

# LA THERAPIE COMMUNAUTAIRE\*

Espaces d'Ecoute de Parole et de Lien

## I/Présentation

### a) Définitions

Thérapie communautaire intégrative et systémique\_ ( TCI)

C'est un espace d'Ecoute, de parole et de lien où chacun vient partager ses soucis, ses souffrances en vue d'un soulagement, d'une ouverture.

C'est le groupe, la communauté (de 5 à plus de 50 personnes) qui devient ressource en accueillant, soutenant et dégageant les solutions grâce à l'intelligence collective.

Au cours d'une séance, chansons, poèmes, musique, danse, proverbes, etc... amenés par les participants, enrichissent la thérapie par la diversité des codes d'expression.

\*Pourquoi « Thérapie Communautaire intégrative et systémique » ?

“Thérapie” : est un mot d'origine grecque qui signifie accueillir, être chaleureux, servir.

“Communautaire” : c'est la communauté qui est ressource pour l'individu et non pas un référant, un spécialiste.

“Systémique” parce qu'elle prend en compte les difficultés individuelles en relation avec le contexte. Les individus ne sont pas vus comme isolés mais comme membres d'un réseau relationnel, capable d'autorégulation, de progression, de croissance.

Elle est dite « intégrative » parce qu'elle lutte contre l'isolement et l'exclusion, pour la diversité des cultures, des savoir-faire et des compétences de chacun.

La culture est vue comme une valeur et comme un recours qui permet d'additionner et de multiplier les potentiels de croissance et les capacités à résoudre les problèmes sociaux.

### b) Concept

Cette thérapie est fondée sur deux présupposés fondamentaux :

1. Même si elle l'ignore, toute personne possède en elle des ressources et des savoirs utiles aux autres, quelles que soient ses conditions sociales, économiques et sa culture ;
2. ces compétences lui viennent des épreuves qu'elle a traversées.

Sur ces bases, les échanges sont résolument horizontaux, puisque ce qui est valorisé n'est pas la différence de statut économique ou universitaire, mais la variété des expériences de vie et à ce niveau, chacun se retrouve à la même enseigne.

À partir de l'écoute des histoires de vie, chacun devient thérapeute de lui-même. Tous sont co-responsables de la recherche de solutions et du dépassement des défis quotidiens dans une ambiance chaleureuse.

## II/Historique

La thérapie communautaire est née en 1987 à Fortaleza dans le Département de Santé Communautaire de la Faculté de Médecine de l'Université Fédérale du Ceará, à l'initiative du professeur Adalberto Barreto.

Suite à la sollicitation d'Ayrton Barreto, son frère, avocat de l'Association des Droits de l'Homme de la favela et en réponse à la demande de médicaments, d'antidépresseurs et de consultations (qui ne pouvait être satisfaite vu le nombre et faute de moyens), La TCI a vu le jour pour venir en aide aux habitants de la favela de Pirambú (environ 280 000 habitants). Adalberto Barreto a trouvé plus pertinent de venir dans la favela où il a décidé d'organiser une réunion hebdomadaire durant lesquelles les difficultés pourraient s'exprimer dans les termes où les gens les vivaient, et où les solutions se dégageraient à partir des expériences de vie des participants. C'est à partir de cette pratique visant à valoriser les acquis existentiels, les savoirs populaires et les ressources culturelles qu'a pris forme cette approche d'animation d'espace de parole. Elle s'est progressivement organisée dans le temps en définissant des règles et un mode de fonctionnement très structuré afin que la parole de chacun soit respectée et que l'échange soit le plus libre possible.

Aldalberto a su intégrer dans cette pratique toute la richesse de sa culture brésilienne et les apports scientifiques de ses études de psychiatrie en Europe.

Ainsi est né le projet Quatro Varas .

La formation à la thérapie communautaire fait désormais partie intégrante de la politique publique du Ministère de la Santé du Brésil.

Actuellement, il existe au Brésil 36 centres de formation). Environ 25 000 thérapeutes communautaires ont été formés (leaders communautaires, travailleurs sociaux, psychologues, médecins...).

Actuellement, une centaine de personnes ont été formées en France et en Suisse, et plusieurs groupes fonctionnent à Chambéry, Grenoble, Marseille, Toulon, Vienne, Lyon, Genève, Lausanne, Strasbourg...). Cette dynamique est soutenue par l'Association Européenne de Thérapie Communautaire qui valide et assure la qualité de la formation et participe à la coordination des groupes avec le soutien de l'Association Française des Amis de Quatro Varas.

### **III/ Questions courantes**

1) *Le mot de thérapie peut inquiéter*

R/ Il est intéressant de l'entendre dans son sens étymologique et de lui rendre son sens premier. Les groupes prennent un nom différent quand ils se créent, exemples : « les petits cailloux » sur Grenoble « perles de Paroles » à Chambéry.

L'accent est mis sur l'accueil chaleureux et la convivialité.

2) *Il existe d'autres groupes qui se réunissent déjà (groupes sur des thèmes, des groupes de paroles et d'échanges)...*

R/ Il est rappelé que cette technique qui semble simple est loin d'être simpliste. Elle repose sur des années d'expérience et a fait ses preuves notamment dans les favelas et de nombreux pays. L'intérêt de la TCI est de concerner une communauté « hétérogène voir hétéroclite » tout âge, toutes cultures et tous niveaux confondus.

3) *Inquiétude sur la participation à ce genre de groupes par peur du regard et d'être « montré du doigt » dans le secteur. Quelle liberté à la parole ?*

Il n'y a pas de soucis, personne n'est obligé de parler. Certaines personnes s'exposent plus facilement que d'autres ; il suffit d'une pour commencer.... La parole est accueillie avec bienveillance. Aucune étiquette n'est posée (nom, niveau social, ...).

La TCI se veut conviviale (musique, repas, etc), elle facilite le lien, la confiance et la bienveillance.