

Retour de la soirée à thème du 28 janvier 2016

Guy Schneider, *journaliste*

Quels points d'appui pour traverser les changements ? Sur quoi/qui s'appuyer ?

Franceline James est psychiatre et psychothérapeute spécialisée dans l'ethnopsychiatrie, une branche qui articule psychiatrie et anthropologie, liant le psychique et le culturel. Elle était l'invitée des soirées à thème du 28 janvier pour parler des points sur lesquels on s'appuie lors de changements.

Franceline James débute son exposé en distinguant deux types de changements. Alors que l'on choisit lorsque l'on souhaite changer de voiture, de fréquentations ou d'habitudes, on ne choisit pas les changements physiques (le vieillissement ou la maladie) et ceux qui touchent à notre environnement. Parmi ces derniers, il y a ce qui change notre proche entourage (deuil ou divorces par exemple) et ce qui modifie notre lieu de vie (migration forcée, catastrophes, etc.). La psychiatre pose alors les questions suivantes : Qui change qui ? Est-ce que nous changeons notre vie ou est-ce la vie qui nous change ? Et quels sont les points d'appui sur lesquels reposer ?

Pensée d'Occident

Dans la pensée de l'Occident existe le mythe impossible de l'autonomie individuelle, explique Franceline James. Il fait croire que chacun est libre de choisir sa vie selon le mode « c'est moi qui décide ». La mission de l'école est d'ailleurs de rendre les enfants autonomes. Or, en dehors de l'Occident et quelle que soit la zone culturelle, c'est avant tout le groupe qui construit la place de chacun. Et c'est ce dernier aussi qui la garantit. Cette dimension collective apporte une assurance et une sécurité, mais elle peut aussi enfermer. Il est du devoir de chacun de trouver sa juste place par rapport aux autres. Dans ce modèle, contrairement au nôtre, la responsabilité est collective avant d'être individuelle.

Résoudre les problèmes en collectif

Franceline James évoque l'exemple des funérailles en Afrique. Lorsque quelqu'un décède et a été mis en terre, l'entourage doit résoudre les problèmes avant de pouvoir conclure les funérailles. Il faut se réunir et tout régler, quel que soit le

temps que ça prend. Il s'agit d'une forme de thérapie au niveau familial avec des enjeux concrets. Un lien profond entre les individus est essentiel pour se mettre d'accord, sinon ça ne marche pas et des problèmes surviennent ensuite ; une vache tombe malade, un jeune rate ses examens, etc. Les hommes ont besoin de ces structures collectives pour fonctionner. Et plus un individu sent une appartenance à un groupe (famille ou racines culturelles), plus il aura de facilité à se joindre à d'autres. Reste à trouver l'équilibre entre la réalisation individuelle et la nécessité du groupe, afin que l'un n'entrave pas l'autre. Un travail de réflexion est nécessaire pour être créatif afin d'avancer en faisant face aux échecs.

Une soirée riche

L'exposé a été ponctué de questions ouvertes visant à stimuler l'assemblée. De nombreuses pistes qui aident à questionner notre rapport aux autres, la distinction entre ce que l'on nous impose et ce que l'on s'impose soi-même sans s'en rendre compte.

Franceline James conclut son exposé avec un proverbe béninois : « Si tu ne sais pas où tu vas, souviens-toi d'où tu viens. » Il est important de retourner aux racines, de se rappeler les sources dans les étapes difficiles pour pouvoir mieux avancer.

Une fois de plus, les participants de la soirée à thème ont effectivement fait un bout de chemin avec une vue singulière et des pistes de réflexions riches pour la suite. Comme toujours, les discussions qui closent la séance en disent long sur les points de vue individuels et l'enrichissement de les partager avec le collectif. On ressort de la soirée avec un peu plus de bagage et la sensation d'être moins seul face aux challenges complexes de la vie. La soirée se termine avec ces quelques mots de l'intervenante : « Nous sommes tous égaux, mais pas tous les mêmes. »