

Un Groupe d'Analyse de Situations Parentales

Pierre Cieutat

Enseignant, Montpellier

p.cieutat@laposte.net

Résumé

Cet article collectif a pour but de témoigner d'une adaptation du dispositif d'analyse de pratiques professionnelles à l'analyse de situations parentales. Après une présentation de cette expérience toujours en cours, cet article donne la place aux voix des participants des quatre dernières années qui ont bien voulu s'exprimer.

Mots-clés

témoignage parent, accompagnement, parentalité, groupe de parole

Catégorie d'article

Texte de réflexion en lien avec des pratiques ; témoignage

Référencement

Cieutat, P. (2014). Un Groupe d'analyse de Situations Parentales. *Revue de l'analyse de pratiques professionnelles*, No 5, pp. 60–73. <http://www.analysedepratique.org/?p=1567>.

Les articles de la revue de l'analyse de pratiques professionnelles paraissent uniquement en format électronique et sont en libre consultation sur le internet www.analysedepratique.org. Ils sont sous licence Creative Common 3.0 « Paternité – pas de modification », ce qui signifie qu'ils peuvent être imprimés ou transmis librement à condition qu'ils ne soient pas modifiés et que soient mentionnés le nom de la revue, l'auteur et la référence du document.

1. Introduction

Courant 2009 a jailli une idée : nous accompagner sur le chemin de la parentalité à l'aide d'un dispositif d'analyse de pratiques. Nous l'avons appelé le GASP : Groupe d'Analyse de Situations Parentales.

Pour rendre compte de cette expérience complexe et vivante, j'ai proposé au groupe en 2013 d'écrire un texte à plusieurs. La consigne d'écriture était : « Qu'est-ce que c'est, pour vous, le GASP ? » Huit personnes ont contribué directement entre novembre 2013 et mars 2014 sous forme de textes¹.

Cet article est composé de deux parties.

Dans la première, j'exposerai comment se passent ces rencontres et ce qui s'y travaille. Je me sers pour cela des notes que j'ai prises lors de trois séances de bilan entre 2010 et 2103 qui viennent clore chaque année « une saison de GASP » autour du mois de juin.

Dans la deuxième partie, je reproduirai les témoignages des participants afin d'enrichir cette description sur au moins deux plans. Le premier est de naturellement compléter une description par d'autres points de vue, d'autres expressions ; le deuxième est de donner plus de force à la dimension d'expérience humaine subjective. Ceci pour faire apparaître un paradoxe saisissant, pour ceux qui le vivent, où un dispositif précis de paroles contraintes fait émerger des moments de construction de sujets dans toute la complexité et la bienveillance requise.

2. Description du GASP

2.1 Genèse de l'expérience autour de la parentalité

Une association, « Les Mains Sages² », s'occupe depuis 2005 de favoriser le bien-être des femmes enceintes et des jeunes parents principalement à l'aide de techniques corporelles.

La naissance de cette association aidera à comprendre comment l'idée du GASP s'est fait jour. Nous avons expérimenté à l'étranger, ma femme et moi, l'immersion dans d'autres cultures où l'être ensemble est vécu différemment. Nous sommes issus nous-mêmes de deux cultures, pays et religion différents et nous avons vécu la naissance de nos deux premiers enfants dans deux pays différents, sur deux continents différents qui, de surcroît, n'étaient pas les nôtres.

¹ Reproduits dans cet article au chapitre 3 : Le point de vue des participants : « Qu'est-ce que le GASP pour vous ? »

² Voir : <http://lesmainssages.org/index.php/gasp-menu>.

Nous avons vécu la naissance de notre troisième enfant en France. Nos deux premières expériences, ainsi que nos différences culturelles, nous ont permis d'identifier certaines faiblesses qui existent ici dans l'accompagnement et la prise en charge collective de ce moment fondateur pour l'Humain : sa naissance. Nous pouvions constater que les couples qui deviennent parents bénéficient d'un accompagnement de qualité sur le plan matériel et médical mais humainement nous avons vécu des choses beaucoup plus riches ailleurs.

Nous avons voulu apporter notre pierre à l'édifice en proposant des activités autour de « devenir parent » qui auraient comme caractéristiques d'être fortement ancrées dans la proximité, le vécu, le corps et le bien-être. Au départ, les activités étaient axées autour des femmes enceintes, des parents et bébés. Après quelques années d'existence, nous avons cherché d'autres outils, d'autres activités pour continuer à accompagner les parents avec des enfants plus grands. J'expérimentais, en parallèle, des groupes de formation en analyse de pratique dans le cadre de mon métier de professeur des écoles. Je me rendais compte à quel point ce dispositif était pertinent, subtil et bienveillant pour analyser les relations en général. Ainsi, dans le cadre de la construction de ma posture d'enseignant, je vivais des moments d'analyse à la fois rassurants, empathiques mais aussi précis, remuants, allant chercher dans les recoins de ma personne tout ce qui pouvait être en jeu dans une situation que j'avais vécue. Pour parfaire le tout, le dispositif permettait à tous les participants de n'être touchés que par ce qu'ils étaient capables d'entendre à ce moment-là ; quel outil !

L'idée de transposer le dispositif des groupes d'analyse de pratiques professionnelles (GAPP) utilisé par les enseignants a alors émergé pour l'analyse de situations de relations parents enfants dans le cadre de la famille. Une enseignante de maternelle à la retraite (Annette) avait débuté un groupe d'analyse de situations parentales avec des parents de son ancienne école près de Bédarieux dans les hauts cantons héraultais. Cette entrevue a suffi à me convaincre car une autre personne avait eu l'idée avant moi et que ce groupe fonctionnait. Annette m'a expliqué comment cela se passait pour son groupe. Je pensais qu'il serait nécessaire de faire des aménagements notoires sur le dispositif car, contrairement aux professeurs, les parents n'avaient pas nécessairement de formation conceptuelle et abstraite ce qui me semblait nécessaire pour manipuler des situations comme des objets d'analyse. Elle me rassurait car elle faisait fonctionner le groupe avec le même dispositif que pour les enseignants.

Il y avait pourtant plusieurs éléments qui me paraissaient être des difficultés :

- Est-il possible d'avoir une attitude réflexive avec ses propres enfants alors que nous n'avons pas de formation initiale de parents ? À partir de quelle base intellectuelle, quelle théorie pouvait-on interroger, analyser des comportements et des choix ; comment en discuter ensemble ?

- Comment éviter un travail psychothérapeutique pour lequel je ne suis pas formé ? Ma représentation était que les problématiques familiales feraient plus facilement appel à « l'inconscient » que les problématiques éducatives à l'école.
- Je ne voulais pas que le travail aille dans la direction des problématiques de couples qui sont aussi présentes dans le tissage des problématiques familiales. En tant qu'animateur, je ne me sentais pas serein pour travailler le champ : « ma vie de couple ». Saurais-je accompagner une analyse qui explore des champs aussi personnels ?

Malgré ces questions, le groupe a été lancé, l'aventure en est à sa quatrième saison.

2.2 Description du dispositif

En janvier 2010 a eu lieu notre première rencontre. Le dispositif est le même que celui utilisé en groupe d'analyse de pratiques professionnelles (GAPP) élaboré à Montpellier autour des travaux et de la pratique des groupes de Patrick Robo³. C'est un dispositif en 7 phases immuables pour des rencontres de 2 heures une fois par mois.

1. *Le quoi de neuf ? (10 minutes environ)*

Chacun y parle s'il le souhaite de ce qu'il veut partager au groupe. Les participants s'accoutument aux tours de parole. Les sujets sont libres. Ce moment permet de vivre un sas entre le dehors et l'analyse. Il permet aussi au groupe de tisser des liens.

2. *Le choix de la situation (5 minutes environ)*

L'animateur demande aux participants s'ils ont une situation à « prêter » au groupe afin que celui-ci s'entraîne à analyser. Un des participants devient alors « l'exposant ».

3. *L'exposé de la situation (5 minutes environ)*

L'exposant décrit la situation en essayant de dégager le plus clairement possible ce qui lui pose problème.

4. *La phase des questions (40 minutes environ)*

Les participants posent des questions à l'exposant dans le but de se faire une représentation la plus complète possible de cette situation.

5. *La phase des hypothèses (40 minutes environ)*

Les participants émettent des hypothèses sur l'aboutissement de la situation. Qu'est-ce qui a concouru au fait que la situation en soit là ? A ce moment, l'exposant reste dans le groupe mais il n'a pas la parole et on ne s'adresse pas à lui.

³ Voir : <http://www.gfapp.fr/>.

6. *Le retour de l'exposant (5 minutes environ)*

L'exposant retrouve la parole et exprime, de manière brève, ce qu'il veut. C'est lui qui clôt l'analyse.

7. *L'analyse du fonctionnement du dispositif (20 minutes environ)*

Tous les participants sont invités à exprimer comment ils ont vécu l'analyse. Cette phase d'échanges permet à tous de mieux s'approprier le dispositif et très souvent de le faire évoluer. Le plus souvent des notes sont prises et envoyées aux membres du groupe entre deux rendez-vous. Cela permet aussi, le cas échéant, à chacun de pouvoir repartir plus serein si quelque chose l'a touché pendant l'analyse.

Cette modalité d'activité de l'association (le GASP) est présentée chaque début d'année. Nous envoyons un mail de présentation du groupe aux personnes qui suivent les activités de l'association. J'ai aussi présenté oralement ce qu'est ce travail lors de réunions organisées par l'association en début d'année scolaire. Cette présentation est relayée sur le site de l'association « Les Mains Sages ». Depuis la deuxième année, ce sont aussi les membres du groupe qui amènent d'autres personnes. Ainsi, tous les ans des personnes intègrent le groupe et d'autres en partent. Des parents qui viennent, le plus souvent, amenés par quelqu'un d'autre. Notre recherche est de trouver un espace pour réfléchir à plusieurs sur des difficultés ou des interrogations éducatives dans nos familles. Nous nous réunissons donc une dizaine de fois par an (de septembre à juin). Nous sommes entre 7 et 15 par groupe depuis 4 ans. Lors de la présentation initiale, en début d'année, nous parlons sommairement de nous et des enfants que nous avons. Les anciens ajoutent en général leurs nombres d'années d'ancienneté. Certaines personnes sont là depuis la première rencontre.

Nous choisissons une situation par séance et j'ai pris l'habitude de faire la demande aux participants « de nous prêter une situation pour nous permettre d'analyser ».

À partir de la troisième année, des participants ont aussi animé certaines séances ajoutant ainsi à l'expérience une dimension de formation à l'animation. Cette possibilité a été proposée dès le début et répétée chaque année ; elle a mis trois ans avant de se réaliser. Pour moi, c'est une dimension fondamentale du dispositif que l'on peut associer au vocable « co-formation ». Il n'y a pas « d'expert de la parentalité », tous les participants sont des pairs. Nous essayons ensemble de mettre de la lumière sur des situations complexes mais nous n'essayons pas de trouver la vision ou l'hypothèse juste. Chacun est auteur de ce qui se passe ; est responsable de ce qu'il fait de ce qu'il entend. Cela peut paraître une lapalissade mais des phénomènes de déresponsabilisation et d'infantilisation apparaissent dès qu'un expert vous donne un conseil. C'est parfois adapté mais ce dispositif est construit pour que cet effet existe le moins possible.

La dernière phase (l'analyse du fonctionnement) est l'élément qui permet à cette volonté de ne pas rester lettre morte. Dans cette phase nous discutons collectivement de ce qui se

passé, de ce que nous ressentons et des changements possibles. C'est à ce moment, collectivement, que des aménagements sont discutés.⁴

Dès le départ, nous avons laissé ouverte la possibilité à chacun de prendre l'animation du dispositif. Lorsque cela a eu lieu, nous avons pu apprécier les différences de styles, l'importance de certains mots, mais aussi constater l'importance de certains rituels et mettre à jour certains implicites. Cela m'a aussi permis d'exposer devant tous. Il ne suffit pas de répéter que l'on est tous égaux, quand l'un de nous est toujours dans la position de celui qui anime, c'est quand même celui qui sait....

Cette expérience nous permet de cheminer ensemble et d'acquérir petit à petit des compétences de posture réflexive. Elle a donné lieu à des séances très riches avec des situations très complexes et très simples à la fois. Ce dispositif permet de travailler en même temps sur plusieurs niveaux : le sujet, la place de la personne dans son entier, ses relations avec les autres, les relations dans la famille, l'histoire familiale, les normes sociétales, etc... Il est difficile de parler à plusieurs de la réalité de nos comportements au sein de nos familles, de décrire qui fait partie habituellement du secret de nos maisons. Or c'est aussi à cet endroit-là qu'un peu de lumière, de lucidité permet des changements considérables. Comment infléchir réellement la cristallisation de certaines « représentations » ou de certaines places prises par les membres d'une famille ? Comment mettre à jour les références au passé auquel certains comportements font appel ? Comment donner l'occasion à des parents de revivre ce qui s'est passé sans la pression de l'action ou de la décision à prendre dans l'instant ? Comment reprendre ce qui s'est passé avec des personnes non impliquées dans la situation directement ou indirectement⁵ ? Il est difficile de créer la distance propre à l'analyse, au moment où certaines représentations, inquiétudes ou légendes prennent corps ou se renforcent dans l'intimité d'une culture familiale. Pourtant, ces représentations vont induire des pensées, des mots et des actes de la part des parents qui auront des conséquences notoires dans le développement de chaque enfant.

Cet outil apporte une contribution positive aux individus et aux collectifs dans lesquels ils vivent car cette expérience peut induire des réflexes d'analyse dans toutes les situations où nous vivons des relations. L'intention prévalant à ces rencontres est circonscrite au cercle familial, cependant l'impact va bien au-delà et s'étend à l'ensemble de nos relations. C'est à la dernière séance de l'année, lors du bilan, que cela apparaît fortement.

⁴ Il est à relever que des notes sont prises pendant cette phase et envoyées à tous les membres du groupe, construisant ainsi une histoire du groupe et de son évolution.

⁵ Un grand parent, par exemple n'est pas une personne neutre dans l'analyse d'une situation familiale ; lui aussi en fait partie. Que dire de l'autre parent qui met aussi en jeu dans l'analyse « à froid » sa place de conjoint, de garant de la transmission de certaines valeurs éducatives, etc.

Je propose, dans la partie qui suit, d'en rendre compte à partir des notes que j'ai prises à chaque dernière réunion de l'année pendant les quatre premières années.

2.3 Ce qui se dit au bilan de fin d'année : paroles des participants

Dans le GASP tel que nous le vivons, la dernière séance de chaque année – en juin ou début juillet – ne donne pas lieu à une analyse. Nous échangeons à propos de l'année qui vient de s'écouler. J'essaie d'organiser cette discussion en demandant à chacun des présents, de livrer un moment agréable de l'année, un moment désagréable et de s'exprimer sur l'an prochain.

J'ai compilé et regroupé mes notes par thème en choisissant la formulation qui m'a paru la plus claire.

A chaque tiret c'est une autre personne qui parle.

2.3.1 À propos du cadre

- « Le cadre et les limites imposées par le dispositif contiennent et sécurisent, ils aident à installer la bienveillance.
- Lorsque l'émotionnel est engagé, la communication devient plus difficile et la lucidité décroît, la pose de limite permet de s'en sortir.
- Le cadre, posé avec une rigueur extrême, permet des libertés. »

2.3.2 Une expérience de parole inhabituelle, hors du quotidien

- « Un moment avec une part d'intime. Une part de moi a eu la parole.
- L'expérience d'une ouverture peu commune sur soi et sur les autres.
- Cette séance a été le déclencheur de quelque chose de très profond.
- Approcher ce qui a de commun avec les autres humains, sans fard.
- Être sans jugement.
- Après m'être forcée à cette attitude de respect et de non-jugement pendant toute une soirée, je me sens plus puissante, plus ancrée avec plus d'énergie.
- Écouter l'intelligence collective s'exprimer à travers nous. On emmène cela à la maison et cela nous fait grandir.
- C'est surprenant d'expérimenter que l'on avance même quand on est participant.
- Le GASP permet d'interroger les relations.
- Sacrée intimité par les difficultés qu'on partage. C'est rare et cela crée des liens particuliers.
- J'aime le « Quoi de neuf ? », l'intimité et la bienveillance. J'aime être entendu. »

2.3.3 À propos de la parentalité

- « Cela m'a conforté dans l'idée que je me fais d'être parent.
- Cela m'a aidé à relativiser les difficultés que j'ai avec mon enfant.
- Cela m'a fait me sentir moins seul.
- Une réouverture sur les autres – de vraies personnes et non des livres – après m'être un peu senti enfermé dans une relation difficile avec mon enfant. »

2.3.4 Acquisition de compétences

- « S'entraîner à analyser sans donner de conseil.
- Cela m'a aidé à nourrir la bienveillance envers les autres et moi-même.
- Analyser la relation à l'autre.
- Ceci est dans le cadre de la parentalité mais cela m'aide aussi dans mon boulot ("j'en ai eu un exemple hier").
- Même et peut-être surtout lorsque l'on a de l'expérience, ces réunions me permettent de me poser des questions, de rester ouvert, de continuer à essayer de comprendre avant d'expliquer.
- Cela nourrit une solidarité envers les autres humains.
- Ne pas donner de conseil : quelle gymnastique ! Dans la vie je remarque que petit à petit je donne moins vite des conseils. Il y a d'abord un vide, cela laisse du temps pour que des choses apparaissent.
- Aiguiser mes sens sur les opinions et les jugements de valeur dans mon discours et dans les discours des autres. »

2.3.5 Qu'ai-je ressenti quand j'ai exposé ?

- « Ouverture : cela permet des réouvertures sur une situation qui peut paraître inextricable.
- Les émotions sont accueillies, elles sont écoutées et c'est très précieux.
- Entendre des hypothèses connues ou inconnues cela a fait tomber des barrières en moi. J'ai dû lâcher ; faire confiance au processus.
- Cela m'a permis de prendre du recul.
- J'ai sorti la tête du guidon.
- D'exposer a été pour moi un déclencheur.
- Cela m'a fait pousser des ailes.
- Regarder en face quelque chose que je sais mais que je cachais au milieu de toutes les choses à faire au quotidien. »

A la lecture de ces notes, je me rends compte de l'importance que ces moments d'analyse ont eue pour chacun d'entre nous. Dans le contexte actuel d'une vie dans laquelle les adultes ressentent fortement une accélération du temps et une difficulté à s'arrêter, on peut

mesurer l'importance d'un moment d'analyse hors du temps qui permet de s'interroger, d'être écouté et de construire d'autres pensées, d'autres paroles voire d'autres actions.

3. Le point de vue des participants

Lorsque l'idée de cet article s'est fait jour, j'ai proposé à tous ceux qui avaient participé depuis le début à ces moments d'analyse, d'écrire. La consigne d'écriture était : « Qu'est-ce que c'est, pour vous, le GASP ? » Ils me les ont envoyés par mail. Voici leurs témoignages reproduits tels quels.

Témoignage de « C »

« L'assoiffée d'écoute :

- Je venais à un groupe d'analyse, c'était bien pour parler. Et bien non, j'écoute.
- Je venais me délivrer de mes doutes de parent, demander conseil. Quel conseil ? Non, vous m'écoutez.
- Je venais dire l'incompréhension, l'inconnu, crier l'amour de mes enfants qui brûle. Vous ne vous protégez pas de ce cri, vous l'écoutez.
- Formuler des hypothèses sur les situations exposées, c'est montrer qu'on a entendu.
- Que c'est doux l'écoute. »

Témoignage de « A »

« Ce qui me reste :

- La rencontre avec d'autres parents, d'autres sensibilités, d'autres regards, sourires et chemins... et la prise de conscience que ses difficultés personnelles sont au fond assez partagées. »

« Ce que j'ai pu faire :

- Réaliser à quel point il est difficile de ne pas juger et de ne pas donner de conseils...
- Apprendre, non plus à "conseiller", mais à questionner autrui de manière bienveillante, pour l'aider peut-être (restons humble), à trouver ses solutions à ses difficultés... »

Témoignage de « MJ »

« Pour moi participer au GASP c'est :

- S'arrêter.
- Une parenthèse.

- Se poser avec les autres dans une écoute attentive où quelqu'un va livrer de sa vie, de son intimité.
- C'est partager un moment unique souvent chargé en émotion.
- Une atmosphère particulière d'écoute attentive.
- Se lier pour soutenir, donner des pistes à la personne qui expose pour ouvrir une situation.
- C'est désormais un lieu particulier dans cette yourte où l'on entend les bruits du dehors tout en étant très présent à ce qui se joue, c'est une atmosphère de velours.
- C'est un lien particulier avec les personnes présentes qui se crée et qui perdure au dehors. »

Témoignage de « CL »

« J'ai trouvé dans le GASP :

- Un espace de liberté d'expression et d'écoute.
- Instants qui me permettaient d'ouvrir mes portes fermées par mes institutions familiales.
- Ouvertures sur de nouveaux horizons.
- Nouvelles façons d'aborder la communication, dans un respect le plus total...
- D'autres... pour lesquelles il n'existe pas de mots (affectif, sensations, intuitions...) »

Témoignage de « DP »

« J'ai longtemps cherché un lieu, un groupe où partager mes expériences et mes réflexions. Je suis convaincue du bénéfice que l'individu apporte et tire du collectif. J'y suis d'autant plus sensible depuis ma formation d'assistante de service social. La réflexion et l'avancée collective ouvrent des espaces relationnels inattendus et construisent des alternatives sociales. Des groupes de parole existent depuis longtemps mais je ne les ai pas croisés au bon moment ou au bon endroit et ces groupes échangent et discutent à partir de thèmes souvent préétablis.

J'ai traversé des moments difficiles et compliqués avec mes deux grands enfants, aujourd'hui presque autonomes et largement majeurs. Nous sommes parents depuis longtemps mais nous sommes toujours en questionnement. Les blessures précédentes pèsent et imprègnent notre fonctionnement éducatif et parental d'aujourd'hui... Lorsque j'entends cette proposition de GASP dans le petit village où nous habitons, mon 3ème enfant a 12 ans.

J'ai attendu quelques mois pour ne pas déstabiliser le groupe déjà constitué et je les ai rejoints à la rentrée suivante. Aujourd'hui, le groupe connaît une certaine constance et nous

nous sentons prêts à accueillir d'autres personnes intéressées par cette expérience à tout moment de l'année.

J'apprécie le GASP dans sa mesure et dans son rythme. À la fois, les 5 moments de chaque séance et la régularité des séances sur l'année avec une coupure l'été — comme une respiration. J'apprécie la sobriété du dispositif fondée sur le respect de quelques principes simples tels que la bienveillance, la confidentialité et une discrétion du jugement. J'apprécie la considération dans laquelle nous évoluons. C'est un peu comme prendre un temps du souci de l'autre et de son poids et tenter de le rendre plus léger.

Pétrir une situation sans la manipuler, sans prévoir la suite, sans prendre ni donner de conseils, en cherchant simplement avec un maximum d'ouverture, en évitant les préconçus, les prêts à penser, en chassant les idées arrêtées — plus simples à chasser à l'arrêt !

Chercher — comment on en est arrivé là, dans cette situation — dans une dynamique d'esprits multiples est un plaisir rare. Un jeu incandescent et riche.

Le GASP offre une possibilité de cheminement, à chacun personnel, du rapport à l'autre — celui qui est là ou celui qui n'y est pas.

Le GASP a restauré en moi une possibilité d'aimer. »

Témoignage de « HH »

« Être mère est ce qui m'a été donné de plus beau. Malgré toutes mes réflexions sur l'éducation de mon enfant, certaines situations m'ont fait réagir de manière violente où colère, frustration et culpabilité s'entremêlent.

Le GASP, c'est une parenthèse mensuelle où je me donne le temps de réfléchir sur ma fonction de parent. Sans jugement, dans un cadre bienveillant où je me laisse porter et où je peux trouver des réponses et approfondir des questionnements.

Pas de conseil...

Essayer de comprendre la situation avec l'enfant intimement avec des parents que je connais peu est un exercice d'une grande profondeur. Entre les séances, j'y repense régulièrement.

J'ai eu la chance d'exposer une situation à plusieurs reprises : prise dans le feu de l'action, le moment est très intense car riche en émotion. Puis quand d'autres parents exposent, cela me permet d'avoir une vision plus globale quant à des pistes de réflexion même si je projette mes propres ressentis. Puis il y a la place de l'animateur qui participe comme les autres parents et qui doit être garant du cadre... plusieurs personnes ont déjà occupé cette

fonction si particulière. J'aime l'idée que l'animateur puisse changer d'une séance à l'autre. Cela permet à celui qui le souhaite de se placer différemment pour mieux accueillir le groupe. Il doit tenir compte de beaucoup de paramètres pour que chacun et surtout la personne exposante se sente à l'aise...

J'émetts l'hypothèse que :

- le GASP est arrivé au moment idéal dans ma vie de mère.
- Ce cadre permet d'extérioriser des émotions qu'il ne serait guère possible ailleurs.
- La réflexion sur la communication avec l'enfant engendre un espoir de paix avec soi-même et avec autrui.
- Le travail de parent repose sur des valeurs essentielles de la vie et qu'il est nécessaire de s'en donner les moyens pour offrir un monde meilleur à l'enfant qui grandit. »

Témoignage de « Claire »

« Au fil du GASP les liens se tissent, les nœuds se délient. Bientôt 3 ans qu'une fois par mois, je participe à ce temps d'échanges, d'analyse, de partage.

Je me souviens de ce premier GASP où en rentrant, toute la soirée, toute la nuit plutôt, je me suis réveillée, éveillée : « J'émetts l'hypothèse... ». Cette phrase tournait, retournait dans ma tête.

Une fois, j'ai exposé une situation. Un mois plus tard, veille de GASP, je me suis demandée comment cette situation avait évolué et je me souviens avoir pensé : « C'est incroyable, la situation a changé sans que je réfléchisse à nouveau. » Magie du GASP Bienfait de l'analyse, de la transformation, de la parole libérée, situation triturée, situation déplacée, dénouée.

J'apprécie cette qualité de confidentialité. Me retrouver parmi d'autres parents, aimants, bienveillants, questionnant leur fonction parentale.

Richesse de l'horizontalité. Chacun, chacune sait. Chacun, chacune peut dire. Chacun, chacune peut cheminer.

Merci. Merci au GASP d'exister. Merci pour ces instants intenses, merveilleux.

Impalpable légèreté du poids ôté...

J'aimerais encore partager combien le GASP m'accompagne dans ma vie autant privée que professionnelle à accueillir l'autre tel qu'il est, là où il en est, sans jugement et comment aujourd'hui, je parviens, humblement, à accompagner l'autre sur son chemin. »

4. Pour conclure

Cette expérience est encore en cours. J'ai constaté que les personnes qui ont souhaité intégrer ce travail ont pu, sans formation initiale, analyser et s'intégrer à ce dispositif de groupe de parole pourtant très cadré.

Je note cependant que cela ne convient pas à tout le monde et que certains parents n'ont pas souhaité continuer après avoir vécu une séance. La plupart du temps, c'est l'argument de la rigidité du dispositif de prise de parole qui a été mis en avant.

Dans les nombreux espaces de parole existants, peu sont aussi cadrés. Lorsque l'on fait la démarche de venir s'exposer, il est possible que certains attendent une écoute inconditionnelle, sans consigne. Chacun construit une conception de la bienveillance et le GASP en propose explicitement une — cela ne peut être universel. De plus, chaque groupe a une histoire, un lexique, une ou des personnes référentes, une dynamique de groupe bref une culture. Un dispositif, aussi explicite qu'il soit, n'est qu'un élément de cette complexité. Chaque groupe est fondamentalement différent et ne peut donc être une proposition qui convienne à tous.

Il n'en reste pas moins que j'assiste depuis le début de cette expérience à des moments d'analyse profondément touchants pour tous les participants. Je veux croire que ces réunions sont des leviers de changement du monde tant les problématiques éducatives qui se nouent au sein de la famille influent sur le devenir des individus et de la société. Cette question de l'accompagnement à la parentalité est d'ailleurs une préoccupation sociétale très actuelle. C'est un des axes dominants des actions de la Caisse d'allocation familiales par exemple.

Le GASP est-il un outil adapté à un accompagnement en groupe de la parentalité ?

Il l'est car le dispositif permet, tel qu'il est construit et si le groupe reste vigilant, d'éviter deux écueils : les conseils et le sentiment d'être jugé. Lorsqu'une personne exprime une difficulté, une attitude très répandue de la part de celui qui écoute est de lui donner des conseils. Cela est même considéré parfois comme une marque d'empathie avec une phrase du genre : « je ne reste pas insensible à ton inconfort, la preuve, je cherche un conseil qui pourra améliorer ta situation. » Le conseil peut être efficace – dans le meilleur des cas – mais si la personne n'est pas en mesure de mettre en place ce conseil ou si elle tente d'appliquer ce qui est conseillé mais que cela ne fonctionne pas, il aura un effet inverse à celui escompté et la personne conseillée se sentira encore plus seule et isolée face à sa situation. Par ailleurs, dans les deux cas, le conseil prive la personne de l'expérience de sa puissance créatrice à se sortir d'une situation mal vécue : elle ne « grandit » pas. Le conseil lui vole une bonne partie du potentiel d'apprentissage que cette situation recelait. Le dispositif du GASP, en se plaçant volontairement en amont de la situation, veut éviter cet écueil. Cette modalité,

très surprenante pour les nouveaux participants, devient une caractéristique positive majeure vécue par tous les membres du groupe.

La question de l'image de soi devant les autres et de la dynamique de groupe sont des problématiques toujours présentes à l'esprit des animateurs de groupes de paroles. Il est inévitable que certaines paroles, questions ou remarques soient perçues par certains comme des jugements sur leurs personnes ou des critiques de leurs comportements. Le dispositif du GASP, calqué sur celui des GAPP, permet de protéger le groupe et ses participants de ces dangers. Les opinions et jugements sont systématiquement bloqués afin de permettre au groupe de rester sur l'analyse de la situation exposée. L'expérience d'un espace d'écoute où cette question du sentiment d'être jugé est formellement prise en compte et travaillée est un moment rare et fondateur. Sur ces deux aspects, les témoignages retranscrits plus haut dans cet article sont suffisamment évocateurs.

En quoi ce dispositif répond-il aux questions de l'accompagnement à la parentalité ? Est-il formateur ?

Cette adaptation du GAPP reste un dispositif d'apprentissage mutuel. L'animateur prend bien garde de ne pas s'instituer en spécialiste malgré sa place particulière. La dernière phase (analyse de fonctionnement du groupe) donne prise aux individus pour s'engager dans la création de ce qui se passe. Ce temps institué d'échanges sur les ressentis de chacun durant l'analyse ainsi que la possibilité d'expérimenter différents statuts dans le groupe (participant, exposant et animateur) permettent aux participants, peu à peu, de s'approprier complètement l'outil au point d'en devenir un composant. Chacun peut alors devenir auteur de sa propre transformation. Un des objectifs du GASP est de se construire du « savoir personnel ». Il permet d'expérimenter une autre attitude, une autre posture pour réfléchir, à distance, à des situations de relations difficiles. Petit à petit, cette expérience, vécue dans le groupe d'analyse une fois par mois, transforme, dans l'action, notre attitude et notre posture face à d'autres situations qui ne manquent pas de surgir dans notre quotidien. Ce savoir-être acquis dans un espace protégé se diffuse par une sorte d'osmose dans notre vie.

Ainsi, même si personne n'ose prétendre construire une formation sur la parentalité, ces séances en groupe permettent d'une manière surprenante, sans planification des thèmes de se former à être parent.