

« Le groupe du mardi : un groupe d'entraide »

Jean-Pierre Bonhomme

Santé mentale au Québec, vol. 12, n° 1, 1987, p. 153-156.

Pour citer ce document, utiliser l'information suivante :

URI: <http://id.erudit.org/iderudit/030383ar>

DOI: 10.7202/030383ar

Note : les règles d'écriture des références bibliographiques peuvent varier selon les différents domaines du savoir.

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter à l'URI <https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/>

Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche. Érudit offre des services d'édition numérique de documents scientifiques depuis 1998.

Pour communiquer avec les responsables d'Érudit : info@erudit.org

LE GROUPE DU MARDI : UN GROUPE D'ENTRAIDE

Ce groupe a été créé le 26 novembre 1979 par un groupe de thérapeutes du Centre de santé mentale, clinique externe de psychiatrie de l'hôpital St-Luc. Il a été animé hebdomadairement par deux thérapeutes (Colette Bouchard et Denis Vincent) auxquels se joignait un troisième thérapeute différent à chaque semaine (Monique Frenette, Louise Hade, André Henry, Monique Landry, Yves Lecomte, Nicole Russ). Les thérapeutes totalisaient huit personnes et les patients entre huit et treize. À chaque semaine, tous les thérapeutes se réunissaient pour discuter de l'évolution du groupe. Le groupe a continué grâce à quatre participants piliers durant un an dans un local dont ils avaient eux-mêmes négocié l'accès : C.L.S.C. Centre-ville. Après un an, dû à des dissensions internes, le Groupe a cessé de se réunir. Après quelques mois d'interruption, trois participants ont demandé à Cosame de les aider à relancer le groupe, ce que Yves Lecomte et Denis Vincent avec l'aide de Jean-Pierre Bonhomme ont fait.

N.D.L.R.

Les citoyens se demandent souvent, même en un temps de relative insécurité économique, comment ils peuvent répondre aux besoins des personnes qui ont d'importantes limites, plus ou moins permanentes, dans leur comportement personnel. Et les plus sensibles, parmi les citoyens cherchent parfois à trouver une manière personnelle de rendre service aux plus faibles, d'adoucir l'impact des malaises émotifs paralysants, c'est-à-dire des névroses et des psychoses. Le plus souvent ils laissent le temps s'occuper de cela : «l'État, se disent-ils, après tout, s'arrange pour régler tout ça».

Tout le monde devine bien, pourtant, que rien ne vaut une action personnelle pour faire la paix — la paix intérieure — et que les réconciliations sociales viennent de solidarités très personnelles. L'adoucissement des handicaps, somme toute, paraît ne venir que d'une prise de contact directe avec eux. On ressent que les équilibres vitaux, dont la paix sociale, ne s'obtiennent pas en projetant le mal en dehors de soi. Ces projections engendrent plutôt la violence.

Le Groupe du mardi est généralement composé, depuis quatre ans environ, d'une douzaine de personnes des deux sexes : huit membres ordinaires et quatre animateurs (deux femmes et deux hommes). Les membres, composés d'un noyau assez stable, cherchent, en fraternisant, à dépasser une limite personnelle, présumément surmontable, que la nature ou l'environnement leur ont imposé ; les animateurs, Lorraine Cayouette, Micheline Roy, Gordon Shepard et le signataire de ces lignes, les accompagnent bon an mal an dans cette démarche. Le groupe se réunit le mardi à l'heure du dîner (de 17h. 30 à 20 h.) dans une cuisine du centre local de santé communautaire du Centre-ville. Les animateurs se relayent le plus souvent à tour de rôle ; parfois ils assistent par couple.

Les lecteurs se le demandent peut-être déjà... Les animateurs croient-ils que leur présence hebdomadaire auprès du groupe a des vertus thérapeutiques? En tout cas, ils l'espèrent et ils en ont parfois l'impression. Ils ne savent vraiment pas si cette participation rend service. Ils savent seulement que cette petite aventure de bénévolat dure depuis plus de quatre ans en dehors du milieu hospitalier ; ils savent aussi qu'elle a été précédée d'une expérience impliquant, pendant quatre ans, la participation directe des thérapeutes de la clinique externe de psychiatrie de l'hôpital Saint-Luc.

Il n'est pas possible de proposer, à cet égard, l'adoption d'une formule plutôt qu'une autre ; tout cela est parfaitement subjectif. Il est important de signaler que les animateurs du Groupe du mardi rencontrent collectivement à chaque mois un thérapeute (Denis Vincent) de la clinique externe de psychiatrie de Saint-Luc et qu'ils font un rapport écrit de leurs constatations.

Les membres savent, par ailleurs, que leur rencontre régulière du mardi est importante pour eux, qu'elle répond manifestement à un besoin. Car en quatre ans de participation bénévole, la défection du membre dont c'était le tour de préparer le repas n'est survenue qu'une seule fois. Ce membre était trop délirant, du reste, pour tirer profit de sa participation ; il a été hospitalisé peu de temps après sa défection.

Ce sont les membres eux-mêmes qui apportent les ingrédients de leur repas et qui cuisinent ; ce sont eux, également, qui apportent fréquemment la matière à débattre d'un sujet d'intérêt général : des

élections municipales tout autant que la notion de responsabilité personnelle de chacun.

Vue à travers la lorgnette des animateurs bénévoles — c'est en tout cas mon impression personnelle — l'expérience des rencontres est importante. Elle est importante sans être effrayante ; bien au contraire.

Les animateurs n'ont pas peur de le reconnaître : ils ont déjà eu, dans leur propre vie, des expériences qui les ont rapprochés des comportements qui paraissent, chez certains groupes sociaux minoritaires ou originaux, parfois troublants. Chacun peut avoir, dans sa vie, des comportements particuliers qui surgissent comme un réflexe ou une défense contre la tranquille assurance des «gens bien». Ils ont acquis la conviction que l'univers n'est pas coupé en deux camps : les bons et les méchants. Ils savent que chacun a des «malaises» personnels, des limites contraignantes. Ils n'ont par conséquent pas la tentation, dans leur relation avec le Groupe, de se placer dans une situation d'autorité ou à un niveau différent.

Le premier contact du bénévole avec le groupe est néanmoins inquiétant. Il suscite la crainte fondamentale d'être rejeté à cause de son statut de «moins malade». Mais le Groupe comprend, dans ses tripes, je crois, qu'il tire bénéfice d'une présence qui n'est pas imposée et revêt un caractère certain de gratuité. Et puis le Groupe sait d'instinct si les animateurs tirent eux-mêmes un avantage de la fréquentation de l'assemblée.

Ce fait a du reste été récemment exprimé par Pierre. Celui-ci a signalé le fait que les animateurs devraient être reconnaissants de leurs expériences du mardi soir. «Ils peuvent, durant le reste de la semaine, en effet, soulignait-il, se sentir heureux d'avoir fait une bonne action.» La boutade est plus juste qu'on pense. Il paraît que la maladie mentale n'existe pas pour rien. Elle rappelle au moins à chacun ses limites ; peut-être permet-elle à quiconque s'en approche d'éveiller en soi de la compassion.

En tout cas les angoisses ressenties par les membres plus ou moins troublés se répercutent sur les bénévoles et ramènent ceux-ci à leurs propres craintes. Les bénévoles, s'ils veulent l'admettre, progressent tout autant. Le moins qui puisse se produire c'est que l'animateur bénévole perde le goût, en percevant les souffrances du Groupe, de s'identifier aux membres de la société installée dans de conforta-

bles certitudes. Et puis il devient plus difficile, devant la misère de la maladie, de proposer une dilapidation des ressources sociales communes.

Je me suis souvent demandé, pendant les trois années de ma propre présence au Groupe, si un animateur non spécialisé en relation d'aide, un «non psy» est vraiment utile. Peut-on ainsi faire avancer les membres par ces rencontres hebdomadaires? Je dois d'abord dire de prime abord que l'animateur bénévole possède l'expérience personnelle de ses propres limites mentales et en a conscience. S'il a pris la décision de s'approcher ainsi de ses propres limites personnelles et familiales, de risquer son propre jeu d'équilibre mental, c'est qu'il se sent bien préparé à le faire.

Pour ma part, j'ai voulu échanger à long terme avec les membres du Groupe parce que je cherche à ne pas vivre socialement dans une tour d'ivoire, parce que je veux descendre du piédestal de celui «qui sait». C'est un peu comme si je cherche, au contact avec les membres du Groupe à ne pas me prendre pour Dieu. Je chercherais donc, disent les thérapeutes de Saint-Luc que je rencontre (au mois maintenant), à «réparer» quelque chose en moi-même. Cette notion savante décrit le désir qui pousse certains à vouloir simplement «aider les autres».

J'ai souventes fois répété aux membres, dont la présence aux réunions est parfaitement libre et dont l'assiduité en est surprenante, que je ne me sentais pas comme un être vivant dans un cadre à part. Je ne dis pas qu'il n'y a pas une différence entre un membre, qui prend une panoplie de médicaments pour se tranquilliser, et l'animateur. Je dis seulement que ces membres savent que l'animateur ne se place pas à part. Je répète à satiété, lorsqu'un membre signale l'avantage de mes possibilités de fonctionnement social, que chacun a ses limites et que nous sommes tous réunis pour les franchir.

Les individus présents sont tous reconnus comme membres du Groupe; ils ont été référés par un thérapeute et présentés à un autre membre avant la première rencontre du Groupe. Les amis et les «experts» (une diététicienne, par exemple) sont admis, à condition qu'on annonce leur désir d'être présent lors d'une rencontre antérieure. Un membre peut quitter quand il le veut, mais il est invité à venir en parler devant le groupe. Les personnes vivant des troubles paralysants ou qui empêchent le Groupe de fonctionner sont écartés après consultation en

groupe. Les animateurs croient que leur présence empêche la rencontre de se diluer dans le magma de l'indécision.

J'ai, par ailleurs, toujours insisté sur la nécessité de bien «ritualiser» le repas. La partie «repas» a toujours été, avec moi, séparée de la partie discussion. Les premières rencontres auxquelles j'ai participé étaient assez informelles. C'est-à-dire que les membres, tout en mangeant mettaient quasiment les pieds sur la table. J'ai insisté, mardi après mardi, mois après mois, pour donner une forme véritable au dîner. Le Groupe a fini par reconnaître l'avantage de bien mettre les couverts, napperons inclus, et surtout de séparer le repas en trois parts distinctes. Encore aujourd'hui j'insiste pour que la consommation des viandes ne soit pas trop abondante; je me suis créé la réputation d'interdire le porc et «d'imposer» un fruit pour dessert. Il n'empêche que les côtes de porc reviennent souvent au menu. À 3 \$ le repas (paiement obligatoire) nous ne pouvons nous payer du saumon fumé.

Une dernière peur m'a jadis envahi : celle de rater la «partie discussion» de 45 minutes environ. J'ai longtemps eu peur que la partie (intellectuelle) qui suit le repas ne démobilise le groupe. Il se peut que le Groupe ait été perceptif. Il a peut-être constaté que les discussions thématiques constituent, pour moi, un moyen de me réfugier dans du connu et qu'il me l'ait pardonné... Le thème du jour n'est abordé qu'après la collecte faite, que la table ait été nettoyée et qu'une chandelle (dans certains cas) ait été allumée. Je dois dire que le niveau des propos, dans les limites de chacun, est parfois étonnamment élevé et qu'il force parfois l'animateur à retourner à ses livres. Les discussions prennent racine autour d'un thème et il n'est jamais arrivé que les membres partent faute de pouvoir s'exprimer. Il faut toutefois que l'animateur sache, d'intuition, poser les questions à chacun.

Parfois, enfin, la rencontre se termine, avec l'accord des «incroyants», par cette petite prière : «Mon Dieu donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne puis changer; le courage de changer celles que je peux et la sagesse d'en connaître la différence». Les membres récitent cela par coeur; l'un d'eux a mis six mois à l'apprendre. Toute cette forme plus ou moins symbolique, il me semble, relie les personnes entre elles et exprime l'importance

sociale de leur présence; elle est du reste appréciée et pas contestée.

Toute cette procédure a été acceptée volontiers par le Groupe. Il appert que rien ne fonctionnerait, du reste, s'il ne se dégageait pas, des rencontres, un certain «esprit», pour ne pas employer ce mot démodé qu'est la «spiritualité».

Les membres du Groupe ont-ils progressé à la longue? Les animateurs ne le savent pas vraiment. Ils savent seulement que le Groupe continue d'exister; cela est assez mystérieux en soi pour être motivant. On peut croire que les membres deviennent plus confiants et plus en relation les uns avec les autres. Ils échangent entre eux, du reste, davantage que la masse des citoyens de la ville. Certains membres reprennent leurs études; d'autres se trouvent un emploi... Ils se sont constitué un petit «fonds d'entraide et de solidarité». Ce fait signifie qu'il existe un certain sens de responsabilité des uns par rapport aux autres... Cela n'est pas répandu partout dans la rue.

Le Groupe du mardi, signalons-le, a défini lui-même, il y a peu de temps, ce qui lui paraît indispensable pour créer un climat de confiance et pour donner aux membres un bon appui. Il faut, a-t-il été déclaré collectivement, qu'il y ait un repas, que les membres communiquent entre eux, que la diversité des opinions s'exprime, que le nombre des convives ne dépasse pas huit ou neuf personnes, que la rencontre se déroule dans une ambiance assez intime et que la discussion, après le repas, dure une quarantaine de minutes pas plus.

Les animateurs, enfin, sont convaincus que, par leur présence, ils donnent un coup de main en passant, pas plus. Mais c'est le coup de main d'une communication personnelle dont le caractère est fort différent de cette aide qu'en envoi au Sahel par la poste. C'est le coup de main de ceux qui veulent commencer l'aide par le commencement.

Jean-Pierre Bonhomme
Journaliste