

Notre éthique au cœur de notre pratique

par Jean-Marc Helary *

Mon intervention, centrée sur notre éthique vivante, arrive après les deux précédentes intervenantes et je prends naturellement appui sur certains de leurs apports pour les relier à mon propos.

Je relie d'abord 2 aspects sur les 4 balises : l'anthropologie, l'éthique, le cadre et la théorie, présentes dans la supervision telle que Sophie nous l'a exposée.

Ainsi je considère que notre éthique s'inscrit dans une dimension anthropologique qui a à voir avec le vivant, avec la vie de relation. J'ajoute que la vie de relation se déroule en partie de manière consciente et en partie de manière inconsciente.

Une éthique de la relation qui prend soin de la vie et des conditions de la vie du sujet et du processus de subjectivation.

Dans cette émergence et réémergence de la vivance, de la force vitale dans nos vies au moins aussi forte que la mort avec laquelle de mon point de vue et dans mon expérience nous tâchons répétitivement de faire alliance.

Avec laquelle nous tâchons répétitivement de nous relier en nous et de conscientiser et de permettre autant que faire se peut au patient de se relier en lui, et de conscientiser, parfois avec notre médiation.

Tout à coup quelqu'un ose prendre à témoin quelqu'un d'autre.

Quelqu'un parle de son vécu intime, personnel, et quelquefois même de son vécu qu'il révèle à lui-même en même temps qu'il l'énonce à quelqu'un d'autre.

Notre éthique a à voir anthropologiquement avec l'humus de l'humain, cette terre de l'âme incarnée des hommes dont nous sommes constitués et qui est constitutive de notre terreau en tant qu'humain. Cette vision anthropologique judéo-chrétienne définit d'abord l'humain comme fait de matière terrienne, de terre glaise - *l'Adamah* issue de la terre mère .

Au passage surgit la figure de mère, cela nous rappelle à nous psy, quelque chose.

Cette matière glaiseuse est animée par le souffle de la respiration , le souffle de Dieu le père.

Ici surgit la figure du père, cela nous rappelle à nouveau quelqu'un d'autre...

Ce qui d'un point de vue imaginaire et symbolique peut se représenter comme une stratification de couches d'expériences vécues qui nous constituent.

Ces expériences, dans le creuset de l'écoute thérapeutique, se révèlent faites à la fois de notre sensibilité vulnérable, dont l'étymologie signifie : « qui peut être blessé », et de la force de la verbalisation qui s'exprime par le souffle qui fait vibrer les cordes vocales et qui dans la parole se fraie un chemin de mise en sens...

Cette nature de l'humain « qui peut être blessé », cette vulnérabilité dont nous sommes en vérité pétris, nous ouvre la voie d'une autre qualité de l'humain cette fois en lien avec la culture et qui peut s'énoncer par ces mots : « qui peut prendre soin de lui-même avec l'autre ».

Cette possibilité est au cœur du pari que fait la psychothérapie relationnelle.

C'est pourquoi il est dans notre éthique que notre première pratique soit celle du travail sur soi.

C'est aussi comme vous le savez le premier critère autour duquel se constitue notre identité professionnelle : savoir de quoi cet humus est constitué eu égard à ma préhistoire et à mon histoire.

Par exemple savoir par quelles blessures et réactions à ces blessures je suis passé et j'ai construit ma personnalité, comment se sont constellées mes problématiques.

Ce choix de commencer par soi pour aller vers l'accompagnement des autres est ici une épreuve renouvelée de vérité qui se révèle dans la relation humaine avec un autre qui prend pour nom par exemple, psychopraticien relationnel, que je choisis et que dans tous les cas je rencontre pour m'accompagner.

Le choix d'un psychothérapeute relationnel se fait souvent à travers la recommandation d'un proche en qui j'ai confiance. Il s'appuie sur l'humain et sur la connaissance d'abord intuitive des principes de notre éthique justement formulés dans notre code de déontologie .

Il se fait aussi par des affinités en partie énigmatiques, en partie inconscientes liées aux personnalités qui se rencontrent. Ce qui fait que je me sentirai de travailler avec un tel ou une telle plus qu'avec quelqu'un d'autre sans que cela préjuge d'une moins bonne compétence ou qualité d'être thérapeute de l'un ou de l'autre.

Ce parcours n'est pas dénué de risque, le chemin peut se traduire par une errance et je peux me tromper en choisissant mal l'accompagnateur et se faisant reproduire de mauvaises rencontres que la vie m'a déjà fait vivre...

C'est aussi une rencontre avec l'éthique que de réaliser que si je souhaite à mon tour devenir thérapeute force est de constater que j'ai parfois appris avec certains ce qu'il ne fallait pas faire...

L'important est de ne pas céder sur son désir, de ne pas renoncer à rencontrer le/la thérapeute homme ou femme de la situation ! C'est à dire apte à entendre la problématique dont souffre un sujet et à l'accompagner au plus près de celle-ci et de l'expression/compréhension de celle-ci...

Cette rencontre avec ce que j'appelle l'homme de la situation se fait tout simplement « parce que c'était lui ou elle, et parce que c'était soi » et que, comme dans l'amitié dont nous parlait déjà si bien Montaigne que je viens de paraphraser, se joue dans le transfert thérapeutique une attirance, un goût pour être avec l'autre. Ce goût, bien qu'il puisse se traduire dans des polarités ambivalentes positives ou négatives, se manifeste par l'intuition que s'offre à soi avec cet être-là la possibilité de suivre ce cheminement spécifique fait de traversées que le travail sur soi en psychothérapie relationnelle se révèle être.

S'apercevoir dans l'après-coup qu'une mise en récit renouvelée séance après séance de sa vie, la passion de connaître, de comprendre cet humus, le sien , celui des autres, tout cela prend sens et que son chemin trouve une cohérence dans laquelle chaque *insight*, chaque prise de conscience cruciale et mutative prend valeur de petit caillou du petit poucet et dessine la trajectoire d'un chemin de vie unique : la sienne ! J'ai ainsi partagé différents petits cailloux de mon propre parcours à l'oral avec celles et ceux qui étaient présents lors de cette journée, que je ne reprendrai pas ici à l'écrit, car c'est la magie et le risque du direct et du passage par l'oralité que de dire ce qui arrive dans le cours du partage et qui ne se reprend pas nécessairement à l'écrit !

Notre éthique, celle du psychopraticien relationnel, consiste à accompagner le vivant.

L'attitude minimale, notre humilité quant à notre contribution consiste à survivre psychiquement – comme l'écrit si bien Donald Woods Winnicott – en tant que sujet thérapeute, à ce qui est à l'œuvre dans le creuset de cette relation.

Cette attitude minimale est une condition nécessaire pour que dans les moments de crises thérapeutiques, d'épreuves de croissance existentielles et psychiques, survive la relation.

Et que de cette survivance puissent surgir et resurgir les conditions d'une vie psychique pour un sujet de quête en demande de soin pris de lui-même avec l'autre.

Le pari en question est que les potentialités du soi du sujet puissent se révéler et s'accomplir et prennent corps dans la réalité du chemin de vie du sujet.

Et ce quoiqu'il en soit de la conflictualité constitutive de sa psyché et des adversités inévitables qui se présentent tout au long de son existence.

Cela n'est jamais garanti à l'avance, l'accompagnement peut parfois se limiter pendant longtemps, pour certains sujets dont la trajectoire de vie montre qu'ils reviennent de loin, à un soutien qui les aide à survivre ou à vivre...

Parfois, l'accompagnement est difficile par exemple quand le cabinet du psy devient la chambre

d'enregistrement de l'annonce du suicide à venir de tel patiente qui décidément n'attend plus rien de rien et de la vie... Nous sommes convoqués à vivre et à éprouver dans notre écoute des affects d'une violence inouïe qu'il nous est demandé de contenir et de vivre à l'intérieur de notre espace psychique et à l'intérieur de l'espace thérapeutique sans garantie que cette mise au travail débouche sur une véritable transformation.

Tenir notre place d'écouter, de témoin, de médiateur, de passeur par la parole sans jamais céder sur notre castration c'est à dire sur le fait que chacun à sa place est au rendez-vous de sa vie et que l'autre n'est pas moi et que je ne suis pas l'autre.

Que seul le sujet peut vivre sa vie et que personne d'autre ne peut la vivre à sa place. Bien que pour que « je » advienne, « tu » es appelé, convoqué à être au rendez-vous de la relation. Tel est l'enjeu crucial à maintenir.

Nous appelons à notre rescousse chaque fois que nécessaire chacune des dimensions qui constitue notre identité professionnelle : travail sur soi, formation continue, supervision, intervision...

L'accompagnement qui nous est demandé est un accompagnement sur mesure.

Au prêt à penser il nous est demandé d'opposer dans la pensée vivante la création de sur mesure.

Nous sommes comme des tailleurs qui travaillons avec chacun (e) une compréhension sur mesure ajustée à son histoire unique...

Cette dimension de base de notre métier – le travail sur soi – se décline tout au long de nos parcours de formation, qui est le deuxième critère de notre identité professionnelle.

Chaque thème rencontré au cours de la formation interroge la personne que je suis et je peux mesurer en quoi il résonne par rapport à la complexité de mon être et de mes problématiques.

Cette attention au questionnement à l'ouverture de conscience à mes fonctionnements en interaction avec l'autre et avec les thèmes théoriques et cliniques qui jalonnent une formation de psychopraticien est la continuité de ce travail sur soi autrement.

Concernant les théories, et pour le dire vite, il est plus fécond de les faire dialoguer et de repérer quel secteur de la complexité chacune éclaire, plutôt que de simplement les opposer.

Ainsi comment dans l'ici et maintenant et dans l'entre-deux de la relation s'actualise tel fonctionnement qui a déjà été vécu dans un autre temps de la vie du sujet.

Et comment cela prend forme aujourd'hui, relève par exemple, autant de l'éclairage de la psychanalyse que de la Gestalt...

Dans nos démarches, nous naviguons sans cesse sur l'échelle du temps.

C'est dans l'alternance de moments de solitude et de moments de relation de présence/absence à moi-même et aux autres dans des cadres privilégiés pour expérimenter au cours d'un processus long que je peux intégrer un peu plus mon être, soit seul, soit avec les autres.

Dans la supervision, le troisième critère constitutif de notre identité professionnelle et qui est notre thème aujourd'hui, cette éthique humaine joue à travers la possibilité de trouver un espace d'écoute avec un superviseur qui se place comme nous l'a dit Béatrice en aîné et non en supérieur.

Manière *suffisamment bonne* – comme dirait DW Winnicott – de se placer, pour que thérapeute, je me sente soutenu là où je rencontre des difficultés dans l'accompagnement de tel ou tel patient.

Cette possibilité de pouvoir dire son découragement, pouvoir exprimer tout son vécu et ses fantasmes librement comme dans l'exemple qu'elle nous donnait, devant la matière psychique qui résiste du côté du thérapeute, devant les difficultés rencontrées et vécues par lui dans l'accompagnement d'autrui.

C'est un troisième espace qu'ouvre la supervision pour que le sujet thérapeute passe et repasse par la porte de la vulnérabilité et du soin de soi et de l'autre et du tiers.

Et qu'il puisse exprimer son vécu de la relation à l'autre à un tiers ici nommé superviseur qui dans son écoute bienveillante est doté d'une oreille attentive à ce qui surgit de l'inconscient et de non encore entendu par le sujet thérapeute dans tel ou tel accompagnement spécifique...

Le superviseur n'est pas là pour juger et en tous les cas pour prendre non plus à la lettre les jugements qui peuvent le traverser.

Car nous confondons trop souvent ne pas avoir de jugement, qui est *l'état de sainteté* auquel tout être humain ne peut pas prétendre sur commande, et ne pas donner prise et ne pas prendre à la lettre les jugements qui peuvent nous traverser et qui ont vocation à passer comme les nuages défilent dans le ciel...

En fait notre éthique se décline dans toutes ces situations à travers l'incarnation – d'abord par le professionnel qui accompagne – d'une certaine contenance qui se construit jour après jour pour que le vécu psychique d'abord inconscient ou dissocié d'un sujet qui consulte puisse trouver sa place et si possible sa juste place à l'intérieur de lui et dans la relation à au moins un autre.

Cette contenance permet de délimiter un espace psychique, un dedans et un dehors.

Dans la relation thérapeutique cet espace psychique est élargi en s'extériorisant entre le patient et le thérapeute. Ce qui permet que se joue et se rejoue sur la scène thérapeutique ce qui a pu se jouer d'abord inconsciemment sur la scène historique personnelle, familiale et intergénérationnelle du sujet. Ce théâtre du « je » permet d'analyser les problématiques et de faire l'expérience de la répétition du même, et ce faisant de la création de conscience par la narration et aussi de la possibilité de faire autrement en laissant la possibilité à d'autres acteurs intrapsychiques et/ou interpsychiques de rentrer en scène dans l'ici et maintenant de chaque séance.

**J-M Helary , psychopraticien relationnel, psychanalyste, psychologue, est membre titulaire du Snppsy depuis 1994, militant syndical actif depuis sa titularisation, il a été successivement, responsable de l'antenne Pays de Loire/Bretagne, membre de la CNAAT, puis membre du conseil d'administration et en parallèle membre de la commission de déontologie.*

Puis afin de se donner les moyens d'œuvrer au renforcement d'une véritable commission de déontologie il a été président de cette même commission. Il continue à œuvrer aujourd'hui en tant que membre de cette commission. Il est l'auteur de plusieurs articles concernant notamment l'éthique et la déontologie dont plusieurs sont publiés sur le site du Snppsy