

Le Groupe de parole

Qu'est ce qu'un groupe de parole ?

Un groupe de parole est constitué par un regroupement d'individus, tous concernés par les mêmes préoccupations à un moment donné de leur vie.

La finalité de cette rencontre est à double effet. Elle permet aux personnes impliquées un mieux-être psychologique qui autorise, de fait, des retombées relationnelles positives vis à vis des institutions.

Le but est d'offrir, à la fois un espace d'**écoute et d'expression**, où la **Parole peut être posée et entendue** ; de proposer un espace qui permet de communiquer efficacement, sur les difficultés rencontrées dans une problématique particulière, grâce aux échanges qui s'y produisent. (*relationnel*)

Gestion du groupe :

La conduite du groupe doit être assurée par un professionnel expérimenté, habitué à la gestion d'une dynamique groupale (*psy, coach, médiateur...*).

Ici nommé leader, ce praticien est un accompagnant, un « gestionnaire » du relationnel qui s'installe. L'approche est non directive ou semi-directive.

Comment se déroule un groupe de parole :

En général, l'espace de parole est libre, ouvert à tout. Ce qui peut générer angoisse, contrariété, déception, colère. Mais des thèmes peuvent être proposés, choisis par les habitants eux-mêmes souvent en lien avec l'actualité du lieu, ou bien soumis par l'intervenant, en fonction des difficultés repérées dans le groupe.

Règles du groupe :

- discrétion.
- confidentialité.
- liberté de silence et de parole.
- non-jugement.
- non-monopolisation de la parole.
- non-violence physique et verbale.

Pourquoi mettre en place un groupe de parole dans une situation de relogement :

Une des difficultés dans le relogement, c'est le choc émotionnel que subit le relogé par cet arrachement au connu, à cette déchirure d'avec cette sécurité, même relative, qu'il vit sur son lieu d'habitation.

Il ressent cette évacuation comme une expulsion, une « expatriation ».

Il anticipe son futur déplacement et les difficultés à venir.

Il y projette sa peur de l' inconnu, et les séparations affectives afférentes au déménagement à venir etc.

On voit bien là que le traumatisme n' est pas l' événement en lui-même, mais la façon dont celui-ci fait écho avec l' histoire et la personnalité de chacun.

Si nous avons une métaphore à proposer pour illustrer le traumatisme, nous prendrions l'expression de Serge Tisseron qui le considère comme étant un "abcès psychique".(*psychiatre et psychanalyste*)

Et, en tant que tel, pour que celui-ci se résorbe, et se transforme, il est nécessaire de lui assigner une place dans le passé, pour pouvoir l' envisager comme une aspiration à un changement dans l' avenir.

Et c' est par la parole que cette évolution est réalisable, car le non dit sur le traumatisme entraîne l' individu vers une dérive négative, avec un sentiment de mépris de soi toujours croissant. Tandis que la douleur, exprimée et reconnue, situe la personne comme sujet et la conduit vers le respect, la fierté, la dignité.

Il est donc indispensable de permettre à l' ÊTRE de se **resituer** dans l' ordre de l'acceptable, se « **restituer** » pourrait-on dire, en donnant du sens à son déplacement.

Le principal obstacle à cette tâche, est d' ordre émotionnel. Ce qui peut l'entraver, c' est l'angoisse de réveiller les blessures enfouies.

La reconnaissance de ces souffrances est pourtant indispensable si nous voulons donner à ces événements une place dans l' histoire de chacun (individuelle, familiale et sociale).

D' où l' intérêt d' éveiller la mémoire par une parole «maîtrisée».

C' est sous cet aspect que notre intervention a un rôle, c' est celui de permettre au sujet de se donner des représentations acceptables de son vécu douloureux.

Que permet le groupe de parole dans une action de relogement :

- *il permet* - de donner la parole aux habitants, en tant que sujets.
- *il permet* - aux participants d'être entendus grâce à un cadre rassurant, contenant, proposé par le praticien responsable de l' animation du groupe.
- *il permet* - d' ouvrir un espace de dialogue entre les habitants et l'institution.
- *il permet* - que s'élaborent de nouvelles manières d'être, de faire et de vivre.

Que s' y passe-t-il :

- C' est un lieu de partage, d'échange, d'écoute réciproque autour d'un thème dans lequel chacun est concerné. Ce lieu permet à chacun d' être authentique, sans crainte du jugement.
- Cet espace invite à l'expression des sentiments, des angoisses, des souffrances, et des émotions liées au sujet abordé (la tristesse, la peur, la colère, la joie).
- C' est un lieu où l' atmosphère créée encourage et ouvre à une solidarité apaisée entre les participants. Elle permet entre autres de mobiliser les ressources nécessaires pour affronter la réalité.
- La rencontre qui s' y déroule est génératrice d' un climat serein qui permet de réduire l'isolement psychosocial souvent générateur d' angoisse et de grande souffrance.
- **Ce qui si joue permet à chacun de devenir acteur de son changement, stimulé par la créativité que génère le groupe.**