

**L'appartenance à une communauté riche en histoires, une base sécurisante.
Réponse à *Les paradoxes de l'exil, perte et créativité*¹, article de N. C. Hollander
Renos K Papadopoulos²**

British Journal of Psychotherapy, 15(3), 1999 p 322 à 333
Fifth Annual John Bowlby Memorial Lectures

L'article de Nancy Caro Hollander (1998) est à la fois important et d'actualité, même s'il fait référence à des événements historiques déjà datés. Son importance réside dans le fait qu'il aborde une composante essentielle de la théorie et de la pratique analytiques : son rapport aux dimensions sociétales plus larges ainsi qu'à l'action sociale. C'est une question épineuse toujours d'actualité car, en tant qu'analystes, nous sommes constamment confrontés au défi de savoir comment concilier nos positions et les violations de la liberté, de la dignité humaine et de la justice qui se produisent en dehors de nos cabinets de consultation dans différents contextes sociopolitiques. Bien que cet article fasse référence aux troubles politiques et à l'oppression dans une région spécifique, l'Amérique centrale et l'Amérique du Sud, ce défi se pose partout où il y a des violations des droits de l'homme. De plus, des préoccupations similaires existent à tout moment dans n'importe quelle société, en relation avec des incidents relativement mineurs et des circonstances dans lesquelles, néanmoins, des questions éthiques et morales sont en jeu. Dans ces situations, les principes restent les mêmes, quelles que soient l'ampleur et la spécificité de l'évènement.

Nous sommes alors confrontés à un dilemme qui remet en question certaines hypothèses fondamentales sur la nature de l'activité analytique. Les théories psychodynamiques, appliquées selon un modèle analytique traditionnel, ont tendance à se fonder sur un paradigme qui oppose principalement pathologie et déficit et met l'accent sur la dimension intrapsychique au détriment des réalités sociales. Comment, alors, les théories et les pratiques émanant d'un tel paradigme peuvent-elles nous offrir des appuis pertinents dans des contextes socio-politiques turbulents ?

En réponse à ce défi, Nancy Caro Hollander aborde la théorie de l'attachement selon un point de vue qui introduit des variations qu'elle présente dans un style personnel, émouvant et poétique. Un choix théorique qui éclaire sa problématique et les récits personnels de survivants et de victimes d'oppression choisis pour illustrer sa position. Ma propre réponse à son texte est dans l'ensemble conforme à son approche et vise

¹ Uprooted Minds : Surviving the Politics of Terror in the Americas, Nancy Caro Hollander
Les esprits déracinés : survivre à la politique de la terreur dans les Amériques

² RENOS K. PAPAPOULOS PhD est professeur de psychologie analytique à l'Université d'Essex, Psychologue clinicien-conseil à la Clinique Tavistock, et analyste Jungien de formation et de supervision. En tant que consultant auprès des Nations Unies et d'autres organisations, il a travaillé avec des survivants de la violence et des catastrophes dans divers pays.
Tavistock Clinic, 120 Belsize Lane, London NW3 5BA.

à en explorer certaines implications. Je développerai plus particulièrement quelques idées sur la signification des récits partagés et sur la manière dont ceux-ci peuvent élargir notre compréhension des théories de Bowlby sur l'attachement comme fondateur du sentiment de sécurité.

Un impact paradoxal de l'oppression

Nancy Caro Hollander décrit clairement les terribles effets de la « culture de la peur de l'État terroriste ». Elle soutient que cette oppression « rend inévitable le développement du faux moi en tant que stratégie de survie ». Cependant, ce type particulier de « faux moi » n'est pas identique à celui rencontré dans les théories psychanalytiques traditionnelles, où il est le produit de défenses inconscientes (Winnicott, 1960). Selon Nancy Caro Hollander, ce « faux moi » est en partie créé par une stratégie consciente et délibérée : « l'adaptation à un régime autoritaire exige une vigilance personnelle extrême, impliquant la création consciente d'un faux moi et le masquage du vrai moi qui déteste et redoute l'ordre social auquel le citoyen semble s'identifier » (Nancy Caro Hollander 1998, p. 205). Ainsi, dans la mesure où ce "faux moi" est un dispositif tactique et calculé pour contrecarrer les effets d'un système social oppressif, il doit être créé par un agencement plutôt sophistiqué et bien organisé de l'individu un "moi" doté d'un sens du jugement sûr ; de plus, un tel "faux soi" ne semble pas avoir beaucoup de similitudes avec un "soi" (quelle que soit sa définition) dans la mesure où il s'agit d'une façade extérieure, d'un masque que quelqu'un porte intentionnellement pour des raisons de commodité.

Indéniablement, quel que soit le but d'adaptation initial de son origine, ce "faux moi" peut avoir des effets préjudiciables sur l'individu, en particulier si les circonstances l'exigeaient pendant une longue période. Cependant, comme son existence même atteste également du fonctionnement efficace d'un mécanisme de survie avisé qui émane d'un autre agencement interne de l'individu, on pourrait dire que, paradoxalement, l'oppression imposée par les États autoritaires peut également contribuer à la mobilisation de ce mécanisme de régulation très sensible.

De plus, dans la mesure où ce mécanisme maintient un équilibre délicat entre une façade publique et des convictions privées, on pourrait faire valoir que cette agencement serait très proche d'un «vrai moi». De ce fait, le paradoxe est que, dans des circonstances oppressives, les individus, en ayant la possibilité d'accéder de manière tangible à ce mécanisme sophistiqué, peuvent éprouver un sentiment profond de réussite qui, en dernière analyse, pourrait contrecarrer les effets pervers de la catastrophique «culture de la peur» imposée par l'État. Ainsi, outre toutes ses terribles conséquences évidentes, la terreur d'État peut activer, par inadvertance, chez les individus un sens inestimable de libération qui pourrait conduire à une expression créative remarquable.

Nancy Caro Hollander évoque cette possibilité lorsqu'elle évoque le potentiel de créativité auquel les personnes traumatisées pourraient avoir accès si elles pouvaient utiliser «cette profonde perturbation de la vie au service de l'expansion du moi»

(1998, p. 203). Cependant, elle ne développe pas cette idée car elle aborde son sujet sous un angle différent.

Il existe une abondance de preuves sur la façon dont les individus (seuls ou en groupes), dans les circonstances d'une telle «perturbation profonde de la vie», peuvent non seulement survivre mais aussi (paradoxalement) tirer profit de ces expériences. Des témoignages émouvants de Dostoïevsky (1979), Soljenitsyne (1962, 1968) et Tertz (1973), vers Primo Levi (1961), Terry Waite (1993), Brian Keenan (1992) et Mandela (1994) démontrent que non seulement les gens peuvent endurer la brutalité mais aussi devenir une inspiration pour les autres. Ce que nous apprenons de ces personnes, c'est que, parallèlement au développement d'un sens aigu d'une discrimination plus fine et plus subtile (essentielle à leur survie), il leur était possible d'acquérir un nouveau sens qui imprégnait leur vie entière. Souvent, cette nouvelle signification entraînait une poussée de créativité.

Cependant, il y a une difficulté importante ici parce que, chaque fois que nous sommes confrontés à des incidents graves de violation des droits de l'homme, il est très difficile de se concentrer sur les aspects positifs des forces psychologiques que peuvent avoir les survivants. Il est compréhensible que nous réagissions avec horreur dans de telles situations, en condamnant les violations. La difficulté est que cette condamnation inévitable (et juste) assombrit également notre regard épistémologique, ce qui nous empêche donc de distinguer les différentes dimensions constitutives impliquées, c'est-à-dire éthiques, politiques, ainsi que l'ensemble des perspectives psychologiques (positives et négatives). Naturellement, une combinaison entre la tendance humaine à réagir avec compassion à la victime et à condamner l'auteur (comme nous devrions, en effet, continuer à le faire), et la prédisposition de nos théories psychodynamiques à mettre l'accent sur la pathologie et le déficit la rendent difficile pour apprécier les avantages qui, paradoxalement, peuvent également être générés dans l'adversité.

Récits collectifs

Comment pouvons-nous alors comprendre l'impact paradoxalement positif que l'autoritarisme peut avoir, par inadvertance, sur les individus? Nelson Mandela, décrivant comment lui et ses camarades ont réussi à survivre au long emprisonnement et aux conditions brutales dans la tristement célèbre prison de Robben Island, précise :

« Notre survie dépendait de la compréhension de ce que les autorités essayaient de nous faire et du partage de cette compréhension les uns avec les autres. Il serait très difficile, voire impossible, pour un seul homme de résister. Je ne sais pas ce que j'aurais pu faire si j'avais été seul ... Nous nous sommes soutenus et nous nous sommes renforcés. Tout ce que nous savions, tout ce que nous apprenions, nous le partagions et, par le partage, nous multiplions le courage que nous avons individuellement » (1994, p. 463)

Dans ce passage, Nelson Mandela identifie plusieurs facteurs clés qui ont contribué à leur survie : le fait qu'il n'était pas seul, qu'avec ses camarades, ils ont développé une compréhension commune, qu'ils s'appuient sur une anticipation correcte de la stratégie des autorités et qu'ils ont produit leurs propres tactiques pour contrer la méthode de l'ennemi. Ce qui est crucial ici, c'est que, en tant que groupe, ils aient développé leur propre "compréhension partagée", ce qui a créé une structure solide qui les a soutenus et les a protégés des agissements des autorités pénitentiaires, qui faisaient partie intégrante du régime d'apartheid. Mandela était parfaitement conscient du fait que son emprisonnement n'interrompait pas la lutte contre le racisme, l'action contre les autorités pénitentiaires étant la continuation de la même lutte : « Nous considérons la lutte en prison comme un microcosme de la lutte dans son ensemble. Nous nous sommes battus à l'intérieur comme nous nous sommes battus à l'extérieur. Le racisme et l'oppression étaient les mêmes »(1994, p. 464). Ainsi, les prisonniers ont pu non seulement survivre à la brutalisation en prison, mais aussi renforcer leur détermination politique et morale et poursuivre leur propre éducation. Ce qui semble avoir contribué à cette réussite est leur capacité (a) à former une lutte bien organisée et collective fondée sur une compréhension commune, et (b) à limiter leur lutte et à la focaliser sur les autorités pénitentiaires, en termes de défi quotidien. Lorsque les gens sont confrontés à un état de terreur autoritaire sans visage, ils sont paralysés par l'impuissance ; cependant, les prisonniers de Robben Island ont réussi à concrétiser le visage sans visage des autorités pénitentiaires et l'ont défié avec leur propre position cohérente basée sur leur compréhension commune.

La résistance organisée a toujours été reconnue comme l'une des formes de lutte les plus efficaces contre destructivité de l'autoritarisme. Cependant, elle n'est pas la seule circonstance où se forment de véritables groupes de résistance dotés d'une organisation complexe. L'expérience de Mandela en est un exemple : une compréhension commune qui permet le développement d'une culture contraire au régime oppressif peut produire des résultats tout aussi positifs. La clé de la création de cette culture réside dans les récits partagés au sein d'un groupe, quelle que soit leur taille et leur appartenance à une organisation établie ou non. La manière la plus courante pour les citoyens de survivre à des régimes oppressifs consiste précisément à élaborer des récits partagés opposés au régime ; cela se produit presque spontanément et sans aucun schéma directeur, bien que des groupes de résistance organisés puissent également les utiliser. Ces récits collectifs, qui peuvent être assez cryptiques et ambigus, sont pleins d'insinuations satiriques contre l'établissement oppressif, ridiculisant à la fois les figures principales du régime et l'éthique imposée. Habituellement, ils incluent des récits humoristiques d'événements et sont formés de manière idiosyncratique et codée ; de cette manière, ils ont une connotation spécifique qui est reconnue par tous ceux qui s'opposent au régime. Il faut beaucoup de sensibilité pour détecter la manière précise dont un interlocuteur réagit lorsque ces récits sont introduits. Sa propre survie en dépend ; de plus, une fois que l'on identifie un adversaire du régime, on éprouve un immense sentiment d'excitation et de satisfaction qui procure également une joie mutuelle de partager des croyances politiques similaires, sans se soucier de toutes les autres différences.

Les récits collectifs de résistance contre l'oppression peuvent également devenir plus élaborés et faire partie d'une stratégie cohérente visant à contrer la culture autoritaire imposée. Edward Saïd (1994) a reconnu dans son livre *Culture et impérialisme* le rôle important que jouent de tels récits dans le processus de décolonisation. Plus précisément, en parlant de "résistance et d'opposition" à la colonisation, il a insisté sur l'importance de développer une histoire globale, cohérente et intégrale de la communauté : "La culture nationale organise et entretient la mémoire nationale commune ... elle ressource le paysage en réhabilitant des modes de vie, des héros, des héroïnes et des exploits ; elle élabore des expressions et des émotions de fierté et de défi » ; selon Saïd, cette histoire pourrait inclure « *des récits d'esclaves locaux, des autobiographies spirituelles, des mémoires de prison ...* » (1994, p. 260) et d'autres expressions collectives similaires conservées sous une forme narrative et partagées par le peuple. Ainsi, les récits partagés et collectifs sont indispensables dans toute forme de résistance contre l'oppression.

Le pouvoir des récits partagés est tel que même les personnes placées en isolement cellulaire, lorsqu'elles n'ont pas la possibilité de partager des récits avec d'autres, peuvent, paradoxalement, en bénéficier également. Terry Waite, l'envoyé britannique pris en otage à Beyrouth et passé 1763 jours en captivité, pour la plupart en isolement cellulaire, offre un exemple caractéristique de ce paradoxe. Alors qu'il était maintenu dans les conditions les plus inhumaines et les plus imprévisibles, il se souvint un jour qu'il avait chez lui les livres de Jung qu'il aurait aimé pouvoir lire en prison. Cela l'a amené à méditer sur plusieurs liens qu'il entretenait avec des amis, des lieux et des idées jungiens, et il a ensuite écrit dans son livre:

« Ce dont je me souviens du travail de Jung m'aide maintenant. Je compte sur mon inconscient pour m'aider à traverser ces jours. Je m'y abandonne et le laisse me guider progressivement vers mon propre centre. Je sais maintenant que la solitude n'a pas besoin de me détruire ... Jung m'aide à bien garder mon esprit et je lui en suis reconnaissant. » (1993, p. 335)

Ce que nous voyons ici, c'est que Terry Waite commence en tirant un fil de mémoire qu'il associe progressivement à un opus théorique plus large dont il tire le plus grand profit. Sans discuter avec d'autres des idées jungiennes et sans l'avantage d'un discours partagé, néanmoins, en se connectant à ce récit collectif, il expérimente un lien direct avec celui-ci.

Par conséquent, les récits collectifs peuvent ne pas faire partie d'une organisation politique réelle ni même être partagé avec les autres de manière active. En se réinscrivant en eux, on peut accéder à leur effet thérapeutique.

Espace transitionnel et résilience

Nancy Caro Hollander identifie les caractéristiques des « espaces transitionnels » à deux contextes qu'elle étudie dans son article, l'oppression imposée par les régimes autoritaires et l'exil. A la première, elle n'attribue que des conséquences négatives:

"La culture de la peur crée un espace de transition dont les symboles politiques et spéciaux persécuteurs ... renversent le vrai soi " (1998, p. 204). Cependant, en considérant la condition psychologique de l'exil, elle envisage que cet espace transitionnel puisse également avoir des effets positifs :

« Comme toute crise de la vie, l'exil représente une période de transition, qui a plusieurs conséquences potentielles.

Les privations et les pertes peuvent nuire de façon chronique à la santé mentale ... ou bien créer une possibilité de croissance. L'exil peut potentiellement mettre en danger ou renforcer ». (p. 211)

L'insistance de Nancy Caro Hollander à ne pas présenter les potentialités positives de la première situation nécessite plus d'attention.

Comme Winnicott (1971) l'a souligné, les phénomènes transitionnels comportent un paradoxe central qui « doit être accepté, toléré et résolu » (p. 62). Ce paradoxe fait référence au fait que " le bébé crée l'objet [qui deviendra éventuellement transitionnel], mais que l'objet attendait d'être créé et de devenir un objet investi " (p. 104). Cela signifie que l'objet de transition est à la fois le produit, la création de l'individu et une entité propre, indépendamment des besoins de l'individu. Le paradoxe comparable dans la 'culture de la peur' imposée par un régime oppressif est que l'autoritarisme infligé a une réalité et une véracité qui lui sont propres, tout en étant connecté à la matrice complexe des états psychologiques des personnes. La stratégie d'un régime oppressif visant à supprimer toute individualité et à imposer l'obéissance aveugle par la peur crée un état psychologique puissant qui, inévitablement, se lie mutuellement avec la psychopathologie de chacun, comme le dit si justement Nancy Caro Hollander. Pourtant, précisément parce qu'il s'agit d'une culture planifiée et imposée par l'État, quelles que soient sa duplicité vile et sa brutalité, elle peut généralement être intelligible et, dans une certaine mesure, prévisible. Cela signifie que les gens peuvent en faire l'expérience comme d'une menace extérieure et qu'ils peuvent développer des mécanismes pour se défendre, du moins psychologiquement. Ainsi, si le paradoxe (de son statut co-créé) devait être accepté, toléré et démêlé, cette situation aussi (non seulement l'exil), pourrait également servir les potentialités créatrices (en plus de produire des effets négatifs). Winnicott a insisté sur le fait que chaque espace transitionnel a la possibilité d'être utilisé, soit pour favoriser le développement de la personnalité, soit pour contribuer à la solidification d'une psychopathologie défensive.

La difficulté, bien sûr, est que la culture de la peur qui est conçue par des régimes d'oppression est intensément persécutant dans la réalité et pas seulement en termes d'expérience psychologique ; par conséquent, il est presque impossible de la considérer comme un espace transitionnel doté d'une potentialité positive. Cependant, si nous revenons à la nature fondamentale de l'espace transitionnel, nous pourrions peut-être voir cette impossibilité apparente sous un jour différent. Selon Winnicott (1971), notre capacité à jouer est au cœur de la façon dont nous négocions les phénomènes transitionnels, qui n'est ni à l'intérieur, dans tous les sens de ce mot ... ni à l'extérieur» (p. 47). Il a fait valoir que le jeu ainsi que "l'expérience

culturelle" sont situés "dans l'espace potentiel entre l'individu et l'environnement" (p. 118) et que cet espace, qu'il a également appelé "troisième domaine", "relie et sépare" (p. 121) l'individu avec / de l'environnement. Les récits collectifs, mentionnés ci-dessus, correspondent parfaitement à cet espace potentiel du troisième domaine dans la mesure où ils sont à la fois individuels et collectifs et ont une qualité de jeu distincte ; en outre, ils aident les individus à régler leur rapport à leur environnement en leur fournissant les moyens de choisir d'adhérer, de manière sélective, aux aspects créatifs et culturels de leur pays, comme de développer une distance de protection appropriée à l'inhumanité du régime totalitaire. C'est un autre aspect important des effets paradoxaux de l'oppression (qui sera développé plus loin).

Nancy Caro Hollander commente, en passant, la résilience de certains individus qu'elle a interviewés mais elle n'élabore pas ce concept. C'est une notion importante, particulièrement dans ce domaine, car elle nous permet d'accéder à un spectre plus large des phénomènes impliqués et aussi de nous concentrer sur les aspects non pathologiques de ces circonstances douloureuses. En outre, elle participe d'une compréhension plus profonde de ce qui fait que non seulement les personnes survivent, mais se développent également dans les conditions les plus difficiles. Habituellement, la résilience fait référence à la capacité d'une personne à rebondir après un malheur ou une calamité. Traditionnellement, le terme était utilisé pour désigner la capacité "interne" d'un individu à résister aux adversités de l'environnement. Une autre signification se concentrait sur la plasticité de l'individu à s'adapter au monde extérieur. Les deux significations supposent une dichotomie entre l'individu et l'environnement externe et situer la résilience dans le champ des attributs d'une personne : force, capacité, compétence et autres caractéristiques positives.

Plus récemment, l'attention s'est tournée vers une autre façon de comprendre la résilience qui est plus en phase avec les approches interactionnelles, relationnelles et écologiques. Certains de ces travaux ont mis l'accent sur le contexte écologique du fonctionnement individuel et familial (Bronfenbrenner 1979), le cadre familial de la résilience chez les individus (Wolin et Wolin 1993) et la «cohérence narrative» de la résilience (Cohler 1991). Werner (1993) et Werner et Smith (1992), qui ont mené une étude longitudinale fondamentale sur la résilience, et Walshe (1996), qui a développé le concept de « résilience familiale », ont également apporté leur contribution notable. Le point commun entre ces études est qu'elles cherchent toutes à comprendre la résilience en dehors des limites d'une personnalité individuelle. L'image traditionnelle de la résilience sous la forme d'une personne dure (généralement un homme) qui lutte obstinément et continue de gagner contre vents et marées dans des environnements hostiles (environnement physique et société) a progressivement évolué. Au lieu de cela, la résilience est désormais comprise dans son contexte plus large, en tant que produit d'une collaboration étroite et d'une co-construction mutuelle entre l'individu et le collectif. La résilience n'est donc pas l'attribut d'une partie du tout, mais le produit de ce qui émerge dans l'espace de transition, à la fois individuel et collectif, et, en un sens, ni individuel ni collectif. Ainsi, le troisième domaine intermédiaire apparaît comme celui qui permet la résilience et c'est là que les récits collectifs semblent fonctionner de la manière la plus facilitante.

De nouvelles formes de base sécurisante

Bowlby a compris la base sécurisante, au fondement de la stabilité psychologique et de la santé, d'une manière relationnelle similaire, en soulignant son caractère interdépendant ; la force réside dans la réciprocité et dans la communauté plutôt que dans la force solitaire d'un individu. De manière caractéristique, il a écrit :

« Paradoxalement, la personne réellement autonome, vue sous cet angle, ne se révèle en aucun cas aussi indépendante que le supposent les stéréotypes culturels. Un ingrédient essentiel est la capacité de faire confiance aux autres lorsque cela est nécessaire et de savoir sur qui il convient de se fier. »

Il a poursuivi en affirmant qu'une "personne saine et autonome" est celle qui est capable d'échanger les rôles lorsque la situation change : à un moment donné, elle fournit une base de sécurité à partir de laquelle son ou ses compagnons peuvent agir ; à un autre moment, elle est heureuse de pouvoir compter sur l'un ou l'autre de ses compagnons pour lui fournir une telle base en retour. (1973, p. 407)

Ainsi, pour Bowlby, la base sécurisante est le produit d'une interdépendance prudente entre personnes. Cependant, indépendamment de son fort accent sur les facteurs relationnels, Bowlby semble avoir conservé une vision étroitement liée aux individus plutôt qu'à l'espace entre eux, comme l'indique la citation ci-dessus : les individus échangent la mise à disposition d'une base de sécurité pour l'autre. Il me semble que, si nous combinions les résultats récents dans quatre domaines distincts mais interdépendants, nous pourrions peut-être développer une nouvelle perspective qui pourrait améliorer notre compréhension de la base sécurisante. Ces domaines sont les suivants: (a) l'importance de la «cohérence» des récits dans la recherche sur l'attachement, (b) le rôle des récits en thérapie familiale, (c) les résultats des recherches sur la résilience et (d) l'influence des récits partagés dans le travail avec les survivants d'expériences traumatiques.

Mary Main et son équipe de l'Université de Berkeley, utilisant l'AAI, c'est-à-dire l'entretien d'attachement destiné aux adultes (Main et Goldwyn, 1995) a révélé que le meilleur prédicteur de la capacité des personnes à faire face à l'adversité était la cohérence de leur récit concernant leur enfance plutôt que l'histoire réelle de ce qu'elles avaient enduré. Comme son titre l'indique, AAI enregistre le récit d'une personne concernant son enfance en réponse à une interview soigneusement menée par un chercheur ou un clinicien qualifié. L'interview est enregistrée, transcrite et analysée par des évaluateurs spécialisés. Quel que soit le degré de traumatisme de leur enfance, les personnes capables d'un récit de ce qui leur était arrivé, articulant de façon vraie, claire et complète les événements en séquence pertinente, étaient mieux à même de faire face que celles qui ne pouvaient pas raconter leur vie de manière cohérente. Cette constatation assez étonnante démontre que ce qui compte vraiment, c'est la façon dont on est capable de développer un récit approprié qui donne le sens de la proportion et de la pertinence des événements de sa vie, avec une réponse affective appropriée. C'est la capacité de développer un tel récit cohérent qui aide les personnes à faire face à de nouvelles difficultés.

Les thérapeutes familiaux ont toujours été intéressés par les histoires que les gens racontent à propos de leurs difficultés, de leurs relations et d'eux-mêmes. Les récits expriment la manière dont les gens créent du sens, organisent leurs systèmes de croyances et les communiquent les uns avec autres. Ainsi, les récits ne sont pas des produits d'individus mais des co-constructions collectives. Ces dernières années, ils ont manifesté un vif intérêt pour aborder leur travail du point de vue narratif (Byng-Hall, 1995; Epston, 1989; Epston et White, 1992; Gorell Barnes, 1998; Papadopoulos et Byng-Hall, 1997; Parry, 1996; Parry, Doan, 1994; Roberts 1994; Sluzki 1992; White 1989,1995; White et Epston 1991). Cette approche a permis aux thérapeutes de comprendre les communications des patients non pas comme des informations factuelles, mais comme des histoires de co-constructions mutuelles, considérées comme des métaphores utiles (Riikonen & Smith 1997); cela permet aux thérapeutes de s'éloigner d'un paradigme de cause à effet linéaire et d'un concept de thérapie centré sur eux en tant qu'experts, en mettant l'accent sur les perspectives des patients. De plus, l'approche narrative élargit le champ des interactions thérapeutiques, passant d'un échange dominé par un problème à une co-construction de rencontres de sens (McNamee & Gergen 1992); les récits changent et évoluent plus facilement que les problèmes résolus (Shotter, 1993). Enfin, une approche narrative ouvre la thérapie à des perspectives plus larges ; plus précisément, il aide les thérapeutes à examiner « comment les histoires se développent et affectent à leur tour le travail clinique en relation avec quatre domaines interdépendants : (a) les récits personnels des thérapeutes sur leurs antécédents et leur formation, (b) l'histoire du cadre institutionnel qui fournit le contexte dans lequel ils travaillent c) le récit du matériel thérapeutique... concret, et d) à l'arrière-plan, les paradigmes théoriques généraux et les récits sociopolitiques et mythes de l'époque » (Papadopoulos & Byng-Hall 1997, p. 3 -4).

Le concept de résilience est devenu de plus en plus influent ces dernières années (Butler 1997). L'une de ses caractéristiques est qu'il ne repose pas sur un modèle de déficit ou de pathologie mais permet aux thérapeutes d'apprécier les attributs positifs du contexte du patient. Werner et Smith (1992) ont suivi pendant 40 ans 210 enfants « à haut risque » originaires d'une île hawaïenne et ont constaté que la majorité d'entre eux présentaient, comme prévu, plusieurs symptômes de santé mentale, alors que 72 enfants se sont révélés, de façon inattendue, les plus résilients ; les enfants résilients sont devenus des adultes confiants et prospères, capables de faire face à l'adversité. Les chercheurs ont découvert que tous les enfants résilients étaient capables de recruter, tout au long de leur vie, des personnes qui leur servaient de parents de substitution et les guidaient, leur assurant ainsi de toujours bénéficier de la confiance et du soutien d'une base sécurisante. On pourrait dire que ces enfants ont pu non seulement survivre mais aussi s'épanouir, car ils pouvaient conserver un sentiment d'identité positive, maintenu tout au long de la continuité des récits partagés dans le recrutement en série de soignants de substitution. Walshe (1996) a fait valoir que « les croyances et les récits partagés qui favorisent un sentiment de cohérence, de collaboration, de compétence et de confiance sont essentiels pour faire face et maîtriser » (p. 261). Reprenant le concept de « résilience familiale »

Froma Walshe a expliqué « l'importance particulière de la résilience relationnelle » en tant que « cohérence narrative qui aide les membres à donner un sens à leur expérience de crise et à renforcer la collaboration, la compétence et la confiance pour surmonter les défis familiaux » (p.262).

Ainsi, la "cohérence narrative" (Cohler 1991), identifiée comme centrale dans la recherche sur l'attachement, réapparaît presque de manière indépendante dans le contexte de la thérapie familiale. John Byng-Hall est l'un des rares thérapeutes familiaux à relier les deux. Dans son livre *Rewriting Family Scripts*, il combine la théorie de l'attachement avec des approches systémiques de la thérapie familiale. Définissant les scénarios familiaux comme « les attentes communes de la famille quant à la manière dont les rôles familiaux doivent être remplis dans divers contextes » (1995, p. 4), et soucieux de l'importance de la cohérence narrative, il affirme qu'en thérapie familiale :

Des changements progressifs sont plus susceptibles d'être réalisés si la continuité entre le passé et le présent est reconnue. De cette façon, il y a un renouvellement continu d'anciens éléments qui sont toujours présents dans le scénario [d'une famille] mis à jour. Cela suggère que la réédition ou la réécriture des scénarios de la famille est un moyen plus sage d'aborder la mise à jour plutôt que d'essayer d'écrire un tout nouveau scénario. Les changements ou les transformations discontinu(e)s m'ont toujours semblé être un objectif irréaliste et inutile pour la thérapie familiale. (1995, p. 72)

Enfin, le travail thérapeutique avec les survivants d'expériences traumatiques a montré que les récits partagés jouent un rôle central dans l'humanisation de leurs expériences de traitement inhumain. Ces survivants sont souvent enclins à la **compartimentation**, la **dissociation** ou la **punition**, qui se développent afin d'isoler l'expérience douloureuse et potentiellement perturbatrice. La nature inassimilable de l'expérience rend difficile son intégration dans l'univers psychologique individuel et ils tendent à rester isolés. Cependant, il y a un effet de guérison une fois que de telles expériences sont incorporées dans des récits collectifs partagés où elles peuvent être expliquées dans le contexte d'une perspective de vie plus large.

L'une des pertes les moins documentées, subie à la suite d'expériences traumatiques, est la "capacité de prédire et de lire la vie ". Une fois exposé à des conditions traumatisantes :

Les gens ne peuvent plus compter sur leur capacité à anticiper les dangers. De cette manière, non seulement ils se sentent en danger, mais leur sens d'eux-mêmes et de leur identité est altéré lorsqu'ils doivent vivre en sachant qu'ils ne peuvent absolument rien savoir de certain sur la vie et sur eux-mêmes. (Papadopoulos 1997, p. 14)

C'est dans ces circonstances qu'un «témoignage thérapeutique» (Papadopoulos 1996) peut être le plus utile. Cette approche fait référence à :

l'activité dont l'objectif principal est de permettre à chacun (avec un minimum de facilitation) de découvrir progressivement par lui-même les différents fragments de souvenirs, d'expériences et de sentiments perdus qui, en raison de la nature traumatique des circonstances de l'époque, sont restés non assimilés et donc rejetés. (Papadopoulos 1997, p. 18)

Le témoignage thérapeutique implique essentiellement l'articulation active de récits partagés dans lequel toutes ces parties dissociées acquièrent une nouvelle signification (voir aussi Felman & Laub 1992).

Les communautés riches en histoire

La discussion ci-dessus a mis en évidence l'importance des récits collectifs et partagés comme créateurs d'un espace de transition pouvant fournir une base sécurisante. Les récits collectifs resituent les individus en leur sein et, réciproquement, les individus construisent ensemble la réalité. Autant les individus construisent les histoires, autant les histoires construisent aussi les identités individuelles. De plus, les histoires forment autour d'elles des communautés qui partagent le même sens et les mêmes systèmes de croyance que ceux qu'elles véhiculent. Ainsi, les récits de défiance contre des régimes oppressifs créent une communauté d'opposants partageant la même horreur de l'autoritarisme étouffant. En ce sens, on peut parler d'une "communauté légendaire", c'est-à-dire le groupe de personnes qui sont réunies par certains récits partagés. Une communauté riche en histoires fournit les récits cohérents qui sont des ingrédients essentiels de résilience et offre un espace transitionnel pouvant servir de base sécurisante. Tout compte fait, ce n'est peut-être pas uniquement le lien existant entre les enfants et leurs parents (ou leurs substituts) qui crée la base sécurisante, mais la structure de soutien fournie par leur lien ; cette structure est également offerte par la présence durable de récits collectifs et cohérents qui maintiennent un sentiment de continuité, de finalité et de compréhension. De plus, ces récits sont moins liés aux spécificités des personnes et des lieux et sont donc plus mobiles.

L'article de Nancy Caro Hollander illustre précisément ce phénomène : en puisant aux histoires collectives de résistance contre l'oppression, les récits personnels de survivants témoignent de la résilience développée dans l'espace transitionnel fourni par ces histoires. Les survivants de Nancy Caro Hollander font partie d'une communauté riche en histoires qui s'oppose à la "culture de la peur" et leur succès peut être attribué, du moins en partie, à leur appartenance à cette "communauté". Je suis tout à fait d'accord avec Nancy Caro Hollander sur le fait que la condition de réfugié est elle-même traumatisante et ne devrait pas être qualifiée de "phénomène post-traumatique" (Friedman & Jaranson 1992; Marsella et al. 1996 ; Papadopoulos & Hildebrand 1997). En appartenant à une communauté riche en histoires, les individus peuvent conserver leur sens de la raison et de l'intelligibilité, même dans les conditions d'isolement de l'exil, car ils savent qu'ils font partie de cette communauté. Cette notion de communauté riche en histoires peut être plus qu'un concept

théorique dans la mesure où y émergent des liens véritables et concrets entre les personnes. Même quand il ne s'agit pas de véritables relations interpersonnelles, son pouvoir ne devrait pas être écarté. Se ressourcer aux récits partagés a d'énormes avantages, comme en témoignent les cas de personnes placées en isolement cellulaire.

A l'inverse, la chute des régimes totalitaires a des effets négatifs : pour les personnes liées par des récits partagés de défi, qui faisaient partie d'une communauté de récits d'opposition, en perdant l'intensité liée à la résistance, et à une acuité créatrice, la vie tend à l'insignifiance. Une fois que la culture de protestation perd son objectif, elle peut rechercher de nouvelles manières intenses de faire sens et développer un nationalisme fanatique (Tishkov 1996). Le phénomène tragique de révolutionnaires sans cause crée un vide douloureux, car ils perdent leur appartenance à une communauté légendaire et peuvent soit chercher des remplaçants inappropriés, soit perdre leur raison d'être.

Nancy Caro Hollander a apporté une contribution précieuse aux efforts visant à étendre nos concepts analytiques en dehors de la salle de consultation (Papadopoulos 1998a, 1998b). Ce qui faut à présent, c'est essayer d'élargir nos perspectives théoriques dans ces contextes (Samuels 1993) et élaborer des paradigmes plus appropriés. L'introduction du concept de «communauté riche d'histoires» a été proposée comme une contribution possible dans cette direction. En adoptant ce concept, nous sommes en mesure de nous éloigner du modèle intrapsychique axé sur le déficit et la pathologie et d'apprécier d'autres formes de la base sécurisante, plus appropriées car reposant sur des paradigmes non réductifs et plus écologiques.

References

- Bowlby, J. (1973)
Attachment and Loss. Volume 2. Separation, Anxiety and Anger.
London: Pelican Books, 1985.
- Bowlby, J. (1988)
A Secure Base : Parent-Child Attachment and Healthy Human Development.
New York: Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1979)
The Ecology of Human Development.
Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Butler, K. (1997)
The anatomy of resilience.
In *Networker*,
March/April: 22-31.
- Byng-Hall, J. (1995)
Rewriting Family Scripts. Improvisation and Systems Change.
London: Guilford.
- Cohler, B.J. (1991)
The life story and the study of resilience and response to adversity. In
Journal of Narrative and Life History, 1: 169-200.
- Dostoievsky, F.M. (1979)
The Diary of a Writer
(trans. B. Brasol). Salt Lake City, UT: Peregrine Smith Books.
- Epston, D. (1989)
Collected Papers.
Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- Epston, D. & White, M. (1992)
Experience, Contradiction, Narrative and Imagination.
Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- Felman, S. & Laub, D. (1992)
Testimony. Crises of Witnessing in Literature, Psychoanalysis and History.
London: Routledge.
- Friedman, M. & Jaranson, J. (1992) The applicability of the PTSD concept to refugees.
In *Amidst Peril and Pain. The Mental Health and Social Wellbeing of the World's Refugees*
(Eds. A.J. Marsella et al.). Washington, DC: American Psychological Association.

Gorell Barnes, G. (1998)
Family Therapy in Changing Times.
London: Macmillan.

Hollander, N.C. (1998) Exile: paradoxes of loss and creativity. In
British Journal of Psychotherapy 15(2): 201-15.

Keenan, B. (1992) An Evil Cradling.
London: Random House.

Levi, P. (1961)
Survival in Auschwitz
(trans S. Woolf). New York: Macmillan/Collier.

Main, M. & Goldwyn, R. (1995) Adult Attachment Interview. Berkeley, CA: University of
California (unpublished manuscript).

Mandela, N. (1994)
Long Walk to Freedom.
London: Abacus.

Marsella, A.J. et al. (Eds.) (1996)
Ethnocultural Aspects of Posttraumatic Stress Disorder. Issues,
Research, and Clinical Applications.
Washington, DC: American Psychological Association.

McNamee, S. & Gergen, K.J. (Eds.) (1992)
Therapy as Social Construction.
London: Sage.

Papadopoulos, R.K. (1996) Therapeutic presence and witnessing. In
The Tavistock Gazette
(Autumn): 61-65.

Papadopoulos, R.K. (1997) Individual identity and collective narratives of conflict. In
Harvest: Journal for Jungian Studies 43(2): 7-26.

Papadopoulos, R. K. (1998a) Destructiveness, atrocities and healing: epistemological
and clinical reflections. In Journal of Analytical Psychology 43(4): 455-477.

Papadopoulos, R.K. (1998b) Cronicas y psicologizacion de la violencia. In Violencia en
Una Sociedad en Transicion.
San Salvador: United Nations Development Programme.

Papadopoulos, R.K. (1999) Working with families of Bosnian medical evacuees:
therapeutic dilemmas.
In Clinical Child Psychology and Psychiatry 4(1): 107-120.

Papadopoulos, R.K. & Byng-Hall, J. (Eds.) (1997) Introduction. In *Multiple Voices: Narrative in Systemic Family Psychotherapy*. London: Duckworth.

Papadopoulos, R.K. & Hildebrand, J. (1997) Is home where the heart is? Narratives of oppositional discourses in refugee families. In *Multiple Voices; Narrative in Systemic Family Psychotherapy* (Eds. Renos K. Papadopoulos and John Byng-Hall). London: Duckworth.

Parry, A. (1996) Story enactments. In *Context*, 28: 20-24.

Parry, A. & Doan, R.E. (1994)
Story Re-Visions. Narrative Therapy in the Postmodern World.
New York: Guilford Press.

Riikonen, E. & Smith, G.M. (1997)
Re-imagining Therapy. Living Conversations and Relational Knowledge.
London: Sage.

Roberts, J. (1994)
Tales and Transformation: Stories in Families and Family Therapy.
New York: Norton.

Said, E. (1994)
Culture and Imperialism.
London: Vintage.

Samuels, A. (1993)
The Political Psyche.
London: Routledge.

Shotter, J. (1993)
Conversational Realities. Constructing Life Through Language.
London: Sage.

Sluzki, C.E. (1992) Transformations: a blueprint for narrative changes in therapy. In *Family Process*, 30: 285-305.

Solzhenitsyn, A. (1962)
One Day in the Life of Ivan Denisovich.
London: Sphere Books, 1970.

Solzhenitsyn, A. (1968)
The First Circle.

London: William Collins & Harvill Press.

Tertz, A. (1973)

A Voice From the Chorus.

London: William Collins & Sons.

Tishkov, V. (1996)

Ethnicity, Nationalism and Conflict In and After the Soviet Union. The Mind Aflame.

London: Sage.

Waite, T. (1993)

Taken on Trust.

London: Hodder & Stoughton (Coronet edition, 1994).

Walshe, F. (1996) The concept of family resilience: crisis and challenge. In Family Process, 35: 261- 81.

Werner, E.E. (1993) Risk, resilience and recovery: perspectives from the Kauai longitudinal study. In Development and Psychopathology, 5: 503-515.

Werner, E.E. & Smith, R.S. (1992)

Overcoming the Odds: High Risk Children from Birth to Adulthood.

Ithaca, NY: Cornell University Press.

White, M. (1989)

Selected Papers.

Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.

White, M. (1995)

Re-authoring Lives: Interviews and Essays.

Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.

White, M. & Epston, D. (1991)

Narrative Means to Therapeutic Ends.

New York: W.W. Norton.

Winnicott, D. (1960) Ego distortion and the true and false self. In

The Maturation Processes and the Facilitating Environment.

London: Hogarth Press, 1965.

Winnicott, D.W. (1971)

Playing and Reality.

Harmondsworth: Pelican Books, 1974.

Wolin, S.J. & Wolin, S. (1993)

The Resilient Self.

New York: Villard.