, des cours du soir, des cours par
21 correspondance, en solo. Donc j'ai fait d'abord un diplôme d'éducateur spécialisé donc je me
22 suis occupé d'enfants handicapés physiques et mentaux, d'adultes, de jeunes délinquants donc
23 j'ai travaillé dans des instituts médicaux etc... en CAT, ça s'appelle plus comme ça maintenant
24 « Centre Aide par le Travail » mais ça a changé donc euh ensuite j'ai travaillé dans des centres
25 départementaux de l'enfance et ensuite j'ai fait une formation pédagogique. J'ai été formateur
26 aussi donc euh et j'ai repris des études dans la technique scientifique qui m'a permis de passer
27 un IUT, un diplôme d'ingénieur à l'institut des sciences appliquées et là j'ai quitté la soutane
28 sociale pour aller plutôt dans le secteur industriel, voilà. Et dans le secteur industriel, j'ai pris
29 des postes de développement, de recherche pour des groupes japonais, des groupe français mais
30 j'ai passé toute ma carrière après pour des groupes américains où j'ai terminé ma carrière
31 comme directeur de développement au niveau européen, dans le développement de systèmes
32 médicaux, aéronautique et, et spatial. Voilà et puis à une époque je me suis posé des questions
33 sur le sens à la vie, comme d'habitude, et puis... comme beaucoup, certains d'entre nous et j'ai
34 quitté le secteur social et je travaille dans l'humanitaire depuis cinq ans maintenant, depuis cinq
35 ans, je travaille pour plusieurs ONG euh voilà... Donc j'ai commencé, première expérience avec
36 une ONG qui s'appelle (*nom d'association*) en Guinée Bissau, où j'étais directeur des
37 opérations pour l'Afrique de l'ouest pour et euh, avec un programme de réduction de la mortalité
38 infantile donc euh voilà. Et donc j'ai plusieurs missions aussi maintenant avec (*nom*
39 *d'association*) en Libye, Syrie, Bangladesh etc. Puis j'ai la dernière cette année au Yémen.
40 Donc je m'occupe surtout de logistique, des opérations, de l'administratif, ressources humaines,
41 tout sauf le médical. Voilà un petit peu le parcours. Et donc j'ai quatre enfants, dont deux
42 enfants biologiques et aussi deux enfants adoptés, euh, en tant que père seul ce qui est
43 juridiquement quelque chose un petit peu... c'était une première en France juridiquement, un
44 père qui adopte seul deux enfants, juridiquement, les tribunaux étaient, il y avait un vide
45 juridique, donc euh le tribunal de grande instance de Grenoble m'a donné donc l'adoption
46 simple pour deux enfants en tant que père seul. Donc euh c'était quelque chose d'un petit peu
47 juridiquement compliqué, mais euh j'ai eu les les, j'ai eu les trimestres de la retraite « égalité
48 hommes-femmes » donc euh mais en sens inverse, j'ai eu des trimestres de bonification, liés à
49 l'éducation des enfants, ce qu'on donne aux femmes, donc je l'ai obtenu par la CARSAT. Donc
50 voilà je suis issu en synthèse de l'immigration, c'est peut-être un peu l'origine de ma sensibilité

51 de l'entraide humaine des flux migratoires, voilà c'est peut-être l'origine mais je sais pas, voilà
 52 un petit peu le personnage.

53 *E : D'accord merci beaucoup, et depuis combien de temps êtes-vous dans l'agglomération*
 54 *grenobloise ?*

55 F : Je suis arrivé ici euh en 2000, euh excusez-moi non, je suis arrivé à Grenoble en 2000 mais
 56 je suis arrivé en 90, dans l'Isère, 90 dans le département de l'Isère et Saint Vincent de Mercuze
 57 etc. mais à Grenoble depuis 2000.

58 *E : D'accord ok, et donc euh là vous ne vivez donc pas tout seul mais avec deux de vos enfants*
 59 *?*

60 F : Ils sont grands maintenant, ils, il y en a une qui est infirmière et l'autre qui vient de finir sa
 61 formation de kiné donc euh ils sont dans le domaine soignant, comme par hasard, ils sont
 62 autonomes, ils sont grands, ils ont pris leur envol donc euh non je suis seul là actuellement.

63 *E : D'accord, et j'ai une question un peu plus personnelle que je voulais vous poser c'est*
 64 *moralement, en ce moment, comment allez-vous ?*

65 F : Personnellement ? Le paradoxe c'est que je suis extrêmement heureux et que je me demande
 66 si j'ai pas un problème physiologique de lâché de dopamine ou de sérotonine mais je suis
 67 heureux et des fois je me trouve étrangement trop heureux, par rapport à des gens qui ont du
 68 mal-être et des fois je me dis que j'ai un problème, c'est que j'ai pas de problèmes haha. Et
 69 c'est tout à fait, j'ai une démarche tout à fait inverse, je me dis s'il y a tellement de gens qui ont
 70 des problèmes donc il faut, j'ai bien un problème... Je me suis même posé la question, si je me
 71 masquais pas l'illusion d'un monde euh bon et je suis heureux et parfois il m'arrive d'avoir
 72 honte de dire que je suis heureux, mais je suis vraiment heureux et je trouve que j'ai beaucoup
 73 beaucoup de chance, oui, beaucoup de chance hum.

74 *E : D'accord, alors comme vous êtes un animateur je vous pose une question que je ne pose*
 75 *qu'aux animateurs c'est comment avez-vous découvert la TCI ?*

76 F : Alors comment je l'ai découverte ? Je revenais de Guinée Bissau non de Libye, d'une
 77 mission qui était extrêmement difficile, parce que c'était la guerre à Benghazi et en réalité dans
 78 les flux migratoires il y avait beaucoup de médecins, mais en réalité les médecins étaient
 79 complètement désœuvrés parce que c'était pas là, des problèmes physiques sur le corps, c'était
 80 des problèmes de santé mentale, pourquoi ? Parce que dans les flux migratoires qui arrivaient
 81 à Misrata en Libye déjà on venait de l'Afrique de l'ouest traverser tout le désert, le Sahara, des
 82 jeunes, des jeunes qui avaient connu la torture, qui étaient même vendus comme esclaves à cinq
 83 cents dollars et qui arrivaient à Misrata pour passer la Méditerranée et ces jeunes-là, ils avaient
 84 des blessures physiques mais c'est pas ça qui était important, ils avaient des blessures
 85 physiques, des cicatrices, des fractures mais c'était pas ça, ils étaient cassés au niveau du
 86 cerveau, au niveau du traumatisme et là je me suis, il y avait, dans les flux migratoires à peu
 87 près soixante-dix à quatre-vingts pour cent de gens que je rencontrais qui avaient des problèmes
 88 de traumatismes. Et là je me suis dit, il y a quelque chose à faire, qu'est-ce qu'on peut faire...
 89 même les médecins étaient un petit peu dépourvus enfin donc problème de santé mentale. Donc
 90 je suis revenu ici, je me suis dit, quel outil je pourrais trouver, donc j'avais découvert déjà pas
 91 mal de méthode, je travaillais dans le social et puis même en parallèle, la méthode « ESPERE
 92 de SALOME » sur l'aspect relationnel, gérer l'écologie relationnelle, sur euh... Sur le
 93 Focusing, le rêve éveillé. Mais je me suis dit « non », il faut trouver quelque chose de simple,
 94 très simple d'utilisation, en utilisant « le groupe » et pas quelque chose d'individuel pour utiliser
 95 la force du groupe et j'ai, j'ai exploré plusieurs méthodes, parce qu'il existe à peu près trois
 96 cents thérapies, c'est énorme mais trouver une thérapie qui est simple d'utilisation, accessible

97 et presque universelle et donc euh j'ai commencé à explorer. Je suis venu ici, ici là il y a à peu
98 près quatre ans et demi à une ronde et euh pour écouter et j'ai justement expérimenté parce que
99 je venais avec un traumatisme de Libye que je voulais déposer et mon sujet a été choisi, je l'ai
100 déposé et j'ai un petit peu vécu ce que ça pouvait apporter mais là ça m'a donc j'ai commencé,
101 continué à explorer. J'ai été à une deuxième ronde à (*nom d'association*) où il y avait des
102 migrants qui sont venus et j'ai vu là ça m'a réconforté car il y avait des gens de la profession,
103 des psychiatres et des gens qui avaient travaillé depuis des décennies dans ce domaine-là et je
104 me suis dit s'ils sont intéressés par cette méthode qui m'attire, ça m'a réconforté sur et je me
105 suis dit avec la longue expérience qu'ils ont, le vécu qu'ils ont, avec toutes les populations
106 vulnérables qu'ils ont rencontrées et s'ils utilisent cet outil c'est qu'il y a quelque chose encore
107 d'intéressant à explorer, donc ça m'a réconforté. Et ensuite je suis allé explorer sur une
108 troisième ronde, le Groupe D, (*nom de rue*) à Grenoble et j'ai rencontré E15 (*nom*) qui m'a
109 convaincu quand je l'ai vu exercer la méthode avec tout type de population avec des migrants,
110 des gens vulnérables, des sans-abris, des gens à problèmes d'alcoolisme, avec des addictions
111 diverses et variées et et et là j'ai compris, ce monsieur il y a travaillé une quarantaine d'années
112 avec des responsabilités et il utilise un outil aussi simple!? Et donc ça m'a aussi réconforté. J'ai
113 vu à (*nom d'association*) qu'on accueillait des personnes en fauteuil roulant, que dans les
114 groupes tout le monde était égal, c'est plus le statut social mais c'est l'être humain qui... donc
115 ça n'a fait que renforcer pour moi l'efficacité de cet outil, donc voilà comment j'en suis arrivé
116 là, ici à la maison des habitants.

117 *E : Et ça c'est en cherchant, où est-ce que ça existait ? Enfin à la maison des habitants?*

118 F : Oui, j'ai trouvé ici, c'était la brèche, (*nom de maison des habitants*) et (*nom d'association*)
119 et ensuite j'ai fait d'autres chutes à Chambéry, etc. pour voir... pour avoir vraiment, être sûr
120 que c'était une bonne méthode, que je pouvais en réalité à terme peut être utiliser dans les flux
121 migratoires, en dehors de France.

122 *E : Et du coup je voulais vous demander, comment vous avez vécu cette première expérience*
123 *de groupe de parole ?*

124 F : Bah la première expérience, je portais quelque chose de lourd, parce que Benghazi c'était le
125 couvre-feu, les bombardements, la peur permanente aux tripes, donc je suis arrivé ici j'avais
126 quelque chose d'extrêmement difficile à porter. Je savais pas quoi en faire. C'était... mes
127 proches, c'était difficile d'en parler à mes proches et puis parler de situations comme ça
128 extrêmes, je savais pas où le déposer. En réalité ce groupe de parole, j'y allais comme ça sans
129 trop y croire au départ et comme par hasard, je sais pas si parce que j'étais chargé d'émotion.
130 Mon sujet a été choisi et rien que le fait de le déposer, rien que le fait de le déposer, rien que le
131 fait d'avoir mis des mots sur mon ressenti et mes émotions qui étaient extrêmement fortes,
132 vraiment de forte intensité, rien que cette étape-là, elle m'a soulagé. Elle m'a soulagé, c'est
133 comme si j'avais déposé un sac très pesant, je ne l'avais pas entièrement déposé mais je l'avais
134 allégé, rien que cette étape-là, de parler. Et je me suis dit waouh la parole elle est puissante
135 finalement. Et puis après effectivement j'ai pas forcément eu un retour qui résonnait chez les
136 gens, parce que d'expérience un peu particulière, on m'a relaté des situations à peu près
137 similaires mais pas tout à fait, donc j'ai pas eu un retour marquant sur les... Quelles sont les
138 ressources qu'ont dégagées les personnes sur une situation similaire, ce feedback là je l'ai pas
139 reçu, par contre euh l'avoir déposé, d'avoir le privilège d'un temps de parole qui m'est donné
140 où personne ne peut m'interrompre et sans jugement et le le déposer, rien que cette étape m'a
141 beaucoup aidé.

142 *E : Ça vous a... c'est ce que vous vous rappelez.*

143 F : Oui, oui !

144 *E : D'accord et euh, racontez-moi votre dernière expérience ?*

145 *F : Au Yémen ?*

146 *E : Non actuellement, votre dernière expérience de groupe de parole ?*

147 *F : Ma dernière expérience, c'était avant-hier, ça s'est passé à Chambéry et c'est une Intervision,*
148 *donc une Intervision c'est des gens qui utilisent cette méthode et qui viennent aussi à un groupe*
149 *de parole mais pour se perfectionner parce que l'idée c'est aussi de les rendre dynamiques et*
150 *pas statiques, de partager les problèmes qu'on rencontre ou les points d'amélioration, la*
151 *méthode donc, on a fait une ronde mais on essaie d'innover et là on a X qui est médecin et qui*
152 *a ajouté dans la ronde au milieu de ce qu'on appelle la partie qu'on appelle la conceptualisation,*
153 *c'est-à-dire que le comment on appelle ça ? Une constellation.*

154 *E : Une constellation, ouais ?*

155 *F : C'est-à-dire que l'expérimentation, c'est d'utiliser la ronde et à l'intérieur de la ronde, elle*
156 *a utilisé la constellation pour aller encore un peu plus loin. Donc ça veut dire que l'outil il est*
157 *pas figé et on a traité le port du masque là justement, le port du masque parce qu'il y a un certain*
158 *nombre de personnes qui ...qui ne le portent pas et donc euh... qu'est-ce que... Et l'autre*
159 *problématique...*

160 *E : Donc ça veut dire qu'il y a un thème défini ?*

161 *F : Alors les personnes choisissent, proposent un thème, à cette ronde, quatre thèmes ont été*
162 *proposés, quatre thèmes et ensuite on passe au vote et là le groupe a voté le port du masque et*
163 *il y a un autre sujet qui était presque à égalité qui a été proposé par quelqu'un qui disait qu'il*
164 *était un petit peu borderline, il pouvait basculer dans quelque chose d'heureux et de malheureux*
165 *et voilà donc euh mais c'est le sujet du port du masque qui a été choisi.*

166 *E : Qui a été choisi...*

167 *F : Parce que, il y a une personne qui a vécu dans un groupe de parole, l'exclusion parce qu'elle*
168 *a décidé de ne pas porter le masque, qui a vécu cette situation comme une situation de rejet,*
169 *voilà donc voilà la dernière expérience.*

170 *E : D'accord donc en Intervision et est-ce qu'il y avait eu des difficultés ou des choses ?*

171 *F : Non, bah tous les, j'en ai fait beaucoup, j'en pratique beaucoup car mon objectif c'est d'avoir*
172 *une maîtrise à peu près correcte de l'outil et et... j'ai rarement vu quelque chose de négatif, j'ai*
173 *toujours vu... ce qui m'a toujours surpris dans cet outil, c'est qu'on a l'impression que l'on*
174 *rentre dans quelque chose de routinier mais l'impact toujours à la fin est très très surprenant.*
175 *J'ai jamais vu une ronde dans laquelle il y avait, on repartait dans quelque chose de toxique et*
176 *de polluant pour ma part, au contraire, ça a toujours été comme une.... progression permanente*
177 *qui se fait, à chaque fois une ouverture, tout le temps, tout le temps, tout le temps... pourtant*
178 *j'en fais hein, des zooms, des présentsiels,*

179 *E : Une ouverture...*

180 *F : j'ai dû en faire une soixantaine depuis le confinement, donc c'est énorme. J'essaie d'en faire*
181 *le maximum pour bien comprendre la méthode, pour bien la... J'ai vu Don Alberto, le père de*
182 *cette méthode, qui lui est dans cette démarche, qui cherche toujours à la remettre en cause*
183 *cette méthode, toujours en respectant les règles, du moment que les règles sont respectées, je*
184 *parle en « Je », j'ose le « Je », de mes ressentis, de mes émotions, je parle pas de généralités,*
185 *d'interprétations. Freud n'est pas invité, Lacan n'est pas invité, on est dans ce que moi je*

186 ressens, le corporel, le sens corporel, ma situation, ce que « je ». Et et ça c'est un exercice, rien
187 que ça c'est extrêmement difficile, mais qu'est-ce que c'est bon, parce que c'est c'est une
188 exploration intérieure et du moment que ça c'est respecté après tout est permis. Il y a des gens
189 qui mettent de la constellation, il y a des gens qui mettent des techniques de Focusing. Et je
190 crois que Don Alberto lui-même nous pousse à expérimenter comme si on devait rechercher
191 encore à améliorer la méthode et je crois que ce que je comprends quand même c'est que comme
192 Guy Corneau et Don Alberto tout ça sont partis d'un niveau d'outils psycho thérapeutiques
193 extrêmement pointus, d'analyses très pointues et ils se sont dit comment on peut mettre tout ça
194 au service de de... simple, de la simplicité et ils ont été des génies, de véritables génies avec
195 des outils et des analyses extrêmement pointus et complexes d'avoir fait un outil simple et ça
196 c'est ça le génie, qui est à la portée de de... tous. Et ça je trouve que... Après l'autre étape ça
197 va être surtout à (*nom d'association*), que j'apprécie beaucoup, parce qu'ils commencent à à
198 former des migrants à la méthode, et ce n'est pas... Il y a pas besoin d'être médecin psychiatre
199 ou ingénieur, mais c'est justement de transférer cette méthode pour qu'elle se diffuse plus vite
200 que le virus d'ailleurs, faut que la méthode de propagation de cet outil soit largement supérieure
201 à celle du virus ! Et donc on a formé un migrant qui s'appelle E11 (*nom*)... de Guinée Conakry
202 et c'est ça qu'il fait et c'est ça que j'aimerais bien faire, c'est-à-dire qu'un continent comme
203 l'Afrique qui a été délaissé, de former un maximum de migrants pour qu'ils s'approprient l'outil
204 et et... qu'ils arrivent à peut-être apaiser et voire résoudre des problématiques humaines
205 quotidiennes.

206 *E : D'accord vous aimeriez l'apporter dans...*

207 *F : Oui, oui, oui*

208 *E : D'accord, ma question rejoint un peu ce que vous avez dit mais, c'était qu'est-ce que ce*
209 *groupe vous a apporté ?*

210 *F : Alors moi ce que le groupe m'a apporté euh en réalité c'est même pas... Je me sens en lien*
211 *avec les gens, c'est vraiment, je me sens en lien et je me sens avec des gens de plus en plus*
212 *semblables qui aspirent à un modèle de société qui aspirent à du partage, de la solidarité, de*
213 *l'hospitalité et ça c'est quand même, moi ça me remplit d'énergie et d'espoir de trouver qu'il y*
214 *a des gens qui aspirent aussi à un changement, qui veulent être acteurs du changement mais...*
215 *Oui le lien avec ça et euh acteur du changement mais de manière discrète et efficace, ça se fait*
216 *en douceur, c'est pas visible mais mais... Et ça ça me remplit de joie donc ça me fait du bien*
217 *quoi et ça renforce l'énergie que j'ai envie de mettre là-dedans. Ça m'apporte beaucoup de*
218 *choses, je me sens pas du tout isolé, je me sens en groupe donc renforcé dans le groupe euh il*
219 *y a plein d'émotions qui interagissent avec les autres et puis il y a des élans de solidarité parce*
220 *que car entre nous, en dehors de la ronde on se préoccupe des migrants, comment on va les*
221 *loger, comment, les problèmes juridiques donc il y a tout un travail après la ronde qui se fait*
222 *euh donc euh oui moi ça m'apporte beaucoup, beaucoup d'espoir et beaucoup d'énergie, c'est*
223 *peut-être même l'endroit où je m'énergie en quelque sorte, oui, j'absorbe.*

224 *E : D'accord et est-ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer ?*

225 *F : Peut-être... c'est c'est peut-être dans les rondes, rester quand même authentique et pas*
226 *prendre la posture d'animateur ou de thérapeute, parce qu'on apprend des choses, quand on fait*
227 *comme on a appris comme à l'école mais aussi peut être ce côté être soi et adapter la, la méthode*
228 *à sa propre personnalité, pas, pas dérouler les étapes de manière scolaire, faut que ça soit*
229 *quelque chose... Qu'est-ce que j'aimerais bien améliorer ? Non, j'aimerais bien qu'elle soit*
230 *diffusée, développée, ça c'est quelque chose qui me tient à cœur, c'est qu'elle soit vraiment*
231 *diffusée parce que je trouve que c'est vraiment ma priorité, plutôt la promotion, le*
232 *développement, je pense que même dans les prochaines années c'est peut-être même réfléchir,*

233 je n'en parle pas beaucoup, mais à une stratégie de développement mais pas seulement en
234 France. Quand on a un outil qui n'est pas coûteux, qui est à la portée de tout le monde, qui
235 fédère et fait du lien dans un groupe, dans un groupe multiculturel, multi social,
236 intergénérationnel, je trouve que c'est l'occasion unique que ce soit zoom ou présentiel, oui
237 c'est plutôt oui, l'amélioration ça serait de faire connaître, car les gens qui sont dedans
238 pensent que c'est connu mais elle n'est pas connue du tout. Si, les points d'amélioration seraient
239 de la faire connaître dans le social, justement dans les IME, les Impro, dans les centres d'aide
240 par le travail, les centres départementaux, les associations euh même dans les ONG, dans les
241 ONG je comprends pas que ce soit pas utilisé dans... Chez (*nom d'association*) a déjà amorcé
242 mais (*nom d'association*) pour lequel je travaille, c'est dix fois plus gros, j'ai commencé à
243 essayer d'en parler euh parce que ça a un sens, dans , dans les ONG, il y en a beaucoup des
244 ONG il y a « action contre la faim », il y a « handicap international » il y a beaucoup beaucoup
245 d'ONG au niveau mondial qui pourraient l'utiliser, dans les camps. Voilà, le point
246 d'amélioration c'est comment je peux faire développer cet outil, former le maximum de gens
247 euh qu'on puisse la mettre à disposition, au libre choix, à la libre initiative des populations
248 vulnérables ou qui en ont besoin, voilà c'est surtout ça. Dans le milieu associatif, dans les
249 CCAS, même dans l'entreprise, c'est pas utopique du tout, dans le management, il y a un
250 malaise, dans le monde du travail aujourd'hui il y a de la pression, de la tension, des objectifs
251 de la productivité, de la rentabilité, font que les gens sont pas bien dans le monde du travail,
252 c'est un véritable fléau, peut-être que les sociologues en parleront dans certaines années, mais
253 il y a un désastre sur les traumatismes liés aux conditions de travail aujourd'hui, qui sont
254 invisibles et et et peut-être cette méthode dans des groupes de travail, des équipes de travail,
255 des équipes de management , on peut aisément dénouer des choses, pas forcément résoudre
256 mais dénouer, donner une meilleure compréhension des problématiques et prendre de la
257 distance. Donc je pense c'est plutôt le point d'amélioration, c'est parce que franchement les
258 gens qui ont travaillé cette méthode ça fait trente ans, quarante ans qu'ils la travaillent que ce
259 soit à Marseille, à Paris euh à Grenoble comme E15 (*nom*) comme Nicole Hugon qui est à
260 Marseille, euh ça fait trente ans qu'ils la travaillent mais maintenant je pense le point
261 d'amélioration c'est de la diffuser, de la partager.

262 E : Et est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?

263 F : Non j'ai l'impression que j'ai dit l'essentiel (haha) il me semble, hum

264 E : Et bien très bien, merci beaucoup !

- 1 Entretien n°4 : Zoro
- 2 E : *Enquêtrice*, Z : Zoro
- 3 E : *Donc voilà, je lance l'entretien. Pour commencer est-ce que vous pouvez choisir un*
4 *pseudonyme... pour l'entretien ?*
- 5 Z : Un pseudonyme ? N'importe quoi, Z ou Mogli ?
- 6 E : Z, très bien (rire), donc ça s'ra Z. Donc euh moi je vais poser des questions un peu globales
7 sur les rondes de parole et sur vous, et donc bien-sûr vous n'êtes pas obligé de répondre. Et
8 voilà, on peut passer à la suivante. Donc pour commencer, je vous laisse me parler de vous,
9 vous présenter ?
- 10 Z : C'est compliqué ça. (Soupir puis long silence). C'est compliqué de parler de moi, en tant
11 que personne ? En tant que ?
- 12 E : *C'est une question qu'on pose à tout le monde.*
- 13 Z : Ouais
- 14 E : *En tant que tout, participant aux rondes, voilà, me parler de votre entourage, depuis quand*
15 *vous vivez à Grenoble, de votre profession, comment vivez-vous euh... ?*
- 16 Z : Et bah je vais faire synthétique. Je suis un Parisien, venu à Grenoble pour les montagnes.
17 J'ai eu la chance de choisir entre l'internat de Paris ou j'étais mieux reçu qu'à Grenoble, mais
18 à Grenoble y'avait des montagnes. Voilà et puis, je me suis installé à Grenoble. J'ai passé, je
19 suis arrivé à mon internat.
- 20 E : *D'accord pour l'internat, ouais.*
- 21 Z : Et euh, et euh... j'avais choisi la médecine interne, parce que ça me paraissait une médecine
22 globale, que je ne regrette pas d'avoir pratiqué, et choisi, qui me correspondait bien, avec tous
23 les volets. Voilà. Que dire, bah j'ai des enfants.
- 24 E : *Combien d'enfants ?*
- 25 Z : Alors j'en ai eu cinq. J'en ai eu cinq. Y'en a une qui est décédée à la suite d'un...
26 (Inspiration) d'un accident quand elle était petite. Elle est décédée à l'âge à l'âge de 18 ans,
27 après avoir porté un handicap lourd pendant euh, pendant 18 ans. Voilà. Ce qui m'a donné aussi
28 une perception du monde particulière...euh.
- 29 E : *Et du coup est ce que là vous vivez seul où ?*
- 30 Z : Actuellement je vis seul, mais enfants... j'ai divorcé, euh j'ai mes enfants qui sont un peu
31 répartis. Il en reste euh, il en reste un à Grenoble, les autres en France en ce moment. Ce qui est
32 bien. Trois filles et un garçon actuellement, et des petits enfants.
- 33 E : *D'accord... et euh... j'ai une question un peu plus personnelle. En ce moment moralement,*
34 *comment allez-vous ?*
- 35 Z : (Rire) Ça s'est compliqué ça !? (Rire)
- 36 E : *On n'est pas obligé de répondre.*
- 37 Z : Et ben comme tout le monde, je suis fluctuant, variable, interrogatif sur notre monde. Euh...
38 je mesure la différence, parce que je suis âgé déjà, entre le monde qui est maintenant et celui

39 dont on pourrait euh, qu'on pourrait imaginer, et qui correspond beaucoup plus à des attentes
40 que j'ai c.à.d. une grande place de la nature, une grande place de la communication, le partage
41 de l'intelligence collective, de ne pas rechercher de profits etc. Je fais partie d'une profession
42 malheureusement riche, dans laquelle même quand on est salarié on fait partie des nantis, même
43 quand on ne cherche pas des sous, on est quand même bien payé, on ne cherche pas de travail,
44 fin voilà. Et puis j'ai eu la chance de fonder des choses au fur et à mesure. Ce qui fait un peu
45 partie de mon caractère, des notions de mon caractère. Je suis pas un gestionnaire, j'ai horreur
46 de gérer, mais j'aime beaucoup créer.

47 *E : D'accord, merci. Alors j'ai une question qu'on pose qu'aux animateurs. Comment avez-*
48 *vous découvert la TCI ?*

49 Z : Alors y'a eu un ricochet très simple. A ma retraite euh j'avais euh, j'avais commencé
50 travailler avec une association qui s'appelait euh, je sais plus comment d'ailleurs. Mais c'était
51 pour réfléchir sur de l'humanisme dans la santé, ou de l'humanisme médical. C'était une
52 association de réflexion. Et qui m'a pas plu du tout, parce que c'était beaucoup trop intellectuel,
53 mais dans les premiers mois y'a quelqu'un de l'association qui a proposé une, une conférence,
54 euh avec Adalberto Barreto à la fac, à laquelle je suis allé. C'est la première ronde, ou j'ai
55 participé. On était trop nombreux, mais qu'était intéressante, qu'était intéressante. Et puis dans
56 l'année suivante, y'a quelqu'un du (nom de centre de santé) qui connaissait un psychiatre, E15
57 (nom), qui a été un des fondateurs de la thérapie communautaire en France, qui est un ami
58 d'Adalberto Barreto. Il se trouve que le psychiatre je le connaissais très bien, parce que je
59 l'avais, je l'avais embauché, alors qu'il était chef de service déjà, lui en psychiatrie. Je l'avais
60 embauché comme médecin psychiatre dans mon service, parce que je tenais beaucoup à ce que
61 dans un service de médecine interne on ait psychiatres et psychologues. D'ailleurs j'ai quitté
62 un service, ou il y'avait trois psychologues avec des fonctions différentes et toujours un
63 psychiatre attaché au service. Donc ça me paraissait, c'est une démarche globale. Ça me
64 paraissait impossible de faire de la médecine de qualité, en médecine interne on a beaucoup de
65 médecine générale et de la médecine complexe. Voilà donc on ne peut pas faire de la médecine
66 de qualité, si on n'avait pas un regard comportant aussi une vision psychologique des personnes.

67 *E : D'accord. Donc ouais, la TCI au moment de cette rencontre avec Adalberto ?*

68 Z : Voilà c'est ce que premier contact et puis le second avec E6 (nom). Et E15 (nom) quand il
69 est venu ici nous parler de la TCI il a utilisé de quelques choses que maintenant je connais. Moi
70 je vous parle pas de la TCI, mais je vous propose de faire une ronde, ce qui a surpris tout le
71 monde. Moi j'avais déjà assisté à une ronde, mais il a fait une ronde... C'était une façon de
72 rentrer dans la réalité. C.à.d. qu'on peut difficilement expliquer ce qui se passe dans une ronde,
73 mais par contre on peut le vivre.

74 *E : D'accord. Et qu'est- ce qui vous a amené à ce groupe à (nom centre de santé) ?*

75 Z : En 1986 pour des raisons et personnelles et parce que j'avais envie de sortir de mon métier
76 de chef de service, je suis parti faire une mission pour (nom de centre de santé) en Afrique du
77 Sud. A une époque un peu chaude, c'était au moment de, c'était en... dans une part... dans une
78 phase de boycott international et la seule association qui intervenait en Afrique du Sud, c'était
79 (nom de centre de santé). Et il m'aurait proposé un autre pays, j'y serais allé aussi. Mais bon
80 (nom de centre de santé) ... l'Afrique du sud c'était intéressant, parce que pour moi c'était une
81 découverte, une découverte de pleins de choses ; Une population différente, de conditions
82 violentes, de différences qu'ils existaient et du fait qu'on était des nantis. Et en rentrant en
83 France, dans les premiers mois je me suis intéressé à ce qui était en train de se fonder ; y'avait
84 une antenne sur Grenoble. J'ai participé à la recherche des locaux pour débiter la mission
85 France ; Et puis après je me suis dégagé de (nom de centre de santé) pour pleins de raisons.

86 Une, parce que je trouvais qu'il y'avait quelques personnes qui réfléchissaient un peu de travers,
87 à Grenoble hein. Et puis j'ai repris assez vite des responsabilités dans une association
88 s'occupant de personnes handicapées, puisque ma fille avait un handicap. Dont j'ai repris
89 rapidement la présidence par la suite. Ce qui a permis de créer par la suite, de construire des
90 établissements pour des enfants et jeunes adultes handicapés, qui marche toujours.

91 *E : D'accord. Ça c'est votre découverte avec (nom de centre de santé). Et qu'est-ce qui vous a*
92 *amené à en monter un ici de groupe de parole ?*

93 Z : Et ben c'est la suite de, euh. Quand je suis revenu il y'a 5 ans ou 6 ans et qu'on m'a présenté
94 les premières statistiques, j'ai trouvé que ces premières statistiques étaient aberrantes, parce que
95 euh ils exprimaient... très peu de consultation de psycho, alors qu'il y'avait des psychologues.
96 Et dans les diagnostics très peu de souffrances ou de maladies psy au sens large etc... Et je me
97 suis dit, il y'a un truc qui colle pas et ce qui a été confirmé. Soit on ne voit pas les choses, soit
98 on les perçoit pas, soit on n'est pas capable de les coder, de les coter ou. Et ça révèle quelque
99 chose qui est une réalité. Donc j'ai fait un certain nombre de consultations, j'en fais plus
100 maintenant, parce que j'ai autre chose à faire, même si c'est passionnant les consultations. Alors
101 que pour moi, pour chaque personne qui était vu en consultation, y'avait une souffrance
102 psychique qui était évidente. Me dire on a dix pourcents de personnes en souffrance psychique,
103 alors que toutes celles que je vois en consultation souffrent, souffrent de problèmes somatiques
104 ou pas. Et de toute façon il y'a toujours des souffrances et moi ça me paraissait évident qu'il
105 fallait qu'on travaille ce volet-là. Et de répondre à la question « j'ai mal, je vous donne du
106 paracétamol » était une aberration, en tout cas, c'est pas de la médecine. Ce n'était pas de la
107 médecine comme je la conçois. Parce que y'a beaucoup de gens qui font de la médecine comme
108 ça.

109 *E : D'accord.*

110 Z : Donc on a commencé à travailler, à réfléchir, à réfléchir avec les psychos, à monter un
111 groupe « santé mentale et souffrances psycho-sociales ». Comme je me suis un peu investi très
112 vite, on m'a demandé, j'ai un peu le défaut d'être responsable de tout, on m'a demandé très vite
113 d'être responsable médical puis ensuite responsable de mission. Et bon j'ai eu l'habitude d'être
114 responsable, être président d'association, président de CME, de groupe hospitalier mutualiste,
115 responsable d'un service. C'est une mauvaise habitude, mais on ne se refait pas... (*rire*) Et on
116 m'a demandé ça et moi ça m'a assez vite posé la question : qu'est-ce qu'on fait ? Qu'est-ce
117 qu'on peut faire ? Donc on a interrogé le groupe. Y'a une vraie question qui est venue, parce
118 que, assez vite j'ai pris en tant que responsable de mission, même avant on m'a demandé de
119 participer avec d'autres associations, et de le partager avec d'autres associations. Y'a des gens
120 qui sont venu m'interroger : « mais qu'est-ce qu'on fait pour la souffrance psy ? », parceque
121 y'a pleins de gens... des interrogations sont arrivées de la (*nom d'association*), ou de (*nom*
122 *d'association*) , d'associations grenobloises qui sont des associations d'accueils,
123 d'accompagnements juridiques, administratives et d'hébergements, mais pas de la santé. La
124 santé c'était (*nom de centre de santé*), donc on m'a posé cette question. Et j'ai vraiment perçu
125 un jour ou j'avais un exposé, 'fin un partage, un atelier à faire avec des personnes accueillantes
126 de (*nom d'association*), l'association de parrainage, sur la souffrance psychique. Et puis je me
127 suis dit, c'est l'avantage d'être un interniste, c'est que les internistes qui sont considérés comme
128 des savants, ne savent rien. Et je me suis dit, mais je peux pas aller parler de quelque chose,
129 alors que je connais rien. Alors j'ai cherché la nuit, jusque je suis tombé en pleine nuit, je sais
130 pas par quel hasard de internet, sur un article excellent, que j'ai déjà envoyé. Le fameux article
131 du Belge dans lequel, je crois que ça m'a marqué, parce que ça m'a fait sortir complètement du
132 champ médical, en me disant que la réponse à la souffrance psychique, elle est pour une toute
133 petite partie sanitaire et le reste, elle est dans autre chose. Donc ce fameux volet que sont la

- 134 socialisation, les fameux trois volets, socialisation, acquisition de compétence et élaboration du
135 récit. Euh voilà, donc ça correspondait à quelque chose qu'il fallait développer.
- 136 *E : D'accord. Et comment avait-vous vécu cette première expérience de groupe de parole ? La*
137 *première expérience de TCI que vous avez vécu ?*
- 138 Z : Alors la vraiment première c'était à la fac. J'ai trouvé qu'on était trop nombreux. Euh c'était
139 même deux rondes concentriques, il devait avoir 50 personnes. C'est les rondes qu'ils font assez
140 facilement au Brésil. Nous, on a animé des rondes à 40 personnes de gens qui n'avaient jamais
141 animé de ronde. Ça se passe bien aussi. Euh... c'est une autre façon de gérer les choses. Mais
142 bon dans cette première ronde, j'ai senti que les choses étaient intéressantes, mais je me sentais
143 pas particulièrement concerné, d'emblée, du fait du monde, du choix de l'interrogation. Hum
144 et moi je ne suis pas un partisan des grandes rondes, même si c'est bien quelques fois.
- 145 *E : D'accord. Vous vous êtes senti pas très à l'aise dans ce groupe ?*
- 146 Z : Non, pas mal à l'aise, mais euh... pas interrogé de façon suffisamment, suffisamment
147 personnelle. Alors que les rondes suivantes à moins nombreux, je pense la deuxième ronde
148 c'était celle de E15 (nom), quand il est venu présenter, qu'il a dit on fait une ronde, j'ai senti
149 qu'il y'avait quelque chose qui était, qui était intéressant.
- 150 *E : D'accord. Et racontez-moi votre dernière expérience de ?*
- 151 Z : De quoi ? De ronde ?
- 152 *E : De ronde de parole.*
- 153 Z : Bah c'était celle de tout à l'heure ! (Rire) Bah j'ai trouvé que c'était très bien. C'était très
154 bien. Euh que y'a plein de, plein de volets, et puis y'a surtout quelque chose que je trouve
155 formidable, et c'est... et c'est même apparu pendant le confinement... Et tout à l'heure c'était
156 un peu pareil. Euh c'est qu'on peut inventer à chaque fois quelque chose. Le cadre, l'outil est
157 solide, si on le respecte euh, ça peut aller, mais on a une part d'invention derrière. Et en
158 particulier pour la dynamique de départ, l'invention. Ça vient comme ça tout d'un coup, puis
159 on se dit, on est capable de faire quelque chose et on a la surprise de découvrir, que ben y'a de
160 la réponse. Et que c'est pas l'animateur qui va lancer la présentation, mais c'est les personnes
161 vont modifier au fur et à mesure ce qu'on a proposé. Et déjà on est dans une participation des
162 personnes qui est dynamique en elle-même. Elles répètent pas quelque chose qu'on a demandée,
163 mais quelque chose qu'elles inventent.
- 164 *E : De créativité, donc... et quels étaient vos ressentis ?*
- 165 Z : Et bah moi quand chacun a présenté, puis quand y'a eu des, et puis toutes les discussions au
166 début, y compris, sur par exemple la discussion sur un avis. Qu'est-ce qu'un avis ? Je me suis
167 dit, c'est génial, là on est bien dans quelque chose qui est classique pour nous et en fait qui n'a
168 rien de normal. Parce que confronté à une autre culture, ça commence à changer de sens. On
169 est bien dans quelque chose qu'on peut moduler, modifier, retravailler et avec cette perception
170 que moi, dès que c'est possible on retravaillera toutes ces choses-là avec les usagers.
- 171 *E : Est-ce qu'il y'avait des difficultés dans cette ronde ?*
- 172 Z : Euh... non.
- 173 *E : Pas ressentis des difficultés ?*
- 174 Z : Euh... non.

175 *E : Et quels sujets ont été abordés ?*

176 Z : En résumant ? Bah la souffrance, moi je résumerai, c'est la souffrance de ne pas savoir, de
177 ne pas connaître les choses. Parce que, il me semble que, à terme, on peut prendre tous les mots
178 qui ont été utilisés, mais il me semble que la peur de ne pas savoir est quelque chose, était
179 l'élément dominant. Et, de pas savoir ça nous renvoie pleins de choses, d'abord à la gestion de
180 la peur d'un côté, et puis la gestion du savoir, qui me renvoie aussi à une perception tout à fait
181 médicale c.à.d. que là y'a une peur de pas savoir, de ce qui s'est passé et je me posais pleins de
182 questions sur la réalité de ce qui se passait... et je vais pas dire une erreur médicale, mais en
183 tous cas une incompétence médicale à donner une information. Parce que l'information, du
184 coup, comme c'était pas acceptée, fin pas compris, ben on se trouvait devant une inquiétude qui
185 était générée, parce que. La personne qui a dit, qu'elle n'avait pas eu de compte rendu, qui ne
186 savait pas, qui était opérée trois fois de l'appendicite. Je connais un peu la médecine, on n'opère
187 pas trois fois une appendicite, on ne garde pas de douleur résiduelle, après une appendicite,
188 donc on est obligé de se dire, soit c'est une appendicite avec complication, ce qui n'a pas été
189 dit au patient, soit c'est une erreur diagnostique et il persiste quelque chose qui n'a pas été
190 identifié, soit on a opéré quelque chose qui ne devait pas être opéré. Et persiste le symptôme,
191 donc médicalement en tant qu'interniste je me trouvais avec pleins de possibilité à soulever,
192 sans oublier que la douleur initiale qui pouvait être abdominale ne pouvait pas être liée à une
193 pathologie organique et peut très bien avoir conduit à une intervention inutile. Donc voilà, ça
194 ouvrait énormément sur le plan médical, beaucoup beaucoup de perspective. Ce qui n'était pas
195 dans le cadre de la ronde, c'était pas mon boulot de médecin de décoder. En tout cas, ce qui
196 était décodé en réel, c'est qu'il n'y avait pas eu d'information, que l'absence d'information
197 avait forcément un lien avec la persistance de la douleur.

198 *E : D'accord. Et qu'est-ce que ce groupe vous a apporté, ou vous apporte ?*

199 Z : Beaucoup beaucoup de choses. Maintenant je suis un peu l'errant à plein de groupe, c'est
200 affreux, je suis pas très social. Je suis un voilà... Dans mes caractéristiques je suis extrêmement
201 soucieux du collectif. Je crois pas qu'il existe de solution sans collectif, sans participer au
202 collectif, sans se soucier du collectif. Mais je suis pas un fêtard de groupe, je fais pas partie des
203 clubs de foot ou des grands groupes de cycliste à vélo. Et quand, j'ai fait beaucoup de montagne,
204 mais j'ai pratiquement toujours fait de la montagne tout seul, fin pas tout seul, mais avec des
205 groupes de personnes, mais très limité. Et puis j'avais le même défaut de ce que je racontais, je
206 commençais en tête de cordée et j'ai fini en tête de cordée. C'est comme ça. Ça fait pas faire
207 des grandes choses, mais des choses différemment. Euh C'était quoi la question ?

208 *E : Qu'est-ce que ce groupe vous apporte, ou vous a apporté ?*

209 Z : Au quotidien tout. C.à.d. que, les fameuses règles, je me rends compte, c'est des thèmes que
210 je propose souvent, je me rends compte énormément que les gens ont des avis sur à peu près
211 tout. L'histoire du COVID est remarquable, chacun a son avis, c'est pas réfléchi et voilà. Les
212 personnes n'arrêtent pas de donner des conseils et moi, ça maintenant, ça me choque
213 énormément. Je me rends compte que moi je donne pas de conseils, mais que j'ai dû en donner
214 beaucoup, beaucoup probablement. C'est vraiment une expérience de vie, d'être beaucoup plus
215 dans l'écoute, de ne pas balancer des choses qui ne sont pas utiles. Les conseils aux personnes
216 peuvent avoir de temps en temps une utilité, mais finalement assez peu. Vaut mieux que ça soit
217 la parole, la personne qui découvre son chemin. Et ça m'a vraiment appris, que voilà... qu'il
218 fallait aider les personnes à trouver leur chemin, mais ne leur donner des conseils sur le chemin
219 qu'ils avaient à faire me paraît pas adapté. Et oui, j'ai appris, avoir du mal à dire « on » en
220 public alors que j'aime pas dire « je » parce que, c'est, y'a beaucoup de gens qui, c'est
221 compliqué la vie... qui se propulsent avec des « je » intempestifs avec des « je sais », « je
222 crois ». IL faut donner son expérience, mais en même temps il ne faut pas être trop sûr de soi.

223 Ça c'est une caractéristique d'interniste, c'est que, on est quand même, fin des bons internistes,
224 j'en connais des un peu différents, on apprend le doute. Puisque ce que je disais au début, c'est
225 une réalité, on sait plein plein de choses. J' sais bien dans l'établissement ou j'étais, on me disait
226 que, « toi qui sait tout ». Mais la réalité contrairement aux ophtalmos qui savent tout sur l'œil,
227 nous on sait rien sur... beaucoup de chose. Et donc on est en apprentissage tout le temps, c'est...
228 non je crois que c'est une attitude hein, on apprend à pas savoir. Faut avoir une certaine
229 assurance, parce qu'on, parce que on est avec des personnes, il faut rassurer les personnes. Mais
230 il y'a une façon d'assurer ou de réassurer des personnes, qui n'est pas celle, de ne pas balancer
231 des certitudes du haut de...

232 *E : Donc ça vous apporte, dans la manière de communiquer ?*

233 Z : Ah oui, même ça m'apporte une vraie philosophie du monde. C'est... Et puis chaque ronde,
234 fin je suis pas le seul à le dire, E15 (nom) le psychiatre, le dit très très bien. A chaque fois qu'on
235 sort d'une ronde, nous on se transforme. On est animateur d'une ronde, mais on est transformé
236 par la ronde. C'est là où la notion de de sachant. On est pas des gens qui ont un savoir, c'est
237 une réalité, c'est parce que non seulement on anime mais à la sortie on est transformé comme
238 les autres. Et c'est, c'est cet aspect extra-ordinaire. Et moi j'ai participé à d'autres groupes de
239 parole, pour voir comment c'était, fait par d'autres personnes, animés par des psychologues,
240 qui ont réellement un savoir, mais qui du coup me donnaient pas l'impression d'être interrogés
241 pour eux même. Je pense qu'ils étaient trop dans des certitudes. Il me semble.

242 *E : Merci. Et alors la question qu'on pose à tout le monde aussi. Est-ce que vous comptez y*
243 *retourner si oui pourquoi, si non pourquoi ?*

244 Z : Alors ben bien-sûr, je vais y retourner. Je vais essayer d'animer. Je vais continuer ce que
245 j'ai commencé, c.à.d. lancer une formation pour tous les gens de (*nom de centre de santé*), parce
246 que j'en parlais. Parce que à la suite d'une pression qu'on a essayé de faire... Le président de
247 (*nom de centre de santé*), qui était passé ici, a bien mis, que dans les innovations de (*nom de*
248 *centre de santé*) de cette année, nous c'était une petite chose, mais il l'a quand même cité. Il a
249 cité tout le boulot qui a été fait Briançon, qui est énorme par rapport à ce que nous avons fait,
250 hein, dans l'accueil des personnes. Il a cité Briançon, il a cité Grenoble avec la thérapie
251 communautaire (*rire*).

252 *E : Ouais, il a cité la thérapie communautaire ?*

253 Z : Dans son discours, en disant. En expliquant très bien en deux phrases, qu'on lui avait
254 expliqué, parce que lui avait pas entendu parler, il était (*nom de centre de santé*), il était
255 président, mais c'était pas remonté dans les sphères, alors que nous on a fait des rondes à Paris,
256 plusieurs rondes, avec des gens à l'occasion de forum, de discussions. Mais que ça arrive pas
257 au Président, ce n'est pas... C'est une association internationale. Et il nous a cité et avant la «
258 PASS de ville » à Marseille, qui était un gros truc aussi, qui a été mis en place. Nous on fait
259 peu de choses, mais ça n'a pas été oublié. Ça veut dire qu'on va essayer de travailler là-dessus,
260 on travaille en parallèle, j'étais avec E3 (*nom*) hier soir, on travaille en parallèle, dans le cadre
261 de..., pas dans le cadre de (*nom de centre de santé*), sauf qu'on représente le travail fait auprès
262 de personnes migrantes, dans le cadre de l'Association européenne de thérapie communautaire.
263 Donc on se réunit en vision, et ceux qui ont une expérience de migrants, il y'en a pas en France,
264 sont des Suisses, que je connais maintenant par visio, avec qui on essaye de réfléchir, de
265 travailler.

266 *E : Qui ont une expérience de TCI chez des personnes en situation de migration ? Et vous*
267 *réfléchissez à ?*

268 Z : Et ben, c'est des choses qui voudraient faire une diffusion. Quand on pratique vraiment la
269 thérapie communautaire, on se rend compte qu'il y'a plein de milieu ou ça pourrait être utilisé.
270 Le français moyen, on va dire standard, il se rend pas compte qu'il en a besoin, parce que les
271 difficultés de la vie, il ose pas en parler, il les porte lui-même. Quand il a des difficultés plus
272 graves, il va voir un psychologue, un psychiatre. Mais ce n'est pas partagé de façon collective.
273 Et si j'avais le temps, le courage, je monterai des rondes dans tous les secteurs. Par exemple, je
274 ferai des rondes pour grands-parents. C'est l'exemple typique, les grands parents sont dans une
275 souffrance extraordinaire dans la relation avec leurs enfants et petits-enfants. Mais qui sont pas
276 du tout vécues comme des souffrances, sauf qu'ils en sont. Qui sont soit simplement vécues
277 comme quelques difficultés personnelles, or c'est quelque chose, qui est très collectif. Et
278 comme c'est collectif, chacun a des solutions. Donc le partage de solution ç'est une partie... Ça
279 j'ai découvert quand j'animais des rondes à (nom de ville), dans un contexte, de grande réunion
280 sur l'immigration. Et le sujet a été proposé, a pas été choisi, qui était un sujet très simple : « Moi
281 j'ai l'impression que mes petits enfants s'intéressent pas à ce que je vis ». Et comme moi je vis
282 un peu la même chose, parce que j'écoute énormément mes petits-enfants, je l'ai fait parler, et
283 y'a pas de réponses en parallèles... Mais quand même on a l'impression qu'on rate quelque
284 chose. Donc voilà on pourrait faire des rondes de parents, des rondes, comme avait fait E15
285 (nom), de femmes enceintes, on pourrait faire des rondes à thème. On pourrait faire des rondes
286 dans des milieux particuliers. Et une des prochaine ronde qu'on va faire, parce que quelqu'un
287 a dit « moi j'ai des difficultés à l'accueil, j'aimerais bien qu'on me fasse une formation sur
288 l'accueil ». On va pas faire venir un spécialiste de l'accueil, ça n'a pas de sens. Ça va être
289 exactement ce qu'on cherche pas. Donc on propose une ronde sur l'accueil, dans laquelle on
290 partagera notre expérience et surtout nos difficultés à l'accueil. Et quand on a vécu des
291 difficultés, on rentre dans la ronde, comme on fait

292 E : Basé sur la TCI ?

293 Z : Sur la TCI, ça sera une ronde de TCI, mais basée sur l'accueil.

294 E : Est-ce qu'il y'a des choses que vous aimeriez voir changer, dans cette ronde de parole ?

295 Z : Bah d'emblée, ouais, ce que je m'aimerais bien voir changer, c'est qu'on arrive à mieux
296 diffuser auprès des personnes migrantes, dans ce cas-là, parce que on a pu voir que ça pouvait
297 être génial. Et puis ben j'espère que je verrai bientôt des rondes animées par nos usagers !

298 E : D'accord. Est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?

299 Z : Et ben que votre travail il aboutisse à nous donner des éclairages et des réflexions sur ce
300 qu'on essaye de faire. Que ça soit pas qu'une observation, mais en même temps, le recoupement
301 de beaucoup de choses, fin de ce que vous avez décidé de faire, c.à.d. de donner de la place à
302 l'intelligence collective, c.à.d. plein de réflexions de beaucoup et à la suite de ces réflexions,
303 quelque chose qu'on pourrait construire. Je pense qu'il y'a des innovations à mettre en place.

304 E : Et ben merci beaucoup.

1 Entretien n°5 : Louise

2 E : *Enquêtrice* L : Louise

3 E : *Donc du coup les questions que je vais vous poser, je pose les mêmes questions à tout le*
4 *monde, il y a des questions plus globales, d'autres plus personnelles et bien sûr on n'est pas*
5 *obligé de répondre. Du coup je vais vous laisser choisir un pseudonyme.*

6 L : Bah ... Louise

7 E : *D'accord, très bien, pour commencer je vais vous laisser me parler un peu de vous, que*
8 *vous vous présentez.*

9 L : D'accord, alors moi je suis médecin psychiatre dans la fonction publique depuis plus de
10 vingt-cinq ans et donc en plus de ça je suis aussi thérapeute de famille et de couple et je suis
11 aussi formateur et euh j'anime des réunions pour des personnes qui sont pas forcément
12 soignants que ce soit des éducateurs, des assistantes sociales, je suis aussi des réunions avec
13 des médecins généralistes, des ergothérapeutes et je suis très intéressée par partager des
14 expériences et par sortir de mon champ, de mon champ carré de la psychiatrie et tout ce qui
15 touche l'approche communautaire, la thérapie communautaire c'est mon dada depuis quelques
16 années et je suis de formation systémique ce qui a un petit peu à voir.

17 E : *Et plus personnellement depuis combien de temps êtes-vous à Grenoble ? Est-ce que vous*
18 *vivez seule ?*

19 L : Alors moi je suis d'origine du Nord Est de la France et euh je suis venue à Grenoble en 1994
20 parce que j'ai fait mes études de médecine à Strasbourg et euh je suis venue pour faire ma
21 spécialité en psychiatrie et je me suis bien plu dans la région et je suis restée. Et sur le plan
22 personnel, je ne vis pas avec mon amoureux mais donc euh voilà. Pour des raisons
23 professionnelles qui ne nous permettent pas d'être dans la même ville.

24 E : *D'accord, vous êtes bien entourée ?*

25 L : Et j'ai beaucoup d'amis, et j'aime beaucoup la montagne et la randonnée et je pratique le
26 Chi Kong et j'aime bien le théâtre, j'aime bien sortir, j'essaie de faire du sport et euh voilà je
27 suis très intéressée par les gens en général et de par mon métier j'en vois beaucoup, voilà.

28 E : *Merci et euh une question à laquelle vous n'êtes pas obligée de répondre, j'aurais aimé*
29 *savoir : « moralement comment allez-vous » ?*

30 L : Euh je vais... bien, je vais bien. J'ai comme tout le monde des petits soucis et des petits
31 problèmes mais j'essaie de me raccrocher à ce qui est positif et puis et je pense que à part la
32 mort rien n'est grave dans la vie donc j'essaie toujours de relativiser et...Et que voilà. Mais je
33 vais peut-être dire ça aujourd'hui et que hier j'aurais dit « oh là je suis fatiguée » et que demain
34 je vais dire « oh quelle tuile qui me tombe dessus » mais j'ai la chance d'être d'une naturel
35 assez positive et puis et euh et voilà. Et puis de soigner des gens, de travailler avec des gens
36 avec qui je m'entends bien ça me, ça me donne de l'énergie, j'essaie de donner de l'énergie
37 mais j'en reçois beaucoup donc euh je crois beaucoup aux collectifs et je pense qu'il ne faut
38 jamais être isolé que ce soit quand on va bien ou quand on a mal et c'est de là qu'on peut
39 toujours avoir des ressources ou des aides et d'autres idées pour se décaler un peu de ses petits
40 soucis, voilà. Et j'ai de la chance d'être en bonne santé, oui j'ai des problèmes comme tout le
41 monde des proches qui sont en chimio ou quoi mais pour l'instant personne n'est au seuil de la
42 mort donc tout va bien.

43 *E : Merci, alors ça c'est une question que je ne pose qu'aux animateurs c'est comment avez-*
44 *vous découvert la thérapie communautaire intégrative ?*

45 L : Alors euh, je l'ai découverte par un confrère psychiatre qui s'appelle E15 (*nom*) et qui a
46 écrit un livre avec Adalberto Barreto qui s'appelle (*nom de livre*) je crois ou un titre qui est
47 comme ça. Et ce confrère il y a quelques années, il était en retraite et il m'a sollicitée comme
48 j'étais chef de pôle parce qu'il faisait visiter euh des hôpitaux de la région à des gens qui
49 venaient du Brésil. Et au Brésil ils ont beaucoup développé l'approche communautaire, les
50 groupes communautaires et du coup on a reçu euh ces Brésiliens par petits groupes, on leur a
51 fait visiter les services. Et pour nous remercier ils ont fait une séance de thérapie communautaire
52 in vivo, on avait pris le gymnase, on était très nombreux et ils nous ont fait participer et vivre
53 ça et ça ça m'avait beaucoup plu et ensuite j'ai lu le livre et ça m'a beaucoup parlé par
54 l'approche systémique parce que le psychiatre qui avait monté ça dans les favelas il était de
55 formation systémique donc moi ça m'a beaucoup parlé par rapport à la thérapie systémique qui
56 est l'activation des compétences euh enfin qui est l'inverse de vous avez les problèmes, nous
57 avons les solutions mais nous allons mutualiser nos savoirs euh moi je suis très intéressée par
58 l'idée qu'il y a un savoir un peu académique et théorique et qu'il y a un savoir populaire et «
59 expérientiel » et que le mixte des deux ça permet de beaucoup beaucoup beaucoup de choses et
60 euh voilà. . Et du coup dans la façon dont je travaille j'avais ces idées en tête et en travaillant
61 avec (*nom de centre de santé*), à un moment comme j'avais dégagé un peu de temps je leur ai
62 dit : Est ce que ça vous dirai qu'on se lance ? et X avait aussi fait une formation qui allait dans
63 ce sens-là et on a créé un groupe de travail à (*nom de centre de santé*) et on s'est réuni quelques
64 fois pendant plusieurs mois et on s'est lancé.

65 E : Et vous êtes allée vers eux pour leur dire euh ça serait... ?

66 L : Oui car je travaillais déjà avec les généralistes et moi j'avais déjà eu l'expérience de monter
67 un groupe de parole dans un long séjour pour des patients un peu chroniques de la psychiatrie
68 mais dans un lieu de vie avec un psychologue on avait mis en place un groupe de parole et moi
69 j'avais eu l'habitude dans ma pratique d'animer des groupes de parole ou des groupe soignants
70 soignés euh voilà et puis aussi des groupes pour les professionnels où quelqu'un amène un
71 problème et on réfléchit collectivement à une solution. Donc moi c'est quelque chose déjà qui
72 m'intéresse, j'avais vu les Brésiliens le faire, du coup j'ai travaillé ça parce que je m'occupe
73 aussi d'accueil familial thérapeutique au CHAI et euh c'est aussi le principe de mettre les
74 patients dans des collectivité où tout le monde participe et j'avais fait une com à Paris dans un
75 congrès là-dessus. Pour moi l'approche communautaire ça...dans les courants de la psychiatrie
76 c'est l'héritier de la thérapie institutionnelle, voilà donc je me suis intéressée à ça à la fois sur
77 le plan théorique à la fois sur le plan pratique depuis des années mais plutôt dans le champ de
78 la psychiatrie mais là c'était une opportunité à (*nom de centre de santé*) de proposer à des
79 personnes de (*nom de centre de santé*) qu'on monte quelque chose et ils étaient intéressés. On
80 a d'abord fait un groupe de travail pour définir un peu ce qu'on aurait envie de faire ensemble
81 et après on s'est lancé comme ça.

82 *E : D'accord donc c'est comme ça que...car la question suivante c'est qu'est-ce qui vous a*
83 *amenée vers ce groupe ? Mais du coup c'est comme ça que...*

84 L : En fait c'est tout bête c'est que moi ici je devais arrêter mes consultations à 17h pour des
85 raisons de sécurité alors que je travaillais plus tard et ça m'a frustrée et j'ai dit à mes collègues
86 à partir de la frustration moi je fais un projet, je ne m'inscris pas dans la frustration. Et du coup
87 je leur ai dit quand on se rencontrait pour les présentations de projet, moi après 17h je peux plus
88 rester ici pour mes, mais je peux venir chez vous, est ce que ça vous ? Sois-je peux faire
89 euh...des consultations avec vous, conjointe, qu'on n'a pas exclu de faire, soit aussi on pourrait
90 s'il y a des gens partants, on pourrait faire un groupe. Et ils m'ont dit on va en parler en

91 assemblée générale parce que au (*nom de centre de santé*) ils parlent de ça. Et ils sont revenus
92 vers moi en me disant écoute ton idée elle séduit plusieurs personnes, viens nous en causer et
93 puis on a, avec (*nom de personne*) principalement et puis après (*nom de personne*) et (*nom de*
94 *personne*) on s'est rencontré plusieurs fois et puis à un moment on a dit il faut se lancer quoi,
95 on va voir ce que ça donnera.

96 *E : Donc il a commencé comment ce groupe de parole ?*

97 L : Il a commencé par le fait qu'on s'était mis d'accord pour proposer une thématique au départ
98 parce qu'on avait peur que ça soit tellement nouveau que les gens ne sachent pas de quoi parler
99 et que ça soit nous qui amenions des problèmes, alors plutôt que d'amener des problèmes on a
100 amené la problématique du travail mais de façon très large, souffrance au travail, Burn out,
101 satisfaction sociale enfin...(*nom de personne*) il faudrait qu'il le retrouve il avait fait un flyer
102 avec plein de mots clés très très intéressant et puis ils ont fait de la pub et on s'est lancé. La
103 première fois je sais plus combien on a eu 3-4-5 personnes puis on a décidé que le thème était
104 tellement intéressant qu'on l'a utilisé plusieurs fois. Et puis après on a dit on pourrait passer sur
105 d'autres thématiques et plutôt laisser très ouvert et recoller au principe de la thérapie
106 communautaire. Au départ on a dit qu'on allait faire un peu à notre sauce à nous et pas se mettre
107 des choses trop rigides et faire avec ce qu'on avait convenu de faire, ce avec quoi on serait à
108 l'aise et euh voilà. Donc là on se rapproche un peu plus du principe de la pratique un peu
109 classique de la thérapie communautaire où le principe c'est que plusieurs personnes amènent
110 un problème, on en choisit un et puis on le, voilà.

111 *E : D'accord et du coup comment avez-vous vécu la première expérience de groupe de parole*
112 *? Votre première expérience ?*

113 L : Alors la première expérience on était un petit peu à la fois très curieux de voir ce que ça
114 allait donner, un peu stresser de se dire peut-être que nous on arrive à...

115 *E : Alors c'est votre première expérience que vous avez vécue en tant que, en tant que*
116 *participante à un groupe de...*

117 L : Ah à un groupe ? un groupe de quoi ?

118 *E : Du coup un groupe de parole en thérapie communautaire intégrative.*

119 L : Groupe de parole en thérapie communautaire intégrative...bah alors je sais parce que...

120 *E : Non mais c'est bien on peut prendre votre premier exemple...*

121 L : Car j'ai eu ma première expérience avec l'équipe du Brésil, qui était vraiment la thérapie
122 telle qu'elle a été fondée par l'école la qui s'est disséminée en Europe qui a formé des gens
123 partout hein.

124 *E : Et bien on peut prendre déjà celle-là et après peut être le premier groupe du (nom de centre*
125 *de santé).*

126 L : La grande expérience que j'ai eue in vivo avec des gens qui le pratiquent depuis longtemps
127 au Brésil, elle était euh assez déstabilisante parce que ça fait tout bizarre d'être avec dans un
128 immense groupe car là il y avait beaucoup de monde. Beaucoup de gens qu'on ne connaît pas
129 et des personnes qui amènent des choses extrêmement personnelles et en même temps il y avait
130 tout de suite beaucoup de confiance, beaucoup de bienveillance et beaucoup d'attention donc
131 c'était un moment à la fois très fort et même assez émouvant par certains moments, ça fabrique
132 un collectif où il y a beaucoup d'émotionnel et d'attention. Et puis à la fin ils avaient proposé
133 un rituel qui était de chanter une chanson enfin parce qu'ils avaient amené des choses très

134 culturelles du Brésil aussi donc là c'était très très fort. Et pour ce qui concerne le groupe de
135 (*nom de centre de santé*) la première fois c'était un mélange de curiosité, de de stress du côté
136 des animateurs qui se demandent si la mayonnaise va prendre et puis très vite euh après de
137 concentration, d'émotions et de satisfaction, de partage.

138 *E : Comment ça s'est passé du coup ?*

139 L : Ça s'est passé qu'on a présenté les choses de façon un peu formelle et qu'après assez
140 rapidement les, les participants se sont lancés, se sont jeté à l'eau et ont amené des choses et
141 des témoignages très forts sur des problématiques où on sentait qu'il y avait de l'émotion, de la
142 douleur, de la souffrance et en même temps beaucoup d'attention et d'écoute entre les
143 participants et euh les gens ont remercié et sont je crois tous revenus, voire emmené une autre
144 personne la fois d'après. Il y a quelque chose qui s'est passée, qui a pris alors nous on ne
145 s'attendait à rien de particulier mais mais c'était très intéressant dès la première séance. De ce
146 que je me souviens parce que ça date maintenant, de...je ne sais pas, un an et demi ou deux ans
147 mais on devrait retrouver les dates, oui.

148 *E : D'accord et racontez moi maintenant votre dernière expérience, la dernière fois, racontez-*
149 *moi vos ressentis, les sujets....*

150 L : Alors la dernière fois, c'était il y a trois semaines au (*nom de centre de santé*), euh bah il y
151 avait un petit peu... le questionnement et le doute sur le fait que les gens reviendraient après
152 cette expérience qu'avait été le confinement, déconfinement et puis.... En plus ce n'était pas
153 dans la salle je crois où on faisait habituellement donc il y a eu la question d'essayer de
154 reprendre et de reconnecter quelque chose qui s'était interrompu sans que personne le veuille
155 hein dans ce qui s'est joué avec l'épidémie du covid19 et puis finalement c'était une belle
156 surprise, c'était une belle surprise de voir que les gens étaient là et qu'il y avait, qu'on a retrouvé
157 cette concentration, cette attention à l'autre, ce respect, cette écoute, cette solidarité entre les
158 participants et ce qui fait que...Oui j'ai retrouvé l'intérêt que j'avais pu avoir au début. Donc je
159 suis...je suis intéressée de savoir ce que les gens vont dire et j'essaie de penser à quel moment
160 je peux intervenir et ajouter quelque chose tout en laissant de l'espace pour les animateurs il
161 me semble que la question c'est d'être là mais tout en laissant beaucoup d'espace et en essayant
162 d'être plus des facilitateurs, voilà pour moi c'est cette place de facilitateur qu'on a je crois.

163 *E : Est-ce que vous intervenez ? Vous arrivez à lâcher votre casquette de médecin psychiatre*
164 *ou est-ce que vous vous considérez comme une participante ? Comment ça se passe ?*

165 L : Alors j'essaie de pas trop la lâcher parce que je pense que c'est ...l'intérêt pour le groupe
166 c'est que chacun amène quelque chose de positif et que voilà, j'essaie, je dis toujours d'amener
167 toujours mon petit grain de sel psy qui est pas forcément psychiatrique mais aussi
168 psychologique puis ce que je suis aussi thérapeute et pas forcément dans une étiquette de
169 médecin mais de quelqu'un qui a une formation académique et universitaire de ce que c'est que
170 le corps humain, les émotions, de ce que c'est de nommer des choses, mettre des mots et donc
171 ça je l'utilise sciemment et je dis dès le début que je suis ...« psy » pour que les gens disent pas
172 oh la la comme elle parle et disent bah oui car c'est un peu son boulot et c'est peut-être ce qu'on
173 attend d'elle aussi.... Et après je ne m'interdis pas de parler, d'amener un témoignage de
174 personne, de citoyen, de toutes les positions qu'on peut avoir euh sur le plan familial,
175 hiérarchique, d'être consommateur de de plein de chose dans la cité donc euh ...j'ai les deux
176 choses à la fois car je vais vraiment aussi à ce titre là et je m'énonce à chaque fois.

177 *E : D'accord, vous faites part de votre expérience professionnelle en fait ?*

178 L : Oui, de mon expérience.... Voilà, au sens large.

179 *E : Mais aussi de votre expérience personnelle ?*

180 L : Oui les deux mais c'est vrai que...que j'essaie d'amener un plus de ça et si je sens que
181 quelqu'un est en difficulté je vais utiliser un peu mon savoir-faire de thérapeute ou de
182 psychothérapeute pour euh... pour que mes paroles soient aussi parfois réconfortantes ou aident
183 à prendre du recul ou comme j'ai, voilà, je ne peux pas m'empêcher si je sens que quelqu'un
184 est angoissé ou déprimé ou débordant de...de développer l'attitude empathique un peu...pas
185 psychothérapeutique mais un peu empathique et soutenante ou apaisante que voilà ...mais
186 sans faire de la thérapie hein, mais, j'ai tendance à faire ça de façon naturelle. Mais je m'efforce
187 de pas trop parler aussi parce que j'apprends aussi de ce que disent les autres et je suis vraiment
188 souvent bluffée de comment les personnes en difficultés peuvent en même temps être très
189 attentives et trouver les mots justes pour répondre à quelqu'un qui est en difficulté. Ces qualités
190 et ces capacités-là moi j'y crois beaucoup ! Je crois que ce n'est pas distribué ainsi de dire que
191 les uns sont faits pour avoir des problèmes et les autres sont faits pour trouver des solutions. On
192 peut tous éprouver des problèmes ce qui fait que quand quelqu'un parle d'un problème il y a
193 une résonance pour chacun d'entre nous en tant qu'ayant vécu ce problème ou quelque chose
194 qui s'en approche et qu'après c'est quelles ressources vont se mobiliser mais pour chacun et ce
195 n'est pas que les uns ont les problèmes et les autres ont les ressources. C'est que... un de nous
196 met un problème sur la table mais ça pourrait être n'importe qui d'entre nous, moi je pourrais
197 le faire aussi, à chaque moment et puis aussi les ressources, les miennes valent pas plus que
198 celles des autres mais si elles s'additionnent toutes ou qu'elles sont pas toutes les mêmes c'est
199 pour moi ce qui fait l'intérêt quand je vais là-bas, j'essaie d'amener quelque chose et d'être très
200 attentive à ce qui se passe parce que je trouve que c'est extrêmement intéressant.

201 *E : Humm et du coup sur cette dernière fois, est-ce que vous vous rappelez les sujets ? Est-ce*
202 *que vous avez eu des difficultés ?*

203 L : Je vais essayer de m'en rappeler mais entre-temps j'ai vécu moult expériences y compris
204 groupales. Alors moi ce que je me souviens c'est qu'on a parlé de...de la difficulté ...une
205 personne a parlé de la difficulté d'être mère, euh Une mère fragilisée par la dépression, bah
206 c'est comme ça que je m'en souviens. Être une mère en étant fragilisée par la dépression avec
207 des mères de jeunes qui sont à l'âge de l'adolescence qui n'est pas facile et qui viennent un peu
208 chercher les parents et comment ça peut être douloureux, déstabilisant, décourageant, déprimant
209 enfin voilà, c'est ce que je me souviens en résumé de la problématique qui était retenue.

210 *E : Est-ce qu'il y avait eu des difficultés dans ce groupe ?*

211 L : Non moi je n'en ai pas ressenti je pense que chacun prenait le temps de choisir ses mots, de
212 s'exprimer et...Et qu'il y en a qui étaient très attentifs par leur présence sans parler beaucoup
213 mais j'ai senti plus de facilité que de difficultés.

214 *E : D'accord et qu'est-ce que ce groupe C vous apporte ou vous a apporté ?*

215 L : Alors ça me conforte dans les idées que j'ai que le collectif est quelque chose de de
216 fondamental et c'est une force surtout dans tout ce que l'on vit actuellement. Et qu'il y a plein
217 de facteurs stressants, plein de problèmes mais que c'est intéressant de, de faire le compte des
218 ressources et des forces et que pour moi c'est vraiment du côté des ressources et des forces et
219 pour moi c'est quelque chose qui fait du bien, c'est quelque chose qui est utile, c'est quelque
220 chose qui fait du bien et c'est quelque chose qui existe car on est là ensemble, qu'on le décide
221 et chacun participe à ça et ça existe grâce à chaque personne qui est là et voilà pour moi c'est
222 vraiment du collectif ...j'aime pas le mot positif....du collectif....il faut que je trouve un mot
223 qui n'ait pas de connotation morale... du collectif vivant et vivace et oui, c'est la question de
224 la vitalité pour moi qui est à l'œuvre et on le mesure d'autant plus qu'il y a des problèmes qui
225 sont abordés, pour moi c'est du lourd quand même ce qui est apporté et j'adore ce paradoxe des

226 personnes qui sont en difficulté et qui sont celles qui vont dire les choses les plus justes et les
227 plus pertinentes et les plus utiles pour , tout simplement pour avancer par forcément pour
228 trouver la solution ou pour faire des choses magiques mais pour avancer, pour... oui...voilà
229 donc moi je suis très très très intéressée par ça.

230 *E : Et ça vous apporte personnellement ? Vous y repensez ?*

231 L : Oui oui, à chaque fois ça me donne de la bonne humeur, ça me donne de l'enthousiasme, de
232 l'énergie, oui c'est une expérience positive si on veut ...j'aime pas le mot positif mais c'est une
233 expérience vivifiante, remotivante et puis énergisante !

234 *E :D'accord, Est-ce que vous comptez y retourner ? Si oui pourquoi et sinon pourquoi ?*

235 L : Ah bah je compte y retourner parce que je n'ai pas fait le tour de la question parce que à
236 chaque fois c'est autre chose et je suis contente et un petit peu fière de participer à cette
237 expérience ouais, ouais. L'avant dernière fois où il y avait eu une personne qui avait dit que
238 c'était comme une famille et moi je n'aurais pas forcément mis ce mot-là parce que en tant que
239 professionnel on a tendance à mettre des mots plus mesurés sur les expériences professionnelles
240 et garder d'autres mots pour euh et je trouvais ça très touchant qu'elle ait dit ça, qu'on avait
241 construit quelque chose et que pour elle on était comme une famille. Oui c'est vraiment quelque
242 chose qui existe vraiment et où chacun a sa place et donc euh c'est un plaisir et un projet de
243 continuer à y participer... voilà.

244 *E : Et est-ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer ?*

245 L : Mais non, pas forcément. Pas forcément parce que je fais confiance au groupe et je me dis
246 que s'il y a des choses qui doivent changer elles changeront euh naturellement et que ça viendrait
247 pas de...d'un désir ou d'une idée que j'aurais mais si quelqu'un amène une proposition de
248 changement je serai attentive à dire mon avis mais j'ai pas spécialement de...d'idée de
249 changement. Parce que je trouve qu'à chaque fois c'est déjà un petit peu différent et que le fait
250 de poser un rituel, des habitudes euh...je trouve que c'est important qu'il y ait quelque chose
251 de stable, de rassurant euh voilà qui vienne comme un peu une routine et que à partir de ça il
252 peut se passer plein de choses. Mais peut-être qu'au bout d'un moment il faudra changer
253 quelque chose mais là on vient de reprendre après une coupure, on vient de réinstaller ça, de se
254 retrouver régulièrement c'est déjà bien.

255 *E : Et est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ? Voilà quelque chose qu'on n'aurait*
256 *pas abordé dans l'entretien... sur ce groupe, les groupes de paroles ?*

257 L : Non je trouve pas parce que c'était des questions, les questions étaient bien pour balayer un
258 peu l'idée générale, euh ...non

259 *E : Des points forts ? retour de participants ?*

260 L : Bah parfois c'est un challenge de faire les groupes quand il y a une personne euh...qui prend
261 beaucoup de place et qu'il faut pouvoir réguler, ce que je peux dire c'est qu'il y a des fois où
262 c'est plus facile que d'autres. Des fois on se laisse porter et puis tout ce qu'on en attend ça vient
263 et parfois il peut y avoir de choses pas forcément attendues mais il faut faire avec car ce sont
264 des personnes s'il y a quelqu'un qui a du mal à comprendre les règles pour des raisons X ou Y
265 parce qu'il est fatigué ou qui voudrait faire plus alors euh...Oui des fois il faut pouvoir réguler
266 quand il y a une ou l'autre personne qui a du mal à laisser la place aux autres ou...mais ça fait
267 partie du challenge et du côté un petit peu aventure hein, donc euh voilà. Il faut se dire quand
268 même que tout peut arriver parce que quand on va titiller de l'humain et qu'on se met à plusieurs
269 et qu'on dit allez-y, lâchez-vous, en même temps on a posé des règles et des bases mais il faut
270 être garant un petit peu quand on anime ce genre de groupe de ce qui est une forme de sécurité

271 psychique , ça c'est mon petit côté psy qui prend le dessus là, de dire que moi en tant
272 qu'animateur je me sens un peu investie du rôle de garantir une forme de sécurité psychique
273 pour l'ensemble des participants mais que souvent elle se passe toute seule et que je peux être
274 amenée s'il y a quelque chose qui déborde ou qui met le groupe mal à l'aise de d'en faire quelque
275 chose et je peux être amenée en tant qu'animateur autant c'est bien qu'à des moments on
276 s'efface et qu'on facilite les échanges et qu'à certains moments on puisse rassurer le groupe s'il
277 se passe quelque chose dans l'énoncé ou dans...qui peut mettre les gens en difficultés. C'est
278 pour ça qu'au tout début dans les règles qu'on avait fixées à plusieurs, moi j'avais amené en
279 tant que psy la proposition de la règle que si quelqu'un a été blessé ou choqué par quelque
280 chose qui s'est dit qu'il emmène pas ça mais qu'il reste à la fin et qu'il aille vers les animateurs
281 et qu'on puisse le débriefer ou en faire quelque chose parce qu'on est pas garant du fait qu'il y
282 en a pas un qui va s'enflammer ou à dire des choses qui peuvent mettre quelqu'un en difficulté
283 donc voilà, moi en tant que psy je suis un peu attentive au confort et à la sécurité psychique.
284 Parce que des fois les groupes de parole on peut se dire c'est bien si ça active un peu des
285 émotions mais faut pas que ça brasse trop et qu'on en sorte euh genre euh waouh comme ça ou
286 voilà...c'est un C'est jamais arrivé vraiment mais il y a pu avoir une ou l'autre personne
287 qu'il fallait un peu réguler parce que parfois dans l'expression un petit peu tranchée ou un petit
288 peu vive il fallait dire et bien chacun peut avoir son avis tout ça mais voilà on...des fois un sujet
289 qui nous passionne on va dire des choses très...mais on va pas se disputer parce que si quelqu'un
290 dit un avis après on passe à une autre personne qui va dire un autre avis sans avoir besoin de
291 dire s'il est d'accord ou pas d'accord c'est pas ça la question, c'est pas pour faire un débat thèse
292 antithèse c'est pour que chacun puisse et s'exprimer et écouter l'autre et que ça se rencontre un
293 peu si possible aussi. Voilà je ne sais pas si je suis un peu hors sujet ?

294 *E : Non non, très bien hé bien merci beaucoup.*

295

1 Entretien n°6 : Toto

2 E : *Enquêtrice*, T : Toto

3 E : *Donc du coup toutes les questions que je vais poser là, c'est les mêmes qu'on pose à tous*
4 *les participants, les animateurs et les non- animateurs. On n'est pas obligé de répondre à toutes*
5 *les questions et à tout moment ça peut être enlevé de l'entretien. Et on va commencer. D'abord*
6 *je voulais vous demander de choisir un pseudonyme.*

7 T : Euh ben n'importe, j'sais pas moi, T.

8 M : T ? *Très bien. Merci. Alors la première question c'est euh... j'aimerais bien que vous me*
9 *parliez un peu de vous, que vous vous présentiez.*

10 T : *(silence)* Bon, bah que dire. Bah moi je suis, je m'appelle *(nom de personne)*, j'ai soixante-
11 huit an, je... j'ai fait... fin sur le plan professionnel, j'étais médecin généraliste pendant toute
12 ma carrière, j'ai pris ma retraite y'a trois ans et puis au bout de quelques mois j'ai senti que la
13 médecine me manquait et donc j'ai envoyé mon CV à *(nom de centre de santé)* et ça les a
14 intéressés et du coup j'ai commencé à travailler pour ce centre de santé. Voilà. Mmh... je viens
15 ici avec beaucoup de plaisir et oui c'est ça, je viens ici, je prends beaucoup de plaisir à venir,
16 parce que je trouve... D'abord ça me permet de continuer à faire ce que je sais faire et ce que
17 j'aime faire. Et puis je trouve que euh... on rencontre des gens tout à fait intéressants et puis
18 euh... je trouve aussi que c'est, c' que j'aime c'est de de sortir de ma zone de confort comme
19 on dit vulgairement. C'est-à-dire d'être désarçonné par des situations qu'on n'a pas, que j'ai
20 pas forcément eu l'habitude de rencontrer quand j'étais à mon activité dans une médecine euh
21 classique, classique oui, si on peut dire. Et je trouve ça très très stimulant, je trouve c'est très
22 stimulant, et c'est, je trouve aussi que c'est, pour des gens de mon âge c'est bien, parce que ça
23 fait, ça oblige le cerveau à continuer à fonctionner. *(rire)* Voilà, autrement j'sais pas trop quoi
24 dire d'autre.

25 M : *Et ben depuis combien de temps vivez-vous dans l'agglomération Grenobloise ?*

26 T : Je suis né à la Tronche. Voilà !

27 M : *D'accord ! (rire)*

28 T : Je suis le régional de l'étape. Je n'ai jamais bougé d'ici sauf pendant deux ans, ou j'étais en
29 Guyane française, ou j'ai fait mon service national là-bas.

30 M : *D'accord, et comment vivez-vous ? Est-ce que vous vivez seul ou ?*

31 T : Je vis en couple. J'ai quatre enfants. Euh 'fin on a quatre enfants qui sont tous en couple. Et
32 on a depuis samedi treize petits enfants. Voilà.

33 M : *Ok, merci. Et une question plus personnelle, moralement comment allez- vous ?*

34 T : Je vais très bien. Je vais très bien parce que euh... oui je vais bien parce que je j'ai la
35 chance, mais bon c'est p'tet pas complètement une chance, mais je trouve que euh... d'arriver
36 à la retraite en bon état, en bonne santé, en ayant pas besoin de savoir ce que je vais manger
37 demain et avoir la paye qui tombe à la fin du mois en faisant rien, ou en faisant que ce qu'on
38 aime, c'est quand même un luxe. Euh... enfin c'est pas que pour ça que je me sens bien, hein,
39 mais je trouve que euh... en plus avec, 'fin j'en ai pas parlé dans la présentation, mais le fait
40 d'avoir une activité d'hypnose très importante, ça m'a énormément ouvert au niveau de ma
41 liberté intérieure, on va dire. Et je me sens, et du coup, oui oui, ça m'a beaucoup transformé et
42 ça m'a donné beaucoup de confort dans ma vie.

43 *M : L'hypnose ?*

44 T : Ouais absolument. Je me faisais cette réflexion avant-hier parce que j'ai eu 68 ans et je
45 pensais à Mai 68 (*rire*). Et je pensais aux slogans qu'on écrivait, que les gens écrivaient sur les
46 murs en Mai 68, c'est marrant. Du style, « sous les pavés, la plage ». Et voilà, je trouve que
47 voilà, je pensais à ça. Oui j'ai beaucoup de chance, oui oui, je vais très bien.

48 *M : Comment avez-vous découvert la TCI ?*

49 T : Comment j'ai découvert la TCI ? Bah la TCI je l'ai découverte dans mon activité ici.
50 Comment ça s'est passé ? C'est vieux déjà. En fait je pense que c'est tout à fait par hasard, fin,
51 c'est tout à fait par hasard, parce que on s'est trouvé confronté à, aux problématiques de
52 souffrances psychiques, euh... ou de souffrances psycho-sociales, on va dire, des gens en
53 parcours d'exil. Et qu'on s'est interrogé avec E4 sur quelle réponse on pouvait apporter. Et il
54 se trouvait que euh..., on avait connaissance de l'association D qui, qui est pas, qui est tout près
55 d'ici, dont on ignorait l'existence, mais on l'a su tout à fait par hasard, on s'est mis en raccord
56 avec eux et comme ça, on s'est dit que finalement cet outil pouvait nous être très utile. Ça a
57 bien résonné avec les attentes qu'on avait. Donc très rapidement on a décidé de se former et
58 c'est comme ça que ça a démarré. Je pense oui oui, c'est lié au fait qu'il y'avait une association
59 à Grenoble qui fonctionnait bien, et le fait aussi qu'elle était, 'fin que un des membres important
60 de cette association c'est E15 qui est certainement la personne qui a développé la TCI en France,
61 puisque c'est lui qui a traduit les bouquins de Barreto, parce qu'il parle le portugais. Et donc ça
62 été un gros atout, que voilà.

63 *M : D'accord cette découverte, et face à des problématiques ressenties ici à (nom de centre de*
64 *santé) ?*

65 T : Oui oui bien sûr, parce qu'on s'est mis en recherche de quelles solutions, 'fin quelles
66 solutions, pas quelles solutions, mais quels outils pertinents on pouvait trouver pour répondre à
67 la situation de nos usagers, qui qui la plupart du temps sont des gens qu'on pourrait considérer
68 comme en bonne santé...

69 *M : Mmh*

70 T : Euh parce que ben, il y'a la sélection naturelle hein, qui fait qu'il faut quand même être
71 capable de faire ce qu'ils font. C'est quand même pas donné à tout le monde, d'avoir des
72 parcours aussi difficiles et s'en sortir en bon état. Et c'est vrai que, la plupart des gens, 'fin tu
73 as dû t'en rendre compte, la plupart des gens qu'on voit ici, physiquement ils sont pas mal quoi !
74 C'est des sportifs, ils jouent au football, ils courent, ils sont en bonne santé, mais ils sont en
75 grande souffrance par contre, avec des symptômes psychosomatiques très importants et des
76 réponses que la médecine occidentale en cherchant des pathologies ne peut pas répondre. Et
77 donc ça, ça fait quelque chose qui nous a beaucoup questionné et auquel on s'est dit, il faut
78 vraiment qu'on prenne à bras le corps ce problème, hein !

79 *M : Euh. Et du coup ça répond. Qu'est-ce qui vous a amené vers ce groupe à (nom de centre*
80 *de santé) ? Mais je crois qu'on a...je sais pas si il y'a quelque chose à rajouter.*

81 T : Et bah après de fil en aiguille quand on a été formé, on s'est dit face à des gens de groupe
82 D, ils nous ont dit « fonctionnez, vous avez pas besoin de nous, quoi ». Et du coup on s'est dit
83 que c'était important de faire un système qui soit très régulier, tout le temps le même jour, tout
84 le temps à la même heure, pour que les gens qui viennent même de façon compulsive ou même
85 impulsive, on va dire. Bah tiens aujourd'hui, j'ai rien à faire, je vais venir à la ronde ; Ce qui
86 est un peu le cas hein. Et voilà, et donc je pense que y'a plein de gens qui savent que le lundi à
87 15h, il se passe quelque chose ici.

88 *M : Et euh comment avez-vous vécu votre première expérience de découverte dans un groupe*
89 *de parole ?*

90 *T : J'sais pas si c'était la première fois, hein, et ...*

91 *M : Celle que vous vous rappelez ?*

92 *T : Moi, ce qui m'a frappé c'est... c'est euh... ce qui m'a frappé c'est le... changement*
93 *extrêmement rapide du regard des gens. Et euh... le simple fait de, de voir des gens qui*
94 *arrivaient, qui franchissaient la porte, et qui, et qui, p'tin qui avaient l'air triste quoi. Et le simple*
95 *fait d'avoir participé à la ronde, après euh... ils étaient pas pareil, quoi.*

96 *M : Mmh*

97 *T : Alors c'est vrai, ç'est...ça nous paraît loin, parce que le COVID ça dure depuis déjà*
98 *longtemps. Le fait qu'on puisse rien manger, rien boire, qu'on puisse rien faire de quelque chose*
99 *d'un peu chaleureux, ça enlève beaucoup, ça enlève beaucoup de tout ce qui est physique dans*
100 *la ronde, on va dire, et ça je trouve c'est extrêmement frustrant. Mais quand c'était pas le cas,*
101 *avant le COVID, et que, quand on pouvait se toucher, qu'on pouvait...euh... c'était... qu'on*
102 *pouvait manger, qu'on pouvait boire, qu'on pouvait... c'est tout des choses, toutes ces choses,*
103 *qui font, que y'a de l'humanité quoi. Et le fait que tout ça soit supprimé, ça ça rend les choses*
104 *à mon avis beaucoup plus difficiles. Bon ça reste quand même intéressant, comme on l'a vu*
105 *aujourd'hui mais, euh... ça je trouve que c'est extrêmement frustrant. Mais moi je pense que*
106 *toute cette euh, toute cette humanité, le fait de se prendre par les épaules, de se balancer, de*
107 *euh... c'est quelque chose qui est... qui est. Ça fait beaucoup de bien aux gens qui viennent, et*
108 *qui, 'fin quand ils sont en souffrance. Je trouve ça leur fait vraiment du bien, et ça se voit. Moi*
109 *c'est ce qui m'a le plus frappé. Je me disais finalement ben... cette ronde elle est peut-être pas*
110 *très réussie, mais en fait je me garde bien maintenant de de de porter des jugements euh... Je*
111 *sais pas bien, en fait, c'est pas mon problème, je je... Voilà.*

112 *M : Et euh, et vous en tant que « non –animateur », la première fois que vous avez du coup*
113 *découvert et participé à une ronde, qu'est-ce que vous en aviez pensé ?*

114 *T : Je pense que le ... euh... je pense que ce qui est le plus important justement, c'est de rien*
115 *penser, c'est plutôt de sentir. C.à.d. que... mais mais c'est moins vrai maintenant, parce qu'on*
116 *peut pas, on peut pas être dans l'émotion, 'fin on est moins dans l'émotion et la sensation, parce*
117 *qu'on peut pas faire ce qu'on fait d'habitude. Mais moi je pense que, c'est pas de penser quelque*
118 *chose qui est important, c'est de sentir. Et le simple fait que moi ça m'est arrivé plusieurs fois*
119 *de...de de repartir de la ronde en me sentant bien quoi. Voilà. Donc je, je prenais ça comme ça*
120 *venait, en me disant, ben c'est... du coup c'est agréable de se sentir bien et sans vouloir*
121 *forcement savoir pourquoi je pense ça. Mais euh... profiter que ça me fait du bien. Voilà.*

122 *M : Ok. Et racontez- moi votre dernière expérience de ronde de parole ?*

123 *T : Ben la dernière expérience c'est celle d'aujourd'hui. Euh... ma dernière expérience donc*
124 *c'est celle d'aujourd'hui. Euh...c'qui m'a un peu frustré c'est le le... la prédominance des*
125 *blancs sur les, sur les, sur le, 'fin j'sais pas comment dire ça mais... Le peu d'usagers, le ratio*
126 *entre les usagers du (nom de centre de santé) et les non usagers. Parce que moi j'ai encore du*
127 *mal de me répartir de ça, moi c'est pour les usagers que je suis là. Donc quand ils sont pas là,*
128 *et qu'il y'a que des européens, ça continue à me poser un problème. Même si euh... même si*
129 *euh... les les les bases de la TCI sont faites de telle manière, qu'en fait ça n'a pas d'importance.*
130 *C'est que ça n'a pas d'importance. C'est ce que dit E15 sans arrêt : « mais moi ça ne*
131 *m'intéresse pas de savoir, si c'est des africains ou des européens qui sont là ! ». C'est un peu*
132 *une boutade. Mais moi j'aime quand même bien que, parce que c'est pour les usagers, c'est*

133 aussi pour les usagers qu'on le fait. Quand il y'en a pas beaucoup, ça me gêne. Donc là ils
134 étaient deux mais euh... ça m'a fait plaisir que la personne qui est... dont on a reçu... dont on
135 a retenu la situation problème soit venue, parce que je l'ai sentie sur le plan médical, fin je
136 l'avais vue avant sur le plan médical. Donc je lui avais fait cette proposition, et je pensais bien
137 qu'elle viendrait. Donc ça m'a fait plaisir qu'elle vienne. J'étais un peu inquiet, parce que j'ai
138 effectivement trouvé qu'elle n'a pas été très bien reçue. Mais j'ai été très étonné de la voir,
139 euh... partager sur des choses extrêmement douloureuses, même plus que douloureuses, 'fin
140 des choses absolument épouvantables qu'elle a vécues, et euh... et puis de le faire. Moi je suis
141 toujours étonné, comme ces personnes, elles le font avec un certain détachement presque. 'Fin
142 comme si ben voilà, c'est comme ça quoi. C'est un espèce de... Mais je pense que c'est aussi
143 une grande différence culturelle. En Afrique les les, on on ressent pas forcément les choses de
144 la même manière. Ça veut pas dire que c'est moins violent, c'est pas ce que je veux dire. A
145 force de de d'en discuter avec des des patients africain, je me suis souvent rendu compte de ça.
146 Ils sont facilement résilients quoi.

147 *M : La résilience oui...*

148 T : Ouais ouais. Parce que, comme si ils étaient tellement habitués à être confrontés à des choses
149 difficiles, qu'ils ont une marge de sécurité, une marge de tolérance qui est beaucoup plus élevée
150 que la nôtre. Je pense que si une femme européenne avait vécu le dixième, le quart de c'qu'a
151 vécu la personne qui a témoigné aujourd'hui, je sais pas dans quel état elle serait quoi. Tandis
152 qu'on peut être étonné de voir que une fille qui a vécu, ce qu'elle a vécu soit debout.

153 *M : Parce que le sujet aujourd'hui ? Qu'est-ce que c'était ?*

154 T : Le sujet c'était, le sujet donc c'est euh... : Je suis, je ne peux pas dormir la nuit et j'ai perdu
155 l'appétit, parce que j'ai pas de nouvelles de mes parents. Voilà. Mais euh... quand elle a
156 développé son histoire, on s'est... On a vite compris qu'elle a été envoyé en Europe sous, sous
157 le couvert, le prétexte habituel de devenir femme de ménage et qu'elle s'est retrouvée dans un
158 réseau de prostitution à Paris. Euh... Pendant plusieurs mois... et duquel elle a eu le courage
159 de s'enfuir, alors que l'homme sous la coupe duquel elle était lui a volé son téléphone, ses
160 papiers, ses affaires. Et qu'elle est partie pour se retrouver à Grenoble, 'fin sans rentrer dans les
161 détails. 'Fin bref. Elle s'est retrouvée à Grenoble sans rien. Et en plus, en craignant que euh, en
162 craignant que, en recontactant ses parents, le réseau de proxénètes qui avait mis le grappin sur
163 elle ne, ne, 'fin, ne déclenche des représailles chez ses propres parents. Elle se dit, si je leur
164 téléphone avec mon nouveau téléphone, est ce qu'ils vont réussir à intercepter, 'fin elle est dans
165 la méfiance, à juste titre. Elle a raison de se méfier. Et donc voilà c'était ça le sujet retenu.
166 Voilà. J'ai trouvé que c'était une ronde pas très facile parce que, parce que ben on était tous un
167 peu dans la compassion devant le, le caractère assez violent d'une histoire, qui était exprimée...
168 on a ... 'fin on a tout compris quoi. C'est pas fréquent qu'une jeune femme parle comme ça à
169 des gens qu'elle ne connaît pas, de choses aussi violentes et aussi intimes, on va dire. Donc je
170 pense que beaucoup de gens dans la ronde étaient un peu brassés par ça, peut-être même plus
171 les femmes que les hommes, enfin je sais pas mais euh... Et du coup, je pense que comme
172 souvent dans ces cas- là, les personnes se censurent un peu, en se disant, face à ça, mes petits
173 problèmes d'européens nantis euh... bah en fait j'ai pas de problèmes. Alors qu'en fait on a
174 tous... Voilà quoi. Je trouve que ces rondes sont toujours un peu compliquées.

175 *M : Qu'on se censure ?*

176 T : Oui parce qu'on fait des hiérarchies dans les, inconsciemment ou consciemment, on fait des
177 hiérarchies dans les niveaux de souffrance. Ce qui n'est pas complètement idiot, parce qu'on
178 peut se dire : « j'ai quand même pas vécu ce que elle, elle a vécu. » Voilà. Mais c'est pas tout
179 négatif non plus, parce que je pense que... Si c'est un lieu, ou une personne comme elle, peut

180 dire un peu, manifestement ça lui a fait du bien. Et ben moi je regrette pas d'être venu quoi,
181 même si euh... voilà.

182 *M : Et qu'est- ce que ce groupe vous apporte à vous personnellement ou vous a apporté ?*

183 T : Moi ce que ça m'a apporté de principal, mais c'est le groupe ici et le travail ici, c'est que je
184 suis devenu complètement euh... comment dire ça. Je pense que c'est... je pense que c'est
185 complètement interactif ce qu'on fait ici. C.à.d. qu'en fait, moi je suis peut-être venu avec l'idée
186 que j'allais donner mes compétences euh... pour une cause, ou pour des gens ou... Et je m'en
187 rends compte, que je reçois probablement autant que je donne, si c'est pas plus. Et le, et le, je
188 trouve que côtoyer des gens qui ont vécu ce qu'ils ont vécu, c'est, ça apporte énormément.
189 Voilà, moi c'est comme ça que je le vis. Je pense que peu de gens sont capables de faire ce
190 qu'ils ont fait. En tout cas, pas moi. C.à.d. euh partir de mon pays sans savoir ou je vais, sans
191 point de chute, dans un pays dont je ne connais pas la langue, en étant à peu près sûr que j'aurais
192 pas de papiers et que je ne sais pas de quoi mon avenir va être fait, avec la double peine si je
193 suis une femme, de subir en plus les violences que j'ai subies. Moi je trouve que c'est intéressant
194 pour soi, de pouvoir rencontrer des gens comme ça. Parce que...

195 *M : Avec cette force ?*

196 T : Oui je trouve, que ça. 'Fin moi c'est, c'est ce que j'ai découvert ici. Je reçois probablement
197 plus que ce que je donne.

198 *M : Et est-ce que cette ronde vous apporte quelque chose dans votre travail ici ?*

199 T : Oui bien sûr.

200 *M : Qu'est-ce que ça serait ?*

201 T : Ça m'a appris d'abord euh... ça m'a appris la force du groupe. Je pense que on euh... surtout
202 dans la médecine occidentale on est quand même très formé au colloque, ce qu'on appelle le
203 colloque singulier, c.à.d. dans le cas du cabinet. Ce qui est nécessaire, le secret qu'on partage
204 avec le patient, ce secret il est absolu, ce qui permet qu'on ait confiance l'un dans l'autre. Mais
205 euh... après quand on ferme la porte du cabinet et que le cabinet est fermé, on parle plus de rien
206 quoi. Et en fait, la ronde elle permet de de de de mettre des aspects pratiques sur ce travail
207 d'équipe qu'on fait ici. C.à.d. ici la personne en situation d'exil elle arrive, elle rentre dans une
208 espèce de filière, ou chaque professionnel a sa place. Et je pense pas que, 'fin moi
209 personnellement, je suis intimement persuadé, que le médecin il n'est pas dans une position de
210 supériorité par rapport aux autres. Et euh... je pense que les gens qui viennent ici, avant tout,
211 ils ont besoin d'humanité. Et euh ils la retrouvent... dans différentes étapes de leur présence
212 ici. Et la ronde en est une très importante. Parce que, ce que je trouve en plus intéressant dans
213 la ronde, c'est l'horizontalité. C.à.d. on est tous des êtres humains. Et y'a pas celui qui sait et
214 qui donne des conseils à celui qui sait pas. Voilà.

215 *M : Du coup la casquette de médecin pendant la ronde arrive à être euh...??*

216 T : Et ben elle n'existe pas. 'Fin, elle existe pas, c'est c'est plus compliqué à dire que ça, parce
217 que euh...mais j'arrive, 'fin j'y arrive pas toujours. Mais euh... comme c'est des... Je pense à
218 la patiente aujourd'hui, que j'ai vu très longuement en consultation, je peux pas faire comme si
219 je savais pas tout ce que je sais. Donc quelque part, c'est pas la casquette du médecin, mais
220 c'est dans mon cerveau quoi. Et ça je peux pas faire comme si je le savais pas. Et donc ça, c'est
221 un peu une complication, parce que je suis pas sur un pied d'égalité avec les autres membres
222 de la ronde. Donc pour moi c'est un problème que j'ai pas résolu. C'est pour ça que, que j'essaye
223 de pas trop poser de questions parce que en plus... Pour le pour le migrant qui intervient, si il

224 est venu à la ronde suite à une consultation avec moi, évidemment les dés sont pipés, parce que
225 il sait très bien que je sais. Et moi je sais qu'il sait que je sais. Non mais du coup,

226 *M : C'est une difficulté ?*

227 T : Bah bien sûr, et aujourd'hui c'était évident quoi. Donc du coup j'ai posé quand même une
228 ou deux questions, que j'avais envie de poser... Auxquelles, à laquelle j'avais envie qu'elle
229 réponde. Mais après coup je me suis dit, en fait j'ai posé cette question, parce que j'avais envie
230 que les gens dans la ronde ils entendent ce qu'elle allait répondre. Mais moi la réponse je la
231 connaissais déjà. Mais c'est un peu compliqué. Voilà. Je sais pas, si tu vois ce que je veux dire.

232 *M : Si si, je crois que j'imagine.*

233 T : Parce que ça me met, je suis pas dans la même position des autres, parce que je sais déjà.
234 J'ai des informations que les autres ont pas, et qu'ils auront jamais et que moi je sais. Et du
235 coup je suis pas comme les autres dans la ronde, donc quand je dis c'est facile d'enlever sa
236 casquette de médecin, non. La réponse c'est non. Alors c'est pas toujours le cas, y'a des usagers
237 j'ai pas vu en consultation, j'ai pas ce problème, mais parce qu'on parle de celle aujourd'hui.
238 Voilà c'est une difficulté.

239 *M : Et est-ce que vous comptez y retourner, si oui pourquoi, si non pourquoi ?*

240 T : La réponse c'est oui. D'abord parce que c'est un outil dans lequel je crois. C'est quand
241 même quelque chose qu'on a monté avec E4 (nom de personne) de toute pièce. Oui c'est ça.
242 On est tous les deux persuadés, que c'est un outil intéressant, on va pas laisser tomber. Je pense,
243 plus ça ira et plus on va investir cet outil-là.

244 *M : Et, est ce qu'il y'a des choses que vous aimeriez voir changer ?*

245 T : (Silence)... Oui ce que j'aimerais voir changer, c'est qu'il y'ait plus de monde. Oui c'est ça,
246 ce que j'aimerais voir changer c'est ça, c'est que l'outil soit plus utilisé qu'il ne l'est. J'ai un
247 peu. ça ça me frustre un peu. Je trouve que, vu le nombre de personnes qui passent ici,
248 finalement quand on regarde un peu de près, le nombre de gens qui viennent aux rondes, il est
249 pas énorme quoi. Ca, ça me dérange. Le problème c'est que... euh je pense que tant qu'on a
250 pas participé. La ronde on peut pas en parler si on y a pas été. Pour les raisons que je disais tout
251 à l'heure, c'est pas la question de la pensée, c'est la question de la sensation. Donc tant qu'on
252 n'est pas allé dans les rondes et qu'on a pas ressenti ce qui s'y passe, on peut pas, on peut pas
253 être pertinent pour proposer l'outil à des gens. Et on a énormément de mal à ce que les collègues
254 investissent cet outil, en venant les lundis pour voir. C'est pas un jugement, c'est comme ça,
255 peut-être qu'ils ont pas le temps. Mais comme ils ne viennent pas et qu'ils connaissent pas
256 vraiment l'outil, ils le proposent pas assez. Et voilà. Et donc ça c'est dommage.

257 *M : Trouver une manière qu'il y'ait plus de monde ?*

258 T : Exactement. Mais je pense que ça peut passer que par le vécu. C'est pas la peine qu'on fasse
259 un exposé sur la TCI, ça sert à rien. Ca on l'a déjà fait cinquante fois, on a expliqué les principes
260 de la TCI. Et ce n'est pas pour ça que les collègues ils envoient des patients à la ronde. Mais
261 c'est pas étonnant, parce que ils l'ont pas vécue. Donc quand on a pas vécu la ronde, on peut
262 pas comprendre, parce qu'on a pas senti, ce qu'il s'y passe. Fin moi j'en suis persuadé. Et donc,
263 comme on peut pas obliger les gens à venir, si ils ont pas envie, c'est un peu frustrant. Mais
264 donc moi mon souhait c'est qu'il y'ait plus de monde qui viennent.

265 *M : Et est qu'il y'a d'autres choses que vous aimeriez voir changer ?*

266 T : Non, c'est ça. Si après, c'est des problèmes de méthode et de détails, ça c'est pas très
267 intéressant. C'que j'ai évoqué c'est la question du vocabulaire, comment changer le
268 vocabulaire, ça ça serait vraiment très important. Les mots qu'on utilise, qui sont compliqués,
269 avec des gens qui sont pas forcément des francophones culturels on va dire. Parce que, ce que
270 je disais tout à l'heure, les africains qui parlent le français, ils ont appris le français à l'école
271 mais c'est pas la langue de leurs émotions, de leurs sentiments, c'est pas la langue qu'ils
272 utilisent à la maison ou entre eux. Donc le français c'est leur langue, comme ils disent, « vous
273 nous avez colonisés, donc on a bien été obligé d'apprendre le français ! » Voilà.

274 *M : Donc à arriver d'utiliser des mots qui soient simples ?*

275 T : Oui, qui soient vraiment simples, ça on a vraiment du mal.

276 *M : Est- ce que vous souhaiteriez ajouter quelques choses ?*

277 T : Non je pense qu'on a bien fait le tour, les questions étaient pertinentes.

- 1 Entretien n°7 : Hyacinthe
- 2 E : *Enquêtrice* H : Hyacinthe
- 3 E : *Du coup pour commencer on te laisse choisir un pseudonyme, un surnom*
- 4 H : Bon... Hya, Hyacinthe mais c'est mon nom, c'est mon vrai nom hein.
- 5 E : *Ah*
- 6 H : C'est pas marqué sur ma pièce d'identité mais c'est mon nom
- 7 E : *D'accord, ok*
- 8 H : Hyacinthe
- 9 E : *Tu écris ça comment ?*
- 10 H : H - Y - A - C - N - T - H - E, Hyacinthe
- 11 E : *Ok, parfait. Et euh du coup-là on va te poser des questions donc comme on t'a dit à la fois*
12 *personnelles un peu plus et à la fois sur le groupe, sur ce que tu as vécu sur la ronde. Donc en*
13 *premier on te laisse un peu te présenter de manière générale.*
- 14 H : Me présenter...
- 15 E : *De, par exemple, on te donne un peu des exemples... Avec qui tu vis ? Quelles sont tes*
16 *personnes proches ? Ou depuis quand tu es à Grenoble ?*
- 17 H : Mon nom Hyacinthe, Hyacinthe Francis, euh 46 ans, célibataire et avec enfant. C'est mon
18 meilleur ami qui est là, en même temps mon frère, lui c'est Alex. Je vis seul ici. J'aime pas
19 trouver quelqu'un sur la sans problème je vis ma petite vie ici sans bruit. Maintenant je suis à
20 vous.
- 21 E : *Depuis combien de temps habites-tu à Grenoble ?*
- 22 H : Depuis un an trois mois bientôt, un an et trois mois maintenant
- 23 E : *D'accord et quelle est ta situation professionnelle ou études ou... ?*
- 24 H : Ici je ne travaille pas encore, je n'ai pas une situation normale, je vis avec les aides de mes
25 amis, mes amis qui me viennent en soutien. Ici je vis au gratuit, la maison je la paye pas. C'est
26 chez un frère qui a la maison et qui vit ailleurs et qui m'a laissé la maison ici. Comme il me
27 connaît et que je suis pas un homme qui aime semer chez les autres, il y a la confiance, il m'a
28 laissé la maison et il est allé quelque part d'autre, je vis seul ici.
- 29 E : *D'accord et avant d'être à Grenoble tu étais ? Tu es originaire de ?*
- 30 H : Je suis de la Côte d'Ivoire, ivoirien mais je vois. Posez des questions hein.
- 31 E : *Et ton frère il n'habite pas ici ?*
- 32 H : Il arrive, une ville vers Lyon là
- 33 E : *Et tes enfants ?*
- 34 H : Ils sont au pays, en Côte d'Ivoire.

35 *E : Et tu as des nouvelles ?*

36 H : Matin, midi et soir. Tu sais il y a à WhatsApp maintenant, tout le monde à WhatsApp.

37 *E : Et depuis quand tu vis ici en France, si tu dis que tu es originaire de Côte d'Ivoire ?*

38 H : Depuis un an et trois mois, comme je t'ai dit.

39 *E : Ah directement ici en, à Grenoble, d'accord, ok, je croyais que peut être tu étais allé ailleurs.*
40 *Et tu faisais quoi en Côte d'Ivoire ?*

41 H : J'étais un employé de télécom, un technicien monteur, je faisais monteur des antennes des
42 réseaux, je suis un technicien monteur, un installateur. J'ai mes diplômes j'ai tout tout tout, j'ai
43 tout. J'ai un diplôme de secouriste, j'ai fait tout.

44 *E : Et là c'est une question plus personnelle mais comment tu te sens au niveau du moral ?*

45 H : Bien, je pense que on a des problèmes quand on se met dans ce qui te regarde pas. Non
46 seulement tu as des problèmes mais quand tu es dans un coin tu ne gênes personne, tu n'embêtes
47 personne, tu donnes pas, qu'est ce qui s'est passé qu'est ce qui se passe par là. Tu n'es plus
48 dans les problèmes. C'est quand tu vas vers que tu reçois les problèmes donc moi c'est pas mon
49 genre de vie. D'abord mon âge ne me permet pas d'avoir un, mon âge d'être sage, de savoir ce
50 que je vis, savoir ce que je veux faire normalement. Je suis là pourquoi, je suis ici pourquoi ?
51 Pourquoi je suis venu ici ? Si je veux faire des bêtises je vais aller là faire ça, faire ça... pourquoi
52 je suis ici ? Donc penser à mes problèmes personnels, comment je vais gagner de quoi me
53 nourrir aujourd'hui, comment gagner ? Penser à moi, puis penser à mes enfants, ma femme.
54 Donc j'ai pas de problème, j'ai pas de soucis, je me sens mieux, je me sens bien, j'ai pas de
55 soucis.

56 *E : Tu te sens bien ?*

57 H : Je me sens bien, j'ai pas de soucis.

58 *E : Qu'est ce qui t'as amené vers le groupe de parole de (nom d'association)?*

59 H : Euh j'étais ici et la dame qui était avec moi, cette dame là il y avait une fête vers Chavant,
60 il y avait une fête là-bas, je faisais du vélo. Et le lendemain je suis allé à la Villeneuve, j'ai vu
61 la fête je suis parti et le lendemain je suis parti en tram à la fête et quand la fête fini un peu je
62 suis allé m'asseoir sur le banc, elle était assise sur le banc, je me suis rendu compte qu'elle
63 dormait là des fois et des fois elle dormait au 115 et puis j'ai causé avec elle là. Je lui ai dit moi
64 j'ai un chez moi dans la maison mais je vis chez quelqu'un. Comme j'ai vu que tu es là est ce
65 que tu veux venir chez moi à la maison ? Te laver ? Faire un outil pour manger ? Dormir parfois
66 ? Et puis allez, si il va sortir, pas fermer la porte, il y a qu'une seule clé et pas laisser la clé pour
67 aller quelque part, ça me gêne pas. Mais si mon, si mon mon propriétaire doit venir par
68 exemple, je préfère que tu retournes où tu es, pour pas qu'il voit que j'ai hébergé des gens ici,
69 par rapport à la facture d'eau, de courant pour les charges...

70 *E : Mais du coup, comment tu as connu le groupe de parole ?*

71 H : Mais c'est elle qui m'a mis là-dedans, un jour elle m'a parlé de sa vie. Je l'ai suivie. Moi
72 aussi j'ai un groupe « territoire zéro chômeur », c'est un groupe de CMU, ce matin, ce matin
73 j'y étais ici ce matin. C'est comme ça elle m'a emmené là bas. J'ai beaucoup parlé, c'est moi
74 qui ai parlé le plus, j'ai parlé à une veille qui était là ce jour-là, tu sais j'ai beaucoup échangé
75 avec elle. La dame maintenant c'est la deuxième fois. J'ai dit je suis pas d'accord avec la table
76 ronde.

77 *E : Et du coup la première fois que tu es allé à la table ronde, la ronde, tu as vécu ça comment?*
78 *Quelle était ta première expérience ?*

79 H : Je pense qu'il y a des personnes pas pareilles, je pense parce que il y a des personnes, c'est
80 pour ça j'ai remarqué, il y a des personnes qui sont déjà venues là, déjà parler avant, ils ont dû
81 poser un problème, il y a pas eu de suite à leur problème et quand ils viennent maintenant à ça,
82 ils s'asseyent, ils veulent plus poser de problème car il y a pas de conseil, il y a pas d'avis, il y
83 a pas de.... Ils préfèrent garder le problème puis ils s'assoient, il y a pas eu de parole. Sur le
84 plan d'amont, de relation avec... C'est la deuxième fois. Il y a eu au moins deux personnes,
85 trois personnes qui ont posés des problèmes, l'arabe là, le monsieur là et un autre monsieur là
86 et il n'y a pas eu de débat, il y a pas quelqu'un qui a posé son problème.

87 *E : Et du coup la première fois toi tu t'es senti comment de vivre ce groupe ?*

88 H : Bon, je dois dire j'ai rien senti parce que il y a pas eu de sujet sur lequel, la deuxième fois
89 un peu froid.

90 *E : Et comment ça se fait que tu y sois retourné ?*

91 H : Je je, elle m'a dit comme tu n'es pas convaincu, alors allons deuxième coup, voir de ce
92 qu'ils vont parler. Mais il y avait personne qui pose un problème. A force de, quand les
93 personnes posent un problème et que ça passe de droite à gauche, on sait de quoi il s'agit.
94 Première fois il y a pas eu de personnes qui ont posé de problème, donc il y a rien eu.

95 *E : D'accord, Racontes nous cette dernière expérience à laquelle on a participé ?*

96 H : Euh oui, où on était là, c'est, on s'est vu et quand on prend la parole on dit pas de conseil,
97 pas de jugement, là je suis déjà rentré dans ma coquille. Si quelqu'un doit poser un problème
98 qui est sentimental, qui est choquant et puis on peut pas donner de conseil, on peut pas donner
99 d'avis sur ça, je trouve que pour moi c'est inutile. Moi si j'ai un problème personnellement je
100 n'irai pas poser mon problème là. C'est si un coup je vais sauter là pour me suicider et puis un
101 coup vous venez ici et puis vous déposez un papier pas de conseil pas avis, c'est comme si
102 j'avais qu'à me suicider. Mais si je dis attend hé mon frère, si tu veux te suicider pour quoi ?
103 Tu es pas le seul à vivre ça, le chemin c'est naturel, la vie, la souffrance c'est comme ça. Tu
104 m'as donné des conseils, je veux plus me suicider. Mais si pas de conseil, pas d'avis dès que je
105 suis dehors, je vais me sauter, vous ne m'avez pas donné de conseil, vous ne m'avez rien dit de
106 bon, vous êtes partis, c'est inutile de poser problème, voilà pourquoi je me suis renfermé.

107 *E : Donc si je comprends bien, ça ne te donnait pas envie de poser tes problèmes ?*

108 H : Voilà, moi ça n'a pas d'importance pour moi, parce que j'ai vu le jeune, il dit que il souffre
109 et que il perd connaissance, il perd sa tête et que depuis qu'on l'a opéré, il s'y retrouve plus, il
110 oublie. Quand il dépose ça. Il a posé un problème.

111 *E : Le problème de la dernière fois, tu peux nous raconter le sujet ?*

112 H : Il dit qu'il a fait une opération en Italie, l'appendicite, on lui a pas donné de papiers, on a
113 déchiré son corps et il a pas de papiers, pas de preuve, on lui a pas fait signer quelque chose,
114 rien. Quand on lui a fait, deuxième fois, ils ont opéré encore, la deuxième fois encore, pas de
115 signe qu'on l'a opéré. On dit la même chose toujours, toujours. Donc pour moi si il pose ce
116 problème à la table ronde là, les gars qui étaient là vont lui donner des conseils, et lui donner
117 des choses, des médicaments, pour le calmer mais personne ont dit, pas de conseils, pas d'avis,
118 rien. Il a posé le problème et quand ils ont vu comme ça comme ça, il a pas de papiers il va aller
119 à un rendez-vous avec... ça va ça. Et ils disent, ils ont pas donné de papiers et rien d'autre donc
120 à quoi ça sert seulement de poser un problème là ? Si tu dois poser un problème qui te touche,

121 tu te lèves là, t'as vu les problèmes, la ronde est finie et on te dit tu reviens lundi prochain, la
122 table ronde est finie.

123 *E : Parce que la dernière fois, je vous coupe car j'étais pas là, c'est quoi les sujets proposés ?*

124 H : C'était lui là !

125 *E : Si je lui explique le sujet, c'était quelqu'un qui avait mal au ventre, et avait l'impression*
126 *d'oublier, il avait été opéré, il oublie tout du quotidien.*

127 H : Il oublie tout, c'est quand on l'a opéré que ça arrive.

128 *E : Et donc toi ? Ouais, c'était difficile pour toi de participer à ça ?*

129 H : Ah ça ! Et puis à rien lui dire ! Parce qu'il a posé un problème qu'est choquant !

130 *E : Ouais.*

131 H : Hein ? Opération sans papiers, rien, rien... Pas de médicament, au mieux on donne des
132 médicaments rien, rien ! (*Incompréhensif*) rien, rien. Et puis tu vas à la maison, ça fait mal
133 encore... Et on l'opère encore une deuxième fois encore, rien ! Et pour ce problème après :
134 nous qui sommes là, et nous qui avons posé le problème là... on n'a pas trouvé de cause. On va
135 rien pouvoir lui dire parce que, la loi, la loi, où nous sommes assis, nous permet pas de donner
136 un sujet à cela. Donc on en finit comme ça, on dit table ronde est finie, chacun chez lui, chacun
137 chez lui. Bon, t'as vu ? Y'a quoi à savoir ? (*Incompréhensif*) Je vois pas d'importance à cette
138 table ronde là. Je vois pas son importance ce jour-là. C'est comme ça ça continue, mais ce que
139 j'ai vu là, la table ronde comme ça, ça n'a pas d'importance pour moi là là.

140 *E : D'accord, ouais.*

141 H : Voilà c'est ce que dit.

142 *E : Ouais, ouais. Ok, et est-ce que ça t'a apporté quelque chose quand même ce groupe ou*
143 *pas ?*

144 H : Ça m'a rien apporté.

145 *E : Rien ?*

146 H : Parce que, là là, si j'ai pas le sentiment là là, ça m'a rien apporté du tout du tout. Si tu dois
147 assister à la souffrance de quelqu'un et puis ne pas apporter un soutien, un conseil ou un avis,
148 comment se traiter ? Ça m'a rien apporté du tout... (*Incompréhensif*)

149 *E : Et je reviens à une autre..., la personne avec qui tu es allé au groupe, elle avait dit quoi de*
150 *ce groupe, enfin de cette ronde, de cette table avant ?*

151 H : Tu peux répéter à moi?

152 *E : Elle t'avait dit quoi : « On va aller faire quoi ? »*

153 H : Elle m'a dit : « Y'a une association quelque part ou je parle. » Je dis : « on fait quoi là-
154 bas ? ». Elle dit « Là-bas, on passe un problème, t'a dit, on passe un problème, puis on passe et
155 on commente. » Bon, moi je travaille pas. J'ai pas travail, parce que j'ai pas famille rien.
156 (*Incompréhensif*) Moi chez moi à la maison y'a pas femme, je suis même pas chez moi. Bon
157 c'est comme ça, c'est comme ça, c'est pas un problème. Et donc on dit ça et « quand tu vas
158 partir tu vas voir ! ». Donc nous sommes partis, on est arrivés, quand on est arrivés, on était au
159 moins huit à neuf personnes étaient là. Des gars assis là, y'a pas eu, y'a pas eu des gars qui ont

160 parlé... (*Incompréhensif*) c'est moi j'ai parlé, moi j'ai essayé de parler un peu, ai dit que moi,
161 parce que je vis seul, on a eu ce débat. On a échangé avec vous là d'accord... Donc lundi
162 prochain, il va pas avoir de table ronde, parce que ils vont faire un aménagement dans la salle.

163 *E : Dans l'accueil ?*

164 H : Et donc lundi passé, pas lundi passé, mais avant, quand nous sommes venus à cette table-
165 là. Le sujet qu'on a eu avant n'a pas été répété là, mais peut-être y'a eu des tables rondes au
166 milieu que moi je suis pas venu. Et donc c'est comme ça, la demande du sujet passé et puis on
167 fait le sujet suivant. Lundi passé, on va lundi du, lundi par exemple lundi après demain là. Gens,
168 on va demander : qu'est-ce qu'on a parlé lundi passé ? Si moi j'étais là : voyez ce dont on a
169 parlé, je vais dire d'abord ça. Ok, c'est comme ça ? Non c'est comme ça le sujet non...
170 (*Incompréhensif*) le sujet passé rien et après on a parlé du sujet santé, et j'ai retenu ça, c'est
171 comme ça.

172 *E : Et du coup est ce que tu comptes y retourner ?*

173 H : Moi personnellement a dit, je peux retourner, comme c'est pas retourner. Si je retourne,
174 peut-être c'est de m'asseoir et puis ne pas parler. Comme c'est dans la loi, dans la loi, tu peux
175 être là et ne rien dire. Donc je peux aller m'asseoir, mais c'est pas sûr que je vais retourner, parce
176 que c'est un truc qui est un peu gênant. Parce que quand quelqu'un a posé un problème
177 sentimental, de sa souffrance... et puis ne rien apporter, être là, assister... et puis partir à la
178 maison. C'est comme si, tu viens juste d'avoir une incision là, et ne pas être capable d'apporter
179 là, même d'aider... ou c'est comme si tu vois agresser une dame là, la voir... de t'approcher
180 pour la soutenir quand même à l'agression et tu cours, toi tu cours et tu t'en vas ! Mais où tu
181 vas là ? Ta conscience te gronde, parce que tu as vu quelque chose de dangereux, mais tu n'as
182 pas quand même, à en sacrifier pour sauver la personne.... Tu as couru, parti. Mais ta
183 conscience te fatigue, par ce que tu as vu là, tu peux pas dormir la nuit. Donc c'est mieux de
184 venir là, intervenir. Parce que le gars-là, vous deux-là, tu fais quelque chose là, c'est mieux que
185 de voir quelqu'un en danger puis de partir. Là, de ce côté, je sais pas si je vais parti là- bas
186 encore, parce que j'étais pas, regarder les problèmes des gens de cette manière et ne pas
187 contribuer aux conseils, un avis, peux sauver. Donc je peux dire que je compte pas partir,
188 repartir là-bas. Je compte pas y retourner parce que je vois pas le sens, la façon de ta ronde là.
189 Je vois quel sens ça a, si y'a pas de conseils, ni d'avis là, ça sert à quoi ?

190 *E : Et est que il y aurait des choses, si tu t'imagines une table ronde comme ça, que t'aimerais*
191 *toi, que ça soit différent ?*

192 H : Si si je dois imaginer, je dois donner un avis c'est ça ? C'est que plus là-bas, c'est des
193 médecins qui sont là- bas je pense, (*Incompréhensif*) c'est des médecins non ?

194 *E : C'est des médecins.*

195 H : Puisque c'est des médecins, ils ont solution à tout ! Hein ? Ils ont la solution à tout, à toutes
196 choses, parce que c'est des médecins. C'est des médecins ? Et bah d'accord on va voir ! Et le
197 gars a parlé de sa santé et ils n'ont pas trouvé de quoi... les deux des messieurs qui étaient là,
198 lui aussi il a parlé. Il a dit « quelle maladie y'a quoi ? Quelque chose au niveau de son cœur ? »
199 J'ai oublié un peu, quelque chose au niveau de son cœur.

200 *E : Oui, ils ont posé des questions.*

201 H : Voilà, hein, lundi prochain, on revient à ton cas. On va choisir toi, ton cas et donc on choisit
202 un seul sujet. Parce que y'a quelqu'un qui dit c'est mieux ton sujet. Et donc il va attendre lundi
203 prochain pour voir choisir son cas

204 *E : Parce que c'était quelqu'un d'autre qui avait proposé un sujet, qui n'a pas été choisi ?*

205 H : Donc voilà, donc... si on peut choisir deux sujets, ça prend du temps, ou bien... Je sais pas.

206 *E : Ça t'a embêté en fait qu'on n'aborde pas tous les sujets ?*

207 H : Tous les sujets, tous les sujets ne sont pas trop compliqués.

208 *E : Qu'on choisisse qu'un des sujets ?*

209 H : Voilà, juste qu'on réponde à un sujet. Et quand on a fini, on peut encore venir s'asseoir là et
 210 moi je me rappelle avant quand j'avais 25 ans etc... . L'autre il dit quand il avait 15 ans avant...
 211 *(Incompréhensif)* J'avais trois enfants, ma mère était en... Bref des histoires qui n'ont pas
 212 d'importance, qui sont passées depuis des années. Et là maintenant il a plus de 60 ans, et il parle
 213 d'une histoire qui a plus de 15 ans... bah à ce moment-là... je vois pas pourquoi là, y'a pas de
 214 solution à ces problèmes là... *(Incompréhensif)* à cette table-là. Aujourd'hui là, vous savez je
 215 suis parti là-bas, à « zéro-chômeur », l'agence de la ville d'ici, Echirolles... Quand on est assis,
 216 on fait les mêmes réunions, on fait des cafés là et on partage chaque jour, chaque valeur c'est
 217 quoi là et on discutait... Attendez-vous là, on fait quelque chose et puis on est assis là... . Si
 218 vous êtes d'accord, on mène une action. Tu fais une action, je préfère qu'on porte le t-shirt
 219 « zéro-chômeur » et on va ramasser des déchets dans le *(Incompréhensif)* Demain on explique
 220 le problème. Jeudi qui a suivi, on ramasse des pièces là... On a commencé à ramasser là,
 221 expliquer, expliquer, expliquer

222 *E : Mais du coup, là, par exemple, ce qu'on aimerait savoir c'est comment tu pourrais*
 223 *améliorer ce groupe ? Cette ronde de parole ?*

224 H : Moi je trouve, votre chose, ça fait des années, vous faites cette table ronde... Donc vous
 225 avez vos principes depuis la base, c'est pas moi aujourd'hui là, m'asseoir à votre table ronde.

226 *E : On veut savoir ton avis ?*

227 H : Si moi je donne mon avis à ça, c'est que !... Vous devez changer le principe de dire pas de
 228 conseil, pas d'avis. D'abord ces deux mots doivent être supprimés... Y'a d'autres mots là, ça
 229 m'échappe un peu. Mais les mots d'abord, me rappellent un peu ça : pas d'avis, pas de conseil
 230 d'abord, et d'autres qui viennent après, quand je suis venu là. Ça doit sauter d'abord, parce que
 231 si on doit dire pas d'avis, pas de conseil. Moi ça, ça n'a pas de place là. Ok ? Tout ça, nous
 232 sommes trois, la quatrième personne vient. Il dit « ah Francis mon œil me fait mal ? On voit
 233 que c'est rouge comme ça, il ne voit pas bien, on voit que c'est rouge. Et puis on dit pas de
 234 conseil, pas d'avis. On est quatre ici, il se lève, ok d'accord on a compris, il se lève et puis s'en
 235 va et son œil est à nouveau comme ça. La solution, c'est comme ça, ça fait mal, j'ai un machin
 236 ici, tiens je te donne ça, met, on a mis au moins quelle chose là... Et si on dit pas d'avis, il se
 237 lève, ah ça va ça va son œil. Demain tu t'assois ici pour poser un problème encore, tu es sûr ?
 238 T'imagines c'est toi, tu vas venir encore demain poser un problème ? Tu crois à ça ? Ou bien ?
 239 Je peux pas.

240 *E : Il te faut des conseils.*

241 H : En fin de compte c'est ça.

242 *E : Et est-ce que tu souhaites là ajouter quelque chose, quand même des points forts ou points*
 243 *faibles de la table ronde ? On a entendu pleins de points faibles, peut-être qu'il y'a des points*
 244 *forts ?*

245 H : Y'avait des fiches par terre, j'ai pas eu le temps de lire.

246 *E : De lire ce qui était par terre ? C'étaient les grandes règles ?*

247 H : Voilà, j'ai pas pris le temps de lire les règles. Si j'avais pu lire au moins toutes les règles-là
248 qui étaient là. Je suis retourné à la maison, j'ai réfléchi, si ça peut apporter quelque chose. Y'a
249 deux règles que j'ai pu retenir, pas d'avis, pas de conseil. Ne rien dire, fermer sa bouche. Bon

250 *E : Y'avait « les silences » et parler en « je »*

251 H : Le silence ? Ça aussi je suis pas d'accord avec ça aussi. (*Incompréhensif*) Vous savez, tu
252 poses ton problème qui est là, qui te choque qui te choque. On dit pas d'accord, table ronde est
253 finie. Tu pars avec ton problème, y'a des silences, ça sert à quoi ? T'a pas l'impression que ça
254 sert. La table ronde n'a pas d'importance là, si y'a pas d'avis de quelqu'un d'autre, si y'a pas
255 de conseil, si il faut être silencieux pendant une heure de temps, c'est inutile de faire cette table
256 ronde.

257 *E : Et est-ce que tu vois quand même un point positif ?*

258 H : Bon, ce que j'ai vu là, cette fois-là.

259 *E : Parmi tes deux expériences, les deux fois ou tu es allé, est ce que tu vois quand même des*
260 *choses positives ?*

261 H : Je ne vois rien de positif, ça c'est clair.

262 *E : Ok, merci.*

- 1 Entretien n°8 : Moussa
- 2 E : *Enquêtrice* M : Moussa
- 3 E : *Alors, donc du coup cet entretien je vais poser des questions qui sont les mêmes pour toutes*
4 *les personnes, je pose des questions qui sont personnelles et d'autres qui sont moins*
5 *personnelles, je pose les mêmes à tout le monde. À tout moment vous pouvez ne pas répondre.*
6 *Alors je vais vous laisser choisir un pseudonyme, un pseudo, un nom différent du vôtre, pour*
7 *garantir que ce soit confidentiel, ce que vous voulez.*
- 8 M : Non ça dépend de vous...
- 9 E : *Bah tu peux t'appeler, donne-moi juste un prénom que tu choisis.*
- 10 M : Tu peux m'appeler Moussa ou...
- 11 E : *Moussa ou.*
- 12 M : Moussa
- 13 E : *Très bien alors pour cet entretien tu t'appelleras Moussa. Alors je vais te poser une question*
14 *un peu personnelle, de toi, est ce que tu peux me parler un peu de toi, te présenter ?*
- 15 M : Oui, (*nom de personne*), je suis Guinéen et je suis un immigré en France. Bon... (*Mot*
16 *incompréhensible*)
- 17 E : *Et depuis combien de temps tu es dans l'agglomération à Grenoble ?*
- 18 M : Bon, je suis là ça fait... un mois quelques jours.
- 19 E : *D'accord, tu viens d'arriver à Grenoble.*
- 20 M : Je viens d'arriver le 31 octobre.
- 21 E : *Et ici tu es tout seul ou tu as des connaissances ?*
- 22 M : Bon pour le moment je n'ai pas de connaissance, je suis seul mais je commence à participer
23 à des associations donc cela me permet d'avoir certaines connaissances sinon je n'ai pas de
24 connaissances ici. C'est à travers l'association que je commence à découvrir certaines
25 connaissances.
- 26 E : *C'est quoi les associations ?*
- 27 M : Bon... Tel que (*nom d'association*), je vais là-bas et je vais aussi (*nom d'association*). Pour
28 le moment comme bon... je suis venu je me sentais pas bien, pas comme d'habitude donc cela
29 m'a pas permis de découvrir assez d'association, j'étais préoccupé par mon état de santé.
- 30 E : *D'accord et pourquoi Grenoble ? Comment es-tu arrivé à Grenoble ?*
- 31 M : Bon du coup moi quand j'ai quitté en Italie quand j'étais malade c'est... C'est une femme
32 blanche qui a pris le billet pour moi je sais pas si elle est passée par là bon vraiment quand
33 même elle parlait le Français, c'est elle qui a pris le billet pour moi, c'est elle qui a fait ce choix
34 selon moi, bon en ce moment j'étais malade, c'est elle qui a pris le billet, elle a eu pitié de moi,
35 c'est elle qui a pris le billet pour moi.
- 36 E : *D'accord... Et là comment vis-tu ici ?*

37 M : Bon, pour le moment, je vois une très grande différence entre ici et en Italie parce que
38 bon...moi quand j'ai quitté en Italie, je me voyais rejeté dans la société, j'avais pas d'aide,
39 j'étais malade, depuis je suis venu ici, vraiment je remercie le bon dieu, je vais à la PASS et on
40 s'occupe de moi, on me donne les produits, quand même ça me soulage quand même. Il faut
41 être dans un pays où tu dors dehors quand tu tombes malade on te prend, on prend soin de toi,
42 ta vie est en sécurité. Soit que tu sois dans un pays où tu dors quand tu tombes malade, il y a
43 pas de sécurité, on prend pas soin de toi, donc c'est... je vois ça il y a une très grande différence
44 entre la vie de l'Italie et celle de Grenoble, vraiment.

45 *E : Et là est ce que tu vis tout seul ou où est-ce que tu es logé ?*

46 M : Je ne suis pas logé, bon, cela ne me préoccupe pas tellement, ce qui me préoccupe c'est
47 comment retrouver ma santé et c'est ça mon problème actuellement donc pour le moment je
48 suis au dehors mais comme les gens s'occupent de moi, pour le moment je...Je mets mon état
49 de santé d'abord, le reste là ça viendra après. Si tu es en état de santé, tu es en bon état donc tu
50 pourras décider certaines choses, donc pour le moment bon... Je n'ai pas de décisions pour le
51 moment.

52 *E : Et quelle était ta situation professionnelle au pays ?*

53 M : Bon, j'étais élève et je n'ai pas travaillé au pays, bon j'étais élève.

54 *E : Et euh... donc tu me disais que l'état de santé ça n'allait pas ? Et moralement comment tu*
55 *te sens ?*

56 M : Bon pour le moment, bon moralement c'est pas tout à fait cent pour cent mais quand même
57 bon...toujours j'ai mal à la tête, c'est l'oubli qui me fatigue, j'ai fait une remarque avant quand
58 j'étais à l'école, j'étais à l'école, j'apprenais les choses, je lis, j'étais intelligent, les choses elles
59 restent. Je vois pour le moment bon... j'ai peur les choses ...j'oublie et ça me cause
60 énormément de problèmes vraiment,...

61 *E : Tu oublies...*

62 M : Oui j'oublie, bon, ma tête me fait... ma tête me fait mal et je n'arrive pas à retenir, ça me
63 cause assez de problème...

64 *E : Donc le moral il n'est pas...*

65 M : Non le moral n'est pas tout à fait assez tranquille franchement, ma tête me fait mal à tout
66 moment. Du fait que je n'arrive à retenir, je me pose toujours la question qu'est-ce qui a causé
67 ça là et comment ça va prendre fin.

68 *E : Voir le bout...*

69 M : Oui.

70 *E : Merci et euh j'aimerais te poser la question, qu'est-ce qui t'a amenée vers la ronde de*
71 *parole de (nom de centre de santé)?*

72 M : Bon j'étais (*nom d'association*), bon j'ai expliqué mon problème là-bas parce que je suis
73 resté là-bas un jour, j'avais le vertige, j'avais le vertige et ils ont appelé les urgences, ils sont
74 venus me chercher là-bas, j'ai fait une journée avec eux, au retour je suis venu au point d'eau
75 j'ai expliqué mon problème et du fait que je commence à perdre mon intelligence,
76 j'oublie...bon et ils m'ont dit de venir à (*centre de santé*) et de venir expliquer mon problème
77 là-bas et qu'ils vont chercher une solution pour moi. C'est ainsi que je me suis rendu ici.

- 78 *E : Donc c'est comme ça que tu t'es rendu en consultation donc comment tu as entendu parler*
 79 *après de la ronde de parole où on était plusieurs ?*
- 80 M : Bon vous voulez dire comment j'ai remarqué ?
- 81 E : Qui t'a parlé de cette ronde de parole de (*nom de centre de santé*)?
- 82 M : Quand j'étais (*nom d'association*) il y a une femme qui m'a parlé, elle m'a dit on fait la
 83 ronde de parole ici donc je fais tout pour participer et je vais expliquer mon problème ils disent
 84 ça pourra m'aider beaucoup, donc au (*nom d'association*) il y a une femme qui m'a parlé de ça
 85 déjà.
- 86 *E : D'accord et comment avez-vous vécu cette première expérience de ronde de parole ?*
- 87 M : Bon, ma première participation ici bon vraiment, après la ronde de parole bon, quand même
 88 j'avais la peur, j'avais la peur à la maison, comment dirais-je... quand je dormais j'avais la peur
 89 qu'on aille expliquer tant de chose, qu'on bon le jour-là bon... le jour là j'étais un peu soulagé
 90 mais par rapport encore les mêmes choses se répétaient bon je n'ai, quand même je n'ai rien
 91 remarqué après la ronde... rien n'est resté...
- 92 *E : Rien n'est ?*
- 93 M : C'est-à-dire je n'ai rien retenu comme, c'est-à-dire qui peut au moins, au moins euh... me
 94 satisfaire comme je veux. Parce que moi mon, selon moi, quand je viens, je l'explique,
 95 j'explique mon problème et on arrive à faire quelque chose bon... déjà on parlait, je l'ai écouté
 96 mais... finalement je suis parti comme ça bon... toujours le problème n'a pas été résolu
 97 franchement.
- 98 *E : Comment t'es-tu senti en participant à ce groupe ? Pendant le groupe comment t'es-tu senti*
 99 *?*
- 100 M : Ouais bon, quand je participe dans un groupe, c'est pas comme je suis assis seul donc ça
 101 me fait oublier certaines choses, c'est... quand tu participes le groupe donc je suis là-bas, je
 102 suis concentré, j'écoute certaines choses, bon... C'est pas comme tu es assis seul. Bon... Si
 103 je... j'oublie tant de choses et je suis concentré, j'écoute les gens mais après quand je me
 104 retourne, ça revient la même chose. Bon je vois... je vois rien qui peut me satisfaire comme je
 105 veux parce que moi je veux que bon ma tête me fait mal et que c'est là cherche et aussi du fait
 106 que j'ai perdu mon intelligence ça, ça me pose énormément de problème vraiment. C'est ça je
 107 veux juste...
- 108 *E : Et racontez-moi votre dernière expérience de groupe de parole. Est-ce que vous pouvez me*
 109 *raconter quels sujets ont été abordés ? Vos ressentis ?*
- 110 M : Oui bon, la dernière fois que j'ai participé c'était la semaine passée et moi-même ils ont,
 111 chacun a parlé et moi j'ai écrit pour moi, je l'ai proposé, moi-même j'ai lu.
- 112 *E : C'est toi qui as déposé ton sujet ?*
- 113 M : Oui c'est moi qui ai déposé mon sujet et comme selon le règlement et chacun raconte ce
 114 qu'il a vécu donc tu peux pas parler pour l'autre donc j'ai écouté les gens ce qu'ils ont vécu et
 115 chacun aussi a parlé comment ils en sont sortis et ce qu'il a vécu donc bon... j'ai appris, j'ai j'ai
 116 j'ai écouté tout le monde mais je vois que les cas sont différents, les cas sont différents par
 117 rapport à pour moi. D'un ma tête me fait mal et de deux je commence à perdre mon intelligence
 118 et je n'arrive ...c'est-à-dire je ne retiens pas maintenant comme avant, bon ça c'est mon

119 inquiétude, bon je vois ça, mon cas est différent et ceux que j'avais écoutés ce jour-là à la
120 réunion.

121 *E : Les euhh... ce qu'ont amené les autres personnes ne t'ont pas ?*

122 M : Ne m'ont pas fait quelque chose.

123 *E : Du coup tu t'es senti comment d'avoir déposé ton sujet ?*

124 M : Bon, bon j'ai déposé pour avoir une solution mais des fois bon, ça arrive c'est petit à petit,
125 on dit petit à petit l'oiseau fait son nid. Donc peut être prochaine, comment dirais-je, prochaine
126 réunion peut-être on pourra avoir d'autres sujets, même similaires que pour moi donc je vois
127 comment ici ça s'est passé à travers ça je peux me repérer sur ça et voir si ça peut m'aider,
128 m'aider aussi...

129 *E : Humm... Est-ce que tu as senti des difficultés à... dans ce groupe ?*

130 M : Quand je viens dans le groupe je n'ai pas senti de difficultés, rien, je n'ai pas senti de
131 difficultés.

132 *E : Tu as été vite à l'aise ?*

133 M : Oui bon, je cause, on discute avec les gens, c'est bon aussi, ça te fait oublier certaines
134 choses, c'est bon.

135 *E : Qu'est-ce que ce groupe t'a apporté ?*

136 M : Bon, ce que je peux dire par rapport à ça bon...Causer dans le groupe c'est très important
137 parce que tu pourras entendre des paroles que tu n'as jamais entendues bon, tu pourras
138 apprendre certaines choses que tu ne savais pas, bon c'est très bien de participer dans le groupe,
139 ça fait partie de l'éducation aussi. C'est très important.

140 *E : Et toi ça t'a apporté quelque chose la dernière fois ?*

141 M : Bon, la dernière fois bon les gens ils ont parlé, bon même pas similaire à ce que moi j'ai
142 quand même ce qui ont parlé peut être j'ai saisi quelque chose, si je vois quelqu'un qui a le
143 même problème, je peux essayer de lui expliquer ou aussi comment quelqu'un sera sorti de ce
144 problème, donc c'est l'importance aussi.

145 *E : D'accord. Est-ce que tu comptes y retourner ?*

146 M : Au pays ?

147 *E : Non au groupe de parole ?*

148 M : Bon au groupe de parole, oui je continue à y retourner.

149 *E : Et pourquoi tu y retournes ?*

150 M : Parce que moi je veux avoir le savoir, toujours, même là où je suis là c'est ...ma tête qui
151 me cause des problèmes sinon partout où je vais je veux être avec les gens, changer les idées
152 avec les gens, demander et pour attirer une conclusion et ça me permet aussi de me situer aussi
153 dans la vie et j'aime ça beaucoup, participer le groupe c'est très important et c'est moi je vois
154 ça, c'est un enseignement aussi pour moi.

155 *E : Humm, ça permet d'apprendre, est-ce que il y a des choses que tu aimerais voir changer*
156 *sur comment fonctionne ce groupe de parole, des choses que tu aimerais changer ?*

157 M : Bon le groupe, la ronde de parole ils ont une règle que moi je ne veux pas insister là-dessus
158 parce que chacun donne son point de vue, voilà le problème.

159 *E : Chacun donne son point de vue et ça ça te...?*

160 M : Parce que si tu vois que j'ai dit ça, parce que il y a une réglementation ici donc, qui dit si
161 vous venez chacun tu parles de toi et tu peux pas juger quelqu'un, tu peux pas lui dire tu dois
162 faire comme ça, tu dois faire comme ça. Donc moi je peux pas insister pour instaurer ce que
163 j'ai pu remarquer par rapport à ça donc nous tous on doit respecter cette réglementation.

164 *E : Mais c'est quelque chose qui t'a embêté de pas pouvoir donner d'avis ?*

165 M : Bon non, ce que j'ai j'ai donné mais bon entre vous et moi j'ai pu donner mon avis par
166 rapport à ce que je vis, ce que j'ai constaté donc par exemple si quelqu'un vient poser un
167 problème et donc vous allez essayer de lui donner, vous allez essayer de l'aider donc vous allez
168 essayer d'aborder, chacun va donner son point de vue par rapport à ce problème et au lieu de
169 dire chacun explique ce qu'il veut, son problème parce que comme nous le faisons ici, quand
170 chacun donne son point de vue sur ça. Avec ça, avec certaines consignes, l'intéressé bon,
171 comment il va se, il va se référer un peu. Mais quand on laisse comme ça moi je pose mon
172 problème, le problème est là donc on te dit ce que toi tu as vécu tu parles ça et c'est pas pour
173 moi, après comment toi tu as pu solutionner pour toi, toi tu parles de ça mais si ton problème
174 n'est pas égal à mon problème c'est que les solutions ne seront pas les mêmes donc là c'est
175 évident donc je vois ça... c'est ça n'aboutit pas les choses et ceux qui viennent proposer leurs
176 problèmes, au moins quand quelqu'un pose, c'est comme un sujet, vous posez un sujet donc
177 chacun va commenter de sa manière et avec ça là vous allez tirer une conclusion. Donc quand,
178 maintenant toi tu parles pour toi, tu fais comment tu as solutionné, c'est pas facile...

179 *E : De trouver une situation similaire ?*

180 M : Non de trouver une situation comme ça, c'est pas facile, donc si les problèmes ne sont pas
181 similaires c'est que... les résultats seront comme ça.

182 *E : Humm, bah merci donc ça c'était quelque chose de oui, de difficile. Et est-ce que tu vois un*
183 *point fort ou un point faible de ce groupe que tu as à rajouter pour l'entretien ?*

184 E : Bon le point fort du groupe, c'est très bon et de... c'est-à-dire d'appeler les gens, de faire la
185 ronde de parole et d'avoir un peu partout ce que les gens vivent et tu sauras aussi tu n'es pas le
186 seul, tu verras aussi toi tu as des problèmes, tu vois d'autres aussi qui a des problèmes plus que
187 toi, tu vas voir que là lui il... la manière dont il a pris ça là, tu vois aussi, tu prends l'exemple
188 sur lui, pour toi aussi c'est plus grave que pour d'autres donc la vie aussi c'est comme ça. Donc
189 le point fort quand vous venez vous essayer les idées c'est très important, ça donne de la
190 connaissance, pour moi c'est très important de causer avec les gens, de demander les gens c'est
191 très important. Le point faible que moi je vois, le fait que quelqu'un pose son problème et on
192 n'arrive pas à parler là-dessus et chacun parle de ce qu'il a vécu et comment il l'a résolu cela ne
193 font pas, c'est pas les mêmes choses. C'est je vois ça bon, il ne sera pas satisfait de ce qu'il a
194 parlé parce que s'il trouve que son problème n'est pas égal à les gens qui ont expliqué pour lui,
195 les solutions ne sont pas les mêmes choses, il ne sera pas satisfait si c'est pas quelqu'un qui
196 veut toujours apprendre il n'aura pas le courage de participer car il a posé son problème ; comme
197 ça n'a pas été résolu comme il voudrait donc c'est pas facile. Pour moi quand tu poses un
198 problème on essaie de parler là-dessus, on se donne les idées et ça soulage la personne.

199 *E : Est-ce que tu veux ajouter quelque chose pour l'entretien ?*

200 M : Bon c'est très important, bon moi j'aime ça beaucoup, on dit souvent c'est l'union qui fait
201 la force et on dit une seule personne n'a qu'une seule idée, deux personnes deux idées donc

202 quand vous échangez entre vous peut être tu crois connaître quelque chose de moi, peut être
203 aussi moi aussi je peux apprendre quelque chose de vous, c'est comme ça la vie.

204 E : Merci beaucoup.

205 M : Merci à vous.

1 Entretien n°9 : Loudemer

2 L : Loudemer et E : *Enquêtrice*

3 L : Le fait qu'on a déjà fait 2 groupes ensemble, c'est complètement curieux et étonnant mais
4 ça me donne l'impression de te connaître quoi, il y a une telle franchise et abandon des
5 personnes ...

6 E : *Oui ça fait une proximité, oui c'est sûr.*

7 L : Oui oui, c'est chouette...

8 E : *Alors bon donc du coup je vais vous vous vouvoyer pendant l'entretien, je vais vous laisser*
9 *choisir un pseudo, un pseudonyme.*

10 L : Il se trouve que j'en ai cherché un pas plus tard qu'hier, j'en ai un en tête : c'est
11 « loudemer », L.O.U.D.E.M.E.R

12 E : *Parfait, ça sera « loudemer ». Alors pour commencer j'aimerais bien que vous vous*
13 *présentiez, que vous parliez un peu de vous*

14 L : Je m'appelle ..., j'ai 68 ans, je suis retraité. Toute ma vie j'ai été comédien, professeur de
15 théâtre et metteur en scène. Et comme c'est une passion bah je continue. Et là le cœur du projet
16 de la compagnie qui s'appelle (*nom de la compagnie*) donc vous pouvez aller sur le site (*nom*
17 *de la compagnie*) tout attaché point.fr et voir notre travail, le cœur de projet c'est les migrants
18 et c'est de, plus généralement, c'est de travailler avec tous ceux qui sont enfermés entre 4 murs,
19 en prison ; dans leur corps, en hôpital ; dans leur tête, en hôpital psychiatrique, ou dans leur
20 cœur, les migrants. Voilà, ça c'est le cœur de projet et c'est ça qui m'a amené à aller vers euh
21 vers les groupes de parole de (*nom du centre de santé*) car ils travaillaient avec les migrants et
22 euh cette problématique d'une autre culture c'est juste énorme quoi, c'est colossal quoi, à
23 chaque réunion, à chaque groupe de parole, je suis vraiment étonné par ce que, par ce que
24 j'entends, par ce que je découvre, par ce qu'il n'y a pas à tortiller, c'est une autre culture, c'est
25 une autre façon de voir les choses, voilà et donc j'apprends énormément, simplement en
26 écoutant... Ca suffit comme présentation ?

27 E : *Très bien et euh j'aimerais plus un peu personnellement, comment vivez vous ? Depuis*
28 *combien de temps vous habitez à Grenoble ? Un peu sur comprendre qui vous êtes...*

29 L : D'accord, donc euh j'habite à Grenoble depuis 14 ans, euh, je suis venu pour jouer dans une
30 compagnie théâtrale qui s'appelle (*nom de compagnie*) qui est une compagnie itinérante, qui
31 est un camion de 38t qui se transforme en une salle de 100 places donc c'était le vieux rêve de
32 la culture pour tous et partout et c'est ce qu'on a fait pendant 10 ans quoi, c'était vraiment juste
33 formidable. La compagnie continue, moi, à voilure réduite, voilà il y a plein de gens qui sont
34 partis comme moi euh et on avait également un chapiteau de 380 places, toujours pareil pour
35 l'extérieur, pour les endroits où y a pas de théâtre et puis c'est un peu le vieux rêve de, de
36 parcourir les routes de France comme Molière donc voilà.

37 E : *Et de faire partager euh...*

38 L : Exactement, de faire partager, ça c'est vraiment formidable quoi donc voilà je suis venu à
39 Grenoble pour ça quoi, pour rejoindre cette compagnie. Avant j'étais parisien et euh voilà je
40 menais une vie plutôt agréable à Paris mais là (*claquement de doigt*) c'est le petit truc qui a fait
41 que euh on a déménagé, avec ma femme et ma fille. C'est ma femme qui a eu le courage, parce
42 que moi j'avais un boulot qui m'attendait ; (*Prénom*), ma fille, avait l'école qui l'attendait ;
43 mais (*Prénom*) elle a quitté son boulot, elle a quitté sa clientèle, elle a tout quitté pour me suivre

44 donc euh chapeau quoi, chapeau, respect, respect immense pour ma femme. Et euh ça pas été
45 facile pour elle au départ...surtout que j'suis tombé malade très vite... qui m'a amené 2 mois
46 à l'hôpital et euh voilà c'est elle qu'a tout assuré quoi, (*Prénom*), la maison, moi...J'avais juste,
47 en sortant de l'hôpital, en janvier 2007, juste assez de courage pour aller répéter, revenir, c'est
48 tout ce que j'avais comme... et voilà donc euh...

49 *E : Une arrivée sur Grenoble pas facile*

50 L : Pas facile, pas facile mais voilà enfin... La la vie de d'itinérance n'est pas facile non plus
51 (toux) mais c'est tellement passionnant quoi, d'aller comme ça à la rencontre des gens, partout,
52 absolument partout. Voilà on a pas mal voyagé, on est souvent allé en Afrique, on est...voilà
53 c'était... formidable

54 *E : Avec votre travail ?*

55 L : Oui tout à fait. J'ai eu la chance de voyager au cours de ma vie qu'avec mon travail quoi.
56 C'était un vieux rêve que j'avais mais voilà, j'ai eu cette chance de vraiment voyager, avec le
57 travail.

58 *E : D'accord*

59 L : Ça m'intéresse absolument pas d'être touriste où que ce soit mais euh voilà de rencontrer
60 les gens, de travailler avec eux dans leur pays ça c'est formidable quoi.

61 *E : Et euh j'aimerais vous poser, moralement en ce moment, comment allez-vous ?*

62 L : Moralement en ce moment ? Et bah écoutez là présentement ça va bien euh j'ai bien vécu
63 le confinement parce que obligatoire, donc voilà c'était, il y avait rien à dire, j'étais avec ma
64 compagne et voilà, c'était pas désagréable du tout quoi. Comment faire une sieste sans aucune
65 culpabilité ? Et et par contre le déconfinement a été difficile, a été difficile parce que euh j'ai
66 écrit un spectacle donc je me fais accompagner par une musicienne, on devait jouer le 23 mars,
67 on a été confiné le 16, donc voilà ça a été... pendant tout le temps du confinement je l'ai bien
68 vécu mais au moment du déconfinement je me suis rendu compte que voilà, j'avais beaucoup
69 travaillé, ça fait 5 ans que je travaillais à l'écriture de ce spectacle, qui est un spectacle
70 autobiographique, qui s'appelle « Ma sœur, mon père, ma mère, et encore ma sœur », donc c'est
71 clair de quoi ça parle et euh et puis j'ai j'ai un projet d'aller jouer, alors il faut que je remonte
72 un tout petit peu en arrière, en en 2018 nous sommes allés au Maroc avec la compagnie,
73 pourquoi, parce que je donne des cours à l'école national de cirque du Maroc qui se trouve à
74 Saler à côté de Rabbat et cette école de cirque m'avait passé commande d'un spectacle qui
75 s'était appelé, (*nom d'un spectacle*) nous sommes partis à 12 comédiens ; là-bas, sur place
76 j'avais fait travailler 8 circassiens et nous avons intégré 18 migrants, voilà, pour créer (*nom*
77 *d'un spectacle*), c'est-à-dire qu'on s'appuyait sur les épisodes de l'Odyssée d'Homère pour
78 raconter l'odyssée des migrants. Pourquoi, parce que c'est la même vie, 10 ans, 10 ans de galère
79 pour arriver à trouver un chez soi donc le texte d'Homère était qu'un prétexte pour raconter
80 l'odyssée des migrants et d'ailleurs actuellement il y a une très belle exposition...

81 *E : Ah, une exposition...*

82 L : Une exposition de dessins et peintures qui ont été réalisés pendant le spectacle par les
83 migrants. Donc euh, dessins et peintures inspirés de l'Odyssée mais également de leur propre
84 parcours et là ça fait 2 fois que je fais un atelier d'art graphique euh en, je propose aux gens de
85 visiter l'expo et euh je dis « inspirez-vous de ce que vous avez vu » ou « comment dessiner sa
86 plus grande peur ? », j'ai des choses magnifiques, mais vraiment magnifiques quoi !

87 *E : Très Intéressant ouais*

88 L : Ce ne sont pas des personnes qui ont l'habitude de dessiner donc c'est vraiment de l'art brut
89 qu'ils font et c'est d'une véracité mais, absolument magnifique et donc euh, j'avais poursuivi
90 ce projet, et donc on devait partir l'été dernier donc en août 2020 dans un camp de réfugiés
91 palestiniens à Bethléem euh pour travailler avec eux, avec les palestiniens. Il y a un centre
92 culturel là-bas qui s'appelle (*nom du centre*) et l'idée c'était qu'ils lisent les épisodes de
93 l'Odyssée et qu'ils choisissent des épisodes qui sont en écho avec leur propre histoire. Et il
94 s'agissait donc de les monter.

95 E : *Et après qu'ils les...*

96 L : Et et qu'ils les jouent, et avec un retour en France donc gros projet euh euh on avait pu avoir
97 une belle subvention de l'Institut Français qui là malheureusement bah voilà, comme ça s'est
98 pas fait en 2020, il faut re, Il faut redemander. Faut redemander alors on a beau m'assurer qu'on
99 nous prêtera toute l'attention nécessaire parce que, parce que la subvention elle avait été acquise
100 ... J'ai des doutes. J'ai des doutes de par la situation mondiale, actuellement en Israël on peut
101 pas rentrer jusqu'à fin décembre par exemple, ils ont tout bloqué quoi, c'est très compliqué.

102 E : *Ouais, donc tous ces projets qui se...*

103 L : qui sont soit tombés à l'eau soit différés dans le temps, ça m'atteint au moment du
104 confinement

105 E : *du déconfinement*

106 L : du déconfinement voilà, à tel point puisqu'on, puisqu'on est dans une telle franchise, j'ai
107 demandé le soutien d'une psychologue pour, voilà, prendre des entretiens pour suivre les
108 entretiens en psychothérapie, pour m'aider à passer ce cap et ça se passe très bien, je suis très
109 content et voilà le spectacle on va le jouer (rire) on va le jouer le 13 décembre en appartement.
110 Voilà, c'est la solution que j'ai trouvée. Comme en plus c'est un spectacle intime, c'est pas mal,
111 c'est pas mal, si vous m'envoyez votre mail et bah je vous préviendrai.

112 E : *Et bah avec plaisir ! Et bah vous m'avez déjà un peu dit mais je voulais vous demander ce*
113 *qui vous avait amené vers le groupe A ? Voilà qui est-ce qui vous a parlé de ce groupe pour la*
114 *première fois ?*

115 L : Alors c'est deux choses, je me suis rendu compte au Maroc avec 18 personnes que je
116 connaissais pas du tout, que je devais intégrer dans le spectacle que je m'y suis pas forcément
117 bien pris euh j'avais ce désir de résultats de mise en scène quoi et je demandais à ces
118 personnes de rejouer leur rôle, leur propre rôle, ce qu'ils avaient vécu, traversée du désert,
119 traversée de la méditerranée, c'est ce que je leur demandais en fait. Alors, même si c'était sous
120 le biais du théâtre donc il y avait une transposition, quand même, je veux dire c'était
121 extrêmement...

122 E : *De se replonger...*

123 L : Voilà, et je ne trouve pas que je m'y suis très bien pris, je m'y suis pris, voilà, aussi bien
124 que je pouvais, mais je me rendais compte que je manquais de connaissances d'où un désir de
125 chercher comment animer des groupes de parole donc j'avais ce désir là au retour du Maroc, je
126 me suis dit donc voilà... Et il se trouve que y a un ami qui, euh, qui fréquente plutôt le Groupe
127 D, qui s'appelle (*nom de personne*) qui, euh, lui m'a parlé de ça au même moment et donc bah
128 voilà ça fait ni une ni deux à l'intérieur de moi, je me suis dit bah voilà, c'est exactement, groupe
129 de parole plus migrants c'est exactement ce qu'il me faut, absolument, exactement. Il faut dire
130 que parallèlement à ça, euh, depuis l'an dernier, j'ai ouvert un atelier théâtre, euh, plutôt réservé
131 aux migrants, mais c'est ouvert à tous en fait, pourquoi, parce que, euh, je sais pas par exemple
132 E10 (*nom*), voilà qui a craqué l'autre jour, c'était un pilier de l'atelier. Le théâtre lui fait le plus

133 grand bien possible quoi, euh, parce qu'elle peut s'exprimer, parce que voilà c'est c'est le côté
134 thérapeutique du théâtre est vraiment, formidable quoi, je ne donne absolument pas là dedans
135 mais je ne peux que constater au bout de 40 ans d'activité que c'est juste formidable, c'est
136 formidable. Le théâtre fait un bien fou parce que c'est libérateur, parce que c'est la parole, parce
137 que c'est jeu, J E U (épèle) et parce que voilà on y va, on engage son corps, sa voix, ses émotions
138 et donc là ça n'a pas pu reprendre parce que pas de salle, c'est une salle prêtée par la
139 municipalité et là je vois bien que la municipalité va attendre que tout ça soit fini pour me
140 repasser une salle et c'est c'est très difficile de trouver une salle, je parle même pas avec le
141 couvre-feu là c'est...

142 *E : Et ça, ça fait combien de temps que vous aviez lancé cet atelier de théâtre ?*

143 *L : Donc je l'avais fait à la, à partir d'octobre 2019.*

144 *E : D'accord, et au niveau des participants y avait euh quelques...*

145 *L : Alors c'était complètement variable, je pouvais avoir 3 personnes, je pouvais en avoir 12,*
146 *voilà c'était très variable. Et donc quand je repérais au sein du groupe de parole quelqu'un qui,*
147 *voilà, avait, bah je sais pas trop comment l'expliquer, est-ce qu'il avait envie de s'exprimer, ou*
148 *au contraire est-ce qu'il était très coincé, les deux, j'allais le voir à la fin je lui disais « bah*
149 *écoute, si tu veux, moi je fais un groupe de théâtre tel jour à telle heure » c'était pratique parce*
150 *que c'était à coté d'un arrêt de tram donc c'était très très simple et, euh, et donc les gens, je*
151 *disais « bah viens voir » c'était une grande liberté dans cet atelier, c'était, les gens pouvaient*
152 *arriver en retard, les gens pouvaient partir plus tôt pour une raison très très simple, c'était un*
153 *18h-20h, euh, mais le problème c'est que ça tenait pas compte des horaires de distribution de*
154 *nourriture par exemple... c'est fou, on pense pas à tout hein, on pense pas à tout, mais donc*
155 *voilà il fallait que, je disais « y a aucun problème, si tu dois partir à 7h30, tu pars à 7h30 » il y*
156 *a aucun souci et donc ça a donné des, il y a eu vraiment des beaux, des très beaux moments*
157 *quoi et puis je travaillais également avec (nom d'association) vous connaissez ce... ?*

158 *E : Pas très bien*

159 *L : Alors (nom d'association) bah comme son nom l'indique c'est un endroit où on peut se*
160 *laver, et c'est un endroit où on peut laver son linge... On peut aussi prendre un café, c'est ouvert*
161 *tous les matins, c'est juste à coté de l'île verte, juste à coté de la salle que j'avais, rue Berthe de*
162 *Boissieux. Ils font un boulot formidable aussi, ils sont vraiment vraiment épatants quoi, et donc*
163 *je suis allé là-bas, j'ai fait des lectures, j'ai offert des lectures, simplement pour me faire*
164 *reconnaitre et puis voilà il y avait une petite annonce comme quoi il y avait un atelier et*
165 *l'avantage c'est que c'était juste à coté. Voilà ... voilà, euh j'ai une dernière activité, c'est pas*
166 *la dernière mais... (rires) j'ai crée une web radio à la (nom d'un hôpital) qui est une clinique*
167 *psychiatrique ouverte aux jeunes de 15 à 25 ans donc qui peuvent suivre un cursus scolaire*
168 *seconde – terminale mais également universitaire voilà donc c'est une web radio qui est ouverte*
169 *à tout le personnel de la clinique, à aux patients, corps soignant, corps administratif, ça s'appelle*
170 *(nom de radio).*

171 *E : (nom de radio), intéressant...*

172 *L : Et si vous allez sur le site, on a déjà 3 émissions que vous pouvez écouter et c'est très sympa,*
173 *c'est très très sympa, vraiment. La radio est formidable, elle est formidable pour ce type de*
174 *public parce que on peut reprendre, on peut reprendre autant de fois qu'on veut quoi, on peut*
175 *être anonyme, on peut écrire un texte et le donner à quelqu'un d'autre pour qu'il le lise, on peut*
176 *juste dire « ben voilà moi j'ai envie »*

177 *E : On peut dire ce que l'on veut, oui.*

178 L : On peut dire « bah voilà moi j'ai envie d'écouter tel morceau de musique » et participer à
 179 la playlist, c'est super !

180 E : *Et bien j'irai faire un tour oui. Et ben merci, et comment avez-vous vécu votre première*
 181 *expérience, la première fois que vous êtes allé dans ce groupe de parole ?*

182 L : Je ne me souviens pas de la 1^{ère} fois mais ce dont je me souviens c'est que à chaque fois je
 183 suis touché quoi. En fait... j'ai invité ma compagne à venir, elle m'a dit « non ce que tu me
 184 racontes c'est trop, ça va être trop difficile, mon petit cœur supporterait pas quoi ». En fait à
 185 chaque fois j'ai l'impression de prendre un bain d'humanité... voilà, ça me, ça me recadre dans
 186 mon, dans mon statut d'homme, tout simplement quoi. Parce que vraiment quand je vois mes
 187 petits soucis, mes petits problèmes, enfin ou qui n'en sont pas mais comparé à ce que j'entends
 188 (*claquement de doigt*) c'est vraiment un rappel à l'ordre, de dire « beh... tu vois ce que tu vis
 189 (*nom de personne*), tu vois ce que vivent là, ce qu'a raconté, euh. Je peux dire le prénom ou
 190 pas ?

191 E : *Oui oui oui*

192 L : Là ce qu'a raconté (*nom de personne*). En plus (*nom de personne*), c'est c'est c'est le nom
 193 d'un personnage de bande dessinée (*nom de bande dessinée*), une petite souris et c'est une petite
 194 souris, elle te raconte... Wouahou ! (*Silence*) Voilà et je peux dire que quasiment à chaque fois
 195 je je je ressens cette... cette... ce réajustement, ce réajustement !

196 E : *Réajustement ...*

197 L : Dans un sens ce réajustement « ok, d'accord, bon » et puis je trouve que le protocole est
 198 absolument incroyable, je trouve qu'il est d'une efficacité... quoi que les gens, euh, quoi que
 199 les gens disent, alors en dernière partie quand ils partagent leurs expériences, quoi qu'ils disent,
 200 il y a des fois où les problématiques étaient tellement fortes que les personnes ne disaient rien.
 201 Mais rien que le fait qu'elles aient pu exprimer, que ça soit écouté, entendu, respecté, rien que
 202 ça aaaaah (*souffle*)... je me souviens d'une fois aaahhh (*s'esclaffe*) , il y avait une fois où y a
 203 un jeune qui exprimait un problème de reconnaissance, avec son père voilà et c'est parti à
 204 l'africaine ou pendant une demi-heure c'était « Et oui il y a ma tante, et il n'était pas là, mais le
 205 frère de ma tante lui il était là, il a pu m'aider », pendant une demi-heure non-stop comme ça.
 206 On étaient tous saoulés, et euh E6 (*nom*) il a dit : « Bon écoute, j'ai bien écouté tout ce que tu
 207 as dit hein, j'ai bien entendu mais j'en ai rien à faire, ce qui m'intéresse c'est ce qu'on va
 208 construire ici, maintenant, ensemble » L'autre a fait « haaaaan » et franchement mais pour dire
 209 un truc comme ça, ben chapeau quoi !!! C'est gonflé hein ?? C'est vraiment gonflé quoi, mais
 210 c'était juste... c'était juste quoi, enfin en l'occurrence, en l'occurrence...

211 E : *Il l'a entendu...*

212 L : Il l'a entendu et... (*Silence*)

213 E : *Et racontez-moi votre dernière expérience, la dernière fois, votre dernière participation.*
 214 *Quels ressentis, euh sujets, difficultés ?*

215 L : Ma dernière expérience et bien on était ensemble, on l'a, on l'a partagé... Euh... l'exemple
 216 que j'ai donné par rapport à E10 (*nom*) de respiration c'est quelque chose qu'elle a appris avec
 217 moi.

218 E : *Est-ce que vous pouvez nous redire juste le sujet ?*

219 L : Oui bien sûr, tout à fait

220 E : *Pour remettre de quelle séance il s'agit.*

221 L : Donc euh c'était E10 (*nom*) qui disait qu'elle ne s'en sortait pas quoi, elle avait pas le moral,
222 elle n'arrivait pas, rien n'avancait, rien ne se faisait et elle se sentait (*toux*) embarquée comme
223 ça par la vie quoi, elle était triste, elle avait pas le moral quoi. Et donc simplement j'ai j'ai
224 évoqué au moment ce que je, ce que je fais moi-même c'est-à-dire la respiration abdominale,
225 euh... je fais de la méditation donc je me sers de ça, tout simplement, mais je lui ai appris à E10
226 (*nom*), donc c'était juste (*claquement de doigt*) pour lui rappeler très très concrètement que que
227 qu'elle a cet outil là, qui est un outil qui calme quoi, qui apaise, qui tranquillise, qui... (*Silence*)
228 J'étais touché par, euh, par les propos de (*nom de personne*) parce que d'abord mon fils
229 s'appelle comme ça et puis c'est un gros (tapes sur le ventre) comme moi, il est plus fort que
230 moi, mais voilà donc ces problèmes de selles, de maigrir je les connais. A la fin je lui ai dit, je
231 suis allé le voir et je lui ai dit « regarde, moi sur mon portable j'ai installé un podomètre, et
232 comme ça je peux voir le nombre de pas que j'ai fait chaque jour et voilà je sais que si je fais
233 un certain nombre de pas, je me sens bien quoi » voilà je lui ai juste dit ça et puis euh... Oui,
234 euh (*Silence*), ce qui me sidère toujours, c'est le calme et la tranquillité avec laquelle ils te
235 racontent qu'ils ont été violés et qu'ils ont vécu ça, qu'ils ont été torturés, ils te racontent ça
236 comme toi tu dirais, bah ouais j'ai pris de la salade à midi quoi, c'est hallucinant quoi ! C'est,
237 ça me sidère complètement quoi... Et puis ce qui m'a touché aussi c'est le jeune homme, je
238 n'ai pas retenu son nom, qui s'est exprimé à la fin et qui n'était pas content !

239 E : E7 (*nom*)

240 L : E7 (*nom*) qui dit bah moi ça me va pas ce qu'on a dit là à ma sœur, ça me va pas, pourquoi
241 on a pas le droit de donner de conseil, pourquoi on n'a pas le droit de donner d'avis. Et ce que
242 je trouve passionnant, c'est... et là on rentre vraiment dans la culture africaine, vraiment, c'est
243 le palabre, c'est le palabre, c'est la discussion au contraire, chacun donne son avis, chacun
244 donne des conseils et donc je comprends qu'il soit heurté, mais réellement quoi, que ça lui aille
245 pas.

246 E : *Que ça ne le satisfasse pas...*

247 L : Et que...et je trouvais que E4 (*nom*) était vraiment très bien dans le, la ré explication quoi,
248 ré-explication. Il y a quelque chose qui se passe dans le temps. Tu comptes les suivre longtemps
249 les groupes de paroles toi ?

250 E : *Ouais, ouais, quand même*

251 L : Et oui, tu disais que tu ferais des permanences ?

252 E : *Oui la thèse sera pas avant le printemps prochain donc on fait aussi de l'observation de*
253 *participants, donc d'aller justement voir comment ça se passe. Et oui en effet suivre dans le*
254 *temps, suivre l'évolution*

255 L : Ça change beaucoup. Quand tu le fais dans le temps, ça change beaucoup.

256 E : *De voir... et du coup, toi dans ce groupe de parole avec le sujet de la dernière fois, comment*
257 *tu t'es senti toi au moment de proposer des sujets. Comment tu vis le groupe intérieurement ?*

258 L : Ecoute, je ne viens jamais dans l'idée de proposer un sujet, mais dans le petit temps de
259 réflexion, ou ils nous amènent à faire un retour sur soi-même, il y a des choses qui peuvent
260 surgir, alors se pose la culpabilité du blanc, qu'est-ce que c'est mes petits problèmes par rapport
261 aux... ok mais voilà, j'ai mis un moment à accepter de partager... E6 (*nom*) il est plus nuancé,
262 il parle de caillou dans la chaussure que je trouve assez judicieux, c'est un caillou dans la
263 chaussure. C'est pas de problème, tu vois ça prend toute une dimension. Le caillou dans la

264 chaussure, un truc qui t'empêche, qui te gêne, je trouve ça vraiment très, je trouve ça très malin
265 quoi. Et, euh, il y a y a des fois si tu veux, euh... je suis, euh, atterré parce qu'il se passe quoi,
266 ça me touche trop, et donc je fais un break... (toux) J'y viens pas pendant 1, 2,3 fois, puis quand
267 je sens que c'est apaisé je reviens.

268 *E : Parce que trop de ...*

269 L : Ah ouais, mais c'est ça qu'il y a de ...c'est pour ça que je te parle de travail dans le temps,
270 euh, c'est parce que, euh, ils ils parlent de leurs problèmes avec une telle tranquillité que c'est
271 pas forcément, euh, agressif sur le moment mais c'est quand ça se dépose en toi quoi, petit à
272 petit t'entend des choses qui... (souffle)... tu, tu... et puis bon voilà tu peux dire, aujourd'hui
273 j'ai pas envie de recevoir ma dose de misère humaine quoi, c'est bon, ça va, je... c'est bon, ça
274 va quoi !

275 *E : Et toi t'as déjà réussi à proposer des sujets ?*

276 L : Oui oui tout à fait

277 *E : Qu'on a pu aborder ?*

278 L : Absolument, par deux fois.

279 *E : Et qu'est-ce que ça t'a... ? Quand t'es ressorti de là, comment tu te sentais ? Qu'est-ce que*
280 *t'en a pensé ?*

281 L : Bah c'était très chouette, parce que c'étaient des points de vue, c'étaient donc des
282 expériences personnelles rapportées qui parfois étaient très très loin, de ce que je pouvais
283 raconter bien sûr mais euh qui toujours m'apportaient quelque chose. A chaque fois, même si
284 je comprenais pas ce que ça m'avait apporté (petit rire) même si je ne conscientisais pas...
285 t'sais, c'est le fait que ça a été pris en charge par un groupe quoi. Pris en charge dans le sens
286 écouter, bah j'étais content. Il y a une fois, je me souviens pas laquelle, excuse-moi, il y a une
287 fois où, où ouais waouh, ça avait été super pertinent quoi... c'était par rapport à une perte oui,
288 oui, (petite voix) c'était par rapport à une perte, une perte de quelqu'un de cher (Silence) y a de
289 tout, et ça dépend des groupes, tu vas le découvrir... je suis allé à Groupe D une fois...

290 *E : Mmm.*

291 L : Euh... c'est d'autres problématiques, c'est clair quoi (Silence) et ce qu'il peut arriver si tu
292 veux c'est qu'un un problème évoqué, euh, peut faire boule de neige ... c'est-à-dire par exemple
293 le problème de la perte de quelqu'un, euh, immédiatement les personnes pensent aux personnes
294 qu'elles ont perdues et (Claquements de doigt) peuvent mettre ça sur la table quoi, ça peut être
295 pertinent ou pas, mais voilà ça ça fait écho en tous cas.

296 *E : Et est-ce qu'il y a des difficultés que tu ressens dans ces groupes ? Des mal-être, des*
297 *malaises plutôt ?*

298 L : (Silence) (Soufflement) Une fois de plus je trouve que le protocole est très très bien fait, euh,
299 ça n'en demande pas moins de la finesse (Silence) je balance (Rire) parfois, je trouve qu'K est
300 un peu brute de décoffrage quoi... euh, mais elle en est dans ses débuts de l'animation parce
301 qu'elle a toujours été assistante d'animation, enfin celle qui ouvre et ferme les séances (toux)
302 mais là, dans ces formulations, c'est normal elle commence, elle débute et c'est pas simple,
303 c'est difficile, c'est compliqué, je la trouve un petit peu abrupte quoi... mais, bon (silence) Mais
304 je te dis, les plus grandes difficultés c'est quand euh, c'est quand j'suis débordé par trop
305 d'humain quoi...

306 *E : De recevoir tout ça*

307 L : Alors, on avait mis au point quelque chose pour faciliter la parole, plusieurs fois j'ai donné
308 des ateliers à la fin des séances, des ateliers voix, tu vois des choses plutôt joyeuses, du jeu,
309 très très libérateur, plutôt marrant quoi et ça marchait très très bien quoi, et puis voilà on s'est
310 rendu compte que de le faire après l'atelier, si tu veux, c'était pas facile, les gens pouvaient
311 avoir envie de vouloir partir tout simplement donc on a décidé de le faire avant, de 2 à 3, et là
312 ça n'a pas du tout marché, personne venait...

313 *E : Personne venait...*

314 L : Plusieurs fois je suis venu, c'était le premier lundi de chaque mois et euh pour l'instant c'est
315 en standby mais moi je je redis régulièrement que je suis à disposition.

316 *E : Pour faire ces ateliers*

317 L : Et là récemment Z me dit « Ecoute, nous on considère que aussi bien tes ateliers au sein des
318 groupes de parole que ton atelier théâtre, si tu veux ce sont des prolongements de l'action des
319 groupes de parole » et bah parfait, c'est impeccable, c'est exactement ce que je souhaite hein.

320 *E : C'est quelque chose à mettre en place d'intéressant en tous cas*

321 L : Oui tout à fait

322 *E : Et qu'est-ce que ce groupe vous apporte personnellement ? Donc beaucoup d'humain est*
323 *ce qu'il y aurait autre chose que vous auriez pas dit ?*

324 L : Humm (Soupire)

325 *E : Ou vous a apporté ?*

326 L : (Silence) hum je crois vraiment que je t'ai tout dit !

327 *E : Hum parfait, est ce que vous comptez y retourner ? Si oui pourquoi ?*

328 L : oui bien sûr, pour continuer, pour continuer, tu vois aujourd'hui ça m'amène devant toi, ça
329 m'amène à réfléchir sur le groupe sur mon investissement, je trouve c'est formidable, moi je te
330 suis reconnaissant, je vous suis reconnaissant à Sophie et toi de faire ce travail, je pense que ça
331 peut être vraiment bien pour le groupe, pour (*nom d'association*) et les autres groupes car ça va
332 être un regard avec distance, ce qui n'existe jamais, qui n'existe jamais si tu veux. Le débriefing
333 à la fin que propose E4 (*nom*) et E6 (*nom*) ce sont toujours des débriefings à chaud, ça a son
334 intérêt mais pour moi les deux sont nécessaires un débriefing à chaud et un débriefing à froid,
335 tu ne dis pas la même chose.

336 *E : Un peu de recul...*

337 L : Oui tout à fait

338 *E : Ok, et est-ce que il y a des choses que vous aimeriez voir changer ? Que vous pourriez*
339 *imaginer ? Qui ne vous correspondent pas tout à fait ?*

340 L : Je je trouve que lestu sais il y a cette sorte de mise en train physique qui est proposée au
341 début, on a fait l'arbre la dernière fois, je les trouve plus catastrophiques les uns que les autres,
342 mais c'est normal, c'est mon boulot de bouger, de faire bouger de...donc moi je leur ai proposé
343 effectivement, je peux donner des ateliers aux personnes qui viennent suivre des groupes de
344 paroles mais surtout aux intervenants, surtout aux intervenants, pour qu'ils comprennent ce
345 que ça veut dire de bouger, de s'investir, c'est une catastrophe totale, je trouve pour nous c'est

346 vraiment... mais pour eux, qu'est-ce que ça veut dire de faire l'arbre ? Ça je trouve ça
 347 catastrophique. Il y a l'autre J qui a sa chanson, tu la connais sa chanson ?

348 *E : Oui*

349 L : Ca commence toujours par « dans mon pays d'Espagne », qui est rigolote en soi mais si on
 350 réfléchit aux propos c'est une catastrophe totale quoi, « il y a des filles comme ça... », ce n'est
 351 pas possible, ce n'est pas possible de dire ça à des personnes qui ont vécu ce qu'elles ont vécu,
 352 ce n'est pas possible, donc ça je trouve ça absolument catastrophique !

353 *E : Pas adapté...*

354 L : Je leur ai dit moi je vous fais travailler quand vous voulez, je vous donne un réservoir, une
 355 boîte à outils d'exercices à faire qui pourraient être basés sur la respiration, simplement sur
 356 engager son corps, mais engager vraiment, pas de l'extérieur quoi. Je proposerai des exercices
 357 qui permettent de s'engager intérieurement quoi voilà ou du théâtre.

358 *E : Merci.*

359 L : Voilà, c'est vraiment la chose que je critique et c'est con parce que c'est au début de la
 360 séance donc c'est vraiment ce qui engage, ce qui entraîne ce qui est censé vraiment impulser
 361 quoi, et en fait pour moi ça fait vraiment le contraire ! Ça devrait vraiment pfff (souffle)...
 362 mais bon ils le savent, je leur redis, je parle pas de termes aussi francs que je le fais avec toi, je
 363 dis vous vous rendez compte que quand même c'est pas vraiment adapté ce qui est
 364 proposé...c'est catastrophique !! Tu vois ça a été créé au Brésil par Adalberto, tu vois j' imagine
 365 les Brésiliens dans quelque chose de l'échauffement corporel, tout de suite ça bouge quoi,
 366 forcément, il y a une évidence fin je trouve culturellement quoi, ou alors il faudrait mettre de
 367 la musique, une bonne musique qui envoie bien, des percussions ou de la samba ou du jazz ou
 368 tu vois pendant trois minutes où on bouge quoi vraiment ! Sinon je trouve ça carrément contre-
 369 productif...

370 *E : Ok, intéressant.... Euh... après donc oui vous avez parlé de tout ça est ce que vous voulez*
 371 *ajouter quelque chose point fort ? Point faible de ?*

372 L : pourquoi tu fais cette étude ?

373 *E : Alors je vous explique après l'entretien*

374 L : Est-ce que je veux ajouter quelque chose ? tu vois le fait que (*nom de personne*) amène
 375 toujours des petits gâteaux, petits nougats, c'est un point important ! C'est très apprécié, ces
 376 petits cadeaux là sont très appréciés... (*Silence*). Avant la Covid tu avais du thé, du café, tu vois
 377 c'était un truc très très convivial, pendant la ronde tu pouvais te servir un thé, un café...

378 *E : Et là tu as remarqué un changement dans le groupe ?*

379 L : Ah oui, A dit vous pouvez aller vous servir de l'eau à la fontaine même si c'est une fontaine
 380 réfrigérée

381 *E : Ca ajoutait quelque chose.*

382 L : Cette idée de faire une formation, voilà, pour pour tout le monde quoi, pour tous ceux qui
 383 sont intéressés, il est probable que je la suive, tu vois si ça a lieu. Il y a des formations en Rhône
 384 Alpes mais c'est 4 fois 3 jours en résidentiel, j'ai tellement fait ça que...mais bon si c'est là
 385 dans le coin avec ce groupe-là pourquoi pas. Alors il paraît que ceux de Marseille sont beaucoup
 386 plus percutants que ceux de Rhône Alpes, si tu as envie de développer, les intervenants il paraît
 387 qu'il sont pff...au niveau des formations et des groupes

- 388 *E : Et cette information vous la tenez de ?*
- 389 *L : D'eux, de E6 (nom) et E4 (nom)*
- 390 *E : Ca mériterait d'aller essayer*
- 391 *L : Est ce qu'il y a autre chose ?*
- 392 *E : Vous avez dit beaucoup de chose*
- 393 *L : S'il y a des choses qui me reviennent est ce que je peux te les écrire ?*
- 394 *E : Avec plaisir ! Et bien merci beaucoup.*

1 Entretien n°10 : Michou

2 E : *Enquêtrice*, M : Michou

3 E : *Voilà, du coup on va commencer l'entretien. Avant de commencer, je vais vous demander*
4 *de choisir un pseudonyme, c'est-à-dire un autre prénom pour anonymiser votre entretien.*

5 M : D'accord. Euh... Michou

6 E : Vous avez dit Michou ?

7 M : Oui.

8 E : *Ok, très bien. Et euh du coup il va avoir des questions, à la fois des questions personnelles,*
9 *à la fois des questions générales sur la ronde de parole. Vous n'êtes pas obligée de répondre,*
10 *d'accord ? Et on pose les mêmes questions à tout le monde, c.à.d. à la fois aux animateurs et*
11 *aux personnes qui participent.*

12 M : D'accord.

13 E : *Voilà, donc la première question, je vais vous laisser d'abord un peu parler de vous, de*
14 *vous présenter de manière générale.*

15 M : Euh... En entrant, en donnant tous les données personnelles ?

16 E : *Bah, en parlant de vous, de qui, qu'est-ce que vous avez envie de dire sur vous, qui vous*
17 *êtes ?*

18 M : Bon je suis camerounaise. Je suis, j'suis arrivée en France il y'a un an déjà et je vis à
19 Grenoble. Je sors du... du Cameroun depuis 2014 et je suis arrivée à Grenoble en 2019. Je suis
20 en procédure de demande d'asile et à Grenoble pour le moment je fais rien, parce que c'est c'est
21 compliqué, j'ai pas le droit de travail, j'ai le droit de rien faire pour le moment. Voilà ! (*rire*)

22 E : *D'accord, et euh, comment vous vivez à Grenoble ?*

23 M : Honnêtement, c'est difficile, dans euh... dans le sens, ou je je n'arrive vraiment pas à
24 m'épanouir, plus précisément j'arrive vraiment pas à m'épanouir, parce que les conditions de
25 vie ne sont pas très très agréables pour moi. Honnêtement, c'est difficile. Pour moi c'est
26 difficile. Je suis... euh, ça fait deux mois j'ai vraiment déprimé, parce que tout ce que j'essaye
27 de faire, rien ne marchait... aussi la procédure qui est tellement longue... et ça en fait, ça me
28 brise.

29 E : *hum... et du coup moralement vous vous sentez comment ?*

30 M : Euh moralement, pour le moment je me sens pas vraiment bien, parce que aussi encore avec
31 le COVID qui fait que insister. Je me demande quand est-ce que ça va s'arrêter ? Et en plus je
32 suis, je n'ai aucune ouverture, je je... En fait, j'ai l'impression d'être, d'être un peu sur place,
33 d'être égarée parce que je fais rien de mes journées. Mes journées se ressemblent, elles sont
34 pareilles. C'est... c'est vraiment, vraiment, vraiment difficile. Y'a aucune activité, y'a rien, qui
35 peut me permettre de, sauf quand je viens parfois au groupe de parole le lundi. Ça me permet
36 de voir d'autres gens, de bavarder, d'écouter aussi les autres. C'est la seule chose qui me fait
37 un peu sourire pour le moment. Oui sinon pou !

38 E : *D'accord, et vous vivez toute seule ou ?*

39 M : Je vis euh, je vis euh dans une maison, chez une dame qui m'a pris euh quand je suis arrivée
40 à Grenoble, mais je dors dans un camion. Mais bon, je me plains pas, parce que au moins, je
41 me dis que j'ai un toit. Y'a d'autres qui dorment dehors dans le froid. Parce que c'est vrai,
42 quand je suis arrivée à Grenoble, j'étais internée et on m'a donné un logement. Mais je devais
43 partager la chambre avec une autre fille, mais vu mon état de santé et je refusais parce que je
44 fais trop de cauchemars, je ne dors pas la nuit. Du coup, c'est un truc, qui euh, qui me rends un
45 peu faible en fait, j'arrive pas à assumer ça. Je me dis la personne elle va me trouver comment,
46 peut-être elle va se dire que je suis folle, j'suis pas bien, et tout, voilà. Et du coup c'est difficile
47 pour moi de vivre avec les autres, dans une même maison, partager la même pièce.

48 *E : Et du coup, là vous avez un espace où vous dormez dans un camion, et vous pouvez utiliser*
49 *la cuisine etc... chez la dame chez qui vous êtes logée ?*

50 M : Oui.

51 *E : D'accord. Ok. Et est-ce que vous connaissez d'autres gens sur Grenoble, est-ce que vous*
52 *avez un peu rencontré des personnes ?*

53 M : Honnêtement, je je je marche pas beaucoup. Je suis euh plus à la maison, sauf peut-être le
54 lundi, ou je sors pour aller, pour venir au groupe de parole et peut-être les dimanches, quand je
55 m'en vais à l'église. Parce que ça me fait aussi plaisir de de sortir le dimanche. Mais hormis ça,
56 je pou... Grenoble je suis toujours chez moi, généralement.

57 *E : Ok. Ok. Et vos personnes que vous considérez comme vos personnes proches, elles sont*
58 *où ?*

59 M : Elles sont euh...en en Afrique, au Cameroun, au « Sine Maori » ? Et c'est vrai qu'ici j'ai
60 rencontré des personnes aussi, des personnes géniales qui m'ont donné vraiment vraiment
61 beaucoup de considération.

62 *E (Aquiessment)*

63 M : Oui, comme je dis toujours, au groupe de parole. Très très bonnes personnes. J'ai aussi une
64 psychologue que j'adore vraiment, énormément, parce que avec elle, ça fait un an, j'ai partagé
65 des très très très bons moments avec elle. Et aujourd'hui je me sens bien avec elle, et avec la
66 dame chez qui je vais. Elle est gentille. En fait, elle est vraiment à l'écoute, en fait. Et du coup...
67 ça me...Bon je comprends, y'a encore des gens qui peuvent m'aimer. Ouais, c'est tout ça.

68 *E : Et la psychologue, dont vous avez parlé, vous l'avez rencontrée où ?*

69 M : Je l'ai rencontré ici à Grenoble.

70 *E : Ici à Grenoble.*

71 M : Parce que quand je suis arrivée, je me sentais pas bien. Au début j'étais vraiment vraiment
72 vraiment très très déprimée. Et je suis au (*nom de centre de santé*) la première fois et ils m'ont
73 conseillé d'aller au centre départemental de l'Isère, parce que j'ai fait des examens là-bas. Et
74 c'est de là que, à travers, avec le CEGGID, avec le médecin, ils m'ont conseillé le psychologue.
75 Et depuis ce jour-là.

76 *E : D'accord, ok.ok. Donc je vous ai posé la question « comment vous allez moralement », vous*
77 *m'avez dit. Donc c'est très compliqué en ce moment, avec le COVID, y'a pas d'activité ?*

78 M : Avec le COVID et les papiers qui n'avancent pas. C'est vraiment compliqué. Je suis...
79 surtout aussi sur le plan un peu psychologique ou j'arrive pas à dormir parce que c'est...

80 aujourd'hui je vis avec en fait. Je, j'apprends à vivre avec, bon j'accepte en fait. C'est devenu
81 mon quotidien, ça fait partie de ma vie. Voilà, j'accepte juste et je vis avec, voilà.

82 *E : D'accord. Ouais. Et comment, c'est quoi qui vous a amené vers la ronde de parole ?*

83 M : C'est euh... c'était... le fait de de de me faire écouter en fait. C'était le, c'était vraiment
84 rencontrer d'autres gens, juste parler. Parce que moi quand je, j'allais pour la première fois,
85 c'était surtout parler parce que j'avais l'impression que j'avais beaucoup de choses à dire et je
86 voulais juste parler. C'est la raison pour laquelle je me suis retrouvée aux rondes de parole. Je
87 voulais juste parler, sans savoir, sans savoir la vie des autres. Je voulais même pas savoir ce que
88 les gens pouvaient penser personnellement, je voulais juste parler. C'est comme ça que je me
89 suis retrouvée à la ronde de parole.

90 *E : Et c'est qui, qui vous avez parlé, que ça existe ?*

91 M : C'est (nom de médecin) euh (nom de médecin), au tant pour moi. Je suis venue me faire
92 consulter, et tout et il était le médecin qui m'avait consulté ce jour. Je me dis, à travers que mon
93 histoire, il m'a proposé la ronde de parole. Ouais.

94 *E : D'accord, ok, ok. Et est-ce que vous vous rappelez la première fois, où vous avez participé
95 à la ronde de parole, euh comment vous, vous êtes sentie ? Est-ce que vous vous rappelez cette
96 toute première fois ?*

97 M : Si je me rappelle, la première, ça date quand même de... ça date de peut-être de un an, neuf,
98 dix, onze mois comme ça. Et je me rappelle vraiment de la première fois. J'étais venue, y'avait
99 pas, y'avait pas trop de monde. On était peut-être cinq ou six. Et c'était pas mal. C'était vraiment
100 pas mal. Et ce qui m'a plu c'est que, la première fois que je suis allée, on a pris un sujet qui me
101 concernait. En fait je me suis dit, voilà, c'est l'occasion pour moi de, de parler. De dire tout ce
102 qui m'agaçait. Je pouvais pas dire tout, parce que je sais jamais, j'avais tellement. J'ai pris le
103 plus important en fait, qui m'agaçait pour le moment.

104 *E : D'accord. Et donc on a choisi votre sujet ?*

105 M : Ouais.

106 *E : Et vous vous rappelez, sans aller dans les détails, du sujet ?*

107 M : Mmmh, je pense que c'était le fait que je ne dormais pas.

108 *E : Que vous dormiez pas, d'accord.*

109 M : Je crois que c'est ça, le fait que je dormais pas.

110 *E : Ok. Et du coup après cette toute première fois, comment vous vous êtes sentie ?*

111 M : Euh... je me suis sentie.

112 *E : C'est quoi votre ressenti un peu de la première expérience de ce groupe ?*

113 M : Comment je vais dire. Soulagée. J'avais l'impression que je vidais un peu, un peu mon sac.
114 Surtout que c'est, c'est même pas le fait d'avoir parlé, en fait c'est, comment je vais dire ?
115 C'est, c'est le groupe en fait, ces personnes avec qui j'étais, je sais pas. Et je me dis, peut-être
116 parce que je me dis que c'était des personnes très très âgées que moi, j'avais l'impression de
117 parler avec des personnes qui pouvaient me comprendre facilement, des personnes qui ont un
118 vécu, et qui sont aujourd'hui peut-être dans une phase où ils vivaient juste la vie, ils ont été

119 jeunes. Du coup, pour moi le fait d'avoir trouvé ces personnes face à moi me rassurait sur
 120 beaucoup de points. Et aussi... euh

121 *E : Et donc y'avait que des personnes globalement plus âgées ?*

122 M : Oui, ouais. Et j'étais déjà rassurée. Et de deux, y'avait aussi... comment je vais dire, je sais
 123 pas si je vais dire, les lois. En fait, nous on dit, on juge pas, pas de jugement, en fait tout ça...
 124 ça m'a accord rassurée. En fait je me suis dit voilà, j'suis sûre on va pas me juger. On va juste
 125 écouter. Et du coup je me sentais bien. Parce que pour moi le premier, je souhaitais juste qu'on
 126 m'écoute. Je voulais pas, en fait, les gens ne m'importaient peu, peu importe ce que les gens
 127 pouvaient penser, je voulais juste parler. Ouais. Je voulais juste parler, parce que j'étais
 128 tellement restée seule. Je voulais tellement parler. Ce jour je voulais vraiment parler. Et quand
 129 je suis sortie de là, je me suis sentie un peu libérée parce que il faut dire... que j'ai passé toute
 130 ma journée à pleurer, oui en fait je pleurais parce que j'ai trouvé des gens à qui je pouvais parler
 131 sans jugement. C'est ce que je ressentais en fait, dans les regards, dans les paroles, j'ai compris
 132 que je n'étais pas jugée. Et c'est ce qui m'a le plus euh... motivé à repartir au groupe de parole.

133 *E : A revenir, d'accord. Ok. Et du coup, est ce que vous vous rappelez de la dernière fois, du*
 134 *dernier groupe auquel vous avez participé ?*

135 M : Au groupe de parole ?

136 *E : Oui, la toute dernière fois.*

137 M : C'est, c'était lundi, lundi passé, pas le lundi d'hier.

138 *E : Ouais, et qu'est-ce qu'étaient vos ressentis ?*

139 M : Mmh...(silence), que j'ai... Aujourd'hui, le groupe de parole est comme un pour moi, la
 140 dernière fois, en fait, c'est comme, aujourd'hui c'est comme, je sais pas comment je vais dire ,
 141 c'est comme un devoir en fait.

142 *E : Comme un ?*

143 M : Comme un devoir. Oui, c'est comme un devoir pour moi. Je vais pas dire, obliger de partir,
 144 mais toujours je me sens bien. Quand je sais que lundi va arriver je suis contente, parce que je
 145 sais que je vais voir des personnes formidables, je vais passer un bon moment en fait. Ça c'est
 146 sûr ça. En sachant que si je parle de soucis, je vais rentrer avec une joie.

147 *E : Vous allez rentrer avec ?*

148 M : Avec une joie en fait. Oui, c'est ça. Et le lundi aussi, le lundi on a eu un bon sujet.

149 *E : C'était quoi le sujet, sans aller dans les détails pareils ?*

150 M : C'est vrai, c'était un peu... j'étais un peu en retard. C'était un gars qui, qui parlait de vivre
 151 ensemble, de vivre en colocation. Et c'est très très difficile, il sait pas comment s'y s'y prendre.
 152 Et du coup c'est quelque chose, que j'avais, j'ai essayé de traverser, c.à.d. c'était quelque chose
 153 que j'avais vécu et que à la fin j'ai pu surmonter la pente, et du coup j'étais... Pour moi c'était
 154 un sujet très très intéressant. Parce que tous les jours, faut toujours apprendre à vivre avec les
 155 gens et c'est pas du tout facile.

156 *E : Et oui...*

157 M : Pas facile, ouais. Et pour moi, c'était un sujet qui était vraiment pertinent. En fait c'était, je
 158 voulais à un moment vraiment essayer de parler pour lui donner vraiment mmh comment lui

159 dire, certaines petites idées, des trucs qui avaient marché. Ouais, c'était plus ça. Et ce je me suis
160 rendu compte qu'il n'était pas le seul, y'avait beaucoup qui avaient vécu la même situation.

161 *E : Qui avaient vécu la même situation et qui y'avait écho, c'est ça ?*

162 M : Ouais c'est ça, exactement, c'était un sujet qui était vraiment pas mal.

163 *E : D'accord, et est-ce que vous avez vécu des difficultés pendant, est ce que des fois y'a des*
164 *choses difficiles ?*

165 M : Dans le groupe de parole ?

166 *E : Ouais, et notamment la dernière fois ?*

167 M : C'est vrai que, au début, euh, c'était un peu difficile dans le sens ou, pas d'avis, en fait j'te
168 dis, si je parle, tu te dis. En fait au début, tu as l'impression que tu vas prendre des conseils, tu
169 vas prendre. En fait on va te donner un avis, un point de vue... On va te dire Michou c'est
170 mieux de faire comme ça, ou c'est mieux d'aller comme ça. Au début, c'est un peu difficile,
171 parce que c'est ça que j'attendais le plus, sauf qu'après, avec le temps j'ai compris que non ce
172 n'était pas de ça qu'il était question. Il était plutôt question de, de se faire son propre opinion,
173 de de de trouver sa propre solution dans ce que les autres vont dire. Donc c'est ça qu'était un
174 peu difficile pour moi au début. Et difficile aussi, parce que j'ai rencontré des personnes, et
175 qu'après, aujourd'hui et demain ils ne reviennent pas. Moi, c'était un peu gênant, j'avais
176 l'impression que je comprenais la chose seule, et qu'eux ils comprenaient pas et je savais pas
177 comment je pouvais aller vers eux et leur dire voilà « le groupe de parole c'est pas, c'est pas
178 une clinique, c'est pas l'hôpital, où tu viens rencontrer ici et que tu vas expliquer, voilà
179 comment faut qu'on fasse ». C'est un endroit, où, pour moi, c'est un endroit, où...*(silence)* tout
180 le monde est malade. Parce que tu dis, bon je suis peut-être la seule, quand tu sors de ta maison
181 tu as tes soucis, mais quand tu arrives au groupe de parole tu te rends compte que t'as pas les
182 soucis seule, c'est vrai que, elles sont peut-être divergents, mais vous tous, vous avez des soucis.
183 Que ça soit grands, petits, c'est des soucis. Et c'est ça en fait, c'est ça pour au début, en fait
184 c'est en fonction des autres que j'arrivais pas à comprendre, parce que, ils ne comprenaient pas.
185 Je sais pas si j'avais une mmmh, une longueur d'avance sur eux, ou si c'est eux, ou si c'est, en
186 fait j'té aussi un peu gênée sur ça. Ça faisait, quand on expliquait, j'avais toujours l'impression
187 de vouloir plus les expliquer et ça me gênait plus. Donc à un moment, j'étais obligée de me
188 dire, bon bah voilà, c'est mieux que chacun pense comme il veut penser. Et ça faisait que, quand
189 quelqu'un il vient à la séance et puis si il ne revient pas, ça me gênait un peu. Je me dis : Mais
190 pourquoi il est pas revenu ? Parce que il n'a pas compris et peut-être il est venu avec une, il se
191 disait qu'il allait trouver une solution, et simplement il est parti insatisfait. Pour moi, en fait,
192 c'est tout aussi ça, en fait, comment je peux faire pour qu'il revienne, qu'il essaye de
193 comprendre. C'était ça qui était le plus difficile pour moi... Bon sauf que après j'ai dit bon
194 voilà, c'est chacun qui sait ce qu'il veut, bon voilà.

195 *E : Et des fois, du coup, si je comprends bien, y'avait des personnes, ça te rendait un peu triste*
196 *qu'ils ne revenaient pas ?*

197 M : Oui

198 *E : Et y'a des personnes, tu as réussi entre guillemets à discuter ?*

199 M : C'est vrai, qu'après j'ai rencontré beaucoup beaucoup de personnes, que j'ai essayé de
200 discuter avec eux et voilà. En fait... au final, j'ai compris qu'ils pensaient que c'était un endroit
201 où on venait pour une solution. Déjà, peut-être je venais dire, « non, j'ai pas de logement », et
202 on te dit : « ok demain on te trouve un logement. » C'est ça en fait. Et ça que je n'arrivais pas,
203 à vraiment les expliquer. J'avais l'impression à un moment donné, d'être un peu comme

204 quelqu'un qui, comme si c'est moi qui avais un problème. Et après j'ai dit, bon voilà... je suis
205 venue au groupe de parole pour moi. J'suis pas venue pour les autres, donc du coup si ils
206 comprennent pas, peut-être qu'un jour ils comprennent. J'ai vraiment essayé mais bon, après je
207 vais pas forcer. Oui parce que même dans la rue, même des gens que j'ai rencontrés dans les
208 associations, j'ai essayé d'en parler. Voilà, on essaye de parler, je comprends, qu'ils sont pareils
209 que moi et pour moi le groupe de parole m'aide. Bon forcément je me dis ça va les aider, sauf
210 que on ne voit pas les choses de la même façon. Voilà, c'est un peu ça.

211 *E : Oui, oui, ça c'est sûr. Et du coup, là vous avez déjà dit pleins de choses du groupe de parole.*
212 *Qu'est-ce que ça vous apporte, est ce qu'il y'a d'autres choses ?*

213 M : Mmmh

214 *E : Que vous diriez que le groupe de parole vous a apporté ?*

215 M : Surtout le, moi c'est surtout la confiance en soi... le groupe de parole m'a aussi appris à
216 beaucoup, à oublier un certain nombre de choses. En fait pas oublier, c.à.d. essayer de mieux
217 laisser derrière, parce que en fait tu te rends juste compte au groupe de parole que, comme je
218 disais tout à l'heure que, tout le monde à un problème. C'est ça en fait ! C'est plus ça la grosse
219 particularité ! Parce que quand tu es avec un souci, tu as l'impression que tu es la seule qui est
220 comme ça. Tu as l'impression que tu es maudite, comme si le monde non, comme si tout était
221 seulement chez toi ! Et quand tu arrives au groupe de parole, peut-être que tu as un préjugé sur
222 l'autre, en fait, quand tu vois l'autre, peut-être la personne est soignée, bien et tout, tu as
223 l'impression que la personne tout va bien. Et c'est quand la personne commence aussi à parler
224 que tu te dis, bon voilà, donc je suis pas la seule. Même si c'est pas, même si c'est pas la même
225 chose que vous avez vécu. En fait tu comprends que tu es pas la seule à avoir un problème, c'est
226 ça qui m'a, qui a fait que, en sorte que je viens au groupe de parole et que je vais toujours
227 continuer à venir, si je peux. Parce que, tous les jours, quand je m'en vais au groupe de parole,
228 tous les jours que je rentre chez moi, toujours avec un truc de plus en fait, avec euh une plus
229 grosse détermination surtout que je suis tombée sur des personnes qui croient en moi, et qui me
230 l'ont dit, ça fait. En fait dans ça, j'ai eu trop de choses, comment je vais dire, j'ai rencontré des
231 belles personnes, j'ai eu l'amour, parce que rester avec des personnes âgées et sentir qu'ils
232 t'aiment en fait. J'ai eu l'impression de retrouver beaucoup de choses que j'avais perdues, en
233 fait... c'est un truc de... j'sais pas comment j'vais expliquer. Mais c'est un endroit, ou, j'ai j'ai,
234 j'ai vraiment pris beaucoup, parce que comme ma psychologue m'a dit dernièrement, que elle
235 changeait de boulot, elle devait plus travailler là-bas et elle devait me... il devait avoir une
236 nouvelle et... et je lui ai dit mais bon je vais pas faire avec une nouvelle, alors que j'ai le groupe
237 de parole. Tu vois ou à ce que le groupe de parole m'a emmenée en fait. Aujourd'hui je veux
238 plus être suivie par une psychologue, parce que je me dis le groupe de parole m'apporte
239 beaucoup.

240 *E : D'accord.*

241 M : Ah ouais c'est ça, parce que quand je viens, que tu parles, et que tu rends compte que
242 d'autres gens ont aussi la même expérience que toi, ont vécu la même chose et que à travers, si
243 ils ont trouvé d'autres solutions tu prends la solution de (*nom de personne*), de (*nom de*
244 *personne*), tu vois c'est beaucoup. Et en fait tu t'assoies, tu te fais une idée et tu t'assoies dessus.
245 Ça fait du bien, ouais sans être conditionné, sans te forcer. Ça vient tellement naturel, puisque
246 ton cerveau a déjà enregistré voilà ce que je vais faire... Je vais essayer de faire cela, et c'est
247 ça en fait, c'est ça la grosse particularité et c'est vraiment un truc de fou, parce que, au début
248 quand il m'avait dit, je me suis dit, bon un groupe ou on va parler, je savais ce que c'était et toi.
249 Bon, j'ai fait deux séances, trois séances, j'avais l'impression qu'au fil du temps je voulais
250 juste, je voulais juste venir, je voulais juste être là, parce que déjà aussi on rencontrait des

251 nouveaux gens qui parlaient avec d'autres gens que je connaissais pas... et je parlais vraiment,
252 je parlais, et je voyais le fait qu'on t'écoute sans jugement, sans euh... on donne pas d'avis, en
253 fait on s'en fout de ce que tu as vécu. Pas qu'on s'en fout, mais on ne s'assoie pas de dessus !
254 On écoute et puis voilà, on dit ce qu'on peut dire. Et surtout la personne parle de son expérience,
255 du coup tu comprends que tout le monde vit des situations pas trop bien.

256 *E : Ouais ouais, et est-ce que tu comptes y retourner ? Vous avez déjà un peu répondu à cette*
257 *question ?*

258 M : Bah oui, oui, si euh... si euh si je peux, si je suis sur Grenoble, oui je vais le faire.

259 *E : D'accord, et du coup pourquoi ?*

260 M : Parce que, je, honnêtement, parce que je me sens bien et de deux, je je j'apprends à connaître
261 d'autres gens, d'autres tribus, d'autres pays, des gens d'autres pays, d'autres communautés, en
262 fait c'est juste ça qui est en moi, un truc que je ne peux pas expliquer. Je, je je, à travers ça, je
263 m'attache, je comprends aussi beaucoup plus la valeur de l'être humain, de l'humanité vraiment
264 entière. Tu comprends voilà. T'y es pas la seule ! Tu apprend aussi à aimer les autres. Parce
265 que quand quelqu'un te raconte une histoire et que ça te touche profondément, c'est c'est c'est
266 naturel, c'est un déclic comme ça, tu te rends compte que, tu commences à avoir de l'estime
267 pour la personne et demain tu trouves en train d'aimer la personne naturellement comme ça...
268 tu vois ça, en fait ça a créé tellement de choses en moi que je sais pas comment je vais expliquer,
269 mais surtout plus vivre avec les autres. Parce que c'était difficile aussi pour moi. Ça m'a
270 vraiment apporté beaucoup. Il y'avait le manque de confiance, j'arrivais plus vraiment à faire
271 confiance aux autres. Et le groupe de parole m'a appris euh, m'a dit bon voilà tu peux
272 recommencer tout. Les gens ne sont pas toujours pareils, et saches que tu vas toujours rencontrer
273 dans la vie des choses qui sont pas bien, mais aussi des choses, des personnes qui sont bien. Il
274 faut juste avoir l'esprit du du du discernement en fait, pour pas... faut juste savoir cerner les
275 choses. Donc du coup, le groupe de parole m'a apporté tellement, ouais tellement, tellement
276 que je ne sais même pas. Vraiment tellement, je me dis bon voilà, je remercie toujours le premier
277 jour ou (*nom de médecin*) m'a invité au groupe de parole, parce que c'est un truc de fou. C'est
278 un truc de fou. Je ne savais pas que je pouvais entrer et m'attacher en fait.

279
280 *E : Ouais, donc là vous êtes vraiment attachée à ce groupe- là.*

281 M : Ouais je suis vraiment attachée, parce que y'a des personnes, y'a d'abord des personnes qui
282 sont très très très très très bien. Y'a des personnes, que, en fait que j'aime bien voir en fait.
283 Quand je sais que je vais arriver au groupe de parole que je sais que je vais voir (*nom de*
284 *personne*) je suis contente ! Je vais voir tel, j'suis contente ! Du coup, quand je sors de ma
285 maison avec la joie, pour moi c'est comme, même si je sors déjà avec un cœur qui est brisé, que
286 je m'en vais raconter un truc, mais je sais que j'ai des personnes. C'est un peu comme, quand
287 tu as ta maman auprès de toi, ou quand tu souffres et que tu sais que quand je m'en vais parler
288 avec ma mère je me sens bien. Aujourd'hui, c'est une thérapie pour moi, c'est des personnes
289 que je fais entièrement, quand je dis entièrement confiance. Sur un certain nombre de choses,
290 que je fais vraiment confiance et voilà, et que je me sens aussi aimer. Parce que, ils m'ont
291 montrée, par plusieurs façons, par plusieurs moyens, qu'ils m'aimaient, qu'ils m'appréciaient...
292 et du coup je me sens comme chez moi. En fait, voilà.

293 *E : D'accord, ok.*

294 M : rire

295 *E : Et est-ce que, euh il y'a des choses que vous aimeriez voir changer ?*

296 M : Au groupe de parole ?

297 E : *Ouais.*

298 M : Euh... oui. Oui, déjà où nous sommes, les choses sont, les choses sont bien. Bien, peut-
 299 être, parce que j'suis pas encore aller ailleurs. Peut-être si je pars dans d'autres groupes de
 300 parole, j'aurais peut-être plus d'idées, par rapport. Parce que quand tu restes sur place, tu
 301 connais que ça, et peut-être en allant ailleurs, en écoutant les autres, en voyant le
 302 fonctionnement des autres, ça peut créer un petit truc, tu te dis voilà. Prendre un peu des deux,
 303 mélanger, trouver un truc, donc c'est ça en fait. Aujourd'hui je, je souhaite vraiment être
 304 animatrice.

305 E : *D'accord.*

306 M : Parce que c'est, j'ai vraiment envie de donner ça aux autres, parce que aujourd'hui je sais
 307 pas comment je vais dire, j'ai l'impression que j'ai, j'ai un petit, ce petit don, et j'ai vraiment
 308 envie de l'exploiter. Ouais. J'ai vraiment envie de l'exploiter, c'est pourquoi je veux vraiment
 309 être animatrice des groupes de parole. Je veux vraiment euh, vraiment participer, voilà.

310 E : *Super. (Rire)*

311 M : *(Rire)*

312 E : *Et euh, est-ce que, dans des choses que vous pouvez vous imaginer de changer, est-ce que*
 313 *vous avez des idées, là comme ça ?*

314 M : Hum c'est plus, plus sur... Je veux juste amener mes frères ! Quand je dis mes frères, je
 315 parle toujours, je parle plus des africains, qui ne comprennent pas l'importance des groupes de
 316 parole et je me dis que si, ils essayent de de de faire un peu comme moi, après ils seront très
 317 très satisfaits. Si j'étais satisfaite, c'était parce que je connaissais trop, et pourtant je suis entrée
 318 naturellement, c'est juste que j'ai j'ai... En fait il y'a, il y'a ce côté de ce que je recherchais,
 319 que je suis en train de retrouver. De comprendre, parce que ils se sont dit, ou ils se disent que
 320 le groupe de parole c'est un endroit, où on vient, on trouve des solutions comme je disais...
 321 comme je disais y'a peut-être, « j'ai dormi dans le froid et puis c'est dur » et l'autre va lui dire :
 322 « voilà un manteau. ». C'est ça en fait, c'est pas un endroit, où on va te dire « voilà un
 323 manteau », non. Mais on peut te dire dans le groupe de parole « oh comme tu as dormi dans le
 324 froid, moi quand je suis arrivée j'ai dormi dans le froid, mais je me suis rendue peut-être au
 325 « local des... (*mot incompréhensif*) ». C'est ça en fait. Et la solution n'est pas là. Et la solution
 326 vient ici seulement si tu veux, ou, c'est plus ça. C'est, je veux vraiment amener plus plus plus
 327 des africains, parce que c'est comment je vais dire, je suis euh... je connais nos souffrances,
 328 parce qu'on a presque tous les mêmes difficultés, on sort tous presque du même endroit, même
 329 si c'est des pays divergents, on a toujours quitté pour une raison, on s'est tous dit, que chacun
 330 de nous a son histoire, a un problème, a une grosse difficulté, ça c'est sûr. C'est plus que ma
 331 cible, si je peux, faire venir même trois, quatre personnes, qui je sais, ils seront peut-être comme
 332 Michou. Et disent « Oh Michou, le groupe de parole nous apporte beaucoup ! » Je sais qu'à
 333 travers eux on peut aussi faire des merveilles dans la vie des autres ... et c'est plus dans ça.

334 E : *D'accord, ouais.*

335 M : C'est ça que je veux vraiment changer.

336 E : *Ouais, ok.*

337 M : Vraiment, c'est que, sur tous les plans le groupe de parole peut apporter beaucoup, pas
 338 toujours à l'instant... Mais après.

339 *E : D'accord. Et est-ce que vous voyez des fois des choses qui sont difficiles à aborder devant*
340 *le groupe ?*

341 *M : Oui, y'a des choses qui sont très très personnelles. Très intimes, ou euh on a pas forcément*
342 *envie de le dire, parce que bon... comme on dit, c'est vrai, c'est un groupe ou y'a des gens que*
343 *on connaît pas. Si des choses qui sont très très très personnelles, on sent que même si on est*
344 *écouté, parler de ça, ça va nous briser; et que, peut-être on veut en parler mais on se dit c'est*
345 *pas le lieu, c'est pas l'endroit, voilà. C'est mieux de se taire. Ouais.*

346 *E : D'accord. Ok. Et qu'est-ce que ça vous fait, de, alors si c'est le cas, de croiser des personnes*
347 *du groupe dans un autre contexte ?*

348 *M : Je comprends pas.*

349 *E : Par exemple, ce que je veux dire, c'est par exemple si vous croisez des personnes du groupe,*
350 *par exemple des médecins, ailleurs ou en consultation médicale, qu'est ce que ça vous fait ?*

351 *M : Moi, ça me dérange pas, parce que aujourd'hui, j'ai pu cerner, en fait j'ai pu cerner les les*
352 *les grandes choses, les petites choses. J'ai pu cerner ce que je peux dire dans le groupe de parole,*
353 *ce que je peux dire seulement à quelqu'un après le groupe de parole. C'est ça que je dis, c'est*
354 *en fait une question de de confiance. Je me dis voilà, c'est personnel, c'est plus sécurisé, en me*
355 *disant, oui, y'a des trucs que je peux dire au groupe de parole, y'a des trucs que je peux pas*
356 *dire. Comme y'a des trucs, c'est vrai que parfois quand j'ai fini, y'a d'autres gens que je vois*
357 *après, j'ai soucis, faut que, je veux vraiment en parler, au médecin surtout, surtout à (nom de*
358 *médecin), parce que toujours c'est presque avec lui que je cause beaucoup en en fait. Je dis*
359 *certaines choses que je peux pas dire dans dans le groupe de parole.*

360 *E : D'accord. Et ça vous, donc du coup même si vous avez vu un médecin en consultation, que*
361 *vous le revoyez pendant le groupe de parole, et qui connaît peut-être déjà des sujets, ou des*
362 *histoires, pour vous ?*

363 *M : Pour moi ça me gêne pas, du moment que je me sens pas indexée, du moment que je sens*
364 *pas, que c'est de moi qu'il est en train de parler, ça ne me gêne pas. Si je sens que c'est de moi*
365 *qu'il est en train de parler, peut-être après je vais lui dire, voilà j'ai senti. Mais si je sens que*
366 *c'est un truc qui est vague, que ça paraît vague pour tout le monde, ça va pas me gêner, parce*
367 *que c'est tellement, moi je suis pas la seule qui a vécu ce que j'ai vécu dans ma vie, y'en a des*
368 *milliers, des milliers, et derrière moi y'a encore des gens qui vont vivre et des gens qui sont en*
369 *train de vivre tout ça. Donc du coup c'est pas tant, si ils parlent de moi, je vais savoir. Ça sera*
370 *naturellement, je vais savoir que voilà là c'est de moi.*

371 *E : Ok, euh est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?*

372 *M : (Rire)*

373 *E : Des choses qui vous semblent importantes à dire ?*

374 *M : Humm... Aujourd'hui je suis juste à une phase, ou je me suis fixée beaucoup beaucoup*
375 *d'objectifs et de principes, avant la fin de cette année, et honnêtement je veux vraiment aboutir*
376 *à cela, parce que je me suis trop trop trop lamentée dans ma vie. Et jusque aujourd'hui je me*
377 *rends compte que les lamentations m'ont pas aidée, bien au contraire à toujours continuer par*
378 *me briser et tout. Aujourd'hui, voilà, je me relève avec une autre vision de la chose, y'a des*
379 *gens qui ont crues en moi, y'a des gens qui croient en moi, et je pense que ils ne savent pas, ils*
380 *ont, en fait ils ont brusqué un truc en moi. J'ai l'impression qu'ils ont réveillé quelque chose*
381 *qui dormait... Aujourd'hui je veux vraiment, je veux vraiment faire des choses, je veux*
382 *vraiment envie faire beaucoup de choses. C'est tout dans le sens de l'humanité... Parce que*

383 honnêtement, c'est parce que pour le moment, je suis pas encore, stable, je suis pas encore en
384 procédure régulière... et je me suis dit, bon, même si je suis pas en procédure régulière, y'a des
385 associations, y'a des endroits où je peux aller, avec... ou je peux aller, pour essayer d'apporter
386 mon peu de soutien que je peux. Peu importe si ça serait physique ou moral, j'sais pas, je veux
387 juste le faire, parce que j'ai l'impression que je suis un peu appelée dans ce contexte. Le groupe
388 de parole a créé trop de choses en moi, je peux pas expliquer. Je me sens, juste, ça a réveillé
389 tellement de chose en moi, moi-même je n'imaginais pas, je suis tombée sur des personnes
390 formidables qui ont cru en moi, qui m'ont dit Michou tu peux. Et aujourd'hui, c'est ce que je
391 souhaite, je souhaite vraiment faire, plus travailler dans le sens de l'humanité. Pour moi j'ai
392 l'impression que j'ai pas apporté beaucoup. Parce que quand j'étais très très jeune, je suis passée
393 par pas mal de choses, je m'y connais un peu, à mon niveau. Je me dis que avec mon soutien,
394 beaucoup de personnes peuvent être soulagées. Et c'est le groupe de parole toujours, qui m'a
395 poussé à pouvoir parler aux autres. Si j'avais pas connu le groupe de parole, peut-être
396 aujourd'hui je sais pas, je serais tout renfermée. Je sais pas. Mais derrière le groupe de parole,
397 j'ai rencontré des gens, j'ai vu tout le monde avec des problèmes. Et j'ai appris à m'exprimer,
398 à m'ouvrir aux autres. Aujourd'hui je suis super (*mot incompréhensif*)

399 *E : D'accord, super. Et bah merci beaucoup (rire)*

- 1 Entretien n°11 : Free
- 2 F : Free ; E : *Enquêtrice*
- 3 *E : Du coup, alors déjà avant de commencer l'entretien, vous pouvez choisir un pseudonyme.*
- 4 *Comment vous allez vous appeler ?*
- 5 F : Free.
- 6 *E : Free ? Ok. Très bien. Et puis je répète, du coup-là, les questions que je vais poser, on pose*
- 7 *les mêmes à l'ensemble des participants, que ça soit les personnes qui animent le groupe, que*
- 8 *ça soit les personnes qui participent. D'accord ? D'abord je vais vous laisser me parler de*
- 9 *vous, de vous présenter de manière générale.*
- 10 F : Euh, vous dites un pseudo ? Et c'est possible de parler de mon nom, de donner mon nom
- 11 propre ou quoi ?
- 12 *E : Non non, de parler de vous, de votre vie, sans forcément dire votre nom propre.*
- 13 F : D'accord.
- 14 *E : Non non (rire)*
- 15 F : En fait, euh... je suis licencié en droit des affaires en Guinée, voilà. Après donc, voilà, j'ai
- 16 un peu travaillé à une banque de microfinances en Guinée et après je me suis lancé dans la
- 17 politique. Après la politique, voilà ça a tourné mal... donc je suis venu en France, je suis arrivé
- 18 en France. Donc en France, après j'ai découvert le groupe de parole. Et après ils m'ont donné
- 19 une aide financier, pour que j'assiste au premier module de groupe de parole, que j'ai fait. Donc
- 20 j'ai passé le premier module. Et maintenant voilà je suis à (nom de quartier), à Grenoble. Pour
- 21 le moment je suis chômeur, donc j'attends.
- 22 *E : D'accord.*
- 23 F. Ouais
- 24 *E : Et du coup ça fait combien de temps que vous êtes arrivé à Grenoble ?*
- 25 F : Trois ans.
- 26 *E : Trois ans. D'accord, ok et euh... Qui sont un peu vos personnes proches ?*
- 27 F : Mes personnes proches ?
- 28 *E : Oui.*
- 29 F : Je veux dire en fait euh..., mes amis, mes compatriotes et voilà, y'a les familles d'accueils
- 30 aussi, qui m'ont accueilli chez eux aussi. Donc ce sont mes personnes proches.
- 31 *E : Donc ce sont les personnes proches ici à Grenoble ?*
- 32 F : Oui.
- 33 *E : Et est-ce que vous avez d'autres personnes proches, qui ne sont pas forcément ici ?*
- 34 F : Bah elles sont pas proches, parce qu'elles sont pas ici. (Rire)
- 35 *E : (Rire). Non mais je veux dire des amis, de l'entourage, de la famille ?*

36 F : Non juste les compatriotes et puis voilà, et mes amis indirectement et la famille, qui sont
 37 pas là, ils sont pas proches.

38 E : *Et vous êtes en contact avec votre famille ?*

39 F : Oui.

40 E : *Et à Grenoble, comment vous vivez ?*

41 F : En fait je suis en colocation. Et c'est la galère, je travaille pas. J'ai vraiment besoin d'aides
 42 financières, pour payer mon loyer, parce que je travaille là-haut à la station de ski et la station
 43 s'est fermée donc voilà, je vis mal maintenant.

44 E : *Vous étiez donc saisonnier ?*

45 F : J'étais à la plonge, aide cuisinier et voilà. Je faisais de la restauration.

46 E : *Et du coup-là, avec la crise COVID, les stations sont fermées, donc les restaurants sont*
 47 *fermés donc... ok donc, c'est pas facile pour vous là... Et moralement comment est-ce que vous*
 48 *allez ?*

49 F : Moralement, en fait, je vais pas bien, du tout, parce que je suis encore bloqué par
 50 l'administration française. J'ai eu un contrat en cours, voilà, que la « Direcct » a refusé. La
 51 « Direcct » c'est un service de main d'œuvre étranger et voilà, de main d'œuvre étrangère, qui
 52 ont refusé de signer mon contrat, parce que je peux pas bénéficier d'un contrat aidé. Et donc
 53 pour ça, j'ai perdu ça et maintenant, j'attends, et j'attends, et je sais pas quand est-ce que j'aurais
 54 le droit pour que je travaille, pour que je ne vis pas aux dos des autres quoi. Je veux trop avoir
 55 mon indépendance, donc j'ai pas le moral du tout, parce que je veux tout faire moi et j'ai pas
 56 besoin d'aide d'une autre personne.

57 E : *Ouais, d'accord. Et du coup vous êtes en attente en fait du titre de séjour ?*

58 F : Oui.

59 E : *D'accord ok. Et vous ça vous pèse d'avoir l'impression d'être dépendant des autres ?*

60 F : Oui ça m'empêche en fait parce que, y'a des gens que tu veux leur demander des sous, ils
 61 te donnent pas et y'a d'autres, voilà... C'est même mal, j'ai honte même de demander des gens
 62 , « j'ai un problème en fait, je veux que vous m'aider. » Et je suis quelqu'un, je peux chercher
 63 moi, je vois des avis, des appels d'offres, du travail etc. que je peux faire, mais l'administration
 64 me bloque, parce que voilà, je peux pas travailler c'est tout.

65 E : *Je comprends. Et du coup qu'est-ce qui vous a amené vers le groupe de parole, vers ce*
 66 *groupe-là ? Comment vous avez découvert ?*

67 F : J'étais venu, j'ai eu un rdv à (*nom d'association*) de (*nom de ville*) Et ce jour (*nom*
 68 *d'association*) était fermé, donc j'ai trouvé une dame qui était à l'entrée, qui s'appelle (*nom de*
 69 *personne*) et elle m'a dit « Aujourd'hui (*nom de personne*) ne travaille pas ce soir, mais y'a un
 70 groupe de parole, si vous voulez bien assister à ça ». Et je dis : « Mais, c'est quoi un groupe de
 71 parole ? » et elle me dit « c'est une ronde, où les gens ils s'expriment etc.. » et j'ai dit
 72 « D'accord, ben je vais voir qu'est-ce que ça... parce que je connais pas. » Et donc j'ai assisté
 73 au groupe de parole, et j'avoue que voilà c'est intéressant, les gens s'exprimaient etc.... et après
 74 le groupe de parole, (*nom de personne*) m'a invité, si je voulais venir à (*nom de l'association*),
 75 ici. Ils organisent ici chaque mercredi. Donc j'ai dit « je vais voir, si j'ai le temps », donc voilà
 76 je suis venu un mercredi comme ça et j'ai assisté à ça aussi. C'est comme ça j'ai connu, j'ai été
 77 en contact avec les gens du groupe de parole.

- 78 *E : D'accord, ok. Et après vous y êtes retourné quelques fois, au groupe de parole ?*
- 79 *F : Oui, oui.*
- 80 *E : D'accord. Et est-ce que vous vous rappelez de votre première fois, où vous avez participé*
 81 *justement au groupe ? Et qu'est-ce qu'ont été vos ressentis au début ? Comment vous vous êtes*
 82 *senti ?*
- 83 *F : Je voyais que les gens. C'était un peu drôle pour moi (rire), voilà c'était drôle, parce que,*
 84 *après tout le monde évoquait son problème et y'a un sujet qui est choisi et on débat ce sujet et*
 85 *on se lève pour faire la clôture, on fait une chanson ou on danse. Donc je voyais ça drôle quoi*
 86 *en fait. (rire) Donc je voyais ça drôle, surtout l'introduction et chacun fait en fait, les gens*
 87 *donnent des nouvelles et après y'a les mauvaises nouvelles après, mais c'est rigolo quoi. C'est*
 88 *rigolo quoi, en gros.*
- 89 *E : Oui, au début c'était rigolo ? C'est quoi exactement que vous trouviez drôle ?*
- 90 *F : C'est surtout que les gens dansaient, parce que ce jour, y'avait une danse comme ça là, qui*
 91 *pouvait faire rire les gens, voilà. Quelque chose comme ça.*
- 92 *E : D'accord, vous trouviez oui que y'avait une bonne ambiance ?*
- 93 *F : Voilà.*
- 94 *E : Et d'accord. Et vous avez pu parler vous, de sujets ? Au début, je parle du tout début.*
- 95 *F : Au début non. Je me suis assis, j'ai écouté après voilà. Après voilà, moi aussi j'ai donné un*
 96 *point de vue, je me rappelle pas du sujet, mais je me suis bien exprimé ce jour-là.*
- 97 *E : D'accord. Et votre dernière participation au groupe ? Vous vous rappelez quand c'était ?*
- 98 *F : Ma dernière participation au groupe c'était, le jour que j'ai vu votre collègue.*
- 99 *E : D'accord, oui c'était à l'automne peut-être ou au mois de novembre environ ?*
- 100 *F : Oui novembre.*
- 101 *E : Et quels étaient vos ressentis, la dernière fois ?*
- 102 *F : C'était bien, moi j'étais en fait content de retrouver toujours les mêmes gens, qui étaient là,*
 103 *qui continuaient. Et malgré moi, ça faisait deux ans, que je venais pas, que je suis pas venu.*
- 104 *E : Pendant deux ans vous êtes pas venu ?*
- 105 *F : Oui j'avais plus le temps et voilà je peux dire à peu près deux ans, un an et demi... Quand je*
 106 *travaillais à la station. Donc voilà j'ai beaucoup aimé, en fait et puis, y'avait d'autres sujets qui*
 107 *étaient là, qui m'a beaucoup inspirés aussi.*
- 108 *E : Quoi par exemple comme sujets, vous vous rappelez ?*
- 109 *F : Euh, non, je me rappelle pas forcément. Mais chaque sujet ça me, ça me donnait du réconfort*
 110 *en fait voilà. Savoir que y'a pleins de problèmes, y'a des gens qui vivent vraiment des*
 111 *problèmes qui sont plus que pour moi, des choses comme ça. Ouais ça me donne des leçons,*
 112 *voilà, du réconfort.*
- 113 *E : D'accord. Et vous, vous ne vous rappelez pas des sujets qui ont été abordé ?*

114 F : Non vraiment, parce que en fait c'est confidentiel, ça sort pas... Je crois que c'est
115 confidentiel hein ? Je ne suis pas sensé de vous dire ?

116 E : Oui bien sûr, après quand vous parler de « y'a quelqu'un qui arrivait pas à dormir », vous
117 allez pas dire le nom, ni vous ne décrivez pas la personne, donc ça reste confidentiel. Vous
118 voyez, je pense, c'est quand on dit le prénom, on dit que... Mais bon après vous vous rappelez
119 pas, ce qui y'a eu comme sujet, si c'était des problèmes je sais pas moi de...

120 F : Euh c'était un sujet dont je me rappelle pas vraiment... euh je crois y'a une dame qui avait
121 posé une question, qui parlait de sa collègue de service qui n'arrêtait pas... fin ses manières qui
122 la soulaient vraiment. Et y'avait plein de choses, donc elle ne digérait pas ça quoi, sa collègue,
123 donc c'est des sujets comme ça. Je parviens pas à retenir vraiment mais en gros... C'est voilà.
124 Mais en gros, il faut toujours exprimer des sujets qui t'empêche de dormir, et qui te font mal,
125 qui t'empêche de marcher, parce que si tu as les cailloux dans tes chaussures, voilà donc.

126 E : C'est dur de marcher. Et quelles difficultés avez-vous rencontrées ?

127 F : Dans quoi, dans le groupe de parole ?

128 E : Ouais.

129 F : Ben les difficultés que j'ai rencontrées en fait... J'ai été formé au premier module. J'ai bien
130 aimé, j'ai bien été formé, après pour animer, j'avais du mal, parce que la langue française n'est
131 pas ma langue... donc c'était. Je cherchais vraiment des mots, des mots me manquaient etc...
132 donc c'est ces difficultés que j'ai rencontrées. Et encore, je me dis quoi comme difficulté
133 encore ? Bon c'était juste... voilà c'était juste ça voilà...

134 E : Et le fait que le français, ça ne soit pas votre langue maternelle, c'est plus difficile dans
135 l'animation que quand vous participez ?

136 F : Oui dans l'animation, quand tu es animateur, c'est à toi de développer le sujet, de faire la
137 clôture... de donner la parole aux gens, de reformuler le sujet, pour que les gens comprennent
138 ce que tu veux dire. Parce que quand tu poses ton sujet, lorsque ton sujet est choisi, et voilà, il
139 faut que je te pose la question de manière plus, et moi aussi je peux faire, je reformule ton sujet
140 pour que tu me dises si c'est réellement ça ton sujet, parce que si les gens ne comprennent pas,
141 je peux te poser des questions, « est-ce que ça se rapproche un peu ? Est-ce que ton histoire se
142 rapproche un peu à ça ? » C'est l'idée comme ça... donc moi j'avais des difficultés pour
143 m'exprimer donc voilà.

144 E : Et euh qu'est-ce que ce groupe de parole à (nom d'association) vous a apporté ?

145 F : Moi, ça m'a apporté quand même de faire voilà un séminaire d'une semaine de formation.
146 J'ai beaucoup aimé, parce que les gens sont venus de un peu partout et voilà. Y'a des gens qui
147 sont venus de l'Afrique et voilà. J'ai découvert l'historique du groupe de parole, depuis le
148 Brésil. Donc voilà, ça m'a vraiment apporté beaucoup de choses.

149 E : Là, vous parlez vraiment de la semaine de formation ?

150 F : Oui, donc ça m'a apporté vraiment beaucoup de choses et puis euh j'ai eu des relations avec
151 des gens...

152 E : Vous avez eu ?

153 F : Des relations avec des gens, et voilà. Et puis avec ça encore, j'ai pu animer des groupes de
154 parole à (nom de ville), dans une maison. Ils ont un Secours Catholique là-bas, j'ai appelé une

155 équipe de Grenoble qui sont montés là-bas, et j'ai animé un groupe de parole, et j'ai fait savoir
 156 aux habitants, que voilà il y'a une autre méthode pour s'exprimer.

157 *E : Ah c'est bien. Et donc vous allez animer là-haut ?*

158 F : Oui j'ai fait déjà.

159 *E : D'accord, et de manière générale, là vous m'avez parlé de la formation, le groupe avant*
 160 *que vous vous formiez, qu'est-ce que ça vous a apporté ?*

161 F : De l'aide. De l'aide, en fait ils m'ont recommandé à une association qu'on appelle (*nom de*
 162 *l'association*), voilà. (*nom de l'association*) m'a accueilli et m'a envoyé sur (*nom de*
 163 *l'association*) et j'ai été accueilli dans une famille. Donc j'ai connu un peu la culture française,
 164 donc c'est grâce au groupe de parole.

165 *E : Donc vous diriez que c'est grâce au groupe de parole que vous avez plus rencontré la*
 166 *culture française ?*

167 F : Oui, parce que... chacun donnait ses idées, comment est-ce que ils peuvent m'aider et voilà
 168 donc, d'avoir, parce que j'avais une difficulté de me loger sur Grenoble. Donc ils ont pensé à
 169 une famille d'accueil.

170 (*Interruption appel*)

171 *E : Allez-y vous pouvez continuer. Ils vous ont parlé d'une famille d'accueil ?*

172 F : Oui qui m'ont accueilli, voilà c'est tout.

173 *E : Et hum, est-ce qu'il y'a d'autres choses que ça vous a apporté ?*

174 F : Le groupe de parole m'a apporté, en fait, en gros, ça m'a apporté une grande chose, c'était
 175 une victoire. J'ai eu un départ dans le groupe de parole en France. Parce que m'intégrer... la
 176 dame je l'ai vu, elle m'a recommandé de venir au groupe de parole, assister ici à (*nom de*
 177 *l'association*). J'ai connu les gens, après les gens ils m'ont recommandé à une famille d'accueil,
 178 je suis resté là-haut, j'ai eu du travail, tout tout tout, donc ça m'a bien apporté.

179 *E : Oui, ça vous fait comme une porte d'entrée vers plein de choses ?*

180 F : Oui

181 *E : Et au niveau, par exemple, moralement est-ce que ça vous a apporté aussi des choses ?*

182 F : (*Silence*). Ouais parce que vraiment...

183 **COUPURE – Un problème d'enregistrement est survenu lors de cet entretien et donc**
 184 **toute la fin de l'entretien n'a pas été enregistrée.**

1 Entretien n°12 : Bou

2 E : *Enquêtrice* ; B : Bou

3 E : *Avant de commencer je vous laisse choisir un pseudonyme*

4 B : Euh Lou !

5 E : *D'accord Lou, vous écrivez ?*

6 B : Lou, L.O.U (*épelle*) parce que mes petits-enfants m'appellent papi... non ! « Bou », parce
7 que mes parents m'appellent « papi Bou », donc B.O.U (*épelle*)!

8 E : *Papi Bou, d'accord parfait, très bien Bou !*

9 B : Parce que je fais souvent « Bouuu », vous savez tout !

10 E : (*Rire*) *Je sais tout. Donc comme je vous disais l'entretien est conçu pour l'ensemble des*
11 *participants et des animateurs des groupes de parole. Donc pour la première question je vais*
12 *vous laisser me parler un peu de vous et vous présenter.*

13 B : Me présenter... euh... professionnellement ? Personnellement ?

14 E : *Oui, ce que... parlez-moi de vous.*

15 B : Donc Bou, soixante et un an, euh donc j'habite l'agglomération Grenobloise depuis environ
16 1990 non plutôt 1988, je suis directeur technique dans un lycée professionnel de l'éducation
17 nationale, j'habite un petit village où j'ai des activités, j'ai eu des activités à responsabilité
18 municipale pendant deux mandats, maintenant je suis plus sur l'animation du village au sein
19 d'une association. Donc euh je suis marié, j'ai deux grandes filles dont une qui est sur Paris
20 avec son compagnon, deux petits enfants. J'ai une autre fille qui est à Voiron avec son
21 compagnon et un bébé. Donc je suis grand père. Euh donc ça c'est oui. J'ai une passion enfin
22 j'ai deux passions en fait c'est le voyage, le voyage de manière générale et si on décline un peu
23 c'est les voyages à vélo. Je fais de la randonnée à vélo, en autonomie, comme on dit du vélo
24 sacoches. Je suis aussi musicien, je joue dans un groupe de musique, je joue de la batterie. Et
25 j'ai, j'ai des hobbies, j'aime bien travailler le bois, je suis un passionné de l'aviation mais
26 conscient de l'impact écologique de l'aviation, je vole sur stimulateur pour assouvir ma
27 conscience du vol. Et puis voilà quoi. Et puis voilà, que dire de plus ? Je suis à la retraite cette
28 année, je suis à la retraite au premier septembre. Donc si les conditions sanitaires le permettent
29 je vais pouvoir continuer à voyager.

30 E : *Très bien. Et moralement comment allez-vous ?*

31 B : Personnellement je vais bien, professionnellement je suis en difficulté. Euh, j'ai eu un gros
32 coup de mou à la rentrée en septembre, j'ai été arrêté euh, j'ai été arrêté presque trois mois
33 parce que (*incompréhensif*) et j'ai eu des problèmes de santé et là j'ai repris à mi-temps
34 thérapeutique parce que l'éducation nationale me permet ça. Donc je vais aller en mi-temps
35 thérapeutique jusqu'à ma retraite. Donc en fait professionnellement j'ai... je suis un peu en
36 difficulté, j'imagine comme beaucoup de personnes comme on voit dans les groupes de parole,
37 en termes de reconnaissance, voilà. Et donc j'ai un peu craqué là-dessus pour tout dire. Donc
38 c'est vrai... (*silence*) Quand je parle de reconnaissance c'est l'idée que je me fais du travail que
39 je fais et l'idée du minimum de reconnaissance que j'en attends.

40 E : *Hum*

41 B : Donc après c'est tout une question de curseur, j'ai un curseur qui est à un certain niveau,
42 j'ai pas, je suis pas de niveau égocentrique au point de vouloir c'est moi le plus beau, c'est moi
43 le plus fort mais au moins un minimum, un « Oui ce que tu as fait Bou c'est bien ! ». Euh à la
44 limite un « moi j'aurais fait comme ça » mais au moins ça quoi ! Alors que j'ai le sentiment
45 d'avoir énormément œuvré dans l'établissement scolaire dans lequel je suis avec aucune
46 reconnaissance et souvent des scuds qui sont tirés un peu à vue parce que il y a un travail qui a
47 été fait et on voit la virgule qui est pas au bon endroit. Donc on voit la virgule qui est pas au
48 bon endroit et on me met le nez dessus, après c'est une question de personne mais voilà. Donc
49 professionnellement je suis pas très en forme, c'est pour ça que je suis en mi-temps
50 thérapeutique et je suis heureux de pouvoir passer à autre chose dans six mois car pour ma
51 retraite j'ai déjà plein de projets... Si je peux c'est faire le Danube à vélo. C'est déjà...

52 E : Vous avez déjà vos projets !

53 B : Oui oui, donc professionnellement je vais pas très fort mais personnellement si. Moralement
54 je... ça fonctionne plutôt bien, ma femme, mes enfants, mes amis, ça fonctionne plutôt bien !

55 E : D'accord, vous êtes bien entouré ?

56 B : Oui, il y a pire que moi je crois

57 E : Hum donc rappelez-moi, vous vous n'animez pas les groupes de parole ?

58 B : Pas ceux-là !

59 E : Pas ceux-là... Alors qu'est-ce qui vous a amené vers le groupe B ?

60 B : En fait j'ai fait partie de pas mal, de trois groupes de paroles et... j'ai fait partie de trois
61 groupes de parole et... j'ai un parcours développement personnel très marqué ! A l'âge de
62 quarante ans, oui aux alentours de quarante ans, là ma vie perso n'allait pas très fort et et hum
63 donc j'ai fait pas mal de développement personnel, j'ai participé à pas mal de groupe, etc. Et...

64 E : A quel groupe par exemple vous avez participé ?

65 B : Des groupes de développement personnel dans le sens où il y avait des animateurs et on
66 nous faisait travailler sur nous même, alors j'ai fait du « Rebirth », j'ai fait, vous savez des
67 groupes où des fois on vous demande de vous jeter dans une piscine, des groupes où on vous
68 demande de faire des trucs pas possibles sur la notion de « lâché prise ». A l'époque je sentais
69 qu'il fallait que je lâche quelque chose, mais je savais pas trop quoi donc j'ai eu beaucoup
70 d'expériences. J'ai même été jusqu'à des groupes de chamanistes. Et un moment donné j'ai,
71 j'ai fait de la méditation euh et cette personne qui faisait de la méditation a mis en place un
72 groupe de de parole et une fois par mois, on allait chez elle, on était un groupe et on prenait la
73 parole sur des thèmes. Là il y avait des thèmes, c'était pas comme là, au Groupe B. C'était des
74 thèmes et on prenait la parole sur ces thèmes là, dans le but d'échanger, dans le but de... Et
75 cette personne-là est partie et après j'ai participé à deux groupes Corneau avec le bâton de
76 parole. Et dans le deuxième groupe je me suis rendu compte en fait que mon expérience de
77 développement personnel, j'ai fait une psychothérapie, j'ai j'ai... je me suis rendu compte à
78 quarante ans que j'avais beaucoup de casseroles en fait ! Je m'en suis rendu compte à quarante
79 ans et waouh ! Donc euh j'ai essayé de faire un gros travail d'acceptation de toutes ces
80 casseroles parce que je les ai toujours eues sauf que maintenant je les accepte. Et le deuxième
81 groupe Corneau, je me suis rendu compte en fait que les autres participants voyaient en moi
82 quelqu'un qui avait une très grande expérience et et.... J'ai été propulsé malgré moi comme
83 étant une sorte de référent dans le groupe alors que moi j'étais pas là pour ça ! Et j'ai décidé
84 c'est bon, j'arrête tout ! Et dans le cadre de la musique que je fais, il y a le guitariste du groupe
85 avec qui je joue qui lui est animateur.

86 *E : D'accord, ouais*

87 B : Une fois en discutant, on aime bien boire des bières, enfin on aime bien boire une bière de
88 temps en temps ensemble dans un bar, tranquille. Et il m'a parlé de...Groupe B et je dis bah
89 j'essayerai bien car connaissant cet animateur, je me suis dit, je lui ai expliqué un peu mon
90 aventure, et il m'a dit bah non ça ne se passe pas comme ça chez nous, tu peux venir voir. Je
91 suis allé voir et en fait le fonctionnement des « Petits Cailloux » me convient parfaitement.
92 Avec les règles c'est-à-dire, on parle en « je », on fait pas de jugement, on ne coupe pas la
93 parole, on demande à prendre la parole, on coupe pas la parole, tout se fonctionne là me
94 convient bien en fait. Donc c'est... voilà comment je suis arrivé ici. Et en fait je suis, moi ça
95 me fait du bien d'être dans un groupe où il y a, ça vient de tous les horizons et on est tous au
96 même niveau en fait, on est tous au même niveau et et...

97 *E : Quand vous dites tous les horizons, vous pouvez développer un peu ?*

98 B : Bah il y a, il y a des mères de familles, des femmes qui ont occupé leurs vies à élever des
99 enfants, c'est un drôle de métier ça ! On, il y a eu des chefs d'entreprises je crois, il y a des gens
100 qui ont un niveau intellectuel de réflexion très poussé, enfin je me compare automatiquement,
101 il y a des gens très simples qui ont même parfois du mal à s'exprimer et moi j'ai l'impression,
102 j'ai l'impression d'être, je sais pas comment expliquer ça, j'ai l'impression d'être à ma place !
103 Quand je suis dans mon groupe et que je suis assis et que je regarde tout le monde, je me sens
104 à ma place au milieu d'eux, je me sens à ma place et ...La qualité des échanges au début j'étais
105 un peu sur la réserve puis après j'ai pris un peu la parole. Et la fois où j'ai pris un énorme scud
106 de la part de ma patronne je suis arrivé ici, j'avais besoin de parler de ça donc j'ai présenté mon
107 sujet et mon sujet a été retenu donc j'ai expliqué un peu ce qui s'était passé et après dans le
108 mode de fonctionnement ce que ça inspirait à tous les participants, les retours que j'ai eu m'ont
109 beaucoup aidé ! Le lendemain, quand je me suis retrouvé dans le bureau de ma patronne je la
110 regardais autrement !

111 *E : Hum*

112 B : Et donc ça a pas réglé le problème mais ça a aidé à, ça a aidé à faire avancer le Schmilblick
113 comme je dis. J'avais un sacré caillou dans la chaussure ce soir-là, j'avais un sacré caillou dans
114 la chaussure ! Moi ce qui me plaît c'est que quand je suis dans le groupe de parole, je suis Bou
115 et la personne qui est à côté de moi c'est Intel et l'autre c'est Intel et on n'a pas de carte de
116 visite, on est nous point. Il y a pas de carte de visite c'est-à-dire, moi je suis... Oui j'ai un bon
117 niveau hiérarchique dans l'éducation nationale mais non, je suis Bou et point ! Personne m'a
118 demandé d'où je viens, qui je suis, les gens m'ont pris comme comme ils me sentent au moment
119 où ils me sentent et moi je les prends comme je les sens, c'est-à-dire derrière un sourire, derrière
120 une attention, derrière une bienveillance, bienveillance oui c'est le mot qui convient.

121 *E : D'accord très bien, vous avez déjà bien développé. Euh comment avez-vous vécu votre*
122 *première participation à ce groupe B ?*

123 B : Donc ma première participation, c'est à dire la première fois où je suis venu ?

124 *E : Oui*

125 B : La première fois où je suis venu, je me suis assis, je me suis présenté donc j'ai dit mon
126 prénom, euh... enfin je sais pas, je me suis présenté succinctement quoi. Oui, j'ai juste dit mon
127 prénom. Et en fait j'étais, je me suis juste, je me suis mis à l'écoute, je me suis mis à écouter
128 quoi, j'étais dans l'écoute parce que ce groupe là le permet ! Car il y a des gens, comme moi la
129 première fois, qui viennent régulièrement mais qui ne disent rien ! Et je trouve ça extraordinaire
130 de donner la possibilité de ça !

131 *E : Hum Hum*

132 B : Parce que moi j'étais dans cette position là, la première fois que je suis venu, j'ai écouté les
133 problématiques, les fameux petits cailloux, je me suis mis dans l'écoute et ça m'a plut et ça m'a
134 donné envie de revenir ! Et c'est le sentiment d'être euh... Une fois encore parce que, c'est...
135 j'ai eu un sentiment de comment dire de simplicité, de, de, car dans pas mal de groupes auxquels
136 j'ai participé il y a toujours eu des personnalités qui ont essayé de s'affirmer, qui ont essayé de
137 prendre de la place, de dire moi je, moi je etc. etc. Certainement moi aussi à un moment donné,
138 je pense, j'en suis même sûr. Et là le simple fait d'être présent, avec des regards qui se croisent,
139 des sourires qui s'échangent comme pour dire « tu es la bienvenue quoi, tu es le bienvenue »
140 moi ça m'a fait un bien énorme et j'ai eu envie de revenir et je crois que c'est au bout de la
141 deuxième ou la troisième fois que j'ai exposé mon souci, mon scud, mon reçu de ma patronne...

142 *E : D'accord*

143 B : Donc voilà !

144 *E : OK, et comment vous avez vécu ou racontez moi plutôt votre dernière participation au*
145 *groupe ?*

146 B : Ma dernière participation au groupe, elle a été pour ma part très active parce que un des
147 participant a exposé, a exposé son petit caillou et son petit caillou faisait référence à une partie
148 de son enfance et une partie de son enfance qui s'est passé en Algérie.

149 *E : D'accord*

150 B : Et moi j'ai, moi je suis né en Algérie donc ma maman était pied noir Espagnole, mon papa
151 militaire et ils se sont rencontrés là-bas, ma mère vivait là-bas et mon père et ils se sont
152 rencontrés là-bas. Et moi je suis parti d'Algérie j'avais six ans, le dernier bateau, les derniers
153 rapatriés, j'en faisais partie. Et en fait moi, en fait l'Algérie je l'ai vécue, là je fais une grande
154 parenthèse hein ! L'Algérie je l'ai vécue au travers de tout ce que mes oncles et tantes m'ont
155 racontés avec beaucoup d'amertume dans tout ce qui se disait parce que des gens comme ma
156 mère elle a fait sa vie là-bas et elle a tout perdu quoi et avec beaucoup d'amertume, je me
157 rappelle que ma mère à chaque fois qu'elle parlait de l'Algérie elle partait en larme etc... Et
158 par mon travail, l'établissement dans lequel je suis, le lycée professionnel dans lequel je suis a
159 été choisi par l'institution pour mettre en place une collaboration avec un établissement à Alger.
160 Et quand on est venu me voir pour me demander si je pouvais envoyer des profs là-bas pour
161 entamer la collaboration, en rigolant j'ai dit au chargé de mission qui était là, « je suis d'accord
162 mais je vais avec eux », en plus j'ai dit cela en rigolant et le gars il m'a pris au mot ! Et je suis
163 parti avec les premiers profs, je suis parti là-bas et j'ai rencontré des gens extraordinaires,
164 complètement à l'inverse de tout ce qu'on m'avait raconté dans ma famille, des gens
165 accueillants, des gens bienveillants, des gens en colère contre les Français mais qui avaient
166 fait...qui avaient tourné une page. Et en fait quand je suis arrivé là-bas, j'avais dans l'idée, euh,
167 de prendre une après-midi pour moi et d'aller à Alger pour trouver la maison où j'étais né. Mais
168 ça a ah ! (*soupir*) ! ça a déclenché une chaine de solidarité, je m'y attendais pas du tout, il fallait
169 absolument que Bou retrouve sa maison ! Et le nombre de gens qui se sont mis... J'ai eu un
170 retour en Algérie très chaleureux, très... et c'est là où je me suis dit tout ce qu'on m'a raconté
171 finalement... Et donc j'ai été très heureux d'être retourné à Alger, je suis retourné deux fois
172 après avec le boulot toujours et là avec le COVID on a tout arrêté, je devais y retourner au moi
173 de février l'année dernière mais ça a pas été possible. Et donc voilà donc moi avec ce retour
174 très très positif de mon voyage en Algérie et donc avec ce fameux participant je reviens là, qui
175 parlait de son enfance, qui parlait de ce qu'il avait vécu quand il était plus jeune en Algérie et
176 il avait gardé une image très très négative. Donc ma dernière participation au... et donc à un
177 moment j'ai pris la parole, le fonctionnement va bien, on est pas là pour dire-moi si j'étais toi,

178 tataatatata, le fonctionnement c'est de ce que l'on entend de la personne qui a exposé son souci,
 179 qu'est ce que ça fait résonner en moi ? Et moi j'ai dit ce que je viens de vous dire quoi...

180 *E : Hum, vous avez partagé votre expérience, votre histoire...*

181 B : J'ai partagé mon expérience et en plus c'était tout frais et j'ai eu le sentiment d'avoir apporté
 182 un quelque chose de positif à cette personne-là. Qui me l'a dit après d'ailleurs, quand on s'est
 183 quitté, la personne m'a remercié et c'était pas l'objectif mais bon en tous cas elle m'a remercié
 184 et moi je, je suis reparti, je me sentais tout léger, tout guilleret (*rire*), je me rappelle en rejoignant
 185 le parking de saint Bruno, je fredonnais !

186 *E : Vous fredonniez !*

187 B : Donc ça, ça a été ma dernière expérience et ça a été quelque chose de, de très fort, de très
 188 fort ! Les fois d'après il y a eu le COVID, le confinement, il y a eu... Après on a essayé de
 189 refaire un truc avec zoom, ça a été une grosse catastrophe et la dernière fois où les gens se sont
 190 réunis j'étais en convalescence, je venais de me faire opérer, je ne pouvais pas venir. Et ça a été
 191 quelque chose oui de très fort de faire partager mon expérience, parce que quand j'ai été en
 192 Algérie, je me suis dit mais qu'est ce que je vais trouver là-bas ? Et j'ai trouvé euh... des choses
 193 extraordinaires ! Et la maison, la maison de Bou, le premier coup on ne l'a pas trouvée mais le
 194 deuxième coup oui ! Voilà !

195 *E : Rire, merci ! Et si vous en avez rencontré, est ce que vous avez rencontré des difficultés*
 196 *cette dernière fois ?*

197 B : Les, hum (*Silence*) Non ! Enfin c'est peut-être prétentieux ce que je vais dire, je, j'ai... j'ai
 198 eu, j'ai pas de difficulté dans le sens où... où.... Comment expliquer ? (*Silence*) Vous
 199 connaissez, vous connaissez les accords toltèques ? non ?

200 *E : Oui le livre ? Je connais vaguement mais oui...hum*

201 B : Moi je, je m'en suis inspiré à une époque et plus, et plus j'avance plus, plus, c'est une sorte
 202 de, une sorte de guide, il y a juste la parole impeccable qui est parfois un peu difficile à tenir.
 203 Mais en fait quand... je fais de moins en moins d'affaire personnelle de ce qui tourne autour de
 204 moi. Et donc les difficultés, les difficultés, moi je ressens, j'ai un problème avec... comment
 205 dire, mais je crois que je mourrais avec ça mais j'ai un problème, j'ai un problème avec la
 206 violence. Parce que ma mère m'a raconté quand j'étais petit, quand j'étais en Algérie, des
 207 choses qui se sont passées autour de la maison, qui étaient très très violentes et je pense que ça
 208 m'a affecté. J'ai un réel problème avec la violence, j'ai un réel problème avec l'agressivité et
 209 c'est ça qui me met en difficulté ! La violence et l'agressivité, c'est ça qui m'a mis en difficulté
 210 avec ma patronne, l'agressivité. Et là il n'y a pas d'agressivité !

211 *E : Oui, d'accord*

212 B : Donc je me sens bien, (*rire !*). Des difficultés, ici je n'ai pas ressenti.

213 *E : Vous en avez pas ressentis, d'accord, vous avez dit déjà pas mal de choses mais qu'est ce*
 214 *que le groupe vous a apporté ou vous apporte peut être encore ?*

215 B : Un regard bienveillant, un regard, moi je le ressens comme ça un regard bienveillant juste.
 216 On se juge pas, je ressens pas, je ressens pas de jugement, je ressens pas de... on est pas en train
 217 de jauger les gens quoi et je, je suis, je suis Bou et je viens participer, on est heureux de se
 218 rencontrer, on échange des gâteaux, on échange un jus de fruit, on échange du chocolat, on
 219 échange... Et il y pas de, de, il y a pas de jeu ! On ne joue pas à un jeu, il y a pas de jeu de rôle.
 220 Alors que professionnellement moi je le vis très mal le jeu de rôle, c'est-à-dire que... je vais

221 pas vous raconter ma vie professionnelle mais je vis très mal le jeu de rôle, le jeu que chacun
222 se met à jouer pour paraître aux yeux qu'il a envie de paraître, aux yeux des autres, aux yeux
223 des collègues, aux yeux de la hiérarchie etc, etc... Et le fait que je suis pas dans un jeu de rôle,
224 je pense que c'est ce qui agace ma patronne et elle le rend bien pfff (*soupir*)... sincèrement il
225 est temps que ça s'arrête ! (*Rire*)

226 *E : C'est ce que j'entends (rire)*

227 B : Et justement là il y a pas de, il y a pas ces jeux de rôles, ces jugements, il y a pas... C'est
228 vraiment ...Moi ça m'apporte même si je dis rien, le simple fait d'être euh... et je pense que
229 les gens qui viennent régulièrement, qui ne parlent pas, ici ils disent leur prénom quand on fait
230 le tour, ils participent quand on a notre euh, notre exercice d'énergie de groupe (*rire !!*) Mais
231 après c'est des gens qui sont là et qui écoutent, qui regardent, il y a des sourires qui s'échangent
232 hommes femmes hommes, femmes femmes et puis dès que quelqu'un sort du cadre, il y a
233 toujours quelqu'un qui dit «non, on est pas là pour ça » et hop ça réapaise les choses et moi ça
234 me fait... Voilà ce que ça m'apporte ! On est pendant une heure trente tous les mois, il y a une
235 zone de bienveillance avec un grand B majuscule où je sais que je peux arriver avec mon souci
236 euh... qui peut paraître désuet, qui peut paraître... des, des fois il y a des, des petits, des cailloux
237 qui sont exprimés euh, enfin je pense qu'il y a que dans un groupe comme ça où on peut aborder
238 ce genre de trucs ! Des fois, ça peut paraître complètement... c'est des choses qui tournent dans
239 ma tête depuis tout à l'heure et là j'arrive à mettre des mots dessus ! C'est une problématique
240 qui peut paraître tellement désuète et le fait d'oser l'exposer et moi ce qui me fait du bien c'est
241 que justement il y a une personne qui ait la confiance de dire « bah voilà ce qui m'empêche de
242 vivre en ce moment ». Et puis en fait ce qui, ce que je trouve extraordinaire, c'est la façon dont
243 ce, ce petit problème qui peut paraître désuet peut raisonner au milieu de tout le monde parce
244 que ça résonne...parce que on a tous des petits soucis. Il y a une participante ça revient
245 régulièrement, c'est sa relation avec sa sœur, mais moi il y a dix ans en arrière je lui aurais dit
246 mais « tu as qu'à l'envoyer chier ta sœur ! ». Mais en fait, au jour d'aujourd'hui, je l'écoute
247 avec beaucoup de bienveillance en me disant « mais vas-y parle » car il faut que ça sorte et puis
248 c'est pas la même relation que quand on va voir un psy, un psy on le paye, c'est très... j'en ai
249 vu beaucoup et longtemps des psys et c'est très cadré quoi ! Tandis que là c'est, c'est pas formel.

250 *E : Et c'est quoi la différence du cadre-là justement ? Vous dites cadré, est ce que vous*
251 *pouvez... ?*

252 B : Bah le... c'est pas formel, il y a pas de... il y a pas de... on attend pas un retour !

253 *E : hum*

254 B : C'est... quand le collègue il a parlé de l'Algérie, il y a peu de gens qui ont pris la parole,
255 moi j'ai pris la parole car ça raisonnait vraiment très fort et il y a peu de gens qui ont pris la
256 parole. Et après coup moi ce que je me suis dit, c'est que ça se trouve dans ce que j'ai raconté
257 de mon expérience de, de gamin, mon expérience de l'Algérie, cette rupture, car ça a été quand
258 même violent cette rupture, ça résonnait certainement chez d'autres personnes mais de manière
259 différente. Une personne qui habitait peut être dans la Creuse qui vient d'arriver à Grenoble qui
260 se dit « qu'est-ce que j'étais bien dans la Creuse quoi » (*rire*), par exemple quoi ! Je me dis,
261 quand je dis que c'est pas formel c'est ça ! Mais...Comment dire le...

262 *E : C'est intéressant le parallèle que vous venez de faire, c'est pour ça que je réponds !*

263 B : Le psy à la limite, le psy va... vous allez, vous allez... enfin moi de ce que j'ai vécu, vous
264 allez parler d'une problématique et le psy va... enfin tous les psys que j'ai pu rencontrer ils ont
265 tous été, sauf un qui m'a vraiment beaucoup, qui m'a fait faire, qui était un peu atypique celui-
266 là ! Ils, le psy va réagir en fonction de ce que vous êtes en train de dire dans le... Il va pas y

267 avoir une ouverture... enfin comment dire... ça va rester très centré sur ce que vous êtes en
268 train de dire. Parce que le psy atypique dont je vous parle, c'est un psychiatre, je me rappelle
269 que au bout de deux séances il m'a regardé, il m'a dit « c'est vrai que vous êtes chiant ! »
270 comme ça, mais c'était dans son truc à lui quoi ! (Rire) C'est toujours très, très formel d'aller
271 voir un psy parce qu'il y a la séance, on parle, le psy répond ou il ne répond pas. J'ai vécu ça
272 aussi, un an de silence, et alors que là c'est différent quoi ! (Rire).

273 *E : C'est intéressant, d'accord ! Est-ce qu'il y a des choses que vous aimeriez voir changer*
274 *dans le groupe ? Des choses par exemple, difficiles à aborder dans le groupe ou des sujets,*
275 *l'animation, les horaires ?*

276 B : Euh les horaires non ça me convient parce que c'est pas en soirée, moi j'ai du mal en soirée !
277 Euh... (silence) ... Non ! Là comme ça j'ai pas, j'ai pas bien non, j'ai pas de souhait particulier
278 dans le changement ! Oui, moi ça me convient bien hein ! Avec euh... tout mon parcours depuis
279 l'âge de quarante ans, du haut de mes vingt ans de développement personnel ça me convient
280 bien !

281 *E : ça vous convient bien ! Est-ce qu'il y a des choses parfois difficiles à aborder devant le*
282 *groupe ?*

283 B : Euh... Des fois j'ai envie d'aborder, j'ai envie d'aborder le, le côté affectif chez moi, c'est-
284 à-dire que je, je... le fait de vivre en couple mais en mode vieux couple qui fonctionne. Et,
285 comment dire vieux couple, qui en tous cas, en ce qui me concerne aimerait avoir parfois un
286 peu plus de (bruit « tic tic »), de peps, de truc qui, qui (bruit « tut tut ») non on est en mode
287 vieux couple qui fonctionne. Et parfois moi j'aimerais bien l'aborder mais je n'ose pas car c'est
288 peut être ma limite ou la limite du groupe, en tous cas c'est ma limite mais je pense pas que
289 c'est la limite du groupe. Je sais pas la crainte de ne pas être, enfin je sais pas. Peut être que je
290 suis pas tout à fait complètement libéré par rapport au regard que le groupe peut porter, peut
291 être que le non jugement va jusque là !

292 E : D'accord oui

293 B : Mais j'avoue ne pas en être sûr ! (rire) Mais ce que j'aborde avec mon copain justement
294 avec qui je bois une bière de temps en temps qui m'a amené jusque-là. Quand on est dans un
295 endroit chaleureux entre quatre yeux etc... on parle de nos vies un peu plus intimes, oui, je, je,
296 je sais pas si je peux... je sais pas si je peux et si je savais que je pouvais je pense que je le
297 ferai ! Parce que j'ai, j'ai, j'ai pas cette pudeur-là quoi ! J'ai pas cette pudeur-là !

298 *E : Je comprends, hum oui d'accord !*

299 B : Si je me sens en confiance avec une personne je crois que je peux tout dire, en sentant en
300 confiance avec une personne je crois que je peux tout dire, en sentant en confiance avec des
301 personnes j'ai parlé des périodes les plus sombres de ma vie, en confiance ! Et là ça me pose
302 aucun problème mais il faut que je sois en confiance et là je sais pas si je peux et en ce qui me
303 concerne c'est moi la limite je la pose là.

304 *E : d'accord ouai !*

305 B : Et si je savais que je pouvais en toute confiance je pense que je le ferai.

306 *E : C'est intéressant. Et qu'est ce que ça vous fait de croiser les personnes du groupe dans un*
307 *autre contexte ?*

308 B : Bah, il y a une autre personne du groupe qui habite dans mon secteur que j'ai croisé deux
309 fois au marché à (nom de lieu) je crois oui c'était à (nom de lieu). On se dit bonjour parce que

310 on se connaît on parle de la pluie et du beau temps vu qu'on est pas spécialement amis, on se
311 connaît, on, mais voilà ! On partage quelque chose, on se connaît et moi ça me porte aucun
312 problème. J'ai même croisé une personne dans le tram et elle m'a regardé et elle m'a dit « on
313 se connaît ? » j'ai dit « oui oui on se connaît ! On s'est vu là-bas », il m'a dit « oui,oui ». Et
314 pour engager la discussion je lui ai demandé « Et ça t'a plus ? » il m'a répondu assez
315 brutalement « non, c'est pas ma tasse de thé, je suis passé à autre chose ». Et moi qu'il dise ce
316 n'est pas ma tasse de... bah, pffou, tant qu'il y a pas d'agressivité, moi ça va !

317 *E : D'accord, très bien et est-ce que vous souhaitez là, ajouter quelque chose ?*

318 B : Non j'ai l'impression d'avoir beaucoup parlé

319 *E : Est ce que vous avez des points faibles, points fort ? Retour de participant ?*

320 B : Bah, point faible, j'en ai parlé, l'idée de... des fois dans ma part d'ombre comme dirait
321 Darkvador, il y a des choses que j'aimerais aborder que j'aborde avec mes potes quand on est
322 entre quatre yeux mais des... c'est marrant, de toute façon c'est complètement anonyme.

323 *E : Complètement anonyme.*

324 B : J'ai été alcoolique, je l'ai été, longtemps dix ans, j'en suis sorti. Je sais pas si je... quand je
325 me battais contre ça, j'ai tellement eu de retours pas très cool quand même hein ! Vous savez
326 la honte judéo-chrétienne tout ça là !

327 *E : Des retours ? De tous types de proches, de professionnels ?*

328 B : De professionnels pas trop, mais des proches... Paradoxalement c'est, c'est ma femme et
329 mes enfants qui ont... Quand un jour je leur ai dit « j'ai quelque chose d'important à vous dire »
330 et je leur ai dit, j'ai eu peur que tout allait exploser autour de moi et en fait non ! Et ça, ça a été
331 un moment extraordinaire ! Mais dans mon entourage à un moment donné, je me suis un peu
332 laissé aller en disant oui... Et ça a corrompu certaines relations on va dire ! (*Rire gêné*) Parce
333 que ça fait partie de sujet que... à mon avis on n'aborde pas, on n'aborde pas comme ça quoi !
334 Il y a tellement de connotations négatives : « poivrot », « alcool », euh il y en a je ne sais pas
335 combien et moi des termes dans la bouche quand on est dans une soirée puis qu'on se met à
336 entendre ce genre de termes : « de toute façon c'est qu'un poivrot, un alcool, elle peut rien
337 faire de sa vie, elle pense qu'à picoler ! » Moi à ce moment-là, j'ai pas forcément envie de dire
338 en fait « j'ai été alcoolique » quoi ! C'est vrai que là c'est un sujet des fois ça me fait un petit
339 caillou dans la chaussure quand même parce que...

340 *E : De pas pouvoir l'aborder ?*

341 B : Non, de pendant dix ans, d'avoir été alcoolodépendant quoi ! Et en fait de ne pas pouvoir,
342 de ne pas oser en parler ! Alors que ça fait quand même partie de dix années de ma vie oui !
343 C'est peut-être ça, mais ça se trouve, ce n'est que ma limite quoi ! Mais j'en sais rien !

344 *E : C'est le fait qu'une grande partie de votre vie que vous osez pas aborder dans le groupe ?*

345 B : Spontanément non, c'est comme je parlais tout à l'heure, je parlais de ma vie affective,
346 spontanément non mais si je me sens en confiance, oui, mais c'est peut-être que ma limite.
347 Alors euh voilà, voilà, voilà.

348 *E : Merci beaucoup pour tout, pour votre partage !*

1 Entretien n°13 : Inès

2 E : *Enquêtrice*, I : Inès

3 E : *L'entretien il est conçu pour l'ensemble des participants, au groupe de parole, à la fois*
4 *pour les personnes qui participent et les personnes qui animent, c'est le même entretien. On*
5 *aime bien préciser au début cette phrase. Donc voilà, il va y avoir des questions assez générales*
6 *sur le groupe de parole enfin sur le groupe C et aussi sur des questions plus personnelles si il*
7 *y a pas envie de répondre il y a pas envie de répondre, il y a pas de problème.*

8 I : D'accord, pas de soucis.

9 E : *Alors avant de commencer je te laisse choisir un pseudonyme.*

10 I : Inès

11 E : *Inès, ok, et du coup on va passer à la première question, je vais te laisse me parler de toi,*
12 *te présenter.*

13 I : D'accord, donc je m'appelle Inès, j'ai 43 ans, je suis née à Saint-Martin d'Hères, j'ai grandi
14 à la Villeneuve d'Echirolles, jusqu'à le décès de mon papa. On était sept frères et sœurs entre
15 neuf mois et quatorze ans. On était donc sept frères et sœurs, ma mère était veuve à trente-
16 quatre ans. Et ma mère elle s'est battue pour nous sortir du quartier de la Villeneuve car ça
17 commençait à être compliqué. On a été vivre dans une maison HLM à Malherbe. Ensuite bah
18 j'ai été étudiante etc. J'ai rencontré mon mari enfin mon mari on a d'abord vécu ensemble. On
19 est allé vivre dans un quartier résidentiel à Grenoble vers les Alpins, je me suis pas du tout
20 sentie à l'aise, j'étais vraiment pas bien. Et ensuite de nous-mêmes, on a choisi tous les deux
21 d'aller vivre à la Luire à Echirolles parce que il y avait une association de jeunes qui venait de
22 se monter et mon mari était très ami avec les membres du bureau et euh c'était pour euh...
23 monter des actions avec eux donc voilà. Donc euh j'ai quatre enfants, j'habite toujours sur le
24 secteur ouest, on n'a pas envie de partir, aujourd'hui on est propriétaire mais on a choisi de
25 rester là-bas. On est très bien, tout est accessible. Donc euh j'ai quatre enfants, je travaille pour
26 une collectivité, ça a été compliqué à un moment donné, ça a nécessité un arrêt de deux ans. Et
27 ça a été très compliqué mais j'ai remonté la pente, pas seule, accompagnée sinon j'aurais jamais
28 pu le faire. Et puis bah aujourd'hui j'ai repris le travail, dans la même structure. Donc c'était
29 un challenge très compliqué, c'est un peu particulier mais je suis toujours accompagnée et ça
30 c'est important et puis du coup aujourd'hui je suis là devant toi.

31 E : *D'accord, super ! Et euh moralement comment tu te sens ? Comment tu vas ?*

32 I : Alors euh bah comme euh...ça va dépendre des jours, j'ai quatre enfants, c'est speed! Donc
33 euh j'ai été très très fatiguée, j'ai eu euh je pense on appelle ça un burn out, une dépression, une
34 grosse dépression. Du coup ça a beaucoup joué sur mon moral, j'ai eu des troubles de la
35 mémoire par exemple. Euh des troubles assez importants de la mémoire où je commençais une
36 phrase et je n'arrivais pas à me souvenir de ce que je faisais, ça m'arrivait de sortir et de pas me
37 souvenir ce que je devais faire. Du coup bah on avait trouvé des petits systèmes avec mes
38 enfants et mon mari, de tout noter sur des petits papiers, des petits pense-bêtes et je les mettais
39 dans ma poche. Du coup là ça va mieux au niveau de la mémoire mais euh... au niveau moral
40 également ça va mieux mais il y a des jours où je suis quand même fatiguée, il y a quand même
41 une reprise du travail après deux ans d'absence et plus la surcharge familiale mais sinon je me
42 sens bien, voilà même si il y a la fatigabilité je suis bien, chose que je n'étais pas il y a encore
43 quelques mois.

44 E : *D'accord donc c'est tout récent.*

45 I : C'est vraiment récent.

46 E : *Que tu as a aussi repris le travail ?*

47 I : Oui tout à fait, j'ai repris le travail fin décembre, début janvier.

48 E : *Et donc globalement là aujourd'hui tu dirais que tu te sens mieux, que tu te sens bien ?*

49 I : Je me sens mieux, car j'étais pas en capacité de parler à quelqu'un, dans mon travail je suis
50 toujours en contact avec de l'humain, au niveau associatif pareil mais il y a quelques temps il a
51 un moment j'étais pas capable d'aller faire mes courses à Leclerc seule. Donc oui je vais mieux
52 quand même !

53 E : *D'accord donc vous avez traversé une phase assez lourde, d'accord... Et qu'est ce qui t'a*
54 *amené donc vers le groupe C ici ?*

55 I : C'est mon médecin traitant qui travaillait ici au (nom du centre de santé).

56 E : *Qui travaillait ?*

57 I : Non qui travaille, mon médecin traitant qui m'a suivi dans ma descente aux enfers entre
58 guillemets. Donc bah une fois que j'ai craqué je ne pouvais plus, car je tirais sur la corde et
59 j'allais quand même au travail mais une fois que j'ai craqué, c'était plus possible. Du coup elle
60 m'avait parlé euh pas tout de suite du groupe de parole, j'ai d'abord fait avec les kinés deux
61 sessions de bien-être je crois.

62 E : *Le groupe relax, c'est ça qui existe d'ici ?*

63 I : Oui le groupe relax tout à fait et après elle m'a parlé du groupe C, du groupe de parole et bah
64 j'ai j'ai je me suis dit je vais essayer, j'ai pas réussi à prendre la parole les premières fois, dès
65 qu'il y avait une personne qui parlait je pleurais, donc c'est par l'intermédiaire de mon médecin
66 traitant que j'ai entendu parler de ce groupe.

67 E : *D'accord donc d'abord passer par le groupe relax avant d'aller au groupe C. Et est-ce que*
68 *tu te rappelles ta toute première expérience de ce groupe C ? (Silence) Comment tu t'es sentie ?*

69 I : Très mal, très mal.

70 E : *Car tu viens de me dire que tu n'as pas parlé, que tu as pleuré ? Est-ce que tu te rappelles*
71 *tes premières impressions ?*

72 I : Oui oui mes premières impressions c'était bah en fait on est beaucoup à souffrir ! Ça c'était
73 ma première impression, c'était des souffrances différentes, parce que au début je n'arrivais pas
74 à m'exprimer du coup j'étais beaucoup dans l'écoute et ça c'est quelque chose que je sais faire
75 être à l'écoute. Et la première chose qui m'a frappé c'est cette souffrance que les humains ont
76 et en même temps c'est paradoxal mais en même temps je me disais mais on a de la chance
77 quand même, on a des professionnels qui sont là et qui nous tendent la perche et qui essayent.
78 Parce que il me semblait que c'était les premières fois que ça se mettait en place, je suis pas
79 sûre quand j'y ai participé et qu'ils essayaient tous les outils pour mettre à l'aise les participants
80 bah ça de pouvoir s'exprimer par rapport à son vécu, son expérience et d'apporter une réflexion
81 sans être dans le jugement bien évidemment par rapport à d'autres personnes qui prennent la
82 parole. Donc voilà ça a été paradoxal, ça m'a fait mal au cœur de voir autant de souffrance et
83 en même temps ça m'a fait du baume au cœur de voir que en fait, il y a des gens qui se saisissent
84 des souffrances des gens pour essayer de nous donner des outils ; là notamment la parole pour
85 essayer ... bah de mettre des mots dans des maux. Des mots M.O.T.S sur des M.A.U.X .Et donc
86 voilà je suis repartie comme ça après le premier, après ma première séance avec ce groupe.

87 *E : D'accord ouais, hum, ok, est-ce que tu avais l'exemple d'autres outils qui étaient utilisés*
88 *ou ce qui t'a ?*

89 *I : Euh... alors c'était surtout les portes d'entrées par laquelle, par laquelle les professionnels*
90 *prenaient en fait, au début la porte d'entrée c'était le travail, la souffrance au travail. Et puis*
91 *ensuite ça a été pas forcément de la souffrance au travail mais d'autres formes de souffrance,*
92 *d'autres formes de difficultés. C'était des portes d'entrée en fait, pas forcément des outils et*
93 *euh... j'ai beaucoup aimé ça parce que personne était lésé, on pouvait parler de souffrance au*
94 *travail, il y avait une psychologue qui venait, c'est la même psychologue qui vient mais euh si*
95 *il y avait une personne qui n'était pas bien...voilà ça m'est arrivé, moi je pensais que c'était*
96 *que de la souffrance au travail mais il y a avait des personnes qui s'exprimaient sur autre chose*
97 *et ça je pense que ça permettait à chacun de trouver sa place et d'une fois qu'on se sentait à*
98 *l'aise, de pouvoir s'exprimer. On était également au même niveau on sentait qu'il y avait*
99 *beaucoup de bienveillance de la part des différentes personnes qui étaient là et qui proposaient*
100 *et qui proposent ces euh, j'ai perdu le mot...qui propose ces ateliers-là.*

101 *E : Ces ateliers, d'accord ok. Et est-ce que tu peux me raconter du coup la dernière*
102 *participation au groupe ? Alors je sais pas si c'est la dernière fois où ? Il y a eu après où j'étais*
103 *là ? Quels étaient tes ressentis ? Qu'est-ce que tu as pensé des sujets sans aller dans les détails*
104 *des sujets mais euh....*

105 *I : Bah du coup je suis beaucoup plus à l'aise car maintenant on se connaît euh... beaucoup plus*
106 *à l'aise ! Qu'est-ce que j'ai ressenti ? ... Et bien un allègement, à chaque fois que je viens,*
107 *comme je disais tout à l'heure on peut être pris par euh euh... (silence, mise en pause car*
108 *téléphone sonne, elle répond).*

109 *E : Voilà du coup j'avais posé la question, comment tu t'es sentie la dernière fois, si tu peux*
110 *me raconter un peu la dernière expérience ?*

111 *I : Alors la dernière expérience j'ai pas parlé du travail, j'avais pas besoin pourtant j'allais*
112 *repandre incessamment sous peu mais j'avais pas ce besoin, c'était en décembre. La dernière*
113 *c'était en janvier mais j'ai pas pu venir...euh ça tombait avec le décès de ma grand-mère du*
114 *coup j'allais pas profiter pleinement de cette séance-là. Et en fait j'ai parlé de mon expérience*
115 *personnelle par l'intermédiaire de mon enfant. Et euh voilà où j'ai plein de questionnements,*
116 *pareil c'est comme si en fait je sais qu'à telle échéance je vais avoir le groupe d'atelier, il y a*
117 *des choses où je suis embrouillée dans mon cerveau par rapport à des petites questions, je me*
118 *dis panique pas, il y a l'atelier là dans dix jours, ça sert à rien de stresser, je vais voir si on peut*
119 *choisir le thème que j'ai envie d'aborder et donc voilà. Du coup on avait fait des propositions de*
120 *thèmes et la proposition que j'avais donné elle a été retenue et on a pu échanger autour de*
121 *l'handicap invisible chez l'enfant. Notamment mon fils est porteur de tous les troubles dys- et*
122 *dans mon cerveau ça commençait à chauffer, ça fait beaucoup de choses, bah voilà je suis*
123 *repartie j'avais le sac un peu plus léger même si on a pas forcément toutes les réponses aux*
124 *questions. Même si par rapport à certains handicaps il y a toujours des discriminations, les*
125 *bilans sont extrêmement chers et les prises en charge sont quasiment nulles, bah il y a pas de*
126 *prise en charge, d'abord une reconnaissance auprès de la MDA, j'avais besoin de dire*
127 *ppfff.... « Voilà j'en peux plus », parfois je m'énerve, j'ai pas envie de m'énerver sur mon*
128 *enfant et le fait de pouvoir échanger ça avec les personnes qui étaient présentes je suis repartie*
129 *plus légère et ça m'a permis de repartir tranquillement, de me poser par rapport aux... il y allait*
130 *avoir les vacances de Noël et janvier hop, on a entrepris des démarches avec le médecin*
131 *également de mon enfant qui est ici. Et ça me fiou, ça m'a fait du bien.*

132 *E : Ça t'a fait du bien ?*

133 I : Oui, oui ça me ... c'est pas un défouloir mais ça me permet de vider un peu ce surplus de
134 stress et d'angoisses qui peut vite m'envahir en fait !

135 E : *Ok et est-ce que tu rencontres des difficultés, dans l'atelier d'entraide des fois ?*

136 I : Au début, au début parce que... Alors je suis quelqu'un qui suis très à l'aise à l'oral euh et
137 comme je disais j'avais beaucoup de troubles de la mémoire et euh ça me gênait de commencer
138 une phrase et de pas la terminer. Ça me gênait de parler de mon expérience qui était la mienne
139 qui était douloureuse. Du coup il y a eu un impact en plus aussi dans ma famille, ça me
140 dérangeait de me dévoiler comme ça (*silence émue*) ... de me dévoiler comme ça devant des
141 personnes que je n'avais jamais vues. Il y a des visages qui m'étaient connus, le personnel du
142 (*nom de centre de santé*), après les habitants il y a certains que je ne connaissais pas. Il y a une
143 que je connais, ça m'a fait du bien, ça m'a rassuré qu'elle soit là, euh donc voilà. Et une fois
144 que je me suis sentie à l'aise, que je me suis sentie en confiance euh bah ça m'arrivait de pleurer,
145 ça m'arrivait de commencer des phrases de pas les terminer, ça m'arrivait quand quelqu'un
146 prenait la parole de prendre un stylo et on me voyait écrire et après avec ces petites techniques
147 là ça allait beaucoup mieux ! Donc euh oui, au début c'était très compliqué hein !

148 E : *Hum, c'était compliqué, de ce que j'entends il y avait cette gêne, d'un coup d'être dans un*
149 *groupe à parler de soi, de ne pas connaître les personnes.*

150 I : De ne pas être à l'aise, je suis très à l'aise à l'oral mais je ne parle pas trop de mes problèmes
151 personnels facilement et du coup ça a été quelque part une thérapie, euh ça a été quelque part
152 une thérapie d'arriver à de donner ses ressentis. (*Larmes, émue*) Du coup ça me renvoie au
153 début ! Et oui en fait ça a été une euh...oui, ça a été une thérapie de réussir à mettre des mots
154 sur des maux ! Bah c'est un exercice pas simple hein quand tu connais pas les personnes ! Mais
155 c'est quelque chose que j'ai réussi à faire difficilement, enfin pas de manière simple en claquant
156 des doigts mais même ça ça m'a aidé entre moi et moi-même, je sais pas comment dire, et euh...
157 maintenant non, je suis beaucoup plus à l'aise !

158 E : *D'accord, ok. Et qu'est-ce que ce groupe t'apporte d'autre ? Enfin tu as déjà dit plein de*
159 *choses !*

160 I : Bah qu'est-ce qu'il m'apporte d'autre ? Du coup maintenant je connais un petit peu les
161 habitants qui viennent, ça me fait plaisir de les voir une fois par mois. Par exemple il y a un
162 habitant que je ne vois plus, j'ai demandé de ses nouvelles. Et à un moment donné je ne voyais
163 plus non plus une autre personne qui était vraiment, qui est vraiment en souffrance, je suis
164 naturellement allée demander des nouvelles. On a tissé des liens, c'est un truc de dingue ! Voilà
165 ça m'apporte ça !

166 E : *Donc c'est toujours les mêmes personnes qui viennent ?*

167 I : Globalement il y a un noyau voilà globalement il y a un noyau. Après il y a toujours une
168 personne nouvelle, tous les uns, deux mois tu vois ! Globalement il y a un bon noyau ! Et euh
169 sinon ça peut tourner. Ça m'est arrivé de ne pas venir pendant plusieurs séances. Qu'est-ce que
170 ça m'apporte ? Ça m'a apporté de la confiance en moi. Je suis quelqu'un qui a eu toujours
171 confiance en moi. J'ai un parcours quand même atypique, orpheline de père, ma mère trente-
172 quatre ans veuve, sept enfants âge rapprochés, du coup très très jeune bah j'ai vécu des choses
173 que bah un enfant normalement ne devrait pas vivre ! De voir sa maman pleurer tous les soirs,
174 de pas avoir forcément à manger tout le temps et ma mère ne travaillait pas. Alors j'ai toujours
175 eu confiance en moi car je me suis toujours dit en se donnant les moyens on peut obtenir ce
176 qu'on a envie de faire ! Et cette confiance-là, je l'avais vraiment perdue, je l'ai vraiment
177 vraiment perdue, j'ai déjà eu des coups de mou dans ma vie mais là ça a été quand même assez
178 impressionnant ! Et le groupe C je pense par la parole, par l'expression m'a aidé à quelque part

179 me réaccaparer cette chose-là, qui est invisible hein la confiance en soi ! Mais tu vois ça, je
180 pense que ça m'a vraiment aidé parce que je pense que je serai pas là aujourd'hui encore une
181 fois hein ! Il y a des personnes par exemple que je voyais au début qui étaient vraiment en
182 souffrance bah là on les voit plus quoi ! Donc euh, je pense que il y a beaucoup de choses qui
183 a fait que aujourd'hui je suis là. Mais euh (*nom de centre de santé*) dans sa globalité, que ce
184 soit médecin traitant, les kinés ou le groupe de parole c'est vraiment quelque chose qui m'a
185 aidé à ... à aller mieux ! Je vais pas dire à m'en sortir parce que je sais pas si on sort indemne
186 d'une épreuve comme ça, une très grosse dépression, j'ai envie d'employer ce mot, mais en
187 tout cas ça m'a aidé à aller mieux !

188 *E : Donc c'est le groupe C mais aussi tout le travail du (nom de centre de santé) dans sa...*

189 I : Le (*nom de centre de santé*) dans sa globalité ! J'ai toujours dit que le (*nom de centre de*
190 *santé*) car moi j'ai grandi à la (*nom de quartier*), d'ailleurs car mes enfants étaient suivis chez
191 (*nom de médecin*) et en fait moi j'ai toujours connu les centres de santé, au pied de(*nom de*
192 *quartier*), tout ce que l'on critique aujourd'hui ça a beaucoup aidé ma mère, quand elle était
193 seule, sept enfants, des fois il y avait pas grand-chose à manger et des fois elle craquait elle
194 descendait au centre donc moi j'ai grandi avec cette vision de la santé dans sa globalité en fait !
195 Je ne vais pas au (*nom de centre de santé*) que pour voir mon médecin ! Puis ensuite je l'ai
196 perdue et comme j'habitais à (*nom de quartier*) j'ai su que (*nom de centre de santé*) a ouvert
197 dans d'autres locaux à l'époque et du coup j'ai lu leurs programmes, j'étais en état de choc, j'ai
198 dit « mais non c'est pas possible ! (*Rire !*) » ! Et tout de suite j'ai pris un rendez-vous, ils étaient
199 vraiment bienveillants car même au téléphone disaient : « vous préférez que ce soit une femme
200 qui vous ausculte ? » On m'a jamais posé cette question, donnez-moi un rendez-vous, je veux
201 venir ! Et après il y avait une petite manifestation dans les anciens locaux, je suis venue et
202 j'avais un peu regardé comment ils fonctionnaient et après j'ai craqué et (*nom de professionnel*)
203 ou (*nom de professionnel*) ils m'ont tendu des perches, ils m'ont dit qu'il fallait que je
204 m'accroche ! Et effectivement ça je le dis souvent le (*nom de centre de santé*) c'est ma
205 deuxième maison, c'est ma deuxième maison, je me sens bien, j'aime bien leurs visions,
206 comment ils voient les choses, on partage vraiment les mêmes valeurs et comme je vous disais
207 je me, ça me renvoie dans mon passé où bah si on est pas bien, on se dit bah on vient ici. Donc
208 euh je me souviens plus c'était quoi la question ?

209 *E : C'est même moi qui suis parti un peu dans le groupe au (nom de centre de santé) plus*
210 *spécifiquement mais c'est très intéressant ! Euh et est-ce que du coup au groupe C tu comptes*
211 *y retourner ?*

212 I : Bien sûr !

213 *E : D'accord !*

214 I : Je devais venir mercredi dernier mais je me sentais pas de venir, c'était pour moi assez
215 compliqué, mais non j'ai l'intention de venir et la prochaine fois proposer de parler de mon
216 expérience parce que c'est important aussi de s'exprimer et de dire ça va pas mais aussi c'est
217 important de s'exprimer pour dire « je vais mieux ! » et euh ça peut être à la portée de tout le
218 monde ! Je suis pas mieux que qui que ce soit, on est pour moi... on est des êtres humains ! Et
219 voilà de dire qu'il faut s'accrocher quelles que soient les épreuves même si c'est compliqué !
220 Je dis pas de dire que c'est la super forme mais de dire « Ça y est, j'ai repris le travail ! » je suis
221 pas stressée, j'ai pas eu d'angoisses, j'ai même pas eu de stress ! Pendant dix-huit mois je
222 dormais très très mal ! Euh enfin c'est ! Il y a quand même... je vais dévier...

223 *E : Je vais recouper après ! (*Rire*)*

224 I : Ouais non ! Mais oui oui j'ai l'intention de venir et je continue à venir !

225 *E : Et là tu disais pour presque annoncer une bonne nouvelle ?*

226 I : Oui car là je vais bien enfin je vais bien, je vais mieux ! Je vais mieux et puis bah remercier
227 les personnes qui sont présentes avec qui on a l'habitude d'échanger ! Parce que c'est aussi
228 grâce à ces personnes-là. J'ai envie de dire merci bien évidemment aux professionnels et aux
229 personnes dans la souffrance car même quand on est dans la souffrance on peut aider l'autre et
230 pour moi ça c'était important de le partager avec le groupe !

231 *E : D'accord, ok ! Et est-ce que il y a des choses que tu aimerais voir changer ? Des sujets à*
232 *aborder devant le groupe ? Des sujets ? De l'animation ? Est-ce que il y a des choses qui te*
233 *viennent ?*

234 I : Alors pendant le premier confinement, le premier et le deuxième on a pas pu faire le groupe
235 d'échange de parole, d'échange euh oui... on a pas pu le faire pendant le premier et le deuxième
236 confinements !! J'en ai énormément souffert, énormément souffert ! Du coup et bien la dernière
237 fois que j'ai vu (nom de professionnel) je lui ai dit on fait comment si on a un troisième
238 confinement qui nous pend au nez ? Et il m'a dit « Aie je ne sais pas ! » Et je lui ai dit, donné
239 mon avis mon opinion, je lui ai dit pour moi ça c'est en lien avec la santé, pour moi c'est la
240 santé et on a des attestations où on peut cocher la case « aller chez le médecin » et donc voilà !
241 Je lui avais proposé ça car j'avais peur que encore, il y ait un autre confinement et pour moi
242 c'est important qu'on puisse continuer à se voir mensuellement ! Et lui tout de suite il a dit, je
243 pense qu'il en avait déjà discuté mais il s'attendait pas à que ça soit une participante qui le
244 propose ! Et je trouve ça dommage que à chaque fois on se lance et puis rebelotte ça s'arrête !
245 Donc euh du coup voilà, ça c'est ce que j'aurais aimé que ça change mais du coup ça a été pris
246 en compte ! Si il y a un confinement on va continuer ! Voilà, ça c'est quelque chose, j'aurais
247 voulu que ça change déjà, qu'on soit pas handicapé à chaque fois qu'il y a des mesures
248 gouvernementales parce que c'est en lien avec la santé donc il y a pas de soucis !

249 *E : Hum hum oui, d'accord, est ce qu'il y a autre chose ?*

250 I : Hum je sais pas, peut-être partir sur des thématiques précises ? Mais ça du coup ça serait
251 assez compliqué au niveau de l'équipe sur la communication...

252 *E : Vous voulez dire avoir un thème, comme c'était au début quand c'était sur lien avec le*
253 *travail, peut être des fois revenir à ça ?*

254 I : Au début c'était le lien avec le travail, après chacun pouvait dire ce qu'il voulait et après je
255 me suis dit, en même temps je te parle en même temps ça me vient à l'esprit, j'en profite j'ai
256 retrouvé, tout est connecté (rire). Je me dis, pourquoi on ferait pas une boîte ? Pour pas qu'il y
257 ait de frustration en fait ! Parce que... chacun propose un thème qu'il souhaiterait qu'il soit
258 évoqué ou pas, il y en a ils ont pas de souhaits. Mais du coup ça me gêne qu'il y ait des personnes
259 qui puissent pas... comment dire ? Ça me gêne par exemple quand on a fait les troubles dys-,
260 il y a une autre personne qui a proposé un sujet et du coup ça m'a mis mal à l'aise parce que...
261 je me suis dit tout de suite non non c'est pas grave on prend ton sujet, du coup on a pris mon
262 sujet mais j'étais mal à l'aise quand même.

263 *E : Donc une boîte en gros où ?*

264 I : Une boîte où on écrit les sujets qu'on n'a pas pu aborder.

265 *E : Ah oui !*

266 I : Et si on peut, je te dis ça comme ça, samedi on prend une boîte ce qui a été évoqué ce qui
267 n'a pas été évoqué pour laisser personne à l'écart, vraiment ça c'est important. Essayer de
268 trouver quelque chose pour que vraiment tout le monde puisse parler de ce qu'il a envie.

269 *E : Et il y a autre chose que tu aimerais voir changer ? Horaire ? fréquence ? Je sais pas...*

270 *I : Oui la fréquence pourquoi pas deux fois par mois aussi non ?*

271 *E : D'augmenter ?*

272 *I : D'augmenter et après là les mesures sanitaires elles sont un peu compliquées et j'avais envie*
 273 *de dire aussi à comment élargir le groupe ? Comment réfléchir à amener des personnes*
 274 *nouvelles ? Et euh... mais bon là avec les mesures sanitaires c'est un peu plus compliqué quand*
 275 *même... c'est vraiment quelque chose, j'étais fatiguée mais c'est quelque chose que j'avais*
 276 *dans le coin de ma tête, essayer d'imaginer un nouveau concept ou pas hein ! Mais de de faire*
 277 *du bouche-à-oreille, pour nous qui venons pour nous exprimer, d'essayer de consolider le*
 278 *groupe avec plus de personnes. Du coup il y aurait plus de possibilités, enfin plus de possibilités,*
 279 *plus de choix des sujets mais c'est pas grave ! Moi si mon sujet, j'avais un sujet en tête et qu'il*
 280 *est pas retenu, c'est pas grave ! Mais donc voilà, comment en fait ce que j'aimerais c'est que*
 281 *cet outil-là du groupe de parole, comment le rendre plus visible ?*

282 *E : Plus visible ? Ok !*

283 *I : Oui*

284 *E : Qu'il soit plus transmis à d'autres personnes qui sont...*

285 *I : Exactement !*

286 *E : Et du coup ça fait une belle transition pour la prochaine question. Qu'est-ce que ça te fait*
 287 *de recroiser les participants du groupe si c'est le cas, dans un autre contexte ? Par exemple*
 288 *des autres habitants du quartier ou ton médecin ou d'autres professionnels du centre...*

289 *I : De les voir ailleurs ?*

290 *E : En fait de les voir à la fois au groupe C, de partager des choses et de les voir dans un autre*
 291 *contexte ?*

292 *I : Euh ça m'est pas trop arrivé tiens !*

293 *E : D'accord.*

294 *I : Ça m'est pas trop arrivé mais par contre ça m'est arrivé de croiser donc une personne que*
 295 *j'aime énormément euh dans un magasin et on s'est mis à pleurer toutes les deux.*

296 *E : Une personne qui vient aussi au groupe ?*

297 *I : Oui oui oui.*

298 *E : Du coup une personne que tu connaissais pas forcément ?*

299 *I : J'ai connu il y a très très longtemps, après chacun... on n'a jamais été proches mais je*
 300 *connaissais sa sœur et de la voir là au groupe de parole, ça me rassurait. Voilà on discute, on se*
 301 *met à côté, on rigolait après le groupe de parole. Et un jour on s'est vu dans un magasin et on*
 302 *s'est mis à pleurer et je sais pas ça nous a fait du bien de se voir, ça m'a fait du bien de la voir*
 303 *ailleurs !*

304 *E : Ailleurs, là pour le coup ! (Rire)*

305 *I : Oui vraiment de manière hasardeuse.*

306 *E : Oui et est-ce que des fois quand les personnes qui animent elles parlent de sujets de leurs*
307 *vies ou de leur vie privée, de leur vie... Est-ce que des fois, ça te fait quelque chose de les*
308 *recroiser dans un contexte du coup plus professionnel ou ?*

309 *I : Absolument pas, je pense même, il y a un professionnel qui s'était exprimé, deux*
310 *professionnels qui s'étaient exprimés sur leur expérience, j'ai trouvé ça extrêmement touchant*
311 *parce que, comme je disais tout à l'heure, vraiment ici tout le monde est au même niveau ! Il y*
312 *a pas le professionnel hop il met de la distance et il met une barrière, c'est toi qui t'exprimes et*
313 *moi je me tait ! Non non ! Et non moi ça m'a fait plaisir et j'appréciais vraiment tout le monde*
314 *ici et du coup encore plus j'apprécie ces personnes qui sont humbles en fait ! Qui vont pas*
315 *hésiter aussi à parler d'une souffrance dure, propre à leurs expériences, devant bin, eux ils sont*
316 *des professionnels ils vont s'exprimer comme ça devant des habitants ! J'ai trouvé ça très bien,*
317 *très bien !*

318 *E : D'accord, ok ! Bon, est-ce que tu souhaites ajouter quelque chose ? Est-ce que il y a quelque*
319 *chose que tu as pas dit ou ?*

320 *I : Je peux dire...euh si je peux dire quelque chose, je faisais des séances de, j'ai dû faire une*
321 *thérapie par un psychologue car j'étais vraiment vraiment au plus mal. Et en parallèle en fait*
322 *j'étais dans le groupe C et en fait j'étais bien avec le thérapeute car il répondait précisément sur*
323 *euh des choses auxquelles moi j'avais pas forcément la réponse. Voilà, c'est un*
324 *accompagnement différent ! Mais j'ai été beaucoup plus à l'aise avec le groupe de parole.*

325 *E : D'accord, oui.*

326 *I : Et pourtant j'étais seule avec le thérapeute voilà il y avait la confidentialité, il a rien qui sort,*
327 *il m'a beaucoup beaucoup aidé et puis en fait plus j'avancais plus je me rendais compte que*
328 *j'en avais plus tellement besoin. J'avais vraiment besoin d'être avec d'autres personnes. Voilà*
329 *sans comparer ce qui est fait, pour moi c'est deux choses différentes mais... Oui j'étais*
330 *beaucoup plus emballée quand le lendemain j'avais le groupe C et quand le lendemain par*
331 *exemple j'avais le rdv avec mon thérapeute, j'étais contente mais pfff, voilà on va être que tous*
332 *les deux, il va m'aider, il m'a déjà bien aidé, ouais.... Ça pour moi c'est important.*

333 *E : Le mot plus à l'aise ? Tu es plus à l'aise avec le groupe que avec ? Tu peux rajouter quelque*
334 *chose ? Un ressenti ?*

335 *I : Je ne me suis pas sentie plus à l'aise avec le groupe que avec le thérapeute.*

336 *E : Ah si j'ai cru comprendre ça, c'est pas ça, d'accord.*

337 *I : Je me suis sentie plus à l'aise dans le sens qu'en fait c'était pas que centré sur moi, la relation*
338 *du thérapeute avec le patient c'est vraiment une relation à deux. Et euh la relation dans le groupe*
339 *C, c'est le groupe ! Et ça fait la différence je trouvais ! Moi qui suis sociale, bien je préfère être*
340 *dans un groupe que être seule avec une personne. Et puis... moi qui suis sociale... j'avais une*
341 *idée en tête... bon... j'avais quelque chose en tête qui était en lien... c'est pas grave... euhhh.*

342 *E : En lien avec le thérapeute et le groupe ?*

343 *I : Oui... Euh, oui... Et ça c'est quelque chose qui s'est fait sur le temps parce que j'étais pas*
344 *bien. Mais c'est parce que j'étais pas bien que j'ai dû apprendre à m'ouvrir... Alors que c'est*
345 *quelque chose que je sais faire mais sans trop me dévoiler non plus. Je sais être dans l'échange,*
346 *être dans l'écoute. Après je vais pas non plus me dévoiler tout de suite. Et ça c'est un exercice*
347 *que j'ai appris à faire qui est une richesse par rapport à quand on est avec un thérapeute seul.*
348 *Est-ce que c'est le fait que ici je suis comme dans ma deuxième maison, les professionnels je*

349 les connais, il y un peu les mêmes visages qui reviennent dans ce groupe C, je les connais. Mais
350 je suis pas prête d'arrêter ce groupe-là.

351 *E : Très bien, merci beaucoup*

352 *!*

1 Entretien n°14 : Homer

2 **En zoom**

3 E : *Enquêtrice*, H : Homer

4 E : *Du coup l'entretien il est, en gros, conçu pour l'ensemble des participants au groupe*
5 *d'entraide, c'est le même pour tout le monde. Et donc avant de commencer, je te laisse donc*
6 *choisir un pseudonyme, pour la confidentialité des données.*

7 H : Euh... ra zut, faudrait que je trouve un truc chouette et fulgurant, là comme ça... Tu veux
8 quoi ? Un prénom ?

9 E : *Comme tu veux, c'est toi qui choisis.*

10 H : Euh Homer, c'est très bien, Homer.

11 E : *Homer, ok, très bien. Et donc pour commencer, je vais te laisser me parler de toi, de te*
12 *présenter.*

13 H : Euh... Attends tends tends, du coup, j'ai juste besoin de comprendre, dans le sens ou le, tu
14 me dis l'entretien il est fait pour tous les participants pareil, du coup moi le fait que... fin deux
15 choses : du coup tu n'as pas besoin de mon éclairage en tant qu'animateur de ce temps-là ?
16 C'est plutôt... euh ?

17 E : *Ah bah c'est, tu vas voir y'a des questions qui sont, y'a une ou deux questions qui sont*
18 *vraiment pour les animateurs, sinon c'est vraiment conçu de la même manière, fin c'est la même*
19 *grille d'entretien en fait.*

20 H : D'accord. Et dernière question et après je te laisse faire ton travail. Quand tu veux la
21 présentation, c'est savoir comment je suis arrivé dans ce groupe-là ou c'est une présentation
22 globale ?

23 E : *Non, ouais. La première question, c'est vraiment une présentation très globale, de toi, de...*
24 *je te laisse vraiment te présenter comme tu le souhaites.*

25 H : Ok, ça marche. Bah du coup je suis Homer (rire), j'ai 37 ans, j'suis travailleur social... mmh
26 voilà je vis dans la métro grenobloise depuis une dizaine d'années maintenant... et euh voilà, ça
27 va.

28 E : *Ok, ça va. (rire) Hum, et du coup actuellement, comment tu vis ? Tu vis dans quel*
29 *entourage ?*

30 H : Heu alors je vais pouvoir faire un truc que les autres ne pourront pas faire (*nous montre le*
31 *lieu de vie avec sa caméra sur zoom*). Voilà chez moi. Je vis dans un camion, mais c'est un
32 choix de vie, ce n'est pas une contrainte ni économique ni quoi que ce soit, c'est vraiment un
33 choix de vie. Du coup je vis en collectif, on est une dizaine de personnes à habiter à l'endroit
34 où je vis, certains en camion, d'autres en tiny house, d'autres dans des cabanes. Fin voilà et
35 voilà je vis dans une sorte de petite campagne et en même temps je suis très très proche du lieu
36 de travail, qui par contre lui est en plein quartier populaire. Du coup c'est intéressant, j'ai les
37 deux, j'ai les deux, les deux comment dire, les deux entours campagnes et quartier pop à cinq
38 minutes. Et j'évolue dans les deux du coup.

39 E : *D'accord. Ok. Et moralement comment tu vas ?*

40 H : Là en ce moment c'est pas la grande forme. C'est pas la grande forme, je suis en arrêt de
41 travail, euh pour la deuxième fois là en... J'ai été en arrêt, j'ai repris, puis, je suis nouveau en
42 arrêt. C'est un peu difficile de, d'encaisser le, le fait d'y être retourné et d'avoir dû me ré- arrêter
43 et voilà. Et là je suis un peu en questionnement sur un peu ce que je fais de ma vie et sur le sens
44 de mon travail. Pas tellement pour la structure où je bosse, qui me paraît toujours autant
45 pertinente, mais plutôt sur la question du travail social en règle générale et de...

46 E : *D'accord, ok. Du coup, un peu une période de questionnement. Euh... Comment est-ce que*
47 *tu as découvert la thérapie communautaire intégrative ?*

48 H : Hum... pff j'ai découvert ce mot-là en faisant des recherches sur la santé communautaire,
49 parce que du coup quand j'ai intégré le centre de santé, dans lequel je travaille, moi j'y
50 connaissais vraiment pas grand-chose, voire rien du tout. Et du coup voilà, j'ai cherché à lire
51 un peu des choses et du coup, au détour de mes lectures, j'ai vu apparaître cette notion-là de
52 thérapie communautaire intégrative. Bon j'ai lu quelques trucs et puis j'ai laissé ça de côté et
53 puis après... Est venu le moment, où on a voulu monter un groupe d'entraide en 2017. Un des
54 membres de l'équipe avait suivi un premier cycle de formation sur la TCI. Il avait la volonté de
55 prendre un peu des choses qu'il avait vu là-dedans pour les intégrer sans... Fin l'idée, c'était
56 pas de monter un groupe, en l'étiquetant forcément Thérapie communautaire intégrative, en
57 suivant tout, c'est un process' assez particulier et tout ça. On s'en est inspiré, mais on a pas
58 voulu ni le calquer ni le matérialiser comme ça quoi.

59 E : *D'accord.*

60 H : Du coup, je suis retourné lire deux trois trucs autour de ça et puis surtout, on s'est dit qu'on
61 allait se lancer, et on allait bien voir comment ça marche, on s'est dit ça un peu à la volée.

62 E : *D'accord et est-ce que tu as des, des explications pourquoi justement vous vouliez pas vous*
63 *calquer sur vraiment la TCI ou l'appeler comme ça ?*

64 H : Alors plutôt, fin c'est pas vraiment mes... Moi j'ai un peu suivi la réflexion de cet ami, qui
65 avait justement déjà avancé dans les cycles, fin qui avait déjà bossé là-dessus. Il disait qu'il
66 avait trouvé ça très chouette, mais qu'il trouvait aussi qu'il y'avait des choses qui n'étaient pas
67 forcément transposables, euh... Notamment par rapport à ce qui s'est fait dans les pays sud-
68 américains, dans les favelas. Il disait qu'il y'a beaucoup une culture de la proximité physique,
69 du toucher, des choses comme ça... Il imaginait, encore une fois, il imaginait hein, fin j'sais
70 pas... on est... J'ai assez vite accepté ce qu'il amenait comme plutôt cohérent et voilà, il disait
71 que peut-être nous avec le public qu'on accueille, c'était quelque chose qui risquerait d'être
72 plus problématique, un frein, de mettre des gens plus mal à l'aise que de créer ce que ça semblait
73 créer dans ces cultures sud-américaines, qui peuvent être beaucoup plus tactiles ou des choses
74 comme ça. Euh voilà, du coup il trouvait que le cadre était intéressant mais que c'était aussi
75 intéressant de s'en affranchir et de se laisser aussi la possibilité de faire évoluer les choses avec
76 les gens.

77 E : *Ok, d'accord. Et qu'est-ce qui toi t'a amené vers ce groupe, à faire partie en gros des*
78 *personnes qui animent le groupe d'entraide ?*

79 H : Euh... Plusieurs choses. Notre mode de fonctionnement qui fait que quand on veut monter
80 quelque chose, on cherche à savoir qui veut prendre du temps pour et j'avais du temps. Et non,
81 j'avais aussi un intérêt pour ça, plutôt, j'ai des intérêts un peu personnels vers tout ce qui est un
82 peu du domaine de la psycho des choses comme ça. Ça m'intéressait assez. Et puis aussi, je
83 crois aussi, dans ma pratique professionnelle je fais beaucoup beaucoup beaucoup d'individuel,
84 euh c'est pas évident pour moi le collectif, c'était quelque chose qui était pas forcément très,
85 dans lequel j'étais pas forcément ultra à l'aise. Je crois que j'avais envie aussi un peu de me

86 confronter, d'aller travailler ça. Et puis je crois que j'aimais bien cette idée du groupe
87 d'entraide, et puis j'avais bien compris aussi le positionnement de l'animation, ou à un moment
88 donné, animer c'est fluidifier un peu les échanges, mais c'est en aucun cas être sachant et même
89 aussi être participant aussi à sa manière. Voilà, tout ça imbriqué, faisait que je me suis proposé
90 à y aller et que je suis bien content d'y être.

91 *E : Ok. Et est-ce que tu te rappelles de la première participation pour toi au groupe de parole ?*
92 *Qu'est-ce que tu as ressenti ?*

93 H : Hum... alors ça commence à remonter hein. Du coup mes souvenirs sont pas ultra précis,
94 hum. Qu'est-ce que j'ai ressenti ? Bon y'avait un petit peu d'appréhension. Comme je disais
95 moi j'avais jamais monté ce groupe-là. Une appréhension un peu commune à toute notre
96 pratique, de se dire, est-ce que les gens vont venir ? Parce que on essaye régulièrement
97 d'organiser des choses collectives et c'est pas toujours que ça prend. Donc y'avait un peu cette
98 appréhension-là. Puis on était quatre animateur·rice·s, donc y'avait l'idée de se dire, bon on ne
99 voulait pas être trop de professionnelles, on avait, c'était un peu le grand flou ! On savait pas
100 exactement ce qu'il allait se passer. On avait choisi, nous pour nous faciliter la tâche mais aussi
101 parce que ça nous semblait plus facile pour les gens, on avait décidé d'essayer de baliser une
102 thématique pour ces premières rencontres. Mais en fait d'ailleurs cette thématique s'est
103 maintenue pendant six à huit séances je crois. On avait pris la thématique de la souffrance au
104 travail. En fait de la thématique de la souffrance et du travail, parce que en fait ça pouvait, on
105 avait bien essayé de préciser que ça pouvait être la souffrance de ne pas avoir de travail, de la
106 souffrance d'en avoir trop, la souffrance d'y être mal. Donc c'était pas la souffrance au travail
107 en tant que telle. Et voilà, et puis on a quand même eu 3-4 participant·e·s la première fois.
108 Voilà c'est un groupe qui s'est fait assez vite, ouais.

109 *E : Ok ok. Et donc, pas d'autre chose qui te vient pour cette première fois ?*

110 H : Hum, non. Hum si peut-être quelque chose qui, qui était encore plus flagrant la première
111 fois, mais qui peut encore être présent aujourd'hui, c'est ... (blanc) Comment dire. Ce temps-
112 là, il est balisé par des règles, simples, assez larges, mais qui sont toujours essayer de dire « je »,
113 de pas être dans le jugement, de de voilà plein de choses, qui dans des milieux militants ou
114 universitaires, de laquelle la plupart des animateurs sont issus, c'est assez facile à entendre, à
115 comprendre et à mettre en place. Ça l'est pas forcément pour les gens qui viennent, qui pour la
116 première fois de leur vie viennent à un cercle de parole avec d'autres gens qu'ils ne connaissent
117 pas, c'est pas forcément évident de parler face à des gens qu'on ne connaît pas. Hum et du coup
118 une difficulté, je ressens même encore aujourd'hui, c'est celle de cadrer des fois, quand ces
119 règles-là sont pas respectées parce que des jugements arrivent, parce que, les gens ils ont envie
120 de dire « tu devrais, tu devrais faire si », ils ont envie de donner des conseils. Donc c'est cet
121 équilibre un peu difficile des fois à atteindre, de laisser les gens s'exprimer, de pas les rembar-
122 rer, de pas leur mettre une règle en face du nez en disant « là, on ne peut pas », mais en même temps
123 bah d'essayer de conserver cet aspect thérapeutique, que ces règles aident à mettre en place.
124 Euh du coup bah voilà, c'est ce jonglage-là, qui n'est pas forcément évident.

125 *E : Entre maintenir les règles, le cadre et laisser les personnes s'exprimer, qui ont pas*
126 *forcément les mêmes codes, c'est ce que j'entends là.*

127 H : Ouais et puis on a eu un participant, qui était particulièrement difficile à gérer dans ses
128 prises de parole, qui était très débordant, qui voilà, qui pouvait à priori avoir quelques troubles
129 psychiques, et donc qui était un assidu de notre groupe de parole et qui était très très dur à
130 canaliser, avait des prises de parole qui étaient des fois pfou un peu compliquées...

131 *E : Oui, j'imagine. D'accord. Et euh, donc là on fait un saut dans le temps. Raconte-moi la*
132 *dernière fois où tu as animé le groupe, ou tu as participé au groupe ?*

133 H : Ok.

134 E : *Est-ce que tu te souviens, c'était peut-être y'a pas si longtemps ?*

135 H : Hum ouais, ma dernière fois, c'était au mois de novembre, ouais je crois. Mmmh, bah du
136 coup on avait, on avait des personnes qui sont notre petit groupe de personnes un peu
137 récurrentes qui était présentes, et puis on avait un monsieur, que moi j'accompagne depuis très
138 longtemps, que je connais très bien. C'était la toute première fois qu'il venait. Hum et du coup
139 y'a eu ce tour de parole, où on demande un peu aux gens « est-ce que quelqu'un est venu avec
140 quelque chose à apporter », on laisse les gens dirent, si ils ont des choses qui les traversent en
141 ce moment, et choisir après toutes et tous ensemble de quoi on irait parler. Et du coup y'a
142 plusieurs trucs qui sont sortis, des fois on rame un peu, des fois y'a qu'une seule personne qui
143 prend la parole donc c'est facile. Là y'avait pas mal, pas mal de gens qui étaient venus, les gens
144 ils commencent à préparer, à venir avec des idées, des soucis. Et puis ce monsieur, dont c'était
145 la première fois, était venu avec quelque chose aussi et puis, euh hum ... hum... comment dire,
146 dans le tour qu'on a fait, en fait c'était peu après les attentats, enfin, les attentats, peu après la
147 décapitation du professeur d'histoire. Hum et du coup, y'avait plusieurs femmes qui
148 participaient au groupe, qui sont de confession musulmane et du coup, avec quelque chose
149 d'assez commun autour du mal-être là, de ce qui était en train de se passer dans les médias, de
150 l'islamophobie ambiante. Donc on a vu que y'avait plusieurs personnes que ça prenait aux tripes
151 et du coup on a décidé qu'on allait parler de ça en premier lieu. Et y'avait ce monsieur, qui était
152 venu pour la première fois, du coup c'était une conversation qui était très tournée vers
153 l'islamophobie... Ce monsieur n'est pas musulman du tout, c'est un monsieur qui est très
154 discret. Donc je m'étais dit, je sais pas trop comment lui aura vécu cette première séance, et
155 puis c'est rigolo à la fin il a remercié tout le monde, il a dit « Qu'est-ce que ça fait du bien, je
156 reviendrais ». Et du coup je lui dis « Tu as pas pu parler de ce que tu avais envie de dire. », et
157 il me dit « C'est pas grave. ». Voilà, ça c'est le souvenir que j'ai gardé de la séance.

158 E : *D'accord, et est-ce qu'il y'avait eu des difficultés que tu avais rencontrées dans cette*
159 *dernière fois ou de manière générale ?*

160 H : Hum, hum non cette dernière fois j pense pas hum... Ce qui est toujours un peu acrobatique,
161 c'est souvent on traverse plusieurs sujets, là tu vois bien, y'avait eu le truc de l'islamophobie
162 ambiante, du malaise, et puis en fait et vite venu se mêler à ça, le malaise du COVID aussi. Les
163 gens sont mal par rapport à la situation sanitaire, enfin cette espèce de morosité ambiante, de
164 l'avenir, fin bref. Tout ça s'est un peu trouvé. Et du coup quand tu es à l'animation, tu essayes
165 de trouver des liens, comment tu essayes de faire des ponts entre les différentes choses, alors
166 que des fois elles ont pas forcément grand-chose à voir, si ce n'est qu'on est pas bien. Des fois
167 c'est un petit peu difficile, mais en même temps c'est aussi l'intérêt de ce temps. Hum non pas
168 de difficultés particulières sur ce coup-là, mais euh peut-être à d'autres moments, mais du coup
169 je crois, c'est plus une violence que nous on ressent à l'animation que les gens en tant que tels
170 j'ai l'impression. Mais c'est pas la première fois qu'on discute par exemple islamophobie, ou
171 des problèmes de cultures, rejets et euh voilà, on avait ce monsieur dont je t'ai parlé tout à
172 l'heure, appelons-le Alfred, qui des fois était le seul monsieur blanc, au milieu d'un groupe de
173 femmes musulmanes et qui du coup avait des prises de position euh qui des fois nous nous
174 semblait à nous ultra violentes et dures à cadrer, et des fois, ouais, et des fois compliquées. Et
175 donc j'ai l'impression que c'était pour nous compliqué à entendre et à laisser dire, et ça l'était
176 moins pour le groupe, qui finalement avait aussi identifié que ce monsieur il était comme ça et
177 puis, et puis ça passait, ça coulait quand même. Du coup à l'animation des fois c'est plus dur
178 d'entendre ce genre de choses, de savoir comment les réguler...

179 E : *Ouais, d'entendre certains contenus et de, et oui de savoir pas trop comment les réguler, ou*
180 *ne pas vouloir peut-être les réguler aussi.*

181 H : Ouais, c'est ça, trouver la juste place entre laisser s'exprimer, reposer les règles du non-
182 jugement et puis des fois y'a des choses, y'a juste des mondes qui ne se connaissent pas. Et du
183 coup cette règle de parler pour soi, elle est censée justement réguler d'elle-même pas mal de ce
184 genre de choses et en même temps, et en même temps, les gens ils sont très drôles, mais ils
185 comprennent très vite, comment dire « je pense que... », pour venir affirmer quelque chose qui
186 n'a rien à voir avec eux. Comme ils ont dit « je » au départ, ils respectent la règle.

187 *E : Et oui. Rire. Et euh qu'est-ce que le groupe t'apporte ou t'a apporté ?*

188 H : Euh...pfff. Qu'est-ce qu'il m'apporte ? Y'a, y'a plusieurs créneaux... euh sur un aspect pro,
189 moi il me permet de participer à un truc collectif et c'est chouette, vraiment pour moi mmh...
190 il m'apporte euh, un truc où je remets du sens communautaire justement, qui permet de voir des
191 gens que je connais déjà, mais de les voir dans un autre contexte avec une, où là ils sont pas
192 dans une demande par rapport à moi, mais plutôt dans quelque chose pour eux, je les découvre
193 d'une autre manière, ça fait du lien. Quand on se recroise avec les gens du groupe de parole,
194 mmh y'a un lien qui est autre qu'avec les autres personnes avec qui on travaille, mais aussi,
195 parce que, parce que, nous aussi on se livre dedans. Je crois que ça resserre aussi des liens, euh
196 voilà. Voilà, qu'est-ce que je peux te dire ? Clairement, c'est le soir, c'est à 18h, généralement
197 après une longue longue journée, très souvent j'ai pas envie, à 17h30 j'ai juste envie de me
198 barrer, j'ai pas envie de faire le groupe d'entraide. Et à chaque fois à 19h je suis super content
199 de l'avoir fait, et c'est toujours un moment, c'est vachement émouvant. Du coup qu'est-ce que
200 ça m'apporte euh ? Ouais j'sais pas le... une forme de bien-être, de faire partie de ce groupe,
201 c'est que je fais pas que l'animer, j'en fais partie. D'accord. Et voilà, d'entendre les histoires
202 des gens, c'est aussi... Qu'est-ce que ça m'a apporté ? Aussi ce regard de « Purée, qu'est-ce
203 que les gens sont forts quoi ! », fin de voir ce qu'ils mettent en place, de voir ce qu'ils traversent,
204 mais aussi ce qu'ils mettent en place, de voir, de les voir réfléchir à tout ça, de voir ce qu'ils
205 arrivent à en extirper comme euh, comme réflexion, comme truc pour avancer... euh de les
206 revoir revenir, de semaines en semaines, ça fait dire que, fin de mois en mois, parce que c'est
207 une fois par mois. Ça fait dire que ça a du sens. Et on a aussi vu des gens, fin y a des gens qui
208 sont venus la première fois et ils étaient à la petite cuillère, ils ont passé le truc entier à pleurer.
209 Y'a une dame qui est venue, je crois pendant six ou sept séances, euh elle était accompagnée
210 par sa sœur, sa sœur disait qu'elle venait pour elle, qu'elle était là parce qu'elle allait mal, et
211 que machin. Et cette dame elle a pas parlé, parce qu'on a le droit de pas parler. Donc elle a pas
212 parlé pendant 7-6 séances, elle a rien dit, pas un mot. Elle écoutait, elle revenait toutes les
213 semaines, des fois elle pleurait et un jour elle nous a posé son histoire, elle nous a raconté ses
214 trucs ... bah juste ça, ça apporte un truc de dire. Et puis ce qui est très drôle, c'est que sa sœur
215 se positionnait pendant six séances à « Je suis là pour l'accompagner, je suis là pour ma sœur. ».
216 Aujourd'hui cette dame elle revient tout le temps, avec sa sœur, mais aujourd'hui elle parle
217 d'elle.

218 *E : D'accord, c'est intéressant.*

219 H : C'est une dame, qui n'est pas suivie au centre d'ailleurs.

220 *E : La dame ou la sœur ?*

221 H : La sœur.

222 *E : D'accord, ok. Et du coup, est-ce que tu comptes continuer à animer ce groupe.*

223 H : Ah bah ouais ouais carrément, tant que les choses font que c'est possible, carrément.

224 *E : D'accord. Et est-ce que y'a des choses que tu aimerais voir changer ?*

225 H : Pffff, euh pffou. Ouais, mais des trucs qui ont rien à voir le groupe. J'aimerais bien voir
226 changer tous les trucs du COVID, c'est chiant. Faire avec un groupe de parole avec des
227 masques, tout ça, avec pas l'aspect convivial de pouvoir boire un coup, de pouvoir manger un
228 gâteau ensemble. Mine de rien ça grève quelque chose vraiment. Voilà, c'est comme ça pour
229 pas mal de choses, mais vraiment. Moi je trouve ça très difficile de faire ce groupe-là avec un
230 masque, mais bon et après... Dans le groupe en tant que tel, je crois que j'aimerais bien voir des
231 nouvelles têtes, mais euh... et en même temps chaque nouvelle tête, c'est aussi une petite prise
232 de risques. On sait ce que la personne en attend, on sait pas à quel point des fois elle peut
233 déséquilibrer le groupe, parce que souvent les gens qui viennent ils ont été orientés, parce que
234 qu'ils vont pas très bien. Y'a quelqu'un qui leur a dit : « Allez peut-être au groupe d'entraide. »
235 Des fois les gens, en tout cas les nouveaux arrivants, ils viennent parce que ils ont quelque
236 chose à dire, et du coup des fois ils sont très, fin. Tu vois, ce que je redoutais avec mon monsieur,
237 dont je te parlais tout à l'heure. C'est qu'il était venu pour parler d'un truc qui lui faisait mal et
238 du coup le fait qu'on choisisse un autre sujet, et qu'on parte sur complètement autre chose,
239 j'avais un peu peur que cette personne elle te dit, je suis venu pour un truc et puis en fait... Au
240 final ça s'est pas du tout passé comme ça, mais, c'est toujours une appréhension, quand il y'a
241 une nouvelle personne. Est-ce que la discussion collective et quand bien même si on parlera
242 pas du problème de la personne, est-ce que ça va le faire, est-ce que ça va convenir ? Ouais je
243 réponds plus à ta question.

244 E : Si si, j'entends bien. Y'a un truc intéressant, tu dis que la plupart des personnes qui viennent,
245 elles sont orientées ? C'est-à-dire, elles viennent suite à des échanges avec des professionnels
246 du centre, et pas forcément via je ne sais pas moi, de la com' que vous avez fait par rapport à
247 ce groupe ?

248 H : Alors on a fait de la com', mais je crois, mais ça c'est un avis très perso, je crois que ça me
249 semble presque impossible, de voir un papier avec marqué « groupe d'entraide », de pas en
250 savoir plus et de se dire « Tiens je vais y aller. ». Je crois que c'est, je crois c'est super
251 compliqué. Par contre la com' sert à ce que les gens disent « Qu'est-ce que c'est ? » Et là, on
252 leur en parle, on leur explique du coup, ils peuvent essayer de venir. La com', elle sert à ce que
253 les gens puissent poser des questions, mais je crois pas que quelqu'un est déjà venu en disant
254 « J'ai vu une affiche, je suis venu. ». Mais ça me semble compliqué comme démarche. Et après
255 plutôt deux types de personnes qui arrivent : Soit, de la prescription, je dis de la prescription,
256 mais c'est pas de la prescription, c'est pas les médecins qui disent « Vous allez pas bien allez
257 là-bas », mais c'est plus de l'orientation, pour rencontrer des gens, de leur dire « Vous savez
258 y'a un groupe le mercredi soir, ça vous ferait p'tet du bien, si vous voulez venir. ». Sinon c'est
259 de la prescription entre personnes ; c'est des gens qui sont venus. Le groupe leur a fait du bien
260 et hop ils nous ramènent quelqu'un qui va pas bien, ils leur disent « Viens avec moi, on va au
261 groupe d'entraide, on va discuter. ». C'est les deux biais par lesquels les gens arrivent.

262 E : Et globalement, ce que j'entends là pas mal, c'est de, la porte d'entrée c'est « d'aller pas
263 bien » ou d'avoir un, de traverser p'tet une phase un peu compliquée ou ?

264 H : Ouais, plutôt.

265 E : D'accord. Ok.

266 H : Après, peut-être que ça c'est un biais, ouais, en fait quand tu me dis « Est-ce qu'on pourrait
267 pas faire changer ça », je sais pas. Peut-être que ça pourrait être intéressant d'avoir un groupe de
268 discussion qui peut être un groupe de discussion, où on peut venir dire ce que qu'on veut,
269 raconter ce qui est trop cool. Plutôt la porte d'entrée c'est la souffrance quand même.

270 E : Ouais.

271 H : Effectivement, mais pendant très longtemps ça a été la souffrance au travail, fin liée au
272 travail. Et après on a décidé, d'un commun accord avec le groupe, nous on a fait la proposition
273 d'arrêter d'avoir juste le prisme travail, et d'ouvrir à toutes problématiques, mais effectivement
274 on a toutes et tous des problématiques. Et les gens nous ont dit « ouais ouais carrément, super,
275 on va parler de plein de trucs. » Mais les gens ils viennent avec ce qui les met mal.

276 E : *Et est-ce que dans l'animation, y'a des choses que tu aimerais changer ?*

277 H : Euh... j'sais pas. Heu, dans dans, dans notre groupe d'animation, on a du coup (*nom de*
278 *personne*) qui est coordinateur de la structure, qui lui a, un gros volet de son boulot autour de
279 la question du travail, des violences au travail et puis de la lutte contre les discriminations de
280 façon générale, y'a Y, qui est médecin généraliste, et on a V, qui est psychiatre au CMP de la
281 ville Y, mais du coup qui fait pas partie de notre structure. Elle elle vient, c'est une sorte de
282 partenariat, fin voilà. Elle est intéressée par ça, elle avait envie de le faire, on a décidé de le
283 monter avec elle. Et c'est génial de l'avoir, c'est super riche. Après je lui trouve une posture,
284 euh, qui parfois fait posture professionnelle, fin, elle vient apporter des éclairages euh... des
285 éclairages issus de sa connaissance professionnelle, parce qu'elle est psychiatre. Elle vient
286 apporter un éclairage psy à certaines choses. J'ai l'impression qu'ils aiment bien aussi, d'avoir
287 aussi un éclairage, des fois j'ai l'impression que ça sort un peu du cadre, de ce que moi
288 j'imaginai de ce groupe d'entraide avec des animateurs dans une posture de participant, euh
289 qui sont là pour cadrer, pour que ça se déroule bien, mais qui sont pas forcément là pour apporter
290 des éclairages pro. Est-ce que je voudrais le changer ? J'en sais rien. En même temps, j'ai
291 l'impression que les gens ça leur apporte aussi un truc chouette. Et en même temps, je me dis
292 que ce groupe, il pourrait aussi, on pourrait imaginer qu'il soit autonome et qu'il y'ait aucun
293 professionnel à l'animation.

294 E : *Ça serait quelque chose envers quoi t'aimerais que ça tende ou... ?*

295 H : Hum... je trouverais ça super chouette. Après pour moi c'est pas un but en soi, je me dis
296 pas j'anime le temps que le groupe soit... Pour moi c'est pas un objectif, mais si un jour ça s'y
297 prêtait, que le groupe il grossissait, que les gens disent : « Nous ça va, on se débrouille très bien
298 sans vous. », je trouverais ça génial, ouais. Et du coup j'y reviendrais p'tet juste en participant ;
299 sans même penser à animer ce temps de parole.

300 E : *D'accord, c'est intéressant. Ok. Et qu'est-ce que ça te fait de croiser des personnes du*
301 *groupe dans un autre contexte ? Alors à la fois du coup dans le contexte peut-être individuel*
302 *dans ton travail, ou dans le quartier, je sais pas, si ça arrive ?*

303 H : Hum... (blanc). Moi j'ai pas l'impression que ça change grand-chose. Y'a pas de
304 changement fondamental ni dans mes pratiques, ni dans rien. Hum juste un lien de proximité
305 qui est plus proche, quand je croise ces personnes-là je leur demande « Comment tu vas ? ». Ce
306 « Comment tu vas ? » il est plus appuyé, avec une, peut-être un intérêt plus ouvert, parce que
307 je sais que la dernière fois tu allais pas super bien. Du coup là quand je demande comment tu
308 vas, est-ce que ça va un peu mieux ? Est-ce que non ? Est-ce que tu as envie qu'on s'arrête
309 discuter un peu ? Ça provoque une attention particulière mais et puis voilà, une forme un peu
310 de connivence. Mais tu vois c'est des personnes que j'appelle par leurs prénoms, chose que je
311 fais avec d'autres personnes qui font pas partie de groupe de parole, mais ouais... je vouvoie
312 certaines personnes, j'en tutoie d'autres, y'en a que j'appelle par leurs prénoms voilà, avec ces
313 personnes-là y'a un lien qui s'est créé un peu autre, mais sinon ça change pas
314 fondamentalement, en tout cas ça change pas ma pratique professionnelle.

315 E : *D'accord. Hum bah très bien. Est-ce que tu souhaites ajouter quelque chose ? Des points*
316 *faibles, points forts du groupe ? Ou des retours ?*

317 H : Hum... hum... (blanc). C'qu'est... C'qu'est compliqué dans ce groupe, dans l'animation
318 d'un groupe comme celui-ci, j'ai l'impression, c'est quand on se retrouve sur des sujets plutôt
319 sociétaux... et que le mal-être des gens il vient d'un sujet plutôt sociétal, même si les gens sont
320 impactés individuellement, ça c'est une certitude, mais du coup ils ont quelque chose à en dire
321 de manière individuelle, mais du coup ça, sur un sujet sociétal, c'est beaucoup plus fréquent
322 que ça dérape sur des prises de position un peu globales, euh sur un peu du débat d'idées, qui
323 ressemble à des choses qu'on a entendues dans les médias, j'ai entendu ci... Quand on a
324 quelqu'un qui arrive en disant, bah en fait moi en fait j'ai été adopté, je l'ai su à 10 ans, bon on
325 est sur, sur quelque chose qui provient des tripes de la personne, qui vient de son parcours
326 unique et du coup c'est beaucoup plus, plus généralement assez émouvant, mais en tout cas
327 c'est... Pour moi ça crée ce groupe de soutien, tel qu'il est pensé à la base. C'est plus difficile
328 d'animer un groupe quand on, quand on parle d'islamophobie, et en même temps, quand on a
329 une femme musulmane voilée qui subit des discriminations au jour le jour, c'est son vécu
330 propre, y'a pas de soucis avec ça. Mais du coup dans l'animation d'un groupe, qui est parfois
331 hétérogène par rapport à ces discriminations ou des choses comme ça, c'est plus difficile de
332 cadrer, d'éviter justement, d'éviter un peu des jugements, des idées à l'emporte-pièce. Voilà,
333 c'est p'tet, du coup voilà quand on discute islamophobie, quand on discute covid, on est sur des
334 choses qui viennent plus larges, sont plus dures à animer.

335 E : *Ouais, j'imagine. D'accord. Et est-ce que tu as eu des retours de participant·e·s ?*

336 H : Hum... euh et bin tout est dans le mot, ils reviennent, donc ça c'est déjà des retours forts.

337 E : *C'est un groupe assez, stable ? En tout cas c'est toujours un peu les mêmes personnes ?*

338 H : Ouais, on a vraiment un noyau dur de personnes qui reviennent à chaque fois, ouais ouais
339 clairement, et qui nous appellent pour faire prévenir qu'elles pourront pas venir si elles peuvent
340 pas venir, alors qu'on a pas du tout demandé de nous prévenir quand elles peuvent pas venir,
341 c'est libre. Mais du coup ces personnes du noyau dur appellent le secrétariat : « Est-ce que vous
342 pouvez m'excuser au groupe, je peux pas venir ? ». Mais ouais ouais plutôt stable, mais avec
343 des arrivées, je te dis, des personnes qui en ont entendu parler par d'autres groupes, par des
344 amies... ça reste un petit groupe quand même, on est rarement plus que dix.

345 H : *Et est-ce que tu as eu des retours de participant·e·s ?*

346 H : Dans quel sens ?

347 E : *Je sais pas, en les croisant au centre, dans un accompagnement autre, pro ?*

348 H : Ouais, bah je t'ai dit, typiquement ce monsieur, où à un moment donné je me suis inquiété
349 de savoir, ok mais le fait qu'on a pas traité ton problème ? Il me dit « Non non c'est génial, ça
350 fait vraiment du bien d'entendre les gens, on se sent moins seul, je reviendrais ». Non non
351 plutôt, oui oui quand on croise les gens, ils nous disent que c'est chouette, que ça fait du bien.

352 E : *Ok très bien, est-ce que tu souhaites rajouter une dernière chose ?*

353 H : Hum... peut-être un truc, un peu qu'on s'est rendu compte, je sais pas quel intérêt ça aura,
354 mais comme vous réfléchissez à ces groupes de parole. Du coup on s'était fixé notre petit
355 tableau de règles qu'on redit à chaque fois au début du truc et puis on a dit une chose, une fois
356 on a eu un retour de quelque chose qui avait été compliqué à la sortie. C.à.d. on avait discuté
357 en groupe, et puis à la sortie il y'a des personnes qui ont continué à discuter devant le parvis, et
358 dont une dame qui avait apporté son histoire, qui était plutôt fragilisée par une heure à en parler,
359 voilà, qui était un peu à fleur de peau. Une autre dame qui était une mamie, qui a l'habitude de
360 se pointer à tous les trucs qui se passent. Donc elle était venue au groupe de parole. Mais du
361 coup elle l'a un peu, pas forcément pris à partie, mais à la sortie du groupe devant le parvis,

362 libérée des règles que nous on avait imposées, elle s'est mise à dire « Tu devrais, il faudrait
363 que.. » et ceci et cela, et l'autre personne l'a super mal vécu. Du coup on a rajouté à notre petit
364 protocole de règles de dire que nous on peut faire un espace sécurisé à l'intérieur du groupe,
365 mais qu'en tout cas quand les gens sortent nous on peut pas garantir de ce qui va se passer.
366 Peut-être essayer de remettre un peu une carapace avant de sortir, quand on a vécu un moment
367 un peu dense. Et du coup je crois que c'est X qui l'a initié, et y'a plusieurs personnes qui l'on
368 refait faire... De prendre cinq minutes à la fin, de fermer les yeux, de se concentrer sur la
369 respiration. Fin bref de faire un peu une porte de sortie, pas juste une sortie qui est à la fin d'une
370 prise de parole. Créer un temps de bascule voilà pour ré-appréhender l'extérieur aussi.

371 E : *De faire un temps de clôture, un peu un rituel ?*

372 H : Qui permette de remettre un peu sa carapace avant de partir.

373 E : *D'accord. Ok et bah très bien. Merci à toi.*

1 Entretien n° 15 : Piou

2 E : *Enquêtrice*, P : Piou

3 E : Bon du coup déjà avant de commencer l'entretien il est conçu pour l'ensemble des
4 participants du groupe de parole à la fois de l'animation et des personnes qui animent pas. Avant
5 de commencer je vous laisse choisir un pseudonyme pour la confidentialité des données.

6 P : D'accord, Piou. P.I.O.U

7 E : D'accord, Piou, ok très bien. Tout d'abord, je vous laisse me parler de vous, de vous
8 présenter.

9 P : D'accord. Donc (nom de personne), je viens de faire 75 ans, je suis psychiatre des hôpitaux
10 retraité depuis déjà une dizaine d'années. J'ai eu l'occasion et la chance de de...(silence) A son
11 début de l'invention de la thérapie communautaire parce que j'ai rencontré Adalberto et puis
12 on a, au cours d'un congrès... mais bon...si si ça vous intéresse vous pourrez regarder le livre
13 ou bien je pourrai vous passer le livre (titre de livre).

14 E : Oui

15 P : Qui raconte l'histoire de Adalberto, sa famille et la TCI , vous l'avez lu ça ? Vous l'avez lu
16 ce bouquin ?

17 E : Moi j'ai lu la thérapie communautaire pas à pas, la traduction Française.

18 P : Et euh, bah à l'occasion enfin je sais pas si vous habitez vers chez moi, je peux vous en filer
19 un, ça vaut le coup, comme ça vous l'aurez. Ça peut vous aider pour étayer votre truc. C'est un
20 bouquin que j'ai écrit avec Adalberto. Alors euh !

21 E : Donc vous avez été médecin psychiatre vous m'avez dit, ça a coupé un petit peu....

22 P : Oui, je suis médecin psychiatre donc euh j'ai dirigé un service de psychiatrie adulte, j'ai fait
23 aussi de la psychiatrie infantile et puis j'ai créé un (nom de service d'addictologie).

24 E : D'accord, ok

25 P : Et donc j'ai une part, une partie de mes activités annexes ça a été de soutenir le mouvement
26 de santé mentale intégrative de de Fortaleza avec Adalberto. Parce que j'ai réussi à avoir le
27 soutien d'une fondation pour avoir des matériels tout terrain pour pour faire là-bas sur place. Et
28 euh donc cette fondation avait demandé à ce qu'on écrive un bouquin justement sur la thérapie
29 communautaire à travers l'histoire de la vie de Adalberto etc. Et donc il donnait cette subvention
30 si on écrivait ce bouquin donc c'est pour ça qu'on a écrit ce bouquin. Mais aussi donc j'ai été
31 financé pour aller sur place, aider, discuter, réfléchir à l'implantation de la thérapie
32 communautaire là-bas.

33 E : D'accord

34 P : J'ai été un peu, voilà ! Avec (nom de personne) on a été les deux surpreneurs, à faire venir
35 Adalberto. Elle, elle l'avait connu par un autre biais et commencé à faire des rondes sur
36 Grenoble et aussi à former des gens, voilà !

37 E : D'accord et comment...Et du coup je reviens un peu à la première question, on reviendra à
38 la TCI après. Là actuellement vous vivez comment ?

39 P : Je vis assez bien, je suis marié, j'ai deux enfants et des petits enfants, j'ai ...voilà. En dehors
40 du boulot que je faisais j'ai créé une association (nom de l'association) que vous connaissez
41 dans lequel justement aussi a été intégrée la thérapie communautaire, de même que dans le
42 service d'addictologie que j'ai créé. Il a régulièrement des rondes de parole qui se font à
43 l'intérieur du service hospitalier euh pour les gens qui sont hospitalisés et aussi en suivi, dans
44 le post hospitalier.

45 E : D'accord et du coup comment vous avez découvert vraiment la thérapie communautaire ?
46 Peut-être que vous l'avez dit mais ça a coupé...

47 P : Bon, on a assisté dans les années, c'était dans les années 1985-1986 avec Adalberto on s'est
48 retrouvé à un congrès qui s'appelait, c'était organisé par psychiatre sans frontière, il s'appelait
49 « pouvoir et possession » et donc euh on a présenté un film lui et moi parce que il y avait un
50 concours de film sur cette question-là et des interventions qu'on a fait l'un et l'autre. Et il a eu
51 le gravier d'or et nous avec notre titre on a eu le gravier d'argent et donc on a été très intéressé
52 par ce que faisait l'un et l'autre et donc on a discuté longuement, puis on s'est retrouvé comme
53 si on se connaissait depuis toujours. Et euh j'ai, donc j'ai été le voir là-bas à Fortaleza, il se
54 trouve que c'était justement l'endroit où j'avais, on avait aussi des amis, parce que j'avais fait
55 une autre recherche au Brésil sur des rites afro-brésiliens et donc voilà et c'est comme ça et je
56 lui ai dit on va essayer de financer, on a trouvé une fondation, on a fait des trucs ensemble.

57 E : Oui

58 P : Donc on était quand même très proche avec toutes les activités, moi j'ai adopté un enfant
59 Brésilien, on a une maison qu'on a acheté ensemble avec Adalberto sur le bord de la plage, il y
60 a une partie de ma vie qui est attachée au Brésil, à Fortaleza en partie.

61 E : Vous avez donc vécu à Fortaleza ?

62 P : Bah euh...régulièrement, au moins un mois par an, si ce n'est pas plus depuis plus de vingt
63 ans.

64 E : D'accord, ok, euh intéressant, d'accord d'accord et donc vous avez dit vous avez créé
65 l'association (nom de l'association) qu'est-ce qui vous a amené à faire les rondes de parole à
66 (nom de l'association) ? Qui était peut-être à la base de l'idée de la création de l'association ?

67 P : Oui disons que les rondes c'est une des parties des activités de je dirais qui élève l'estime
68 de soi et qui aide à sortir de la précarité psychique. Mais euh, c'est une façon de faire, un esprit,
69 une idéologie, une idée qui me tenait à cœur même avant que je rencontre Adalberto. D'ailleurs
70 je faisais des groupes de parole par exemple en maternité, c'était sur le même mode, à partir du
71 savoir-faire qu'avaient acquis les mamans et donc par rapport à des questions donné qu'elles
72 partageaient leurs expériences. Donc euh évidemment quand, (nom de l'association) ça à un
73 peu près le même âge que la thérapie communautaire donc très rapidement voilà, dans les
74 activités il y avait un groupe d'écriture, un groupe de chanson populaire, une ronde et puis
75 d'autres choses, d'autres activités créatives etc.

76 E : D'accord, ok, et donc le groupe, la ronde de parole...

77 P : Si vous voulez pas perdre trop de temps, il faut mieux que vous me posiez des questions
78 précises, parce que pour moi après je vous êtes noyé, après ...

79 E : Comment vous avez vécu votre première participation au groupe D, si vous vous rappelez
80 ?

81 P : Ben, je sais pas comment dire, disons que au début quand on faisait des rondes... de même
82 que dans des certaines formes de thérapie, on a l'impression qu'il faut qu'on prenne en charge,
83 donc avec toute la responsabilité, donc j'étais plus, peut-être un peu plus inquiet, tendu, focalisé
84 sur ce qui peut se passer, la respi et puis donc progressivement euh bah le groupe a existé et se
85 passe et c'est pas une personne, c'est un groupe qui fonctionne quoi. Là où j'ai eu, là où c'était
86 plus difficile c'était de l'implanter à l'intérieur de l'hôpital parce que les cadres infirmiers
87 étaient pas d'accord, étaient très réticents, c'est-à-dire que les soignants tombent un peu la
88 blouse et soient des humains comme les autres dans ce genre de réunion. Ils voulaient pas qu'ils
89 se livrent etc. donc j'ai écrit un petit article, il est sur le site, sur cette question-là. Ça a été
90 beaucoup plus difficile que ça se mette en place, que ça prenne un rythme de croisière à l'hôpital
91 que à (nom de l'association). Mais on a commencé à le faire à (nom de l'association), c'était
92 plus facile, il y avait des soignants qui allaient à (nom de l'association), pour donner un coup
93 de main et qui pouvaient faire tranquillement les rondes, c'était plus difficile à l'hôpital ...

94 E : Le fait de sortir un peu de l'institution, d'être dans une association, c'était plus facile pour
95 être dans l'horizontalité, c'est ça ?

96 P : Oui c'était moins, il y avait moins de résistance et de réticence, du fait que tout le monde
97 puisse parler de son expérience personnelle, les cadres disaient vous allez, vous allez perdre
98 l'autorité ou la.... Vous arriverez pas à avoir une relation de soignant, alors que c'était pas vrai
99 du tout, c'était même le contraire ça a permis au contraire d'avoir des relations beaucoup plus
100 profondes et aidantes d'être dans l'horizontalité, le respect de chacun. Vous pourrez lire ça en
101 détail, il y a un certain nombre de choses que j'ai écrites et aussi ma collègue (nom de personne).

102 E : Oui, j'ai vu et est-ce que à (nom de l'association) quand vous avez animé les groupes à (nom
103 de l'association) est ce que vous vous présentiez en tant que médecin psychiatre ? Ou vous étiez
104 plutôt...quelle casquette vous livriez aux personnes ?

105 P : Non, non mais moi à (nom de l'association) j'ai jamais été psychiatre, j'ai jamais accepté
106 qu'on m'appelle docteur ou quoi que ce soit, bon c'est pas facile pour les gens mais rapidement
107 si c'est authentique de la personne comme moi qui le dit, très rapidement bah c'est (nom) etc.
108 Si jamais ces personnes-là, je les retrouve dans le cadre du travail, c'est pas un problème que à
109 ce moment-là j'ai une autre fonction, c'est très curieux, les gens font bien les distinctions selon
110 les lieux, les fonctions, la qualité de la relation, donc euh voilà. Et puis de toute façon un groupe
111 de parole ça peut pas fonctionner que sur une personne, moi j'ai fait en sorte qu'il y en ait
112 d'autres qui animent, que moi je sois participant, parce que ça m'amuse autant, ça m'intéresse
113 autant, ça me fait progresser autant et si ce n'est plus d'être participant que d'être animateur ou
114 co animateur !

115 E : D'accord, ok et est-ce que vous vous souvenez juste du dernier groupe qui a eu lieu à (nom
116 de l'association) récemment ?

117 P : Non, pas spécialement

118 E : D'accord vous n'avez pas une ronde qui vous revient à l'esprit où vous savez quels sujets
119 ont été abordés ?

120 P : Si il y a des rondes qui me reviennent, des rondes qui ont été un peu particulières. Une en
121 particulier ? Je trouve ça intéressant, on voit bien que. Dans ces rondes euh c'est bien la
122 souffrance qui a été accueillie par pas la pathologie, ou alors je vous donne un exemple ,dans,
123 dans une ronde , il y avait une personne qui avait présenté un certain nombre de difficultés et il
124 y a une jeune fille que je connaissais, que j'avais vu à l'hôpital et qui dit « ce matin je me suis
125 réveillée, et j'ai été horrifiée, je me suis pas reconnue, je me suis vue dans le miroir et je me
126 suis pas reconnue et on voyait les os donc j'ai eu très peur »et donc ce qui a été retenu comme

127 tel c'est « j'ai peur parce que je me reconnais pas ! » d'accord et euh... Sur le coup moi ça m'a
128 je me suis dit que il faut que ce soit un autre thème car je suis pas sûr que ce soit ouvert etc... car
129 c'est quand même un truc un peu délirant, hallucinatoire et c'est ça qui a été pris et je l'ai
130 proposé comme « qui a vécu déjà le fait de dans certaines circonstances ne pas se reconnaître
131 dans ce qu'il fait, ce qu'il est euh dans ses réactions etc et qui a eu peur de ça et comment il a...
132 ? » ça a été formidable, de tout le monde euh ! Car ça existe pour chacun ça hein ! De temps en
133 temps de dire attend, c'est pas moi ça, j'ai pas l'habitude de faire comme ça, je m'étonne, je me
134 surprends, je suis content ou au contraire il y a des choses qui nous dépassent ou qui
135 apparaissent autre que l'image qu'on a ! Et la fille qui a proposé ça était super contente de voir
136 que elle était pas si folle et si martienne que ça, elle faisait partie de...enfin c'est ça qui m'a, je
137 me souviens de ça.

138 E : Est-ce que vous avez déjà rencontré des difficultés que ce soit en tant qu'animateur ou
139 participant ?

140 P : Difficultés ? Bah euh des fois euh, enfin moi personnellement en tant que participant des
141 fois je trouve que c'est euh...des des animateurs ont du mal à tenir un peu les rennes et que
142 dans la mesure où c'est ouvert, que les gens peuvent entrer, sortir etc., des fois il y a du mal à
143 se concentrer et donc il y a beaucoup à respecter le cadre et les règles de façon à ce que ça
144 puisse avoir une certaine retenue et donc parfois c'est un peu difficile de rappeler ça pour des
145 animateurs. Non mais moi je trouve qu'il n'y a très peu de... je ne me souviens pas difficultés.
146 Ou des gens qui tapent le bordel, et à ce moment-là après comment s'organiser enfin après il y
147 a pleins de petites difficultés, après ça se réfléchi entre animateurs, co animateurs sur comment
148 on fait, comment on améliore dans la mesure où il y a toujours un temps de euh entre animateurs
149 un temps d'appréciation après chaque ronde, c'est des choses qui s'ajustent, qui s'enrichissent
150 etc. Pour euh, je vais vous dire un truc. Une des choses en dehors des difficultés, que je trouve
151 assez formidable et que les gens ne mesurent pas c'est que les groupes de Thérapie
152 communautaire qu'on fait à l'hôpital donc c'est des gens qui sont hospitalisés dans un
153 programme de cinq semaines d'activités avec psychothérapie intensive etc. qui ont avec des
154 groupes de psychothérapie, des infirmières référentes etc... Les gens se sont rendu compte qu'en
155 faite les patients qui avaient du mal à parler en entretien individuel avec leur infirmier référent,
156 qui bloquaient un peu, ces personnes qui étaient des taiseux, avec les règles de la thérapie
157 communautaire, se mettaient à dire des choses qu'ils avaient jamais dit auparavant. Donc là il
158 y a un truc qui a été très étonnant pour tout le monde de voir à quel point les règles et la façon
159 de fonctionner peut libérer la parole et avec...voilà c'est ça ! Avec l'augmentation de l'estime
160 de soi.

161 E : Humm et vous pourriez le comparer avec les règles précises de la TCI mais il y a aussi
162 d'autres groupes qui existent peut-être pas trop à l'hôpital mais des groupes qui font aussi le
163 même effet chez les patients ?

164 P : Bien non, si vous voulez, la grande difficulté des groupes de parole, c'est que en faite c'est
165 un lieu si c'est pas extrêmement cadré avec des règles auxquelles les gens adhèrent, c'est un
166 lieu de bagarre pour un pouvoir au niveau des gens qui participent et à celui qui montre qui sait
167 mieux que l'autre alors que les règles qui sont posées-là ne permettent pas ça et permettent au
168 contraire que chacun puisse être tranquille avec une parole qui est protégée et libre. Surtout,
169 une des règles principales c'est surtout qu'il y a pas d'avis, pas d'avis, pas de conseils. C'est-à-
170 dire que ce qui met les gens en rétractation c'est d'avoir l'impression que l'autre a un désir de
171 changement. Et là à partir du moment que les gens sont protégés de ça c'est ça qui est manifeste
172 dans un lieu de soin où les gens sont en relation avec des psychologues, etc. C'est le, le vouloir
173 des autres, le désir de le changer, vous voyez ? Et là c'est...

174 E : Je vois

175 P : Et là c'est tout à fait, c'est une merveille ! Parce que ça s'est constitué, organisé, formalisé
176 et affiné au cours des années, ça a pris en tout une trentaine d'années hein la thérapie
177 communautaire ! Mais par rapport aux autres groupes de paroles il y a pas photo hein ! Et les
178 autres groupes de parole, même avec des gens talentueux, si ils ont pas ces règles-là, c'est
179 difficile ! Parce qu'il y a des affrontements, une certaine prise de pouvoir ou bien une certaine
180 verticalité et à ce moment-là c'est le thérapeute, l'animateur qui sait qui balance les bonnes
181 paroles, même si il laisse un peu la place, c'est complètement différent il y a quelque chose qui
182 est à la base conflictuel ! C'est-à-dire que être à plusieurs et parler il y a quelque chose de l'ordre
183 de la séduction, de la rivalité etc... Qui perturbe et qui font que ça perd beaucoup d'efficacité
184 par rapport à ce que ça peut amener à chacun. Je vous saoule par trop avec mon... ?

185 E : Non, non ça va, je vous coupe ! Et qu'est-ce que vous diriez que le groupe (nom de
186 l'association) vous apporte vous vraiment personnellement ?

187 P : Moi c'est ce que je dis, j'y vais pas pour les autres, j'y vais pour moi ! Ça m'apporte à
188 chaque fois, de, je dirais un scanner personnel par rapport à des thématiques et des solutions et
189 ça me fait bouger, ça me fait avancer, très très clairement. A chaque fois, par des éclairages
190 différents, par des rappels de choses importantes, par des mises en évidence de valeur qui
191 compte pour moi, qui... C'est un prolongement de changement personnel et de thérapie, qui est
192 tout à fait claire et évidente ! Moi j'y vais pour moi et j'écoute et je parle et ça me fait avancer,
193 très clairement !

194 E : D'accord et est-ce qu'il y a des choses que vous voudriez voir changer à (nom de
195 l'association), des choses difficiles à aborder devant le groupe ? Des sujets ?

196 P : Non, non pas plus non.... Ce qu'il y a, c'est que je me suis dit je me souviens pas bien car
197 on a réouvert un peu, on a fait quelques rondes puis on a refermé du fait de la précarité et de la
198 comorbidité des gens et du fait qu'il y a pas mal de personnes âgées et que si on ouvrait, on
199 ouvrirait aussi les Week-ends et le Week- end il y a énormément de gens qui sont en très très
200 grande précarité qui viennent en grand nombre, je pense que c'était pas raisonnable, donc on
201 reste fermé dans l'attente des jours meilleurs. Les dernières expériences que j'ai de thérapie
202 communautaire sont soit en distanciel soit à (nom du centre de santé), malheureusement c'est
203 en suspens et entre parenthèses.

204 E : Est-ce que à (nom de l'association), qui est un certain public, est ce qu'il y a des sujets
205 difficiles à aborder pour vous ?

206 P : Non, quand il y a des choses qui sont difficiles à aborder c'est à dire par exemple qu'il y a
207 eu des conflits au sein de de l'association et des choses pas claires, on essaye justement comme
208 c'est difficile de les amener là et pour être dans un espace protégé pour essayer de les dépasser,
209 dans les rondes.

210 E : D'accord, les difficultés au sein de l'association ?

211 P : Oui les désaccords, les conflits c'est pas le peine de mettre ça sous le manteau, que ça vienne
212 sournois ou que l'on parle par derrière donc voilà.

213 E : Et est-ce que dans l'animation il y a des choses que vous voudriez voir changer ?

214 P : Bon il y a des choses qui évoluent, d'ailleurs des choses qui ont évoluées grâce au distanciel,
215 avec (nom de l'association) on a amené d'autres façons de faire, etc... C'est dans la créativité
216 du moment, c'est pas quelque chose qui est figé, ça bouge beaucoup, les groupes sont pas les
217 mêmes selon les animateurs, selon les lieux, les cultures etc.

218 E : Vous avez un mot court justement sur les groupes en distanciel, à dire ou un retour ? Vos
219 premières impressions ?

220 P : D'une certaine façon ça...j'ai l'impression que ça peut être plus profond et plus intime
221 comme travail personnel et je trouve que c'est intéressant, c'est tout aussi intéressant que en
222 présentiel. Le problème qui se passe c'est que dans l'époque actuelle on sature pas mal avec les
223 écrans et c'est une des questions qui se pose si ils veulent bénéficier du soutien solidaire mais
224 en plus de ça c'est encore avec des écrans.

225 E : Et qu'est-ce qui vous fait dire qu'on peut aller plus en profondeur ?

226 P : Moins parasité par la présence et ce qui se passe pour les autres. Ça veut pas dire qu'on est
227 pas à l'écoute mais c'est plus chacun dans sa case et pourtant ça communique par rapport aux
228 interpellations, aux résonnances qu'amènent les uns et les autres. C'est une remarque qu'on
229 avait faite comme ça. Mais au départ c'est quand même pour du présentiel. Ça sera intéressant
230 même quand on est sorti du confinement, ça peut permettre à des gens qui sont loin de se réunir,
231 c'est une communauté pas de quartier mais d'intérêt.

232 E : Qu'est-ce que ça vous a fait ou vous a fait de croiser des personnes de la ronde dans un autre
233 contexte, que ce soit en consultation, dans un tout autre contexte ?

234 P : Je dirais non seulement ça gêne pas mais au contraire ça alimente les échanges et la
235 communication avec une plus grande proximité, respect, reconnaissance de l'humanité et des
236 valeurs de chacun. C'est ce qu'on a remarqué des infirmiers et différents personnels soignants
237 à l'hôpital, c'est que non seulement de débattre ensemble, je veux dire d'amener, de partager
238 ensemble des expériences, du savoir-faire, altérerait pas au contraire enrichissait et favorisait les
239 échanges par ailleurs, sans qu'il y ait des dépassements de limites ou quoi que ce soit. Non ça
240 gêne pas du tout au contraire, c'est très intéressant !

241 E : Et par rapport on va dire un peu des codes, du vouvoiement en consultation, avec le médecin,
242 les infirmières et le tutoiement dans les rondes, enfin c'est des choses que j'imagine peuvent
243 avoir lieu ?

244 P : Oui ça ça c'est des fantasmes de soignants et c'est ce qu'a fait des résistances à la mise en
245 place de ces rondes en milieu hospitalier. C'est-à-dire que l'argument c'est si vous retirez la
246 blouse pour ces rondes comment elle sera acceptée cette blouse quand vous la remettrez dans
247 les soins etc. Et la réalité c'est que c'est le contraire, ça donne encore plus de force et de
248 qualité aux échanges avec un respect des fonctions selon les lieux et les endroits etc.

249 E : D'accord, oui

250 P : C'est ça qui est intéressant, c'est pas du tout ce que, les fantasmes qui avaient été...

251 E : D'accord, est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ? Points faibles, point fort du
252 groupe D là je parle.

253 P : Je trouve, ça va dans ce sens-là, c'est extrêmement intéressant de voir, de mettre en évidence
254 que chacun dans sa vie, dans son parcours, aussi difficile soit-il, il y a des forces, des perles,
255 des savoirs faire que les gens ont eu et qui sont difficiles aujourd'hui. Je pense si vous voulez
256 qu'il y a quelque chose de moi je dis souvent un peu de (mot incompréhensible), dans la thérapie
257 communautaire dans ses fondements, il y a une mine d'or qui a été ouverte, à ciel ouvert. Cette
258 mine d'or c'est tous les savoirs, les connaissances que les gens ont acquis pas du tout à
259 l'université mais sur le terrain dans la difficulté qu'ils ont rencontré et donc il y a cette
260 complémentarité entre le savoir disons connaissances universitaires, un peu désertisée et le
261 savoir euh, le savoir-faire. Donc le grand thème c'est expérience.

- 262 E : Et vous avez déjà eu des retours de participants de (nom de l'association) ?
- 263 P : Ah bah oui, écoute bien sûr, il y a un truc que je vais faire, je vais vous envoyer un film qui
264 avait été fait par des gens de l'hôpital sur les dix ans de (nom de l'association). Et il parle de la
265 thérapie communautaire, ça peut vous intéresser d'avoir cet outil en plus ?
- 266 E : Est-ce que c'est bon, vous voulez ajouter autre chose ?
- 267 P : Et je vous enverrai le lien pour les étudiants et vous diffuserez par votre réseau, si il y a
268 des remarques à faire sur comment on s'y est pris, vous me le dites, ça pourrait nous aider.

1 Entretien n°16 : Julie

2 E : *Enquêtrice*, J : Julie

3 E : *Alors du coup cet entretien est conçu pour l'ensemble des participants, participantes au*
4 *groupe de parole et du coup avant de commencer je te laisse choisir un pseudonyme.*

5 J : Hum on va prendre un truc... sociologiquement compatible (*rire*) Julie !

6 E : *Julie ok, très bien Julie. Donc je te laisse me parler de toi, te présenter d'abord...*

7 J : Qu'est-ce qu'il est important de dire ?

8 E : *Bah tu peux me parler de ton entourage, de comment tu vis, de qu'est-ce qu'est ta situation*
9 *professionnelle ?*

10 J : Ah c'est vaste ! Bah peut être... On va dire que j'ai trente-quatre ans, je réfléchissais mais
11 j'ai trente-quatre ans ! Je suis médecin généraliste euh en milieu urbain, euh dans une structure
12 pluriprofessionnelle. J'exerce depuis deux ans et demi ou trois ans presque dans cette structure
13 et je travaille comme médecin généraliste depuis six ans, enfin je je suis diplômé depuis six
14 ans. Voilà.

15 E : *D'accord, et comment tu vis ? Comment ?*

16 J : Comment je vis ? Euh je vis en ville (*rire*), dans un appartement très sympathique euh
17 (*rire*), en couple.

18 E : *Et moralement comment tu te sens ?*

19 J : Je me sens plutôt bien ! Même si je suis un peu en colère en ce moment, enfin aujourd'hui
20 particulièrement contre plein de choses. Mais sinon je crois que je me sens plutôt bien, même
21 si je suis un peu hyperactive, intellectuellement, dans ma vie.

22 E : *D'accord, hyperactive intellectuellement et dans ta vie mais sinon tu te sens bien et en*
23 *colère aujourd'hui. Ok ! Et comment toi tu as découvert la TCI ?*

24 J : Euh... Comment tout a démarré ? Je crois que ça a démarré par le fait qu'on veuille ouvrir
25 dans notre structure de soin un lieu de parole, d'écoute et d'entraide entre euh... communautaire
26 dans le sens où avec euh la participation de habitants du quartier et entraide entre les habitants
27 qui participeraient à ce groupe-là. Au début sur les questions de, on a été amené sur les
28 questions de travail, sur comment le travail peut provoquer de la souffrance et l'absence de
29 travail d'ailleurs... On voyait qu'on avait beaucoup de situations qui étaient un peu semblable
30 et similaire qu'on voyait dans nos espaces de consultation individuel et on avait envie de se
31 faire rencontrer ces personnes, qu'elles puissent échanger, s'entraider. On voyait les limites, les
32 limites aussi des espaces individuels dans nos espaces de consultation notamment. Donc un de
33 mes collègues, qui était aussi un des créateurs de ce groupe-là, était formé, avait fait une
34 formation vraiment de TCI et il nous a proposé de monter un groupe. Euh du coup moi j'ai lu
35 quelques documents sur la TCI, et puis finalement on a décidé de s'inspirer de ça sans forcément
36 respecter euh la technique dans les règles de l'art. En s'inspirant aussi d'autres outils, dans
37 lesquels on a été formé ou d'autres ressources qu'on avait. Et en se laissant aussi assez libre de,
38 d'adapter ça à la façon dont ça se passerait et... pour voir un peu en pratique comment ça se
39 passerait. Donc ce groupe il a été créé euh maintenant ça fera deux ans en juin qu'il existe. C'est
40 un groupe qui se réunit mensuellement, les mercredis soir, les troisièmes mercredis du mois à
41 18h. Donc on a axé à la question du travail pendant à peu près, un peu moins de six mois, je
42 pense, et après on a élargi à tous les sujets. On était et on est toujours quatre animateurs enfin

43 quatre porteurs et porteuses de ce projet. Sachant qu'on est pas là à chaque fois tous les quatre,
44 on essaie d'être là deux sur quatre et on s'empêche un peu d'être là tous les quatre, même si des
45 fois on voudrait parce que ça nous intéresse ! On s'est dit que pour l'équilibre des participants,
46 participantes c'était mieux d'être que deux. Et donc on est trois de notre structure et on a une
47 personne extérieure qui est psychiatre dans le service publique qui vient également participer.

48 *E : Ok ! Et qu'est-ce qui vous a amené à en parti vous inspiré de la TCI ?*

49 J : Ah je pense que, c'est que, comme il y a un collègue qui était formé, il nous en a parlé et en
50 lisant on s'est dit que c'était adapté à ce qu'on voulait, ce qu'on imaginait.

51 *E : Et comment tu as vécu la première fois ? Qu'est-ce que tu as ressenti la toute première*
52 *fois ?*

53 J : Le le ce groupe-là enfin cet espace là car finalement le groupe il a changé enfin la
54 composition des membres autant il y a en a qui sont là depuis deux ans et il y en a d'autres qui
55 ont changés. Ce qui était drôle, enfin, ce que je retiens de la première fois c'est beaucoup de
56 soin ! On était un peu... comment dire ? On s'est mis un peu la pression pour que ce soit bien,
57 enfin la pression, il y avait un peu d'excitation enfaite de mener ce truc là et du coup de vouloir
58 faire que les gens se sente bien. Alors je me rappelle que surtout au début et c'était surtout mon
59 collègue qui portait ça mais d'avoir mis de la musique douce, a remis un peu... de bien installer
60 le lieu, en choisissant les chaises les plus confortables, en mettant des plantes vertes, des
61 affiches, des jolis posters autour, des jolies plantes vertes, en cachant le matériel médical autour,
62 c'était dans l'ancien centre enfaite ! Et vraiment, à l'époque on n'avait pas de masques alors on
63 avait mis des boissons chaudes à disposition, du thé, du café, des petites tasses à tout bien
64 installer un peu comme si on préparait, on recevait des amis, des gens chez soi quoi !... Et
65 d'avoir pris soin de ça, c'est un truc qu'on a un peu perdu entre temps, parce que finalement il
66 y a pas besoin de ça, on accueil sans ce dispositif-là mais finalement c'était peut-être une bonne
67 idée. Voilà et ce que je retiens des premières séances c'est beaucoup de... ça demande beaucoup
68 de concentration ! Et beaucoup d'attention des personnes qui sont là et il y a un peu quelque
69 chose sur l'écoute qui est très fort de beaucoup d'attention. Je sais pas comment dire, à la fois
70 le silence à vraiment une consistance particulière, enfin le ouais ! Tout le monde est très
71 concentré, très attentif, très présent dans le moment, personne n'est distrait par autre choses, je
72 sais pas moi, personne n'est sur son téléphone, à partir du moment où on est là, où on ferme la
73 porte il y a un truc qui se crée de... comme si tout le monde était là pour les autres dans une
74 forme d'écoute et d'accueil de ce qui va se passer, pas forcément bienveillance le mot, mais
75 quelque chose de... cocon. Quand on attaque on est là pour les autres, pour sois et dans quelque
76 chose de plutôt de... j'allais dire positif mais c'est pas non plus vraiment le mot mais un accueil
77 inconditionnel de ce que les autres vont amener, Ouais. Et ce qui nous a amené d'ailleurs euh
78 je sais pas si je peux broder autour de ça mais en tout cas une fois, je pense ça faisait bien... on
79 était dans le nouveau centre donc un an à un an et demi après à adapter les règles. Donc on
80 donne des règles au début de chaque groupe et qui sont adaptées avec le temps. Au début on
81 s'était vu tous les quatre porteurs du groupe et on avait imaginé quelles règles qu'on avait envie
82 besoin d'amener là et petit à petit il y en a qu'on a dut laisser tomber et il y en a qui sont arrivées.
83 Et notamment il y a eu un incident qui nous a fait rajouter une règle c'est que... il y a deux
84 participantes qui se sont écharpées à la fin de, en sortant dehors enfaite il y a une des participante
85 qui à, qui à... je crois qu'elle a parlé mais d'un truc qui avait rien à voir avec ce qui s'était
86 dit mais elle a interpellé une participante sur un truc vraiment personnel qui a été reçu vraiment
87 difficilement par la personne. Et au final euh du coup on a su ça car c'est revenu dans une
88 consultation médicale avec une personne qui disait « je sais pas si je vais revenir parce que ci
89 parce que j'ai vécu ça ». Et donc enfaite on s'est dit qu'il fallait qu'on reprenne ça et notamment
90 qu'on introduise cette nouvelle règle, enfin règle, cette consigne de départ, de dire que c'est un
91 espace un peu privilégié, à part, dans lequel on se met à nu potentiellement et qu'il faut pas

92 oublié de remettre une forme de carapace, enfin sa carapace qu'on enlève à l'entrée et qu'on
93 reprend en sortant. En se rappelant bien que le monde extérieur est pas... est pas comme cet
94 espace-là. Du coup je fais un peu le lien avec l'idée, enfin ce souvenir que j'ai dès le départ de
95 très protégé, de très à part, un peu coupé du monde. Cette atmosphère qu'on crée là et que j'ai
96 peu retrouvé dans des espaces... que ce soit dans des espaces professionnel ou personnel, si
97 peut être dans d'autres espaces collectifs de partage, de partage de choses personnelles où il y a
98 cette même posture que tout le monde prend.

99 *E : D'écoute et d'attention, oui, d'accord, ok J : Oui*

100 *E : Et, est-ce que tu peux me raconter ta dernière fois, la dernière fois que tu as participé au*
101 *groupe ?*

102 J : Oui alors euh... c'était particulier la dernière fois parce que j'étais euh... j'étais la seule des
103 porteurs ou porteuses du groupe au départ à être là et en fait il y a eu une autre, la psychiatre
104 qui est arrivée un peu en retard. Et donc au début je me suis dit Olala, je vais devoir faire toute
105 seule !? Parce que c'était moi qui animais le groupe et en fait ça faisait assez longtemps que
106 j'étais pas venue, que j'avais pas animé et je me suis retrouvé à introduire le truc toute seule.
107 Et du coup je leur ai tout de suite dit « Olala, je suis un peu impressionné de devoir... ». Et ça
108 a créé un truc un peu soutenant du groupe et aussi ce que j'ai remarqué c'est qu'au tout début
109 du groupe, on a un tableau blanc dans la pièce, et du coup je réécrivais un peu les consignes
110 pendant que les personnes arrivaient, qu'on efface une fois sur l'autre donc je les réécrivais. Et
111 j'en profitais pour demander aux personnes qui arrivaient de me dire si j'oubliais des choses ou
112 j'avais un doute sur une orthographe d'un mot donc il y avait un truc d'un peu... enfin on faisait
113 un peu ça ensemble ! Et en fait au fur à mesure que les personnes arrivaient et ben, je voyais
114 qu'elles ce... c'était que des femmes ce jour-là, on était en non-mixité, que des femmes ! Car la
115 psychiatre qui est arrivé était aussi une femme ! Et en fait, elles se demandaient... Elles étaient
116 là « Hé salut, ça va ? et la famille ça va ? » Et du coup fin elles prenaient des nouvelles les unes
117 des autres alors que c'était des personnes qui pour moi, fin qui se connaissaient pas au départ
118 quoi ! Et du coup je crois que moi j'étais super touché d'entendre ça alors que j'écrivais mes
119 trucs, silencieusement sur le... Je me suis dit « Olala il se passe des choses ! » En fait dès le
120 début dans ce groupe il y a eu deux personnes qui ont pris vachement plus la parole qui ont un
121 peu relancé quand il y avait des silences... Et il y avait, on était huit en tout donc il y avait six
122 participantes plus moi et la psychiatre. Et il y a eu un truc très féminin, enfin très féminin dans
123 le sens où les sujets qui ont été abordés c'étaient des sujets euh de femmes, enfin je sais pas si
124 on peut dire ça mais en tout cas plus autour de, quoi que finalement, autour de la parentalité,
125 mais il y avait un truc assez libre de dire... je dirai peut être pas ça si il y avait eu des hommes
126 mais en tout cas sur le rôle de mère, de femmes etc. Et euh en fait c'était une séance très
127 particulière parce que à la fin je me suis dit, je vais proposer parce que c'est la première fois
128 que ça se passait mais je vais proposer aux personnes qui sont là et qui sont à l'aise, qui sont
129 habituées dans le groupe. Enfin je vais proposer à tout le monde mais en fait j'ai dans la tête
130 ces deux personnes là, et j'ai proposé et je leur ai dit « c'est peut être bête ce que je vais dire
131 mais euh j'ai pensé à ça alors je vous propose, mais si il y a certaines d'entre vous qui se
132 sentiront de pouvoir animer le groupe et de porter l'animation les prochaines fois, que ce soit
133 maintenant ou plus tard », bah vous pouvez réfléchir ou m'en reparler ou... mais en tout cas
134 je trouve que ça pourra être bien, je trouve que ça pourra être intéressant que ce soit d'autres
135 personnes ou à deux qu'on anime. Et en fait voilà, j'ai vu il y a eu plusieurs personnes qui se
136 sont regardées, il y a eu un peu « ah ça pourra être toi ! Ça pourra être », un peu des rires gênés
137 et le groupe s'est terminé. Et en fait elles sont parties et il y en a deux qui sont revenues derrière
138 et qui m'ont dit, elles sont revenues dans la pièce, elles étaient dehors, elles sont revenues et
139 elles m'ont dit « on voudrait animer toutes les deux la prochaine fois ! » Et là je me suis dit
140 « Waouh », il se passe un truc dans ce groupe quoi ! j'ai vraiment senti que c'était, waouh, une
141 séance particulière !

142 E : Une dernière séance particulière, il y a eu un... !

143 J : Une espèce de bascule enfin là on s'est dit si les participantes qui sont ! Et enfaite c'était les
144 deux, c'est parce que j'ai vu la posture qu'elle prenaient dans le groupe, d'être vraiment
145 soutenance dans la discussion, je pensais spécifiquement à elles deux, c'est les deux qui se sont
146 parlées, qui se sont dit « salut comment ça va » aussi, je pense que ça a joué au début, c'est les
147 deux qui se sont parlées dehors, qui sont revenues... c'est aussi des personnes qui ont des
148 expériences d'animations par ailleurs dans d'autres milieu, c'est pour ça aussi qu'elles sont à
149 l'aise dans le groupe ! Enfin bref, j'étais ravie ! (Rire) !

150 E : *Ah oui une séance, une session qui a...*

151 J : Un peu un tournant ! Enfin...

152 E : *Oui ! Et qu'est-ce que ce groupe de manière général enfin ce groupe là je parle t'apporte ?*

153 J : Hummmm euhhhh ça m'apporte vraiment une autre façon de voir la question du soin je
154 crois. Même si je crois que déjà avant de le faire j'en étais déjà théoriquement convaincu que
155 des espaces collectifs de discussion et d'entraide pouvaient être thérapeutiques, pouvaient avoir
156 un rôle thérapeutique. Là je crois que cette expérience là qu'on a dans la structure, je la vois
157 comme une expérimentation pratique ; de comment ça peut être thérapeutique ces lieux-là,
158 d'entraide collective ! Qu'est-ce que ça m'apporte ? Je crois que ça m'apporte aussi quelque
159 chose d'assez exigeant et inconfortable pour moi d'animer ça, parce que c'est nouveau, parce
160 qu'il y a de l'enjeu à bien choisir ses mots, à ne pas faire de gaffe, à pas froisser les gens, à faire
161 qu'ils reviennent aussi, il y a un peu l'enjeu que ça marche et donc un peu quelque chose d'assez
162 exigeant, qui demande de la concentration, de l'attention euh...

163 E : *Quand tu dis inconfortable, est ce qu'il y a des difficultés qui te viennent ou... ?*

164 J : Euhh bah oui, en tout cas cet enjeu que pas forcément que les gens reviennent car vraiment
165 il y a l'idée que ça soit très libre et qu'il y a aucune obligation de revenir mais quand même que
166 ça fonctionne en tout cas ! L'idée que les personnes se sentent à l'aise, qu'elles se sentent pas
167 jugées, qu'il y est aussi d'arriver à effacer petit à petit ce rapport, fin... en fait notre idée de
168 départ c'est de dire qu'on vient là un peu tous sur un pied d'égalité toutes et tous et que... Mais
169 les personnes en fait nous connaissent en tant que professionnels du centre et du coup il y a cet
170 enjeu-là, nous on est là sur notre temps de travail, nous on est donc payé pour être là, ce qui fait
171 quand même un peu une grosse différence quoi ! Et il y a toujours un peu ce rapport... euh
172 comment dire, quand on dit communautaire est ce qu'on est de la même communauté ? Est-ce
173 qu'on appartient au même groupe ? Je ne suis pas complètement sûr, donc enfaite il y a aussi
174 cette sorte d'imposture que moi je peux ressentir et qui me crée de l'inconfort. Parce que, parce
175 que on habite pas le même quartier, on vient pas des mêmes milieux, que moi je suis médecin
176 de certaines personnes du groupe, il y a aussi ça qui est inconfortable enfin qui vient créer
177 quelque chose de nouveau, de pas habituel donc de pas confortable.

178 E : *Hum d'accord, c'est intéressant. Bon est ce que tu comptes y retourner ? Animer ?*
179 *Participer ?*

180 J : Je crois que oui ! Oui, c'est une bonne question parce qu'enfaite là je me suis dit bah on va
181 voir comment ça se passe avec d'autres personnes qui prennent l'animation du groupe mais
182 enfaite je crois que peut-être il va avoir ce tournant, si ça prend de dire que n'importe quel
183 participant peut prendre le relais sur l'animation et si ça se passe bien. Là j'ai quand même
184 envie de voir un peu ce que ça donne, il y a quand même un peu quelque chose à préserver. J'ai
185 pas envie que le groupe dérive par rapport à son projet initial, par exemple si je vois que ça se
186 passe mal, que ça sort un peu des valeurs et objectifs de départ. J'ai pas du tout envie que

187 ça soit des personnes qui... Enfin j'ai envie de préserver ça, mais si je vois que ça roule, je crois
188 que je vais pouvoir me demander un peu comme tous les participants : « est-ce que j'ai envie
189 de venir cette fois ou pas ? » Pour pleins de raison on peut ne pas avoir envie... Peut-être que
190 j'en arriverai là, après... je crois que ça serait un peu un idéal ! Que le groupe s'autonomise et
191 qu'il y ai une forme d'autogestion par les participant, participantes, ça veut pas dire que je ne
192 pourrai pas réanimer, mais ma présence sera moins nécessaire, peut-être, si ce n'est pour fermer
193 la porte après car c'est moi qui ai les clés. En tout cas viendra plus se poser la question de la
194 légitimité d'être dans le groupe là et de ma place dans le groupe mais peut être que je m'y
195 sentirai bien et du coup peut être que viendra se reposer cette question-là ! En tout cas pour
196 l'instant oui je reconduis...

197 *E : Tu reconduis. Et-est-ce que quand... là comme animatrice et participatrice, est ce que tu*
198 *arrives à aborder des sujets, on va dire tout type de sujet ?*

199 J : Moi j'amène jamais de d'histoires à moi, enfin de problématique à moi. J'y suis jamais
200 arrivé ! Parce qu' en fait pourquoi ? Parce que même quand j'animais pas, car quand on est
201 deux porteurs du groupe, il y en a un des deux qui anime, je crois que j'ai envie de laisser la
202 place ! Comment dire... Laisser la place à... d'une part j'ai envie de laisser la place aux
203 personnes qui viennent comme participants, même si je suis aussi participante dans ce cas-là !
204 Mais comme personnes on va dire... j'allais dire patients, patientes mais bon on essaye
205 d'enlever ce truc là, mais en tout cas comme usager, usagère ou habitants du quartier qui
206 viennent pour se saisir de cet espace-là. Par contre ça m'empêche pas de rebondir et de venir
207 apporter, fin de venir témoigner moi et personnellement en fait ! Il y a ça, et il y a le fait que je
208 crois que je me sentirai peut-être un peu mal à l'aise de venir amener, d'exposer
209 personnellement une problématique c'est-à-dire que, quand..., car quand j'amène mon
210 témoignage, je choisis ce que j'ai envie d'exposer notamment à mes patients, patientes qui sont
211 dans le groupe. Bon ça pourrait être ça, si j'amène une problématique je pourrais amener une
212 problématique pour laquelle je me sens à l'aise de l'amener dans cet espace-là finalement, mais
213 ce n'est jamais arrivé ! Et en fait justement quand il y a les personnes qui ont décidé de reprendre
214 l'animation, d'ailleurs je pensais pas qu'elles prendraient à deux, je pensais qu'elles diraient
215 « bah on veut bien une de nous deux avec quelqu'un d'entre vous ! » Mais en fait non, elles ont
216 dit on va prendre toutes les deux ! Dans ce cas, ça veut dire que moi je deviens une participante
217 entre guillemet lambda et que en fait on va exiger de moi, on va attendre de moi que je vienne
218 aussi apporter des trucs alors que quand tu as un peu ce rôle un peu particulier d'animateurs,
219 animatrice on attend pas forcément de toi que tu...

220 *E : D'accord, et est-ce qu'il y a des choses que tu aimerais, voudrais voir changer sur ce*
221 *groupe ?*

222 J : Je crois que dans l'idéal j'aimerais qu'il y ait plus de monde, plus de diversité, à la fois je
223 trouve que là le fait qu'il y ait une régularité de personnes habitués qui viennent après il y a
224 toujours des nouveaux nouvelles mais qui restent pas forcément. En gros il y a un noyau dur et
225 des personnes un peu qui passent ! Et je crois que ce que j'aimerais c'est peut-être plus de
226 monde ! Même si euh finalement la dernière fois on était huit et c'était déjà super ! Mais je
227 crois que j'aimerais voir ce que ça fait ce même groupe à dix, quinze ou vingt... comme on avait
228 imaginé, au début on savait pas et même là on sait pas, on a jamais été plus de huit, dix quoi !
229 Et parfois on est quatre, cinq ! Donc je crois que j'aimerais qu'il y ait plus de monde, plus de
230 diversité aussi voir... et à la fois le côté plus large...

231 *E : Plus de diversité ? Que ça change des personnes ?*

232 J : Oui là il y a un peu un profil de personnes qui restent dans le groupe, car je pense qu'elles
233 ressemblent aux autres personnes qui sont là, des femmes entre quarante-cinquante ans, un peu

234 un truc homogène ! Et donc euh voilà ! Après ça fait un truc beaucoup plus fluide que au début,
235 où il y a eu parfois une personne très âgée qui entendait mal qui est venu ou du coup... Ou il y
236 avait quelqu'un qui prenait beaucoup de place dans le groupe, qui avait beaucoup plus de mal
237 à respecter le cadre, où du coup ça demandait beaucoup plus de boulot aux animateurs,
238 animatrices. Là il y a un truc un peu rodé ! Et à la fois je trouve que c'est quand même
239 intéressant ! Là j'ai l'impression, qu'on retombe un peu sur les, sur les mêmes histoires, sur les
240 mêmes problématiques et... même si à chaque fois c'est différent et à chaque fois je pense que
241 à chaque fois je pense c'est utile. Et nous ça nous permet aussi de comment dire... justement
242 de proposer ce que j'ai proposé la dernière fois.

243 *E : D'accord ...euh et qu'est-ce que ça te fait de croiser des personnes du groupe dans un autre*
244 *contexte ? C'est-à-dire à la fois-là potentiellement des patientes, patient ou collègues de*
245 *travail ?*

246 J : Bah ça me va, je crois qu'avec les patients, patientes enfin les patientes en l'occurrence
247 c'était un peu bizarre au début mais du coup ça va bien...comment dire ? Compléter
248 l'accompagnement ! Dans le sens où on peut reparler de ce qui s'est joué dans le groupe en
249 consultation et ça fait avancer certaines choses. Ça permet aussi de valoriser ça, enfin de
250 valoriser entre autres pour des personnes qui vont pas bien, de valoriser leur participation dans
251 le groupe. Après j'y vais toujours avec tact, j'ai pas forcément envie qu'on reprenne tout, voilà !
252 Et après il y a la question de la distance, puisque j'ai l'impression que mes patients qui viennent
253 dans le groupe, je les appelle par leurs prénoms dans le groupe, alors que je les appelle par leurs
254 noms de famille, quand je les revois en consultation. Il y a aussi cette idée de tutoiement,
255 vouvoiement, ça m'arrive de tutoyer des personnes du groupe, notamment mes collègues, et du
256 coup des fois j'en viens à tutoyer des participants qui sont aussi mes patients et que du coup je
257 vouvoie en consultation, donc des fois il y a un peu de flottement et de... C'est pas encore bien
258 clair dans ma tête, mais voilà. Après avec les collègues on en reparle, on reparle techniquement
259 de ce qui s'est joué dans le groupe, de ce qui faut changer pour la prochaine fois, on analyse un
260 peu ce qui s'est passé, mais par contre on ne reparle pas de ce qu'on a dit personnellement sur
261 nous. Mais ça créé pas de malaise je crois, car tous ce qu'on amène dans le groupe on, on le fait
262 en conscience, parce que on est prêt à l'amener là, on se met pas en danger de s'exposer trop
263 personnellement.

264 *E : D'accord et est-ce que tu as observé, si oui un changement dans la relation vraiment du*
265 *coup en gros médecin, patient ? Soignant/ soigné dans les personnes que tu as comme...?*

266 J : Oui bah alors les personnes qui sont venu au groupe sont venues parce que je pense qu'il y
267 avait déjà une relation bien, enfin une relation de confiance, euh c'est des personnes que
268 j'accompagnais depuis certain temps euh et je crois qu'elles sont venue une peu comme une
269 prescription au départ dans le groupe... c'est déjà des personnes avec qui il y avait une relation
270 assez... on va dire assez ancienne et... une relation de confiance ! Du coup là-dessus ça a pas
271 vraiment changé... je serai pas te dire si ça créé vraiment plus de proximité, fin voilà je suis
272 pas sûr qu'il y de grands changements dans la relation. Je crois que ça me ferai pas ça avec des
273 personnes que je connais moins dans la relation de soins mais là pour l'instant c'était déjà des
274 personnes que je connaissais très bien, donc... je crois que... après par contre ça me fait penser,
275 il y a des personnes du centre de santé, que j'avais jamais vu en individuel, que j'avais vu que
276 dans le groupe beaucoup beaucoup et après j'ai vu pour la première fois en individuel et là
277 c'était un peu particulier ! C'était un peu bizarre... mais un peu comme quand je vois des
278 patients pour la première fois dans d'autres espaces du centre et qu'après je les vois en
279 consultation, notamment quand des espaces plus informels et où on se tutoie, etc. Quand je les
280 vois en consult', j'ai du mal à trouver la juste distance. Et du coup pour ceux-là, ça a fait ce
281 truc-là, d'accord, ok !

282 *E : Est-ce que tu souhaites rajouter quelque chose ? Point fort, point faible du groupe ? de ce*
283 *groupe ? Des retours des participants ?*

284 *J : Non euh, non ben... Oui dans les retours mais ça vous l'avez surement eu dans vos entretiens,*
285 *il y a un truc très très fort qui sort alors qu'on a pas l'impression de faire grand-chose, enfin*
286 *comment dire, de faire quelque chose de révolutionnaire dans le sens où des espaces de parole*
287 *où on vient parler de soi, il y en a pleins, pleins de plusieurs manières et pleins en informel,*
288 *dans les famille, des cercles amicaux etc...mais on a quelque chose de très fort qui nous ressort*
289 *de... « ça m'a changé ! », enfin peut être pas changé la vie c'est un peu fort mais de...« c'est*
290 *une famille pour moi ce groupe-là ! ». Fin ce qui me paraît complètement... enfin moi j'irais*
291 *pas dire que c'est une famille pour moi ce groupe-là ! Donc du coup il y a un truc un peu très*
292 *impressionnant de l'ampleur que ça prend pour certaine personne ! Enfin du rôle que ça joue*
293 *pour certaines personnes ! Mais c'est très bien et à la fois ça donne quand même une*
294 *responsabilité, voilà ! Et je trouve qu'on en est que au début de ce groupe et je suis assez*
295 *curieuse de voir comment ça peut évoluer, voilà !*

296 *E : Très bien, merci !*

Annexe H : Observations participantes

Observation participante n°1 (OP1)

Groupe A

- Les participant·e·s :

Lors de cette ronde de TCI, il y avait six participant·e·s ; deux chercheuses (M et S), trois personnes habituées d'animer les groupes (Zorro, Toto, E), bénévoles dans la structure, dont deux médecins, puis une participante (Michou).

- Atmosphère :

Le groupe de parole a eu lieu dans la salle d'accueil et d'attente du centre de soins. Il s'agissait d'une grande pièce ouverte sur des couloirs menant aux différents bureaux et salles de consultation. L'espace n'était pas complètement fermé et confidentiel. Certaines personnes pouvaient traverser la pièce, d'autres ont sonné à la porte d'entrée. La porte du bureau d'un professionnel du centre était ouverte. Nous pouvions l'entendre passer des coups de téléphone. Nous étions donc en quelque sorte dans un espace ouvert en pleine immersion dans la structure. Les participant·e·s étaient assis·e·s sur des chaises, disposées en cercle, avec une table au centre avec quelques boissons et gâteaux.

- Structure :

Au début, nous avons fait un tour de présentation qui a permis à chacun de donner son prénom. Nous ne nous sommes pas présentées en tant que chercheuses. L'animatrice a rappelé les principes de la TCI et les règles de parole. Puis nous avons été invité·e·s à se lever de notre chaise, à parcourir un peu l'espace, à observer, à porter un regard sur les autres participant·e·s, puis à s'asseoir nouveau. Nous avons fait un tour de « bonne nouvelle », où chacun·e pouvait raconter une nouvelle positive. Ensuite, nous avons eu cinq petites minutes pour réfléchir à un sujet difficile, qui nous tracasse en ce moment. Après, chaque participant·e pouvait, s'il·elle voulait, partager son sujet. Après nous avons voté le sujet que nous allions aborder. C'était le tour pour poser des questions à la personne, dont nous traitons le sujet, afin de demander des précisions. Ensuite, celle-ci ne doit plus parler durant l'échange. Nous pouvions alors évoquer, si ce sujet faisait raisonner une situation que nous avons vécue et comment nous l'avons surmontée.

- Le langage non verbal :

Tout au long de la ronde, j'ai pu observer une attitude corporelle globalement ouverte, surtout chez les personnes habituées d'animer (Zorro, Toto, E) ; les bras ouverts, décroisés. J'ai pu observer des hochements de têtes, des onomatopées, des acquiescements.

-Langage et compréhension :

Le langage parlé a été exclusivement le français. Il y avait une forte attention à ne pas employer des mots trop compliqués, à reformuler tout de suite, s'il y avait l'impression que la phrase n'était pas comprise.

-L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence) :

Dans l'ensemble, j'ai observé peu de temps de silence. Il y a eu un temps de silence avant l'énonciation du sujet difficile. Toto nous a invité à prendre quelques minutes pour y

réfléchir. Quand nous avons tous fini avec ce temps d'introspection, il y a eu un silence assez long, avant que la première personne énonce son sujet. La parole était répartie plutôt de manière égale, avec un peu plus de temps de parole pour les deux animateur·rice·s.

- Sujets choisis :

Nous avons choisi le sujet de Michou. Il s'agissait du fait d'être en rupture de contact avec sa mère. Elle n'avait eu aucun contact avec elle depuis 4 ans. Lors du confinement, Michou raconte avoir beaucoup pensé à sa famille et au Cameroun. Elle voulait donc appeler « au pays » pour avoir des nouvelles. Elle nous raconte ne pas avoir réussi à passer ce cap, car elle avait peur de la réaction de sa mère. Elle raconte avoir néanmoins eu des nouvelles, via une voisine qui lui a confirmé que sa mère était en vie.

- La posture de l'animateur·rice :

La ronde a été animée par E et Toto. E a guidé la mise en lien au début, puis le temps de clôture. E a peu parlé de son expérience personnelle. Toto a essayé de reformuler le sujet.

-Expression d'émotions :

Au début de la ronde, il y'a eu des sourires et des rires, quand nous avons annoncé nos bonnes nouvelles respectives, et fait notre marche dans la pièce. Ensuite Michou a eu des émotions fortes, lorsqu'elle a parlé de sa situation, et s'est mise à pleurer.

-Les temps informels pré – et post-groupe :

Lorsque nous sommes arrivé·e·s, nous étions tout de suite invité à partager une boisson. Au début, il y avait une autre personne qui discutait avec le groupe, qui par la suite n'a pas assisté à la ronde. Cette personne voulait présenter un futur évènement, organisé par une structure d'accueil pour des personnes en situation de précarité et d'exclusion. Il s'agissait d'un « Temps de parole autour du confinement ». A la fin du groupe de parole, nous avons fait un tour de débriefing avec uniquement Zorro, Toto et E. Ce temps-là ne semblait pas être pour les seules participant·e·s.

- Mon ressenti avant et après le groupe :

En arrivant, j'étais assez surprise, car il y n'avait pas d'usager·ère de la structure. Il y avait uniquement les animateur·trice·s et les chercheuses. C'est avec quelques minutes de retard, que la participante Michou est arrivée, seule personne usagère de la structure. Je me suis tout de suite questionnée sur comment elle allait se sentir. J'étais au début un peu mal à l'aise. Lorsque nous avons raconté nos "situations-problèmes", j'étais sûr que nous allions choisir de traiter celle de Michou, car elle était la seule personne uniquement participante. Mon ressenti après le groupe était très différent ; je me suis senti bien et apaisé. J'avais passé un moment émouvant. J'avais l'impression que le sujet abordé « rupture de contact familial liée à l'exil » reformulé en « le manque de lien téléphonique avec ses proches » pouvait résonner chez plusieurs participant·e·s et devenir universel. J'étais surprise que nous soyons tous et toutes autant impliqué·e·s sur le plan émotionnel dans la ronde.

Observation Participante n°2 (OP2)

Groupe B

- Les participant·e·s

Groupe de parole reprenait après cinq mois d'arrêt, suite à l'épidémie de la COVID19. Douze participant·e·s étaient présent : cinq hommes (dont Miguel et Freedom) et sept femmes. Six animateur·rice·s (dont Miguel et Freedom) et moi (une chercheuse (C)).

- Atmosphère

Le groupe de parole se déroulait dans une grande salle dédiée. Je suis arrivée la dernière, les participant·e·s étaient disposées sur des chaises en cercle. Au milieu se trouvait une table basse avec des collations à disposition (du chocolat, des fruits secs) et une bougie éteinte. La porte était ouverte, nous entendions quelques passages dans le couloir de personnel de la MDH. Ceci m'a fait ressentir la non-confidentialité de ce qui se passe dans la ronde. L'espace reste cependant peu bruyant et tou·tes avaient une posture impliquée dans la ronde. Nous étions tou·te·s masqué·e·s sauf une personne qui nous avait précisé avoir une contre-indication.

-Structure :

Introduction

Le groupe a commencé de manière informelle par une décision entre les animateur·rice·s sur qui seraient les deux co-animateur·rice·s de la séance. Une animatrice a précisé qu'elle ne souhaitait pas animer ce jour. Un animateur (A1) s'est lui proposé de faire l'animation principale puis il y a eu un silence dans l'attente qu'un·e autre animateur·rice se désigne. Miguel s'est ensuite proposé de co-animer avec A1.

L'animateur principal a commencé le groupe par un court historique et une explication sur la TCI. Expliquant le déroulement de cette méthode de groupe de parole et de son intérêt, par exemple : « *Cela nous vient du Brésil de Adalberto Barreto* », « *nous avons tous en nous des petits ou des gros cailloux, des difficultés* ». Il nous a expliqué que faire partager son expérience peut bénéficier aux autres et que la parole peut libérer certains maux.

Il a ensuite décrit les grands principes de la TCI, avec l'importance du cadre. Les "règles" à respecter, sont énoncés par les différent·e·s animateur·rice·s présent·e·s : parler en "Je", ne pas faire de jugement, pas interpréter, pas faire de généralité, être bienveillant, pas faire de long discours et respecter les silences. Une des participantes a ajouté sa demande que tou·te·s d'éteindre les téléphones portables.

La mise en lien

Le co-animateur a proposé à ceux qui le souhaitent de partager une « bonne nouvelle » au groupe. Dix participant·e·s sur les douze ont partagé leurs « bonnes nouvelles » comme : « ce week-end j'ai vu mes petits enfants », « j'ai pu déménager », « j'ai lu (*nom de livre*), ce livre m'a beaucoup plu » ... ce temps a duré environ quatre-cinq minutes.

Puis le Co-animateur a proposé un jeu pour mettre en lien qui a duré environ cinq minutes : la « balle invisible ». Il consistait à envoyer à un des participant·e·s du cercle, une balle invisible en disant une couleur au choix en l'envoyant et son prénom en la recevant. Ce jeu a permis de faire un tour des prénoms, de les enregistrer et a peut-être permis de fluidifier le contact entre les participant·e·s et mis à l'aise.

Déroulement

L'animateur a proposé à celles·eux qui le souhaitent de parler et partager « leurs sujets, leurs cailloux ou leurs problèmes ». Il a utilisé différents mots pour parler de « situation problème » pour faire écho à chacun·e. Il nous a exprimé le proverbe de Adalberto Barreto « *quand la bouche se ferme les organes parlent* ».

Ce temps de partage des situations et problèmes a duré environ quinze minutes, il y a eu trois situations exposées. Chaque problème étant détaillé brièvement par la personne l'amenant. Il y a eu quelques questions de la part des participant·e·s pour éclairer des situations exposées.

L'animateur a reformulé les sujets un à un, avec l'aide ponctuelle d'autres animateur·rice·s qui sont intervenu pour l'aider à trouver la reformulation et l'émotion la plus juste de la situation exposée. J'ai ressenti que ce temps de reformulation est difficile, chaque mot choisi est important pour que la personne exposant son sujet puisse se retrouver dans cette reformulation. L'animateur avait hésité avant de proposer à son tour son sujet, il a demandé à animateur·rice de prendre en main la reformulation de son problème, son voisin de chaise, formé à l'animation avait accepté.

Puis l'animateur a rappelé tous les sujets proposés par les participant·e·s.

Il y a eu un temps d'expression possible, pour celles·eux qui le souhaitaient sur les sujets proposés, avec la possibilité d'exprimer un choix de vote, préciser si un sujet nous fait écho. Une participante a alors exprimé qu'un sujet lui faisait écho à sa vie actuelle et c'est pour ça qu'elle allait voter pour celui-ci.

Puis il y a eu un vote à main levée, sujet par sujet, un seul vote possible pour un sujet. Le vote est assez bien réparti, aucun sujet n'est laissé sans voix. Cependant un des sujets a recueilli plus de voix que les autres.

Le sujet alors choisi a été approfondi par la personne l'amenant, elle a détaillé le contexte, ses difficultés, ses interrogations. Elle était libre du temps et des détails apportés à sa situation. Puis les participant·e·s ont pu alors lui poser des questions pour mieux comprendre la problématique. La personne était libre de répondre ou non. Il y a eu un silence avant que quelqu'un pose la première question. Puis les questions ont été posées par quatre participantes. Certaines questions avaient l'air de faire réfléchir voire de perturber la personne amenant son sujet, car il n'arrivait pas à répondre.

Puis l'animateur a demandé à la personne amenant son sujet de se mettre en retrait et de seulement écouter. Les autres participants qui le souhaitaient ont pu partager leurs expériences faisant résonnance et leurs ressources, ce qu'ils ont pu mettre en place face à une problématique similaire.

Clôture

Quand les échanges ont pris fin, l'animateur a conclu en nous demandant « *Avec quoi vous repartez ?* »

Tou·te·s les participant·e·s sauf un se sont exprimés avec une parole, un ressenti vécu pendant la ronde. La personne qui a exposé son sujet a remercié les participant·e·s de la ronde et a exprimé ce qui l'avait marqué : « la question d'une participante : « Est ce que tu t'es mis à sa place ? » Qui l'a amené à se remettre en question ».

Puis le co-animateur a proposé une clôture de la ronde en mettant en mouvement nos mains tou·te·s ensemble et de bouger sur notre chaise en faisant « danser nos mains ». A la fin du

groupe alors que tout le monde était encore assis, j'ai présenté mon travail de recherche et j'ai donné une fiche d'information sur notre étude et nos coordonnées pour réaliser un entretien individuel avec les volontaires.

- Quels sujets, situations sont choisis et traités ?

Les sujets proposés :

- "J'ai de la colère avec une sensation d'emprisonnement dans ma situation familiale", proposé par A1
- "J'ai un dilemme sur partager une information que je suis le seul à connaître" proposé par A2
- "J'ai de la tristesse face à une rupture sentimentale brutale avec absence d'explication" proposé par Miguel
- "J'ai une sensation de rejet de la part des autres" proposé par P1

Le sujet choisi : « J'ai de la tristesse face à une rupture sentimentale brutale avec absence d'explication » proposé par Miguel

-Langage :

-Langage et compréhension

Tous les participant·e·s semblaient francophones, une participante avait une gêne d'audition (hypoacousie), elle a demandé au début de la ronde que nous parlions fort. Pendant la ronde, elle a régulièrement interrompu les personnes s'exprimant pour faire répéter ou pour dire qu'elle n'entendait pas bien.

Le langage non verbal

Pendant la ronde j'ai observé principalement des hochements de tête avec empathie de la part de participant·e·s animateur·ice·s ou usager·ère·s. Il y avait aussi des soupirs, des regards entre participant·e·s en aparté et des onomatopées. Il y a eu quelques silences respectés comme lors de l'exposition des sujets et au moment des questions contextualisant le sujet abordé.

-Expression d'émotions

J'ai ressenti au départ une ambiance pesante dans le groupe, j'étais gênée d'arriver la dernière.

Il y a eu des sourires et des exclamations de joie lors du partage des « bonnes nouvelles » avec de la bonne humeur. Des rires en jouant au jeu du « ballon invisible ». J'ai senti que ce jeu avait détendu l'ambiance entre les participant·e·s qui ne se connaissaient pas tou·te·s. Lors de l'expression des sujets abordés, il y a eu des émotions très fortes avec de la tristesse, des pleurs pour la situation amenée par Miguel, de la colère intense quand A1 a proposé son sujet. Le sujet choisi et abordé a provoqué dans le groupe de l'empathie et de la tristesse. A la fin de la ronde, il y avait de la bonne humeur et des sourires.

- L'attention au groupe (présence d'échanges en off, la répartition des prises de parole, présence de silences)

- J'ai observé des regards échangés en aparté entre deux participant·e·s lors de l'intervention d'une des participantes du groupe.
- Pour une participante il était difficile de parler en "je", elle exprimait des généralités et donnait des conseils.
- Quelques silences au moment des propositions des sujets et du questionnement pour approfondir le sujet traité.
- J'ai remarqué une participation active des animateur·rice·s, c'était un animateur qui a commencé à proposer un sujet ainsi qu'à poser des questions. Est-ce que le fait d'être un·e habitué·e du groupe facilite cette prise de parole ? Ou se sent-il « obligé » de prendre la parole face à des silences en tant qu'animateur ?
- Une personne n'a jamais pris la parole pendant la séance.
- Deux personnes et les deux animateur·rice·s prenaient des notes pendant le groupe de parole, lors des échanges.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Le sujet choisi était rempli d'émotions, la personne l'amenant avait une voix émue et des larmes. J'ai ressenti une écoute empathique et bienveillante de tout le groupe sans jugement. Il y a eu sept prises de parole pour différents partages d'expériences.

- La posture de l'animateur·rice

Le sujet choisi était proposé par l'animateur Miguel, il était donc impliqué dans la présentation de son problème, il a passé le relais de l'animation à Freedom. Freedom a reformulé la problématique et a aussi posé des questions lors de la contextualisation. J'ai observé que Miguel avait des difficultés à formuler les sujets apportés par les autres participant·e·s avoir amené le sien, était-il envahi par ses émotions ? Miguel qui était animateur s'est livré très personnellement sur son problème. Le co animateur a lui aussi amené une problématique.

-Les temps informels pré – et post-groupe

Pré groupe :

Je suis arrivée la dernière, l'ensemble des participant·e·s étaient autour d'une collation, assis sur une chaise, une discussion informelle sur le port du masque semblait avoir lieu, on m'a précisé à mon arrivée « Miguel ne porte pas de masque, il a un certificat médical, est-ce que ça te va? », j'ai répondu « d'accord ». Je sentais une ambiance gênée entre les participant·e·s du groupe. Peut-être suite à une discussion sur le port du masque dans le groupe et un désaccord comme le confirme et le précise Miguel et Freedom dans leurs entretiens individuels ? Une discussion sur les vacances des uns et des autres a ensuite allégé l'ambiance. Personne ne s'est servi de la collation disposée au centre de la ronde, peut-être du fait de la gêne dans le contexte de la COVID19 ? Ce temps informel a duré une quinzaine de minutes.

Post Groupe :

L'ambiance est agréable, je ressens une proximité entre les participant·e·s qui parlent à leurs voisins de chaise et se servent de la collation, ce que je n'avais pas ressenti avant le groupe. Pendant le rangement tous ensemble de la salle, des échanges informels entre des personnes ont lieu, je discute avec un des animateurs qui me demande l'avancement de mon travail de recherche et m'exprime qu'il trouve ça « super que les médecins s'intéressent à la TCI ». Les

participants partent progressivement, je pars avant que les animateur·rice·s se retrouvent pour un temps de débriefing entre eux.

- Mon ressenti avant et après le groupe

C'était ma première participation à ce groupe, je suis arrivée gênée car la ronde de parole était déjà installée, ils étaient dans des échanges informels avant de commencer. Ils m'ont salué, m'ont proposée une collation mais je n'ai pas accepté voyant personne boire ou manger quelque chose. J'étais intimidée. J'ai participé au groupe et me suis exprimée dès le début en partageant une « bonne nouvelle », je n'ai pas proposé de problématique et je ne suis pas intervenue au moment du partage d'expérience. J'ai exprimé à la fin de la séance " ce avec quoi je repars ". Pendant le groupe la porte était ouverte, j'étais gênée car j'avais l'impression que les dires pouvaient être entendus par des personnes qui passeraient dans le couloir, je pouvais aussi être distraite quand des personnes passaient, ce qui a été rare. J'ai été mal à l'aise au moment du choix des animateur·rice·s car il n'y avait pas de volontaire pour animer et cela n'était pas fluide. Je me suis posé la question de l'horizontalité car trois des quatre sujets ont été proposés par des animateur·rice·s. Au moment du vote pour le sujet, j'ai choisi celui qui avait été amené avec le plus d'émotion et peut-être pas celui qui me faisait le plus résonance ? De plus, j'ai été gênée lorsqu' une personne parlant de problèmes intimes avec émotion se faisait régulièrement interrompre par une personne entendant mal, pour lui faire répéter.

Pendant le groupe j'ai été absorbée par les histoires de vie partagées entre les participant·e·s, les partages de ressources et d'expériences. Lors de la proposition des sujets, j'ai été émue par une des situations, j'ai ressenti que cette personne était en souffrance et qu'il était difficile de mettre des mots sur sa situation. J'ai eu de l'empathie, j'ai eu envie de choisir son sujet, peut-être car je ressentais qu'il avait besoin de parler ? J'ai trouvé que les différents sujets proposés au début se sont recoupés lors du partage d'expériences.

Après le groupe et l'explication de ma recherche de participant·e·s volontaires pour des entretiens, deux animateurs sont venus discuter avec moi, intéressés et contents du sujet de recherche, cela était valorisant et motivant pour la suite de mon travail.

Alors qu'en arrivant je vouvoyais les participant·e·s, à la fin je me suis rendu compte que je les tutoyais et que j'étais plus à l'aise pour discuter et présenter mon travail de recherche.

Je suis sortie du groupe de parole contente d'avoir participé à la séance et avec l'impression que ces échanges autour d'expériences de vie étaient nourrissantes pour ma vie personnelle.

Observation Participante n°3 (OP3)

Groupe C

- Les participant·e·s

Il y avait huit participant·e·s dont trois animateur·rice·s (Julie, Homer, Louise), un nouveau participant (P1), trois participantes habituées (P1, P2, Inès) et une chercheuse (C).

- Atmosphère

Le groupe n'avait pas eu lieu depuis sept mois du fait des restrictions sanitaires liées à la COVID 19. Le groupe a lieu au sein d'un centre de santé, dans une grande salle d'activité. Les participant·e·s sont accueillies à leur arrivée par des professionnel·le·s du centre de santé, la salle d'activité est préparée avec des chaises en cercles assez espacées les unes des autres. La porte se ferme à 18h, heure du début de la ronde de parole. Trois participantes sont arrivées ensemble car elles se connaissent bien, deux sœurs, une amie et un monsieur est arrivé seul avec un peu de retard. J'ai ressenti de la timidité de la part des participant·e·s à l'arrivée dans la pièce. Nous étions assis en cercle avec port du masque chirurgical. Les trois amies étaient disposées à coté, une participante regardait régulièrement son portable pendant le groupe.

- Structure (Déroulement, présence de rituels de clôtures, etc....)

Introduction

Julie était l'animatrice principale, le choix de l'animateur·rice avait été fait au préalable. Elle commence le groupe en exprimant qu'elle se réjouit que ce groupe puisse reprendre après la longue pause liée au COVID19. Elle explique à l'oral des règles de base du groupe qu'il faudra respecter le temps du groupe. Comme la règle du "parler à la première personne du singulier", "pas de jugement", "pas de garantie de confidentialité". Homer était responsable du tour de parole, les deux animateurs avaient un cahier et un crayon.

Mise en lien

Nous avons fait un tour des participant·e·s pour se présenter, nous devions dire notre nom prénom et si on voulait on pouvait expliquer pourquoi nous venions au groupe d'entraide ce jour et si c'était notre première participation. Pendant ce tour chacun a précisé son lien avec le (*nom de centre de santé*), deux des participantes et le participant ont expliqué être suivis par un médecin dans le centre de santé et aimaient participer aux activités proposées. Une des participantes a dit "je venais pour accompagner ma sœur mais maintenant je viens pour moi" et une autre "je viens depuis un moment et à chaque fois ça me fait du bien". Les animateurs se sont présentés comme professionnels du centre (médecin, accompagnant social et Louise comme psychiatre.) Je me suis présentée (C) comme anciennement en stage en tant qu'interne de médecine générale dans ce centre de santé, actuellement intéressée par les groupes de parole et effectuant un travail de recherche.

Déroulement

Julie a demandé "qui a un sujet à apporter aujourd'hui ? » Il y a eu un moment de silence et une des participante, P2 a pris la parole pour dire "*je voulais parler aujourd'hui de mon problème mais finalement je ne sais pas si je vais pouvoir*". Cette participante venait depuis quelques mois, régulièrement et n'a jusqu'à ce jour pas partagé d'expérience et ne prenait pas la parole. Puis après un moment de silence, P1, qui participait pour la première fois a pris la

parole pour expliquer sa situation actuelle. Il a parlé au groupe de sa situation pendant cinq minutes, sans interruption par les autres participant·e·s ou animateur·rice·s. Ensuite Inès a exposé sa problématique. Puis finalement P2 a pris la parole pour exprimer au groupe à son tour son problème

Puis Julie, l'animatrice, avait rappelé les trois sujets sans les reformuler et sans y associer une émotion. Chacun·e avait la possibilité ensuite d'exprimer sur le choix du sujet. Louise a exprimé que pour elle, les trois sujets se recoupaient à travers le "mal être", elle a précisé que pour elle ce serait le sujet amené par P2 car c'est un sujet qui a été difficile à être amené et qui est rempli d'émotions. Homer a approuvé cette orientation pour le sujet 3. De nombreuses approbations par hochement de tête ont eu lieu, le groupe n'a pas procédé à un vote car tout le monde a acquiescé pour choisir le troisième sujet.

P2 a donc développé son sujet, elle nous a précisé les difficultés relationnelles actuelles avec son fils.

Puis Julie a proposé un temps de question pour faire préciser la problématique de P2, quatre questions ont été posées, trois venant des animateur·rice·s (Julie, Homer et Louise) et une par (C). Puis il y a eu le temps de partage d'expériences, il y a eu cinq partages d'expériences, une des participante (Inès), (C) et une de chacun·e des animateur·rice·s (Julie, Homer et Louise).

Clôture

Un exercice de respiration a été proposé, nous étions sur nos chaises et c'est Homer qui nous a guidé sur des inspirations et des expirations profondes, nous avons fermé les yeux et pris ce temps pendant quatre, cinq minutes. Il précisait qu'il fallait "remettre notre carapace avant de repartir dans le monde extérieur". Puis nous avons rouvert les yeux et nous nous sommes relevés doucement.

- Quels sujets, situations sont choisies et traités ?

Le sujet de P1 a exposé sa situation problème : *"je n'arrive pas à dormir sans la télévision, je ne supporte pas le silence"* et il nous a confié dans la suite *"mes deux enfants sont décédés"* et *"je suis seul"*. Avec un certain « détachement », il s'est livré avec une impressionnante facilité au groupe.

Le sujet de Inès était *"je souhaite parler du manque de communication, de la COVID19"*

Le sujet de P2 était *"je n'arrive pas à communiquer avec mon fils"* *"je suis tellement mal, il m'en veut de ne pas travailler"*, elle a exprimé ce sujet avec beaucoup d'émotion, des larmes, de la tristesse.

C'est le sujet de P2 qui a été approfondi après un consensus du groupe, elle exprimait la difficulté de communication avec son adolescent et qu'elle ne reconnaît pas son comportement. Elle pense que son fils *« lui en veut de ne pas travailler et que c'est une des raisons qui fait qu'il irait mal et ne ferait que manger »*. A la maison elle décrit qu'aucun dialogue n'est possible. Elle a été victime de harcèlement au travail et depuis elle ne travaille plus. Elle nous avoue ne pas arriver à maîtriser sa colère avec lui et se surprend à en venir à la violence.

Au début P2 nous avait avoué qu'elle souhaitait amener sujet ce jour mais qu'elle avait peur de ne pas arriver à en parler. Ce sujet a-t-il été choisi et traité car elle avait exprimé au groupe sa difficulté d'en parler ?

Aucun animateur·rice n'a amené de sujet personnel devant le groupe.

-Langage

Compréhension

Tous avaient une maîtrise du Français permettant l'expression orale et la compréhension pendant le groupe.

Le langage non verbal

Deux des participantes étaient sœurs, des nombreux acquiescements de tête se faisaient quand l'une d'elle prenait la parole. J'ai ressenti une écoute avec empathie de tous les participant·e·s, penché·e·s de leurs chaises vers le groupe, en avant. Chez tous les participant·e·s, des onomatopées "ah, hum" pendant les partages de sujets et d'expériences.

-Expression d'émotions

Lors de la présentation de P2, il y avait beaucoup de tristesse, des larmes dès le début de l'exposition de la problématique. Il a été difficile pour P2 d'exprimer ce qui lui posait problème, elle l'a fait avec émotion et avec beaucoup de réserve, un mouchoir à la main. Au début du groupe j'ai ressenti de la retenue entre les participant·e·s. Il n'y a eu à aucun moment des coupures de parole, beaucoup d'écoute entre les participant·e·s.

L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

Deux des participant·e·s ont régulièrement regardé et écrit sur leur portable pendant la séance. La prise de parole était hétérogène, principalement prise par les animateur·rice·s et une des participantes habituées. Louise partageait des expériences professionnelles, des histoires de vies de patients, des solutions qui avaient aidé. Des silences principalement au moment de l'exposition de problématique et lors de la contextualisation de la problématique. Pas d'échanges informels remarqué pendant le groupe.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Une seule participante non animatrice a partagé son expérience. Le sujet était délicat car la participante était très émue, triste, sujet difficile pour elle à aborder et à approfondir.

J'ai observé des interprétations, des conseils sur la problématique donnée lors du partage d'expérience.

- La posture de l'animateur·rice

Julie qui animait le groupe, avec le déroulement. Homer était responsable de la circulation de la parole, il tenait un tour de parole. Louise nous a régulièrement partagé son expérience professionnelle, utilisé sa casquette de psychiatre. La parole et la participation étaient bien réparties entre les animateurs. Les trois animateurs ont pu faire part d'expérience personnelle, aucun d'entre eux n'a proposé de sujets.

-Les temps informels pré et post groupe

Le pré groupe :

Dix minutes avant le début du groupe, les animateur·rice·s ont installé les chaises en cercle, disposées sur une table à l'extérieur du cercle, des tasses, des verres avec de l'eau, du thé ou tisane avec une assiette de gâteau à partager. Les animateurs avaient peu d'espoir sur la venue de participant·e·s du fait de son interruption et de la rentrée scolaire. Les participant·e·s sont venus directement s'asseoir, il n'y avait pas de discussion informelle avant le groupe observé, une personne est arrivée (P1) avec cinq minutes de retard.

Post groupe :

Proposition de prendre une collation, trois participantes ont accepté et ont bu un verre d'eau, deux des participantes ont exprimé à l'animateur, Julie, "Merci, ça a fait du bien !" puis elles sont très rapidement reparties. Les animateur·rice·s ont rangé rapidement, pas de temps de débriefing entre animateur·rice·s.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Je n'étais pas très à l'aise au début du groupe, en attendant les participant·e·s c'était silencieux. Trois participantes sont arrivées ensemble, cela devait les mettre en confiance. J'ai été surprise par la manière, la facilité avec laquelle P1 a livré son sujet, par son détachement émotionnel. L'émotion avec laquelle P2 nous a livré ses difficultés m'a émue et j'ai eu envie de choisir son sujet. Pendant le groupe j'ai eu envie de partager une expérience, je me suis sentie à l'aise pour cela et écouté par le groupe, cela m'a fait du bien de la partager. J'ai trouvé la fin du groupe rapide, j'aurais eu envie de prendre le temps de discuter informellement à la fin du groupe, les animateur·rice·s sont partis rapidement.

Observation participante n°4 (OP4)

Groupe A

Les participants·e·s

Nous étions neuf participant·e·s, sept hommes et deux femmes. Trois étaient des habitué·e·s des rondes de paroles avec une casquette d'animateur (Freedom, Zorro et Toto) et une chercheuse (C). Deux personnes venaient pour la première fois Hyacinthe et Moussa. Moussa est venu seul, il était arrivé en France il y a un mois, nous a dit avoir été orienté au groupe par une consultation avec un médecin du centre de santé et Hyacinthe est venu accompagné par une amie habituée du groupe de parole (P1). Deux autres participants·e·s (P2, P3) étaient déjà venu·e·s, ils avaient tous découvert l'existence de ce groupe par le centre de santé. Ceux ayant déjà participé avaient reçu dans la matinée un sms de rappel de la ronde avec le lieu et l'heure de la ronde de parole.

Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

La ronde de parole s'est tenue dans le hall, dans une pièce ouverte se situant à l'entrée de la structure de soin, au centre des différents bureaux des professionnel·le·s. Pendant le groupe, de nombreux éléments distrayeurs ont eu lieu comme le passage de professionnel·le·s du centre, la sonnette avec des personnes cherchant à entrer, la sonnerie du téléphone de l'accueil du centre de santé. Nous étions disposés sur des chaises en cercle à un mètre de distance les uns des autres avec port d'un masque obligatoire par tous les participant·e·s, une table basse au milieu avec une cafetière, des gobelets et un tube de gel hydroalcoolique.

Schéma des participant·e·s dans l'espace : disposition en cercle :

Toto - P2 - Hyacinthe - P1 – Moussa - Freedom - P3 – Zorro - C

- Structure :

-introduction

Après discussion rapide entre animateurs, Zorro s'est chargé de la co-animation et Toto de l'animation. Zorro a débuté la ronde de parole en expliquant le souhait d'expliquer et de détailler chaque étape de l'animation ce jour à tous les participant·e·s. Il souhaite que les participant·e·s habitué·e·s puissent par la suite animer à leur tour une ronde de parole.

-Mise en lien

La dynamique proposée par Zorro était que chacun son tour : se lève, dise son prénom et ce qu'il aime dans son prénom et finisse par le "bonjour" de son choix. Cette dynamique a fait participer tous les participant·e·s de la ronde, certains ont alors raconté intimement l'histoire de leur prénom, comme P1 qui a dit que « *c'est le choix de ma tante alors que j'avais un prénom différent donné par mes parents à la naissance, ma tante quand elle m'a vu a dit il faut l'appeler (nom)* » ou Hyacinthe qui dit « *j'aime mon prénom car ça veut dire celui qui travaille pour les autres* ». Les bonjours des participant·e·s étaient différents avec une explication et un partage des habitudes culturelles associé à la manière de dire bonjour de chacun·e.

Puis Zorro a proposé que ceux qui le souhaitent partagent une bonne nouvelle au groupe, sept bonnes nouvelles ont été amenées comme « *j'ai une bonne nouvelle, car j'ai eu une réponse positive pour mon logement* », « *Je suis content d'être présent au groupe de parole* » « *Ma bonne nouvelle c'est d'avoir vu ma famille ce week-end* ».

Toto, l'animateur principal, a demandé au groupe quelles sont les règles de base à respecter dans cette ronde de parole. Toto les a répétées une à une, commentées et expliquées. En même temps Zorro a déposé les règles écrites sur des feuilles plastifiées au centre. Lors de l'explication de la règle "*ne pas donner son avis*", Hyacinthe a réagi en demandant "*qu'est-ce que cela signifie ?*". Zorro a expliqué et a donné un exemple « *un père qui dit à son fils qu'il trouve sa copine pas jolie c'est donner son avis sur cette fille* ». Hyacinthe a fait remarquer que chez lui, en Afrique, dans la culture c'est différent, « *c'est à la famille de donner son avis sur la fille* » et que lui donne souvent son avis car c'est important, on lui demande.

-Déroulement

Proposition de parler de nos sujets problèmes « ce qui vous empêche de dormir, ce qui reste dans votre tête... » décrit Toto. Deux propositions de sujets ont été amenées, après un temps de silence d'environ une minute, Moussa a sorti une feuille de son sac sur lequel il avait écrit une lettre exposant son problème et ensuite P3 a déposé sa problématique. Après la proposition d'exprimer son choix de vote il y a eu une participation de Zorro pour le sujet de Moussa. Puis nous avons procédé à un vote à la majorité, à main levée avec un seul vote par personne possible. Le sujet a été développé par Moussa, d'abord un temps libre d'expression sur son sujet comme il le souhaite puis un temps de questions par les autres participants, pour permettre de comprendre et de contextualiser le problème. Plusieurs questions ont été posées, par P3, Freedom, Hyacinthe, Zorro et Toto. Puis l'animateur Toto a demandé à Moussa de se mettre en position d'écoute, « à partir de maintenant tu peux écouter et tu ne vas plus prendre la parole ». C'est un temps de partage d'expériences des autres participant·e·s du groupe face à une situation leur faisant écho/résonnance.

-clôture

Le co-animateur, Zorro a proposé de se lever et de se mettre en mouvement, de faire le balancier sur soi-même, en essayant de suivre le même mouvement coordonné tous ensemble.

Ceux qui le souhaitent pouvaient ensuite partager ce avec quoi ils repartent.

- Quels sujets, situations sont choisis et traités ?

Deux sujets ont été proposés :

- Moussa a proposé un sujet, c'était sa première participation, il a sorti de son sac une lettre qu'il nous a lu, il l'avait préparée pour le groupe. Dans cette lettre, il s'exprimait avec des formules de politesse et un Français très soutenu. Il parlait de sa peur, sa peur car il "*souffre de maux de tête, de maux de ventre*", sa peur car il a l'impression de "*perdre la conscience*", "de ne plus pouvoir réfléchir comme avant. Que l'animateur a reformulé : « ***j'ai peur car je ne me reconnais pas*** »

- P3 a amené un sujet : Il se présente et nous dit qu'il est exilé du Congo et qu'il est inquiet car il ne sait pas s'il y aura une suite favorable. ☐ Que l'animateur a reformulé : « ***Je suis inquiet de mon avenir*** »

Le vote a été majoritaire pour le sujet de Moussa (huit votes), le sujet de P3 a reçu un vote de la part d'un animateur. Toto a précisé que le sujet de P3 pourrait être re-proposé à une prochaine séance.

-Langage

- Compréhension

Tous les participant·e·s semblaient comprendre le Français et le parler, nous l'avons observé dans l'exercice de mise en lien. Cependant les masques rendaient difficile la compréhension de certain·e·s, comme Hyacinthe qui parlait très vite avec un accent important d'Afrique subsaharienne.

- Le langage non verbal

Nous étions en cercle, le langage non verbal était très présent, il passait par la position penchée vers le centre du cercle, coude sur les genoux à l'écoute, beaucoup d'expression d'onomatopées comme « Ha, hum, d'accord... » par les différents participant·e·s et principalement par les animateurs.

-Expression d'émotions

Moussa a sorti une lettre qu'il avait écrite et préparée au moment de l'exposition des problématiques, cette lettre était très émouvante, il nous faisait ressentir sa souffrance. Une posture empathique, attentive de la part de tous les participants, très présente au moment de l'exposition des problèmes.

Des rires, de la joie au moment de la mise en lien avec la présentation des prénoms et le tour des différents bonjours, nous tapions dans les mains pour dire bonjour, cela a transmis du rire, des sourires et de la bonne humeur.

- L'attention au groupe (présence d'échanges en off, la répartition des prises de parole, présence de silences)

Tous les participant·e·s ont participé lors de la mise en lien de présentation. Lors du partage des "bonnes nouvelles" deux personnes n'ont pas participé. Deux sujets problèmes ont été proposés sur neuf participant·e·s.

Les échanges n'étaient pas homogènes, deux personnes (P1, P3) n'ont pas pris la parole, ni lors de la partie questionnement de la situation ni lors du partage d'expériences. Tous les animateurs (Freedom, Zorro et Toto) ont participé au questionnement et au partage d'expériences activement. Donc il y avait un investissement et une prise de parole inégale entre les participants non animateurs et les participants animateurs. Pendant la ronde je n'ai pas observé d'échange en off. Le moment de la proposition des problèmes et du questionnement était silencieux. Tous les participants semblaient intéressés et concentrés pendant la ronde.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Le sujet abordé a été choisi par un vote majoritaire de huit personnes sur les neuf participants. Moussa, participant la première fois, était venu avec une lettre, il avait préparé la ronde de parole, est ce qu'il avait "besoin" de parler ? J'ai ressenti un investissement de tous les participant·e·s. La lettre a-t-elle eu un effet dans le choix du sujet des participant·e·s ? Hyacinthe qui participait également pour la première fois n'a pas proposé de sujet mais il a activement participé, il souhaitait donner son avis sur la situation, il a donné des conseils amenant Toto à lui rappeler de bien parler en "JE", de parler de lui et que le groupe n'est pas là pour donner des conseils sur ce qu'il doit faire.

La posture de l'animateur·rice

Les animateurs ont tous participé activement, lors de la contextualisation, en partageant des expériences personnelles. L'animateur Toto a dû régulièrement faciliter la parole et rappeler les règles du groupe pour les faire respecter. Principalement vis-à-vis d'un nouveau participant Hyacinthe. Avait-il bien compris les règles ?

-Les temps informels

-pré groupe

En arrivant, il y avait déjà quatre personnes dont trois animateurs (Freedom, Zorro et Toto) et Moussa, je me suis assise directement sur une chaise, après désinfection des mains au gel hydroalcoolique. Les animateurs discutaient entre eux pour choisir qui allait animer, nous attendions de voir si d'autres participant·e·s arrivaient pour commencer la ronde.

L'ambiance était calme, je n'ai pas observé de discussion en arrivant entre les animateurs et Moussa. D'autres participant·e·s sont arrivés au compte-goutte, deux personnes se connaissant (Hyacinthe et P1) sont arrivées ensemble avec dix minutes de retard et P3, un habitué du groupe avec quinze minutes de retard.

-post-groupe

De nombreux échanges informels se sont réalisés à la fin du groupe, alors que nous étions encore assis tous ensemble, l'ambiance était plus conviviale qu'à mon arrivée. Toto a demandé des nouvelles à P3, il a dit qu'il continuait d'étudier sur le campus l'économie mais que son logement était actuellement très loin de l'université, les transports sont longs. Hyacinthe a demandé aux animateurs *"quel est l'intérêt de ces rondes de parole ?"*, il a exprimé qu'il n'avait pas compris car selon lui, nous n'avions pas aidé et pas répondu à la demande de Moussa alors qu'il nous a livré son problème. Il a continué en exprimant qu'il trouvait que "sans avis et sans conseil on ne peut pas l'aider à résoudre son problème". Moussa n'a pas pris la parole pendant cet échange. Freedom, Zorro et Toto, les animateurs ont expliqué que pour eux, la réponse à la question de Moussa n'est pas unique, n'est pas connue et que le groupe ne pouvait pas lui apporter mais que c'est à lui de la trouver, de faire son chemin, c'est quelque chose qui prend du temps. Ils ont précisé que le but de la ronde de parole est de partager des expériences, des ressources personnelles et que si la personne veut s'en approprier, s'en inspirer, elle le fera. P1 et P3 ont remercié les animateurs et ont exprimé qu'ils étaient contents d'être venus. P3 a prévenu que la prochaine fois il ne viendra pas, ayant un cours de Français en même temps.

Les animateurs se sont retrouvés entre eux, une fois les autres participantes partis pour un débriefing. Ils se sont dit qu'ils avaient aimé la dynamique des prénoms et la présentation de la TCI en expliquant que chacun peut s'approprier les règles pour animer. Que les participations et le déroulement leur avaient convenu.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Avant le groupe, j'ai ressenti une peur ou une gêne qu'il y ait peu de participant·e·s car j'étais seule avec trois animateurs et un participant, j'espérais que le groupe serait plus grand, cela me rendrait plus à l'aise car peut être avec moins une sensation d'obligation à participer ?

Je me suis sentie très rapidement à l'aise, l'exercice de présentation m'a détendue, j'avais la sensation de connaître un peu les participants après cette présentation singulière avec beaucoup de partages et de joies. J'ai été impressionnée par la lettre de Moussa et par son courage de présenter sa problématique alors qu'il venait au groupe pour la première fois ! À la suite de sa

présentation de parcours et de ses nombreuses difficultés dans sa lettre, j'avais envie d'aborder sa problématique, je ne me sentais pas à ma place pour parler de mes problèmes. Pour moi, le choix du sujet ne s'est pas fait en fonction de l'écho que cela me procurait mais plutôt par l'empathie de la situation de Moussa. J'avais envie qu'il puisse être écouté et qu'il exprime sa problématique. J'ai senti que les animateurs participaient plus facilement que certains participants. Hyacinthe sortait souvent des règles de base et voulait solutionner la problématique de Moussa. Tout le long du groupe j'ai senti une grande écoute et une volonté "d'aider" de tous les participant·e·s.

Après le groupe j'étais ravie de cette expérience de ronde de parole, j'avais l'impression que les échanges pourraient m'être utiles personnellement, comme des partages d'expérience sur la confiance en soi. De plus les échanges entre cultures différentes m'apportent de la découverte et une ouverture d'esprit.

Observation Participante n° 5 – OP5

Groupe A

- Les participant·e·s

Nous étions huit participant·e·s : quatre animateurs (Zorro, Toto, A, Freedom), deux usagers du centre de santé (P1 et P2), une personne non-usagère (Loudemer) et une chercheuse (C).

P2 venait pour la première fois, elle est venue seule. P1 était déjà venu.

- Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

Le groupe avait lieu dans le hall du centre de santé, les chaises sont positionnées en cercle avec au milieu une petite table basse. Je suis arrivée avec quinze minutes d'avance, trois animateurs (Freedom, Zorro et Toto) étaient déjà là. Piou était venu discuter avant le début de la ronde avec les animateurs mais devait partir et n'a pas participé à la ronde.

P1 est arrivé seul, il est venu s'asseoir sur une chaise et prendre part à la conversation, il avait déjà participé plusieurs fois à la ronde de parole, il paraissait à l'aise avec les animateurs et a discuté avec eux.

“A”(animatrice) en arrivant a positionné sur la petite table centrale des sucreries à partager en arrivant.

Une deuxième participante P2 est arrivée seule, c'était sa première participation. A son arrivée elle a peu été accueillie car les autres participant·e·s discutaient entre eux à ce moment-là. Ils discutaient de l'existence de groupe de parole dans d'autres lieux à Grenoble. Elle s'est recroquevillée sur sa chaise et s'est accoudée sur la chaise vide d'à côté d'elle.

Nous étions en cercle, masqués. Nous avons commencé la séance avec dix minutes de retard.

Schéma des participant·e·s dans l'espace, en cercle :

Toto – Zorro - Freedom - P1 - C - A - Loudemer - P2

- Structure :

-introduction

Tout d'abord les animateur·rice·s se sont mis d'accord sur qui allait animer et coanimer. Toto et zoro qui animent habituellement ce groupe ont proposés aux animateur·rice·s peu expérimentés de prendre l'animation. Freedom décide de s'occuper de la coanimation. Et « A », avec un peu d'appréhension accepte de prendre l'animation. Freedom a proposé de commencer par un tour de partage de “ bonnes nouvelles”. Sept des huit participant·e·s ont alors partagé une bonne nouvelle au groupe. Seule la personne participant pour la première fois n'en a pas donné.

-Mise en lien

Un exercice de respiration sur chaise et de relaxation les yeux fermés a été guidé par Freedom. Nous devions se concentrer sur nos inspirations et expirations.

Puis Freedom a présenté brièvement la TCI avec son historique et les règles de base à respecter pendant la séance.

-Déroulement

L'animatrice A, a pris le relai et a proposé à ceux qui le souhaitent de "poser leurs soucis, leurs cailloux, leurs problèmes du quotidien". Un long silence à suivi. Puis Zorro a posé son problème. Ensuite C a à son tour exposé sa problématique et puis P2, qui venait pour la première fois, a exposé sa situation.

P2 en exposant sa situation problème a commencé à nous expliquer avec précision sa problématique. La problématique exposée était intime et très complexe. Elle a été interrompue par l'animatrice dans son explication, lui demandant de ne pas détailler pour le moment et de simplement nous dire en une phrase sa problématique. J'ai alors ressenti une certaine frustration, pour P2 et pour le groupe.

Il y a ensuite eu des intentions de vote par les participant·e·s sur le choix du sujet. Puis un vote à main levée, avec un seul vote possible.

Le sujet de P2 a été choisi à la majorité des votes. P2 nous a donc ensuite exposé avec détails un de ses problèmes.

Son explication a été suivie d'un temps de questions à P2 par les autres participant·e·s pour mieux comprendre la problématique. Ce temps a été riche, il y a eu beaucoup de questions auxquelles elle a répondu avec émotion. J'ai eu l'impression, grâce aux questions, de pouvoir bien contextualiser et m'imprégner de sa situation.

« A » a ensuite proposé que P2 reste en retrait en écoutant simplement et que les autres participant·e·s partagent leurs expériences faisant alors résonnance. Ce temps a commencé par un long silence, puis deux personnes (Toto et Zorro) se sont exprimées sur une expérience très personnelle leur faisant écho, sans être similaire leur problématique pouvait se rapprocher de la situation. Cela a permis de partager leurs ressources utilisées à ce moment-là, faire part de leurs vécus. Zorro a commencé par présenter sa situation en rappelant que sa situation "bien que très différente" avait quelque chose de semblable.

-clôture

A a proposé que ceux qui le souhaitent expriment ce « avec quoi ils repartent de la séance ». Cinq personnes sur huit ont alors pris la parole.

Freedom a pris le relai de l'animation, nous demandé de nous lever et de nous pencher d'un côté puis d'un autre avec notre corps, en essayant de tou·te·s nous synchroniser pour finir la séance.

Les participant·e·s P1 et P2 sont ensuite repartis. Et un débriefing a eu lieu entre animateur·rice·s (Freedom, Zorro, Toto et A), Loudemer et C.

- Quels sujets, situations est choisies et traités ?

Trois sujets ont été amené par le groupe :

-Zorro : A proposé sa problématique à être embêté car en cette période de crise sanitaire de covid19, il trouve que tout est compliqué, difficile. Sujet reformulé → **“ je suis mal à l'aise car tout est compliqué”**

-C : A parlé de sa problématique à se sentir coincé par l'absence de projection, ne pouvant élaborer aucun projet. Sujet reformulé → **“Je suis coincé car je ne peux pas faire de projets”**

-P 2 : Nous a amené sa problématique de trouble de sommeil actuel et nous a raconté son histoire. Elle vient du Cameroun, elle est arrivée en France il y a 3 mois, un homme qu'elle ne connaissait pas lui a promis du travail en France, lui disant “qu'elle aurait un travail et pourrait donner de l'argent pour nourrir toute sa famille”. En tant que fille aînée d'une famille nombreuse, elle a senti le devoir et a souhaité accepter la proposition contre l'avis familial préférant qu'elle reste au Cameroun. Quand elle est arrivée à Paris, elle s'est rendu compte qu'elle était arrivée dans un réseau de proxénétisme, elle s'est alors sauvée. Toutes ses affaires avaient été gardées par les gérants. Elle s'est retrouvée sans rien, sans téléphone, sans contacts, sans papiers. Une dame croisée dans la rue à qui elle a tout raconté, lui a offert un train pour Grenoble. Depuis, elle n'ose plus rentrer en contact avec sa famille par peur que le réseau la localise et puisse la retrouver en France. Elle s'inquiète de n'avoir plus de nouvelles de ses proches. Sujet reformulé --> **“Je ne dors plus car je n'ai pas de nouvelles de mes proches”**

Le sujet amené par P2 a été choisi à la majorité, les deux autres sujets avaient respectivement deux et un vote.

-Langage

-compréhension : tous les participant·e·s se sont exprimé au moins une fois pendant la séance. Tou·te·s semblaient comprendre le sens des discussions de la ronde de parole. Des mots complexes ont spontanément été utilisés par certain·e·s participant·e·s pouvant être un frein à la compréhension de patients allophones.

Le langage non verbal : il y avait la présence de beaucoup d'empathie à travers des regards, des onomatopées, de l'écoute. J'ai trouvé le groupe très concentré lors de l'exposition de la situation de P2. Les participant·e·s avaient une posture « investie », buste tourné vers l'intérieur du cercle. Il y avait de nombreux mouvements de tête, acquiesçant et réagissant aux dires. Il y avait une difficulté de faire passer des messages par le non verbal du fait des masques chirurgicaux, les participant·e·s exacerbaient leurs mouvements de tête.

De plus la position corporelle de P2 au cours de l'exposition de sa problématique montrait une libération : au départ sa position qui était recroquevillé sur elle-même et elle s'est petit à petit ouverte et détendue vers l'intérieur du cercle.

-Expression d'émotions

Lors de l'exposition de sa situation, P2 a fait ressentir dans son discours beaucoup de peur, d'anxiété et de tristesse, qu'elle a transmis aux participant·e·s. En apportant sa situation et en l'exposant elle a fait preuve de détachement émotionnel déroutant. Je me demande si elle était en situation de sidération face à la violence de cela ? Le groupe était très à l'écoute, je ressentais de l'empathie.

J'ai ressenti un mal être lorsque que l'animatrice A, a coupé la parole de P2 qui commençait à se livrer intimement.

- L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

À la suite d'un long silence lors de l'exposition des sujets, Zorro (animateur) a proposé un sujet. L'a-t-il fait car il ressentait une gêne dans ce silence ? Y avait-il un besoin de "montrer l'exemple" pour l'exposition de sujets ? Un long silence a aussi eu lieu lors du partage d'expériences et c'est Freedom (animateur) qui l'a brisé.

Il n'y a pas eu de partage d'expérience de participant·e·s non animateur.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Investissement des animateurs dans la participation, le groupe avait une posture empathique et d'écoute.

- La posture de l'animateur·rice

La position de force des animateur·rice·s, quatre pour huit participant·e·s. Beaucoup de participation des animateur·rice·s pendant le groupe. L'animatrice A n'était pas habituée à animer ce groupe, elle s'est remise en question pendant son animation, questionnant Zorro et Toto, plus habitués, au moment du recueil des problématiques pour la reformulation de celles-ci. Elle n'était pas à l'aise lorsque P1 a exprimé avec détail son problème au moment de la proposition des problématiques, elle l'a coupé dans son explication à ce moment-là. Les animateur·rice·s n'ont pas dû reprendre les règles de bases de la TCI pendant la ronde.

-Les temps informels

-pré groupe

Les participant·e·s sont arrivés un à un, allant tout de suite s'asseoir sur une chaise dans le cercle. Il n'y avait personne qui s'occupait de l'accueil des participants, les personnes présentes au début se connaissaient et discutaient entre elles.

-post-groupe

Après l'exercice de clôture, chacun a goûté une sucrerie qu'avait amené A, avec plaisir et sourire. P1 et P2 sont repartis directement après le groupe, les animateurs, Loudemer et C ont pris un temps de débriefing, de discussion sur le déroulement de la ronde de parole. Ils ont abordé le fait que des mots complexes avaient été utilisés par les animateurs, pas toujours évident à comprendre pour des non Francophones (exemple : « utiliser les ressources »). Toto a exprimé que cela lui posait soucis et nous a demandé d'être vigilant aux mots que nous employons pendant la séance. Ils ont partagé leurs étonnements face au sujet apporté par P2 sur cette situation si intime. Toto a demandé à « C » ce qu'elle pensait de la création de groupes en non-mixité. Il s'interrogeait si des femmes pourraient être plus à l'aise sans présence d'homme pour exprimer certaines problématiques. De plus, ils ont relevé le fait qu'il n'y avait pas eu d'accueil ni de présentation par les prénoms, ce qui avait manqué. Un animateur a exprimé le fait du choix du sujet en fonction de la compassion pour le sujet de P2 et non pour celui lui faisant le plus écho. Ils ont proposé que chaque animateur venant au groupe prépare un sujet à l'avance pour pouvoir le présenter si personne ne se lance, pour montrer comment exposer sa problématique car selon eux, chacun a forcément des soucis, des problèmes à partager au groupe.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Avant le groupe je me sentais bien, incluse dans des discussions informelles entre animateurs, avec qui une proximité se créait car c'était ma cinquième participation. Au début du groupe, ne connaissant pas les prénoms des participant·e·s cela m'a gêné, car cela donnait l'impression de distance. Mon ressenti était que la mise en lien manquait d'une ouverture sur « le groupe », elle était un peu trop « centrée sur soi » et n'a pas permis de « mettre à l'aise » le groupe. J'ai ressenti une gêne au moment du silence lors de l'expression des problématiques, je me suis alors sentie obligé de chercher un sujet à proposer au groupe pour rompre ce silence.

Je me suis sentie remplie de compassion par le sujet abordé de P2, j'ai ressenti que je n'avais pas de légitimité à présenter un sujet après l'exposition du sien, je souhaitais qu'on ne choisisse pas le sujet que j'avais présenté.

Pendant le groupe j'ai eu des difficultés à m'exprimer, j'étais émue et "choquée" par la situation et l'histoire que P2 nous partageais, si intime devant un groupe. Je n'avais pas de situation personnelle me faisant résonance à partager au groupe et ne me sentais pas légitime à cela.

J'ai apprécié le moment de débriefing avec les animateurs pour partager un "trop plein" d'émotion vécu pendant la séance face à la lourde et difficile situation de P2.

Après le groupe je me suis sentie préoccupée par la situation de P2.

Observation Participante n° 6 – OP6

Groupe A

- Les participant·e·s

Il y a eu dix participant·e·s dont cinq femmes et cinq hommes. Six personnes étaient des usager·ère·s du centre de santé. Deux des participant·e·s venaient pour la première fois (P1 et P2). Il y avait deux animateur·rice·s (Zorro et A1), un participant non usagé du centre de santé (Loudemer) et une chercheuse (C).

- Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

La ronde de parole a eu lieu dans le hall du centre de santé. Les participant·e·s sont arrivés au compte-goutte avec entre cinq et cinquante minutes de retard (P4). En arrivant, les chaises étaient déjà disposées en cercle, nous pouvions venir nous asseoir, nous étions tou·te·s masqués. Au milieu du cercle, il y avait une table basse avec la possibilité de se servir un verre d'eau. Pendant le groupe, il y a eu peu de passages dans le hall du centre de santé mais quelques interruptions par des personnes venant sonner à la porte d'entrée pour avoir des renseignements sur des consultations médicales. Cela m'a perturbé car j'essayais d'avoir une écoute attentive.

Positions des participant·e·s dans l'espace, en cercle :

A1 - Zorro - C - Michou - P1 - Moussa - P2 - P3 - Loudemer - P4

- Structure :

-introduction

Pour commencer, Zorro et A1 se sont répartis entre animateur et co-animateur, A1 a choisi de faire la co-animation et Zorro l'animation. A1 propose alors de commencer la ronde par un tour des participant·e·s en donnant chacun·e son prénom et d'expliquer la signification de notre prénom. Cet exercice a peut-être été difficile à comprendre car trois des participant·e·s ont seulement dit leurs prénoms sans explication associée. D'autres avaient détaillé l'origine de leur prénom (P4, Michou et Moussa) et cela était très intéressant. Peut-être cet exercice de mise en lien était-il difficile pour certain à faire en français du fait de la barrière de la langue ?

-Mise en lien

Puis il a été proposé de partager au groupe nos "bonnes nouvelles" pour ceux qui le souhaitent. Ce moment a été très spécial et fort car deux des participant·e·s ont exprimé des bonnes nouvelles très lourdes et intimes « *ma bonne nouvelle c'est que je suis en France et plus au pays* » par P1. Et P2 a confié à ce moment-là au groupe « *je me suis fait violer, j'ai été menacée, je suis contente d'être ici* ». P2 participait pour la première fois, elle s'est sentie à l'aise pour nous livrer cela dès le tout début du groupe. Était-elle venue au groupe pour s'exprimer et partager son vécu ? ou bien s'était-elle livrée à ce moment-là car elle ne connaissait pas le fonctionnement du groupe ?

Zorro explique ensuite le principe de la TCI, que cela consiste à parler de ses expériences, de partager ses problèmes pour « apaiser le corps », « soulager les douleurs intérieures ». Il a ensuite demandé aux participant·e·s ayant déjà participé·e·s de rappeler les règles de base. Michou, une habituée de cette ronde a exposé des consignes puis C et A ont complété ces différentes règles.

A1 a proposé une dynamique de groupe. Nous nous sommes levés, elle nous a demandé de nous « *ancrer dans le sol et de bouger comme si nous étions des arbres, en balançant nos bras, avec le vent imaginaire* ». Je ne me suis sentie pas à l'aise dans cette mise en mouvement.

-Déroulement

Zorro explique que ceux qui le souhaitent peuvent maintenant exposer des problématiques. Trois sujets ont été amenés par les participant·e·s. Rapidement A1 a commencé à apporter un sujet puis P1 et Michou. P1 participait pour la première fois. E10 a apporté un sujet avec beaucoup d'émotions, j'ai eu l'impression que cela touchait beaucoup les animateurs habitués par la présence d'Michou. Puis, il y a eu un temps avec des intentions de vote (par Loudemer, P3 et A1) pour le sujet qu'ils aimeraient développer. Suivi d'un temps de vote de tous les participant·e·s du groupe à mains levées.

Choisi par la majorité, Michou a ensuite exposé son problème en l'approfondissant et avec son contexte. Ce temps a duré une vingtaine de minutes, Michou s'exprimait seule devant le groupe. Il y a eu ensuite un temps de questions par le groupe mais il y a eu un silence où aucune question n'est venue. Zorro a donc ensuite proposé à Michou de simplement écouter, de se mettre en retrait pour que les autres participant·e·s puissent partager leurs situations faisant résonance et leurs ressources. Loudemer a partagé son expérience, puis P1 qui venait au groupe pour la première fois, nous a fait partager une expérience, il l'a raconté avec détail pendant une dizaine de minutes. Il m'a fallu du temps pour comprendre où était le lien de sa situation avec celle d'Michou. Son partage était riche par l'apport culturel et expérientiel qu'il partageait au groupe. Puis P4 a amené son expérience.

-clôture

Pour finir la ronde, Zorro nous a fait nous lever et nous nous sommes balancés de gauche à droite en essayant d'être en rythme, ensemble. En même temps il nous a invité à exprimer ce avec quoi nous repartons chez nous.

- Quels sujets proposés, quelle situation est choisie et traitée ?

Les sujets proposés étaient :

- A1 a amené une problématique qu'elle a au quotidien et qui la pénalise. Reformulé : "**Je suis trop rapide et ça me pose des problèmes**"

-P1 nous a parlé de son diabète, de son hypertension et de son surpoids. Un médecin lui a conseillé de changer ses habitudes alimentaires, de diminuer le sel et le sucre mais nous explique qu'il n'arrive pas à s'y tenir. Il n'aime pas la nourriture sans sel. Reformulé : "**Je n'aime pas ce qui serait bon pour ma santé**"

-Michou nous décrit être épuisée, ne pas savoir où elle va, se sentir perdue et qu'elle craque. Elle pleure. Elle nous explique qu'il y a trop de chose dans sa tête en ce moment. Reformulé : "**Je craque car ma tête est trop pleine**"

Le vote s'est fait à main levée avec un vote pour P1 et 9 votes pour Michou, Michou a voté pour elle.

Le sujet traité et approfondi : "**Je craque car ma tête est trop pleine**"

Michou a exprimé, avec émotion et confiance, ce qui la faisait craquer. Elle a des baisses de moral depuis quelques semaines. Elle a l'impression qu'elle a une malédiction ici en France car

elle se sent coincée dans sa situation qui n'avance pas. Ses papiers n'avancent pas, elle se sent seule, ne peut pas travailler. Elle nous a exprimé avoir récemment réfléchi à sauter dans le lac à côté de chez elle car elle ne voit pas comment sa situation va s'arranger. Elle donnait l'impression d'exprimer sa situation par nécessité, sans crainte de jugement, avec beaucoup d'émotions et des larmes. Ce temps d'expression de Michou a duré une vingtaine de minutes sans interruption, elle était écoutée par le groupe avec attention.

-Langage

-compréhension : J'ai eu la sensation que le groupe avait une bonne compréhension globale, cependant une participante P2 a pris la parole qu'une seule fois lors du partage de bonne nouvelle pour exposer sa situation de violence.

- Le langage non verbal : Difficile à observer du fait des masques chirurgicaux. Il y avait des hochements de tête pour exprimer l'écoute et la compassion des participant·e·s lors des partages de vies.

-Expression d'émotions

Il y a eu de l'émotion de surprise de la part des animateur·rice·s lors du partage de bonne nouvelle de P2 nous exprimant sa situation de violence avec une sensation de facilité. Lors de la proposition de sujet et de son partage de problème, Michou était très émue avec des larmes. L'émotion forte transmise au groupe dès la proposition du sujet a-t-elle influencé le choix du sujet des autres participant·es ? Le sujet est-il choisi en fonction du mal être de la personne le présentant ?

- L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

Il n'y a pas eu d'échanges en off. La parole était plutôt bien répartie. Certaines personnes n'ont cependant participé que lors du partage de bonnes nouvelles comme P2 (première participation) et Moussa (deuxième participation). Présence de silence au moment des questions, il n'y a pas eu de question, j'ai trouvé le silence un peu trop court, des questions seraient peut-être arrivées en laissant un peu plus de temps de réflexion ? La parole était prise par les participant·e·s qui étaient déjà venu (Michou, Loudemer, P4) et par P1 venant pour la première fois.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Implication du groupe forte face au sujet, choisi à la grande majorité. Rôle de l'émotion, de compassion face à la situation transmise ? Michou s'est investie dans l'exposition de son sujet, avec détails et explications.

- La posture de l'animateur·rice

A1 et Zorro ne sont pas intervenus pour faire respecter le cadre du groupe. Intervention de Zorro lors de la proposition de sujet de la part de A1 pour lui demander de résumer sa situation pour le moment. Pas de questions posées et pas de partage d'expérience, une grande place a été laissée aux participant·e·s non animateur·rice·s.

-Les temps informels

-pré groupe

Je suis arrivée un peu en avance, ayant réalisé un entretien avec un des participant·e·s, les autres participant·e·s sont arrivés progressivement, A1 avait apporté des Nougats à partager, disposés au centre de la ronde. Nous avons discuté avec les personnes présentes avant le début de la ronde, demandant les prénoms de chacun·e·s.

-post-groupe

Nous avons effectué un débriefing avec tout le groupe sur ce qui pourrait être amélioré ou changé, Moussa a demandé « pourquoi on ne pouvait pas donner son avis et pas donner de conseil ». C'est Michou qui lui a répondu en expliquant « au départ moi aussi cela m'a fait bizarre mais en fait on écoute et on prend ce qui nous correspond dans l'expérience des autres ». Zorro a proposé d'organiser une formation d'animateur·rice·s avec l'ensemble des participant·e·s volontaires. Pour réfléchir ensemble au groupe de parole, à ce qui pourrait être amélioré et que tou·te·s puissent animer. Nous avons partagé le nougat de A1, cela a donné des sourires et des remerciements. Il y a ensuite eu des discussions en aparté, Zorro a proposé à P2 de venir pour une consultation médicale en lui donnant les jours de consultation au centre de santé, A1 est allé voir Michou pour continuer à discuter, Loudemer est allé voir P1 pour donner un conseil.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Avant le groupe, j'avais peur de ne pas voir arriver de participant·e·s non animateurs mais il y a eu dix participant·e·s. Ils·elles étaient arrivé·e·s au compte-goutte, avec du retard. Je sortais d'un entretien individuel avec Moussa, intéressant, j'étais contente et motivée de participer au groupe. J'ai été étonnée par la bonne nouvelle livrée par P2 pour sa première participation, impressionnée par le « détachement émotionnel » du fait de la facilité avec laquelle elle a abordé son viol lors du partage des « bonnes nouvelles ».

J'ai trouvé l'ambiance agréable, avec une sensation d'être à l'aise, d'être la bienvenue. J'ai eu l'impression que certain·es animateur·rice·s étaient attachés à Michou, une habituée du groupe. Et le fait de la voir « pas bien et qu'elle craque », les a émus. Ils·elle avait envie de l'aider et de lui laisser un espace de parole.

Au temps des questions sur la problématique de Michou, il y a eu un long silence. Je me suis dit qu'il fallait que je trouve alors une question mais je n'ai pas eu le temps d'en formuler une, que nous sommes passés à l'étape suivante. Certains sujets et partages d'expérience ont fait écho à mon vécu. Je suis sortie du groupe avec une satisfaction et d'avoir l'impression « d'acquérir des ressources » qui pourront m'être utiles.

Observation Participante n° 7 – OP7

Groupe D

- Les participant·e·s

Nous étions huit participant·e·s dont trois animateur·rice·s (A1, Daniel et Piou), quatre usagers de l'association (P1, P2, P3, P4) et moi-même (E). Un des participant est resté à l'écart de la ronde devant un ordinateur (P4), un participant (P1) avait un handicap avec une déficience de langage, il était en fauteuil. J'étais la seule à participer à cette ronde de parole pour la première fois.

- Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

Le lieu est une pièce unique en rez-de-chaussée, une pièce très chaleureuse avec une grande table, un piano, un ordinateur, des livres, beaucoup de poèmes et des dessins affichés au mur. Cela donne l'impression d'une association très vivante. La porte ouverte sur la rue, l'ambiance est détendue. A la fin du repas partagé, nous avons rangé les tables et nous nous sommes installés pour la ronde de parole, en cercle avec une distance de un mètre en enlevant les masques.

- Structure :

-Introduction

L'animateur·rice et le co-animateur·rice se sont désignés au début de la ronde de parole, sans difficulté de choix, le·la co-animateur·rice a expliqué l'intérêt de la TCI et ses règles de base (parler en « JE », pas de jugement, pas d'avis, pas de conseils).

-Mise en lien

Nous avons partagé des bonnes nouvelles pour ceux qui le souhaitaient, six des huit participant·e·s en ont partagé une. Puis nous avons fait un jeu où chacun choisissait sa couleur et expliquait pourquoi c'était celle-ci. Deux des participant·e·s, P1 et P4, n'ont pas participé à ce jeu, P1 du fait de sa difficulté d'expression, P4 ne souhaitait pas participer, il était derrière l'ordinateur.

-Dérroulement

L'animateur a proposé de prendre un temps de réflexion sur nous, pour penser à la problématique que nous souhaitons apporter au groupe. Un des animateur·rice, (A1) a amené en premier une problématique, puis après un long silence, une problématique a été apportée par Daniel puis par P2. Trois problématiques ont donc été posées. Il y a eu un temps de partage d'intention de vote et le vote a été unanime pour un sujet.

-Clôture

La clôture a été de dire ce avec quoi l'on repart, six des huit participants ont exprimé ce qu'ils gardaient et allaient ramener chez eux de cette ronde de parole.

- Quel sujet, situation est choisi et traité ?

Trois situations ont été proposées :

- « *Je me sens bloqué car je ne peux pas voir mes proches* », A1

- « *Je suis énervée de la mauvaise humeur des gens qui m’entourent* » Piou

- « *Je suis triste car personne ne vient me voir* », P2

Le sujet de P2, “*Je suis triste car personne ne vient me voir*” a été choisi avec unanimité, il n’y a pas eu de vote pour les autres sujets problèmes.

-Langage

-Compréhension

Tou·te·s les participant·e·s étaient francophones, une personne avec déficience mentale était dans la ronde de parole et donnait l’impression de comprendre tout mais ne s’exprimait pas. Elle était très attentive au groupe, avec expression de sourire et de mouvement dans son fauteuil (P1).

-Langage non verbal

Nous n'avions pas de masque pendant le temps de la ronde, hochement de tête au moment des propositions de sujet, du développement du problème, j’ai ressenti des regards empathiques.

-Expression d’émotions

Lors du partage de P2 et de son sujet, il y avait beaucoup de tristesse dans ses paroles, le groupe écoutait attentivement avec empathie.

- L’attention au groupe (présence d’échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

Les prises de parole étaient souvent interrompues par certain·e·s participant·e·s, ils·elles s’exprimaient, l’animateur leur demandait d’attendre leur tour, il devait souvent réguler la parole. De plus la porte étant ouverte il y avait un habitué de l’association qui est entré, n’a pas souhaité se joindre à la ronde mais s’est assis à côté de nous, il a écouté et est reparti pendant la ronde. P4, était sur l’ordinateur pendant la ronde. P1 écoutait et s’exprimait souvent bruyamment par des onomatopées. Peu de silence.

-Investissement et posture en fonction du sujet abordé

Une autre participante P3 a réagi à la situation en partageant son expérience, ainsi que deux animateurs. Je n’ai pas partagé d’expérience personnelle.

- La posture de l’animateur·rice

L’animateur et le co-animateur avaient le rôle de faire respecter l’écoute entre les participant·e·s et de fluidifier les prises de parole.

-Les temps informels

-pré groupe :

Nous avons partagé un repas avant de commencer la ronde de parole, où chacun pouvait apporter quelque chose à partager. P1 arrive avec un VSL (véhicule sanitaire léger), il a été accueilli avec beaucoup de joie. Le repas évoquait une sensation de “comme à la maison”, des partages, des échanges personnels (sur leurs enfants, leurs conjoints.es) se faisaient et me donnaient l’impression que les participant·e·s se connaissaient très bien, comme des retrouvailles entre amis. Certaines personnes m’ont expliqué les différentes activités proposées

par l'association comme des ateliers d'écriture, de chants, initiation informatique. Les animateur·rices sont plus actif dans les échanges. J'ai amené des pâtisseries à partager, cela a réjoui la table. Je me suis sentie bien accueillie, bien que venant pour la première fois. Trois personnes sont venues partager le repas et sont reparties avant le début du groupe de parole.

-Post groupe :

Un usager, Free est passé dire bonjour à la fin du groupe, l'ambiance était très familiale, bienveillante. Des discussions informelles personnelles sur lui et son audience de demande au droit d'asile. Après le groupe, en aparté, certains sont venus me parler de mon travail de recherche, avec intérêt. Le VSL est venu chercher P1, les participant·e·s sont partis petit à petit.

- Mon ressenti avant et après le groupe

A mon arrivée j'ai ressenti un accueil chaleureux qui m'a fait penser que j'étais la bienvenue, ils m'ont mis à l'aise avec le partage du repas convivial. J'ai trouvé le groupe bruyant, beaucoup de paroles coupées et des participants se déplaçant pendant le groupe, la porte ouverte avec du passage.... Face aux difficultés des participant·e·s, je ne me suis pas sentie à l'aise d'aborder mes problèmes, que je classais comme moins importants. Cependant je me suis sentie intéressée par ce qu'ont amené les participant·e·s, les échanges étaient enrichissant pour moi, portant sur des vies très différentes de la mienne. J'ai vu cela comme une ouverture d'esprit et un moment de partage. En partant je me suis dit que j'avais envie de revenir.

Observation Participante n° 8 – OP8

Groupe A

- Les participant·e·s

Nous étions cinq participant·e·s :

- Deux animateur·rices (A1 et Toto) ;
- Deux participant·e·s (Michou et P1) ;
- Une chercheuse (C).

L'ensemble du groupe avait déjà participé à un groupe de parole.

- Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

La ronde de parole a eu lieu dans le hall du centre de santé. A l'arrivée, les chaises étaient déjà disposées en cercle, avec au centre une table basse. A1 a apporté du chocolat à partager qu'elle a disposé sur la table basse.

- Structure

- Introduction

A1 et Toto se sont mis d'accord sur la répartition des tâches d'animation : qui était l'animateur·rice et qui était co-animateur·rice. A1 a fait la co-animatrice ce jour. Elle a commencé par demander un tour des prénoms.

- Mise en lien

A1 a proposé de faire un tour des bonnes nouvelles. Tou·te·s les participant·e·s ont participé. Ensuite A1 a proposé une mise en lien en demandant aux participant·e·s « Qu'est-ce qui vous permet de vous orienter dans une ville ? ». Elle a dit "je commence" puis a expliqué que c'est grâce aux montagnes qu'elle se dirige en ville. Un à un, tou·te·s les participant·e·s ont cherché ce qui les orientent dans une ville. C et Michou ne savaient pas dire ce qui les aide à s'orienter.

- Déroulement

A1 a demandé aux participant·e·s d'énoncer les principales règles à respecter pendant cette séance. C'est principalement Michou, une habituée de la ronde de parole, qui a répondu. Toto a pris le relai en expliquant l'intérêt de parler de ses problématiques de la vie quotidienne, de « ce qui nous empêche de dormir ». « Le fait de partager peut soulager, permet de s'entraider ».

L'animateur, Toto a proposé que ceux qui le souhaitent exposent leur problématique au groupe. Quatre problématiques ont été exposées et reformulées par Toto. Nous avons ensuite effectué des intentions de vote pour le sujet que nous aimerions aborder et un vote à main levée a été effectué. Le sujet choisi était celui de C. Il a été exposé par C puis un temps est pris pour permettre aux participantes de poser des questions à C et ainsi préciser la situation. Trois questions ont été posées par Michou, Toto et A1. Toto a demandé à C de se mettre en retrait et les participant·e·s ont pris la parole sur des situations leur faisant résonner afin de partager les ressources qu'ils avaient mis en place à ce moment-là et qui les avaient aidés. Toto, A1 et Michou ont partagé une expérience de leur histoire de vie.

- Clôture

A1 a proposé un exercice de clôture : nous nous sommes mis debout pour faire « les arbres en prenant racine par nos pieds » et elle nous a invité à mobiliser nos bras comme des feuilles dansant avec le vent. Le groupe a été peu à l'aise dans cet exercice que l'on a fait avec timidité, en effectuant de petits mouvements.

- Quels sujets et situations sont choisis et traités ?

Les sujets proposés étaient :

- P1 a décrit son appréhension liée à son rendez-vous chez le médecin prévu prochainement.
→ Reformulé : “Je suis en soucis en attendant mon rendez-vous médical”
- Michou a évoqué le fait qu'il a appris la mort d'enfants dans son pays d'origine et que cela lui a brisé le moral et l'affecte.
→ Reformulé “Je suis triste de voir des enfants mourir.”
- Toto a exprimé le fait qu'il lui est difficile de ne pas pouvoir voyager à cause de la situation sanitaire car il ne peut pas voir ses petits-enfants qui sont dans un autre pays.
→ Reformulé : “Je suis triste de ne pas voir mes petits-enfants”.
- C a exprimé le fait que dans le contexte sanitaire de la COVID 19, elle n'arrive pas à se projeter, à s'organiser alors qu'elle a des décisions à prendre et qu'elle se sent perdue sur ce qu'elle veut faire.
→ Reformulé : “Je suis perdue de ne pas pouvoir faire de projets.”

Le sujet de C a été choisi à la suite d'un vote.

- Langage

- Compréhension : J'ai eu l'impression que tou·te·s les participant·e·s avait eu une bonne compréhension de la séance.

- Le langage non verbal : j'ai pu observer des mouvements de tête, des onomatopées lors de l'écoute des autres participant·e·s.

- Expression d'émotions

J'ai ressenti de la tristesse lors de la proposition du sujet de Michou et de Toto et de l'inquiétude dans la proposition de sujet de P1.

- L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

Il y a eu des silences au début de l'exposition des différentes problématiques, au moment de poser des questions et au moment du partage d'expérience. La parole a été prise par tou·te·s, avec quatre sujets proposés pour cinq participant·e·s.

- Investissement et posture en fonction du sujet abordé

J'ai ressenti un investissement de tou·te·s les participant·e·s dans la problématique abordé aussi bien dans la contextualisation, dans l'écoute et dans le partage d'expériences personnelles.

- La posture de l'animateur·ice

L'animateur et la co-animatrice ont pris une place de participant·e·s, semblant la même place que les participants non animateur·rice, en exposant au groupe des problématiques et en partageant des expériences.

L'animateur E6 a dû intervenir pour rappeler la nécessité de respecter les règles de bases du groupe car P1 a donné un conseil. Il était comme garant des règles et du respect de chaque participant·e·s.

- Les temps informels

- Pré-groupe

Nous avons attendu dix minutes avant de débiter le groupe pour voir si d'autres participant·e·s allaient arriver. Toto est arrivé avec dix minutes de retard. En l'attendant, nous avons discuté (Michou, A1 et C) de manière informelle. A1 a demandé à C "Comment ça va ?", C a exprimé qu'elle allait déménager à (nom de ville) et Michou a répondu qu'elle adorait (nom de ville). Michou nous a dit avoir une amie qui vient d'accoucher qui habite à (nom de ville) et qu'elle aimerait aller la voir quand ce sera possible. Michou a ensuite expliqué son inquiétude relative d'un nouveau confinement pour le mois de novembre.

Ce temps avant de commencer la séance a permis de faire un peu mieux connaissance dans le groupe. Il y avait du chocolat à partager au milieu de la table basse, apporté par A1.

- Post-groupe

A la fin du groupe, nous avons pris le temps pour discuter en partageant un carreau de chocolat. Les animateur·rices connaissant bien E10, ils lui ont posé des questions et ont discuté avec elle de ses projets personnels. Ensuite il y a eu un temps de débriefing entre animateur·rices de la séance.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Ayant déjà participé à cinq séances dans ce groupe de parole, je me suis tout de suite sentie à l'aise au début du groupe. J'étais contente de retrouver les participant·e·s du groupe avec la sensation de les connaître, comme si je retrouvais des ami·e·s.

J'ai proposé un sujet personnel, cela a été difficile car il était compliqué d'être claire, précise et en même temps synthétique. J'espérais que mon sujet ne serait pas choisi.

Le sujet abordé étant le mien, le petit groupe de cinq participant·e·s m'a écouté, je pouvais choisir ce que « j'exposais » et j'ai eu la sensation « d'être prise en charge ». J'étais gênée que ce soit mon sujet qui soit choisi et traité. J'avais peur que mon problème soit « futile » en comparaison aux problèmes des autres participant·e·s. Cependant je me suis livrée avec facilité. Je me sentais écoutée, non jugée et je sentais qu'exposer ma situation pouvait m'aider à avancer. J'appréhendais les questions des participant·e·s mais cela a été un moment agréable permettant d'avoir une réflexion pour y répondre et de pouvoir « m'interroger sur mon problème ». On m'a par exemple posé la question "Qu'est-ce qui te sécurise ? ». Cette question est ensuite restée un moment dans ma tête.

Après le groupe j'étais contente d'avoir pu partager ma problématique et d'avoir pu bénéficier du regard des autres et de leurs expériences personnelles. Je me suis sentie soulagée en sortant du groupe de parole et j'ai ressenti de la proximité avec les participant·e·s.

Observation Participante n°9 –OP9

Groupe C

- Les participant·e·s

Il y avait neuf participant·e·s :

- Deux participants animateurs (A1 et Homer) ;
- Deux nouvelles participantes non animatrices (P1 et P2) ;
- Quatre participantes habituelles non animatrice (Inès, P3, P4, P5) ;
- Et une chercheuse (C).

Les six femmes participantes (P1, P2, E13, P3, P4 et P5) étaient toutes usagères habituées du centre de santé. Les animateurs étaient les seuls hommes.

- Atmosphère (lieu, ambiance, schéma de la position des participant·e·s dans l'espace)

Le groupe a commencé à 18 heures. Celui-ci a eu lieu dans la salle d'activité du centre de santé où les chaises étaient déjà disposées en cercle l'arrivée des participantes. A 18 heures les animateurs ont fermé la porte de la salle d'activité. Certaines participantes (P4 et P5) sont arrivées avec dix minutes de retard.

Nous étions tou·te·s masqués. J'ai ressenti une ambiance anxiogène et pesante en lien avec la situation sanitaire car nous étions dans l'attente du discours du président de la République annonçant de nouvelles restrictions sanitaires. Une personne est restée sur son téléphone portable pendant la ronde de parole.

- Structure

Introduction

Les deux animateurs se sont réparti les rôles au début du groupe pour co-animer (l'un a fait l'animation (Homer) et l'autre le facilitateur de parole (A1). Homer a commencé par expliquer l'intérêt du groupe de parole qui est de « partager nos expériences ». Il a listé et expliqué à oral les différentes règles de base à respecter pendant la séance : « nous veillons à parler de nous », « parler en « Je », à la première personne du singulier », on ne donne « pas d'avis », « pas de conseil » et « pas de jugement ».

A1 a expliqué qu'il était là pour faciliter la parole et qu'il fallait lever la main si l'on souhaitait s'exprimer. Il avait une feuille et un stylo pour inscrire les prises de parole.

Mise en lien

Nous avons fait un tour de cercle pour nous présenter en donnant notre prénom, en indiquant si nous avons déjà participé à ce groupe de parole et en expliquant comment nous l'avons connu. Les animateurs n'ont pas proposé de partager des “bonnes nouvelles” ni fait d'exercices de mise en lien.

Déroulement

Homer a demandé ensuite si quelqu'un avait “un sujet, un problème à partager au groupe”. Deux personnes ont alors souhaité prendre la parole immédiatement. La parole a été donnée à P1, participant pour la première fois, qui a exposé son problème actuel. Puis Inès a pris la parole pour approuver ce que ressentait P1 et exposer sa problématique. P3 a acquiescé à son tour et a présenté son avis sur les problématiques et ressentis de P1 et de Inès.

Des échanges ont eu lieu entre les participantes pendant ce temps qui avait été proposé comme “temps de partage de problématiques”. L'échange a continué avec P2 (une nouvelle participante

également) prenant la parole pour s'exprimer à son tour.

Après une quinzaine de minutes d'échanges, Homer est intervenu. Il a partagé son impression qui était que les thèmes des situations se rejoignaient, ceux-ci étant tous en lien avec la crise sanitaire. Il a donc proposé le sujet suivant pour réunir les idées : « *Je suis inquiet face à une situation que je ne peux pas maîtriser* ». L'ensemble du groupe a été d'accord pour partir sur cette proposition de sujet qui essayait de regrouper les différentes prises de parole.

Clôture

Pour clôturer, les animateurs ont proposé un exercice de deux-trois minutes, d'inspiration et d'expiration forcées sur chaise en fermant les yeux. L'ensemble des participantes l'ont réalisé.

- Quels sujets et situations sont choisis et traités ?

- P1 a proposé "*Je suis inquiète vis-à-vis des décisions du gouvernement*". Elle nous a exprimé son incompréhension concernant les restrictions sanitaires, son anxiété au quotidien, la solitude qu'elle ressent et son stress face à cette situation. Elle a décrit ses émotions et pris du temps pour expliquer les conséquences sur son quotidien. J'ai ressenti du mal-être et de l'angoisse en écoutant P1.

- Inès a exposé ses difficultés d'acceptation des restrictions sanitaires et les conséquences sur son quotidien. Elle a partagé sa difficulté d'être de religion musulmane aujourd'hui et de la terreur que lui a provoqué le meurtre récent d'un professeur de lycée par décapitation à la suite de son cours sur la liberté d'expression.

- P3 a exposé sa difficulté de vivre avec le virus, son incompréhension des mesures prises par le gouvernement. Elle a exprimé partager les ressentis de Inès par rapport à la difficulté de vivre avec sa religion musulmane et a donné son avis par rapport à cela.

- P2 a exprimé son "*ras-le-bol du virus*" et le fait qu'elle espérait que le confinement ne serait pas exigé le soir-même.

Le sujet n'a pas bénéficié d'un vote. L'animateur a proposé comme sujet regroupant les différentes idées suggérées lors des prises de parole : « ***Je suis inquiet face à une situation que je ne peux pas maîtriser*** ». Cela a été approuvé par l'ensemble du groupe, sans effectuer de vote à main levée.

Les prises de paroles pendant les partages d'expériences concernaient les difficultés de vivre avec l'inquiétude, l'angoisse du virus, l'incompréhension et l'absence de projection. Nous avons aussi abordé un autre sujet proposé par Inès qui était "*la difficulté de vivre comme musulmane de nos jours en France*".

- Langage

- La compréhension

J'ai eu l'impression d'une bonne compréhension de toutes les participantes. A noter que deux personnes (P5-P4) n'ont pas pris la parole et par conséquent il n'est pas possible de savoir si elles ont compris les échanges.

- Le langage non-verbal

Des mouvements de têtes et onomatopées ont été observés pendant les différents échanges.

- Expression d'émotions

J'ai pu ressentir de nombreuses émotions dans ce groupe lors du partage des problématiques et des partages d'expériences. J'ai ressenti de l'angoisse, de la peur, de la colère face à la situation actuelle de la COVID19. Les participantes partageaient des émotions similaires liées à leurs situations semblables et leurs peurs de l'avenir proche.

- L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence)

Quatre participantes non animatrices se sont réparti la parole et deux autres ne l'ont pas prise du tout. J'ai observé une difficulté de s'exprimer à la première personne du singulier. De plus j'ai observé une difficulté à ne pas faire de généralités sur l'actualité notamment concernant les décisions gouvernementales. Il n'y a pas eu d'échanges en off pendant la ronde.

- Investissement et posture en fonction du sujet abordé

La parole a circulé de manière fluide entre les participantes non animatrices. J'ai ressenti beaucoup d'émotions face aux sujets abordés.

- La posture de l'animateur·rice

L'animateur et le facilitateur de parole ont peu pris la parole. Ils ont adopté une position plutôt « en retrait ». Homer a pris la parole pour partager une expérience personnelle et a dû « cadrer » le groupe à quatre reprises pour ne pas s'éloigner de la problématique proposée. Il a rappelé de ne pas « faire de généralités ». A1 n'a pas pris la parole.

- Les temps informels

Pré-groupe

Nous avons été accueillis et invités à s'asseoir sur une des chaises disposées en cercle en attendant l'arrivée d'autres participant·e·s.

Post-groupe

Un temps a été pris pour annoncer la date de la prochaine séance du groupe. Certaines participantes l'ont noté dans leur agenda puis nous avons clôturé en se disant « à dans un mois ».

J'ai parlé de mon travail de recherche sur le groupe de parole et distribué des feuilles d'information sur l'étude. Une participante m'a indiqué qu'elle avait déjà lu cette fiche mais qu'elle ne se sentait pas concernée car elle avait vu que c'était pour « des personnes en situation de précarité » et que « ce n'était pas son cas ». Elle m'a précisé qu'elle a « choisi de vivre dans ce quartier ». Je me suis sentie mal à l'aise et j'ai perçu la violence du mot « précaire » pour cette participante. J'ai alors expliqué que cette étude était pour tou·te·s les participant·e·s du groupe de parole et qu'elle était la bienvenue. J'ai ensuite eu envie de modifier cette fiche d'explication de l'étude suite à son retour intéressant. Nous n'avons pas réalisé de débriefing en fin de séance.

- Mon ressenti avant et après le groupe

Ne connaissant pas tou·te·s les participant·e·s, je ne me sentais pas très à l'aise au début du groupe et j'ai directement pris place sur une chaise. Il n'y a pas vraiment eu d'accueil à notre arrivée dans la salle. J'ai apprécié le tour des prénoms des participantes.

Je n'ai pas participé ni à l'expression de problématiques ni au partage d'expériences. Je n'en ai pas ressenti le besoin et la parole était très fluide entre quatre des participantes non animatrices. J'ai ressenti la colère de certaines participantes. J'ai été intéressée par la forme de débat qu'avait pris le groupe de parole sur des sujets d'actualité et de politique.

J'étais surprise par la facilité avec laquelle les participantes s'étaient exprimées au groupe. J'ai cependant trouvé qu'en essayant de regrouper toutes les idées de problématiques en un seul sujet, comme l'avait proposé Homer, aucun problème n'avait été vraiment traité par le groupe.

Après le groupe, les témoignages de vécu de participantes m'ont rempli d'émotions et d'inquiétudes sur les conséquences de la COVID19 sur notre santé mentale. Je me sentais moins seule à ressentir une incertitude et une difficulté à me projeter.

Observation participante n°10 -0P10 :

Groupe C

-Les participant·e·s :

Lors de ce groupe de parole, nous étions cinq ; Deux animatrices, une médecin généraliste Julie, travaillant dans la structure et Louise, travaillant en CMP, qui co-anime le groupe depuis le début. Il y avait deux autres personnes qui sont des usagères du centre de santé (Inès et z) et des habitantes du quartier et moi, l'enquêtrice (C).

-Atmosphère :

Nous étions dans une salle, nommée « salle des habitant·e·s », qui est une pièce fermée, confidentielle. Nous étions assises en cercle sur des sièges. Au début de la séance, il y a eu un temps d'attente, pour voir si d'autres personnes allaient venir, ou si la séance allait être annulée, car il y avait uniquement une participante. Au bout de dix minutes, une autre personne est finalement arrivée. Elles ont décidé de maintenir la séance. Il y a eu un échange off, sur les raisons de son retard, prises dans des bouchons et sur le du couvre-feu. Avant de commencer, les personnes ne parlaient pas forcément entre elles. Je me suis uniquement présentée.

-Structure :

Au début, l'animatrice a d'abord proposé un tour de présentation. Elle nous a invité à dire notre prénom, et à dire pourquoi on est là, sans aucune obligation. Ensuite, elle a rappelé les règles de base, c.à.d : essayer de parler à la première personne, de ne pas dire de généralité, d'éviter de dire « on » et de couper la parole. Elle a rappelé aussi, que le groupe était un espace sécurisant et confidentiel. Elle a précisé qu'en sortant, le monde extérieur ne l'étant pas, il fallait rester vigilant et remettre une carapace, et que chacun·e est responsable de ce qui sort du groupe. Ensuite, nous pouvions réfléchir à une situation. Il s'agissait de penser à quelque chose de lourd, qui pesait sur les épaules en ce moment. Inès et z ont tout de suite proposé leur sujet, en commençant à le développer. L'animatrice a dû couper la parole, pour qu'on puisse choisir le sujet, en demandant lequel était le plus urgent. Inès et z se sont donc mis d'accord. Inès a pu expliquer plus précisément sa situation. Il y a eu un temps de questions à poser à Inès pour éclairer sa situation. L'animatrice a ensuite résumé le sujet et demandé au groupe, si on avait vécu des choses similaires et si on avait trouvé des solutions. Pour clôturer, il y a eu juste un temps de respiration.

-Le langage non verbal :

Il y a eu beaucoup de hochements de tête, d'acquiescement. J'ai observé que z et Inès avaient plus leur regard tourné vers les animatrices, qu'elles nommaient d'ailleurs "les professionnelles".

-Langage et compréhension :

Français courant pour tout le monde, pas de soucis de compréhension.

-L'attention au groupe (présence d'échange en off, la répartition des prises de parole, présence de silence) :

Il y a eu un court silence lors du tour de présentation, qui a donc été commencé par Julie. J'ai observé un deuxième silence, mais très court, avant d'énoncer le sujet. Concernant la répartition de la parole, il y avait une modératrice de parole (C), qui distribuait la parole, après qu'on ait levé la main. Finalement la parole s'est un peu auto-régulée. Beaucoup de temps de parole a été accordé à z et Inès qui exposaient leur sujet. A un moment il y avait donc presque un échange à deux. Pendant presque 45 minutes, il y'a eu aucune prise de parole de ma part et de Louise. La parole a donc majoritairement circulé entre Julie, Inès et z. Il n'y a pas eu d'échange en off.

-Sujets choisis :

La difficulté à être mère d'un enfant avec des troubles de l'apprentissage, des "multi-dys". L'épuisement de devoir toujours aider, épauler son enfant.

-La posture de l'animateur·rice :

Les animatrices ont eu une posture plutôt de cadrage. Mais Julie a dans l'ensemble été très à l'écoute. Inès a pu parler pendant longtemps, sans être interrompu.

Les animatrices ont un peu parlé d'un vécu personnel, mais surtout à travers leur vécu professionnel, c.à.d le fait d'avoir déjà accompagné des parents d'enfants en difficulté scolaire. Il y a eu la réflexion, s'il n'existerait pas de groupes de paroles de parents. Il y a eu une prise de parole de Louise, plus théorique, de comment accepter le fait d'être parent d'un enfant "dys".

-Expression d'émotions :

Inès exprimait de la colère lorsqu'elle parlait de son sujet, elle disait être très fatiguée et avoir besoin de soutien. Elle nomma le groupe comme étant "sa deuxième famille". Il y a eu quelques rires.

-Les temps informels pré et post groupe :

Il y a eu un temps pré-groupe entre les animatrices et moi, sachant qu'un des animateurs (Homer) a décidé de ne pas participer, car nous étions déjà nombreuses. Julie était un peu inquiète que l'information n'ait pas bien tourné. Ils avaient communiqué par facebook et par une news-letter. Puis après z et moi sommes assises sur la chaise. Il y a eu plutôt un silence, jusqu'au moment où je me suis présenté. Elle a rapporté le fait qu'une participante s'était questionnée sur le contenu de la fiche information de notre étude, et disait qu'on cherchait des personnes en situations de vulnérabilité et qu'elle ne se sentait pas concernée. "Oui, votre étude c'est pour les cas soc". Cette situation m'avait été auparavant déjà rapportée par l'autre chercheuse. Nous avons par la suite enlevé ce passage de la fiche, car ça pouvait être perçu comme violent. Ce retour a donc été très intéressant et fait cheminer notre réflexion autour de la population incluse dans l'étude.

En post groupe, Julie est allée voir z, en lui proposant qu'elle pourrait la voir en consultation avec sa fille, étant donné qu'on n'avait pas parlé entièrement de son sujet pendant la séance. Et après elle est allée prendre rendez-vous.

-Mon ressenti avant et après le groupe :

Avant le groupe, je me suis sentie à la fois un peu inquiète qu'il n'y avait personne. C'était le premier groupe après le déconfinement. J'étais plutôt contente d'être là, de découvrir ce groupe. Quand z est arrivée, j'ai senti un peu un malaise, quand elle a dit : « bah, si je suis la seule, avec vous trois, vous êtes toutes des professionnelles, pour moi toute seule on va peut-être annuler, non ? » C'était intéressant de voir qu'elle me considérait comme une professionnelle, sachant que je ne m'étais pas encore présentée. Je me suis forcément posé la question, de qu'est-ce-que je dégage pour qu'on m'associe aux professionnel·les du centre.

Après le groupe, j'étais bien. J'ai senti que les participant·e·s étaient plutôt à l'aise, étaient habitués à ce groupe, de son fonctionnement. Du coup elles étaient très à l'aise avec la parole. J'ai observé qu'il y avait quand même une attention particulière envers Julie et Louise. Et ce que j'ai noté, c'est que c'est les participantes qui ont amené leur sujet en premier, et non moi ou Julie et Louise.