

ARTICLE ORIGINAL

**Les groupes d'entraide pour parents en deuil *Apprivoiser l'absence* :
historique, mode de fonctionnement, enjeux et limites,
place et spécificité dans le réseau d'aide aux personnes en deuil**

***Support groups for bereaved parents "Apprivoiser l'absence":
origins, methods of operating, aims and limits,
place and particular role in the network of aid to bereaved persons***

D. Davous • A. Ernoul

Résumé : La notion de groupe d'entraide vient des pays anglo-saxons et du Canada. Ils se sont développés en France sous la double impulsion de la société de Thanatologie et de la Fondation de France. Ils rassemblent des personnes traversant les mêmes difficultés dues à des pertes ou séparations et partageant la conviction qu'elles peuvent s'apporter aide et soutien mutuel. En France, les groupes *Apprivoiser l'absence*, au sein de l'association *Choisir l'Espoir Île-de-France*, sont proposés à des parents ayant perdu un enfant, quelle que soit la cause du décès. Sont présentés le mode de fonctionnement, les enjeux (social, psychologique et de santé publique), ainsi que les limites. Ces groupes sont co-animés, de façon bénévole, par un parent en deuil et un professionnel

« psy ». L'intérêt de la co-animation et ses modalités de fonctionnement sont étudiées ; le statut bénévole du psy, ainsi que la complémentarité entre le parent en deuil, pôle d'identification et le professionnel psy, racine de sécurité du groupe sont analysés. Sont explorés la place et la spécificité de ces groupes dans le réseau d'aide aux personnes en deuil. Le fonctionnement de ces groupes peut éclairer, ou rejoindre, des problématiques de groupes proposés à toute personne éprouvant une perte. Il nécessite, de la part des animateurs, une parfaite connaissance du réseau d'aide et s'inscrit en complémentarité des autres approches ayant pour objet d'accompagner le deuil.

Mots-clés : Perte d'un enfant - Accompagnement du deuil - Groupes d'entraide - Co-animation - Professionnel psy - Réseau d'aide.

Abstract: The notion of support groups was born in anglo saxon countries and in Canada. They expanded in France through the dual impetus given by the "Société de Thanatologie" and "Fondation de France". The groups bring together persons facing similar difficulties due to losses or separations and who share the same belief that they can help or support each other. In France, groups like "Apprivoiser l'absence" within the association "Choisir l'Espoir Ile-de-France" are open to parents, who have lost a child, whatever the cause of death. The way these groups operate, their aims (social, psychological and those regarding the national health), as well as their limits are described. The groups are jointly led, on a voluntary basis, by a bereaved parent and a professional "psy". The significance of a co-leadership and the way it operates are examined. The voluntary position of the "psy", as well as the joint contribution between the bereaved parent who allows identification by the members of the group and the professional "psy" who acts as a safety

Vous pouvez contacter les groupes d'entraides *Apprivoiser l'absence* au numéro suivant : + 33 (0) 1 40 89 06 21

You can contact the support groups *Apprivoiser l'absence* on this number: + 33 (0) 40 89 06 21

D. Davous (✉)
126, rue Nationale, F-75013 Paris, France
e-mail : davous@ccr.jussieu.fr

A. Ernoul
49, rue Roger-Salengro, F-92160 Antony, France

Animatrices de groupes d'entraide *Apprivoiser l'absence*, au sein de l'association *Choisir l'Espoir Ile-de-France*, auteurs-coordonnateurs de *Animer un groupe d'entraide pour personnes en deuil*. Collection *Au-delà du témoignage*, L'Harmattan, Paris, 2001.

A. Ernoul est également auteur de *Apprivoiser l'Absence*. Coll. *Les Enfants du fleuve*, Fayard, Paris, nouvelle édition 1999. Le nom des groupes a été donné en référence à ce livre.

D. Davous est également auteur de *A l'aube du huitième jour... Capucine*. Collection *Écritures*, L'Harmattan, Paris 1997.

mooring for the groups are analysed. The place and the specificity of these groups within the network of aid to bereaved persons are described. The way the groups operate may throw a light on the problems arising in groups of persons suffering a loss whatever it may be. This implies from the organisers a perfect knowledge of the way the network of assistance operates together with the other means of coping with bereavement.

Keywords: Loss of child - Coping with bereavement - Support groups - Co-leadership - Professional "psy" - Network of aid

Introduction, contexte et origine des groupes d'entraide

En France, le point de départ de la réflexion sur l'accompagnement du deuil se situe en 1992, dans le cadre d'un groupe de recherche¹ mis en place sous la double impulsion de la Société de Thanatologie et de la Fondation de France.

Les groupes d'entraide pour parents en deuil *Apprivoiser l'Absence*², ont été créés dans cette mouvance, en 1993, dans le cadre de l'association *Choisir l'Espoir*, association d'aide aux enfants atteints de cancer et à leur famille. Ils s'adressaient initialement à des parents d'enfants décédés de leucémie ou de cancer. Ils sont maintenant proposés à des parents ayant perdu un enfant, toutes causes de décès confondues.

La spécificité de la mort de l'enfant (perte de l'avenir, enfant investi de projets, réactivation du vécu de l'enfance des parents, remise en cause de l'identité de parents, etc.) a fait choisir de constituer des groupes réservés aux parents en deuil ; la mort d'un enfant est unanimement reconnue par les spécialistes du deuil comme un facteur de risque majeur (Bacqué, 1995).

Toutefois, ce modèle peut éclairer ou rejoindre des problématiques de groupes proposés à toute personne éprouvant une perte ou à des groupes ayant des modes de fonctionnement différents (groupe ouvert par rapport à groupe fermé par exemple).

Qu'est-ce qu'un groupe d'entraide ? Les enjeux

Les théories actuelles sur le travail de deuil tiennent pour essentiel le besoin éprouvé par la personne en deuil d'évoquer très consciemment, le plus souvent possible, la réalité de la perte. Dans leur « théorie de l'oscillation » Margaret Stroebe et Henk Schut (Stroebe, 1999) revisitent les hypothèses sur le

travail de deuil et développent que toute personne oscille entre deux orientations : une orientation vers le passé, la perte et les souvenirs, et une orientation vers l'avenir, la reconstruction et les projets ; la personne en deuil effectue des va et vient entre deux pôles : un pôle où domine la perte qu'elle a subie et le passé dans lequel elle s'inscrit et un pôle dans lequel se dessine une tentative de reconstruction et un avenir à nouveau possible. C'est essentiellement à ce modèle que se réfèrent les groupes d'entraide *Apprivoiser l'Absence*.

Aide mutuelle et solidarité

La notion de groupe d'entraide vient des pays anglo-saxons et du Canada (Barough, 1992 ; Monbourquette, 1996). Un groupe d'entraide est un groupe de personnes traversant les mêmes difficultés ou les mêmes pertes ou séparations (la mort d'un proche, le chômage, le divorce, la maladie, etc.) qui désirent en parler et croient en la complicité et la confiance générées par le fait de vivre une expérience similaire ainsi qu'en l'aide mutuelle qu'elles peuvent s'apporter dans la reconstruction de leur vie. La demande de participation à un groupe d'entraide est souvent basée sur le sentiment exprimé par les personnes concernées que seuls ceux et celles qui ont vécu une expérience similaire peuvent les comprendre.

Ce qui est profondément différent des groupes d'analyses de pratiques ou des groupes de thérapie.

Enjeux

Restaurer le lien social

Après un deuil, le retour à une vie sociale ne peut s'opérer brusquement. Le groupe d'entraide est un lieu où la personne en deuil se sent à nouveau en lien avec la société puisqu'elle appartient à un cercle reconnu qui symbolise l'environnement social. « Vous ne pouvez savoir le bien que ça me fait d'entrer dans la dynamique des liens qui se tissent », dit une maman à la fin d'une rencontre. Il représente un « sas social » dans lequel la personne en deuil s'exerce à la relation avec des pairs, dans le but de parvenir à communiquer à nouveau avec des personnes différentes d'elle, c'est-à-dire qui n'ont pas subi récemment la perte d'un être proche.

Enjeu psychologique

Le deuil réveille souvent des souffrances personnelles antérieures, des conflits non résolus. Lors de leur mise à jour au sein des groupes, les animateurs soulignent que ces questions ne peuvent être prises en charge dans ces groupes, qui ne sont pas des groupes de thérapie, même s'ils ont un indéniable effet thérapeutique. Les animateurs signalent l'importance de pouvoir travailler ces questions en dehors du groupe (l'animateur « psy » a un rôle précieux pour pouvoir identifier les situations nécessitant une aide thérapeutique).

Enjeu de santé publique

Ces groupes présentent un enjeu modeste mais réel de santé publique, dans la mesure où ce sont des lieux pouvant prévenir, grâce à un espace de parole proposé dès le début du

¹ Ce groupe rassemblait plusieurs associations ayant trait à la maladie grave, aux personnes âgées, aux soins palliatifs ou au deuil, des personnalités qualifiées, des représentants des professions funéraires et de la Direction générale de la Santé. Son but était de promouvoir une réflexion inter associative sur le deuil et les personnes en deuil dans notre société, en vue de mettre en place des projets précis tant au niveau de l'aide aux personnes en deuil, y compris les enfants, qu'au niveau de la formation.

² La source de cet article est l'ouvrage dont Annick Ernoul et Dominique Davous, sont auteurs-coordonnateurs : *Animer un groupe d'entraide pour personnes en deuil*, collection *Au-delà du témoignage*, L'Harmattan, Paris, 2001.

deuil, une éventuelle complication du deuil. Un père résumait ainsi la façon dont le groupe l'avait aidé à reprendre goût à son travail professionnel et à la vie : « De filet pour empêcher la chute, le groupe est devenu, au fil des rencontres, jardin où je me rendais avec envie ».

Présentation du modèle des groupes d'entraide *Apprivoiser l'absence*

Modes de fonctionnement des groupes

Il s'agit de groupes fermés, ce qui signifie qu'ils commencent et se terminent avec les mêmes personnes. Ils réunissent 8 à 10 personnes, à raison de 12 séances de 2 h 30, sur une année. Essentiellement féminins à leur création ils regroupent maintenant autant d'hommes que de femmes et de plus en plus de couples. Ils sont proposés de 3 mois à 3 ans après le décès. Les réunions se tiennent dans un lieu neutre. La participation est gratuite. Ils sont co-animés de façon bénévole par un parent en deuil et un professionnel « psy » (psychologue, psychanalyste, psychiatre, thérapeute), en présence d'un observateur, parent en deuil, qui est là en formation, en vue de devenir lui-même, éventuellement, animateur. Les animateurs mènent un *entretien* avec chaque parent, en vue de présenter le mode et les règles de fonctionnement, également pour vérifier que c'est bien un groupe d'entraide qui convient pour cette personne.

Ils se déroulent sur un cycle de 12 séances. Se retrouver pendant un an permet de passer toutes les dates anniversaires importantes (anniversaire de naissance, commémoration du décès, rentrée des classes, Noël, fête des mères, des pères, etc.). Les deux premières réunions (très rapprochées) sont consacrées aux *récits* ; le récit est au cœur du groupe d'entraide et est indispensable ; il n'a pas besoin d'être fidèle aux événements ; il a pour objectif de créer, par le biais des sens, un état, une charge émotive. Le témoignage accueilli avec compassion par les membres du groupe, va permettre le partage à l'intérieur du groupe, par le biais de la résonance ; le groupe se constitue à partir de ces récits. Le récit permet aussi de redonner de la confiance à celui qui le fait en lui donnant une reconnaissance officielle et sociale de son vécu ; il crée l'appartenance au groupe (Berteaux, 2002).

Les autres réunions commencent autour d'un verre de l'amitié ; puis, le groupe s'installe confortablement et, après un moment de transition, un tour de table a lieu ; *ce temps de partage libre* vise à faire le point de tout ce qui s'est passé d'important depuis la précédente rencontre. Dans le deuxième temps de la rencontre, il est demandé aux participants un effort d'organisation, de rationalisation du vécu à travers le fil directeur que constitue le *thème*. Les thèmes sont des outils pour aider à la parole sur des sujets importants et/ou difficiles. Ils donnent un cadre aux échanges ; certains sont considérés comme incontournables, soit qu'ils surgissent d'eux-mêmes dans les groupes, soit qu'ils nécessitent d'être abordés, par exemple, la relation avec les autres, la colère, la tristesse ou la culpabilité.

La fin du groupe, anticipée par les animateurs, est toujours vécue comme une violence par les membres du groupe ; c'est un nouveau deuil à faire qui engendre beaucoup de crainte sur « l'après ». Cette dernière réunion doit permettre à chacun de prendre conscience du chemin parcouru et de le symboliser. Il peut y aussi avoir une réalisation de fin de groupe (livret, poster, cassette, etc.) ; c'est aussi le moment du bilan, de l'évaluation du vécu du groupe (pour guider, un questionnaire est remis aux participants lors de l'avant-dernière réunion).

Entre les séances, une *synthèse*, faite par les animateurs, est envoyée aux participants et sert de lien entre les membres du groupe ; elle permet aux animateurs de faire la relecture du vécu du groupe et de choisir le thème pour la séance d'après. Voici, au fil des groupes, ce qu'en disent des parents : « C'est une trace qui fait revivre la séance - C'est un cordon ombilical entre les deux réunions - La synthèse est essentielle car la mémoire souvent défaille - Les mots écrits sont là, on peut les relire et les garder - La synthèse représente un catalogue d'émotions - Quand le groupe sera achevé, je la prendrai comme un trésor chaque fois que je ne serai pas bien et j'espère qu'elle m'apportera réconfort et plénitude. »

Les animateurs (rigueur, expertise)

Ils sont bénévoles, formés à l'écoute active et à l'accompagnement du deuil, au clair sur leurs motivations. Ils acceptent le travail en équipe, la co-animation et une supervision régulière.

L'animateur est le modérateur, le régulateur du groupe, veillant à ce que chacun ait sa place dans les échanges et dans les relations entre les membres du groupe ; en particulier lorsqu'un couple participe à un groupe, l'animateur sollicite l'expression de chacun des parents. Si l'animateur est responsable de ce qui se passe dans le groupe au niveau de la qualité des échanges et du temps imparti à chacun, il n'est pas responsable d'événements difficiles survenant aux membres du groupe (chômage, divorce... et même jusqu'aux tentatives de suicide).

Il manifeste de l'empathie par la reconnaissance et la validation de l'expression des personnes ; par la patience, en laissant aux personnes le temps qui est le leur pour leur expression verbale ou émotionnelle ; par la qualité de l'écoute et la disponibilité (le respect des silences et une présence effective de corps et d'esprit). Par ses qualités de chaleur et d'écoute, par une attitude qui favorise la résonance entre les participants, il sécurise le groupe.

Il reconnaît et encourage les efforts ; il encourage le fait de nommer les choses.

Il s'efforce de faire accepter la réalité de la perte, de faire émerger la souffrance dans ses composantes verbales et émotionnelles, de débusquer en douceur les résistances. Il aide à identifier ce qui se vit : « Je me suis aperçue que ce que j'avais perdu, c'était non seulement mon fils, mais toute une façon de vivre. »

La co-animation Parent en deuil-professionnel « psy » (Berrichon, 2001)

Les groupes *Apprivoiser l'Absence* sont co-animés par deux animateurs bénévoles, c'est-à-dire volontaires et non-payés. La co-animation suppose tout autant une capacité à laisser de l'espace à l'autre animateur qu'une capacité à occuper soi-même une juste place. Au sein de ces groupes, le principe de la co-animation par un parent en deuil et un professionnel, tous deux formés à l'accompagnement du deuil a été mis en place. Le professionnel est, de préférence, « psy » : psychologue, psychiatre ou psychothérapeute. Il peut aussi s'agir d'un professionnel formé à l'écoute des personnes en deuil et à la dynamique de groupes, si un animateur psy n'a pu être trouvé.

Au Canada, où les groupes de soutien et d'entraide existent depuis plus longtemps qu'en France, lorsqu'il s'agit de groupes pour adultes en deuil, les animateurs sont deux personnes en deuil ; seuls les groupes d'enfants et d'adolescents en deuil nécessitent la présence d'un animateur professionnel en plus de celle d'une personne en deuil. En France, les pratiques sont diverses.

Les groupes *Apprivoiser l'Absence* sont co-animés en présence d'un observateur parent en deuil, le plus souvent ayant lui-même participé à un groupe d'entraide. Parce qu'un professionnel a, *a priori*, des repères plus rapides que ceux d'un parent en deuil pour s'adapter aux modalités de fonctionnement d'un groupe, il ne lui est pas demandé de passer par le statut d'observateur.

L'intérêt de la co-animation

Comme pour d'autres types de groupes, la co-animation est à l'évidence intéressante à de nombreux égards pour les groupes d'entraide.

Aux participants, elle offre, par elle-même, une double écoute (à laquelle s'ajoute celle de l'observateur). Établi sur un certain mode de fonctionnement, le binôme d'animation favorise un type de communication en réseau, indispensable notamment à l'exploitation de l'effet de résonance alors que la présence d'un seul animateur dans un groupe suscite volontiers une communication en faisceau, un effet de centration sur l'animateur, des processus d'appropriation et, en reflet, la tentation pour l'animateur d'un accompagnement qui développerait la dépendance des membres du groupe à son égard.

Pour les animateurs, la co-animation représente une plus grande garantie de fidélité aux objectifs et aux moyens définis, une vision plus objective des perceptions et observations personnelles et, avant même les supervisions, la possibilité d'examiner et de mettre à l'épreuve de l'autre les malaises, les interprétations, les mécanismes d'identification et de projection qui surviennent inévitablement lors des réunions. Cette situation de co-animation favorise une analyse des situations meilleure et plus complète et par conséquent une relecture des séances et de l'évolution du groupe plus objective.

Il est par ailleurs certain que la co-animation apporte un certain confort et renforce le sentiment de sécurité de l'équipe d'animation (observateur compris qui interfère lui-même sur le groupe) dans la mesure où les animateurs ont acquis une confiance, une connaissance les uns des autres qui leur permettent de privilégier entre eux une communication ouverte.

Les modalités de fonctionnement de la co-animation

Co-animer est une expérience intime qui nécessite que les modalités de fonctionnement et la place de chacun soient définies, discutées et réévaluées sur la base de l'expérience partagée. Les entretiens menés en commun, outre qu'ils permettent d'inaugurer la constitution du groupe membre après membre, sont l'occasion de cette discussion préalable entre animateurs. Elles font ensuite l'objet d'un ajustement réciproque, constituant lui-même la co-animation spécifique entre ces deux personnes-là, avec l'éclairage approprié des expériences d'autres animateurs lors d'une supervision. À ce titre, il est important que les animateurs se fixent, après chaque séance, un temps d'échange qui entre dans cette démarche d'adaptation réciproque, ainsi qu'au groupe lui-même.

Cette démarche s'appuie sur le désir et la capacité des animateurs à adopter l'un à l'égard de l'autre une position qui encourage le développement de leur complémentarité, le partage des résonances individuelles pour que chacun puisse interroger sa façon de co-animer avec l'autre. Elle demande également une bonne connaissance relationnelle de la personne avec qui on anime afin que le plaisir pris à cette collaboration soit présent.

Les modalités de fonctionnement de la co-animation peuvent être très diverses et il n'y a pas lieu d'en fixer des règles. Toutefois il est intéressant que les deux animateurs s'accordent sur leur rôle dans le groupe (et si possible que les rôles s'échangent au fil des rencontres) : l'un est animateur « principal » et gardien du temps (temps de parole de chacun, temps de la rencontre, etc.), vigilant quant au déroulement de la rencontre ; l'autre animateur peut ainsi être dans un rôle d'observation du groupe ; il peut aussi intervenir à vif, au vu d'une réaction d'un participant que l'animateur principal a pu ne pas repérer. Lors de la relecture du vécu du groupe entre animateurs, il est à même de porter un regard plus distancié que celui de l'animateur principal.

Le parent en deuil dans l'animation

La place de l'animateur parent en deuil semble aller de soi. Il est un « aidant naturel », un autre qui est passé par l'épreuve de la perte de son enfant, un pair avec qui partager l'innommable à cette période où prédominent dans la vie des personnes en deuil les sentiments d'isolement, d'incompréhension, de solitude et de marginalisation sociale. Cette personne qui anime et qui a connu, elle aussi, la perte d'un enfant joue le rôle d'étincelle, de déclencheur par rapport au groupe : « Moi parent en deuil, je me reconnais dans cette personne. »

Elle peut tout entendre, fait miroir et fournit des repères pour poursuivre la route. Elle permet un transfert particulier fait de complicité et de confiance, ancré dans l'expérience commune, celle de la perte d'un enfant. L'animateur parent en deuil est un pôle d'identification très fort pour le groupe.

Comme l'animateur parent en deuil s'appuie sur son expérience, celle de la traversée de l'épreuve, qui débouche, au présent, sur sa capacité à réinvestir cette expérience dans le soutien qu'il souhaite offrir à d'autres, sa seule présence à cette place témoigne des éventuelles potentialités de chaque membre et du moins de l'évolution possible du deuil après la mort de l'enfant. Il est témoin au sens où il incarne la preuve que l'on peut survivre au cataclysme que représente la perte d'un enfant ; en cela il est porteur d'espoir. Il témoigne non seulement que l'on peut survivre mais revivre après une telle épreuve : « Si cette personne s'en est sortie et est capable d'entendre ma peine, alors moi aussi je pourrai m'en sortir. »

L'animateur parent en deuil ne se pose pas pour autant en modèle. Il a un profond respect du chemin unique fait par chacun dans cette aventure qu'est l'élaboration du processus de deuil. Il veille à ne pas passer du pôle d'identification à un pôle de modélisation ou de projection.

Le professionnel psy dans l'animation

Pourquoi un professionnel psy ? Ses motivations à s'engager

L'animation de groupes de parole, de soutien, de formation est un des aspects de l'intervention d'un professionnel. Un autre est l'animation de groupes de thérapie, définis par leur structure, le rôle du thérapeute et l'utilisation de techniques thérapeutiques précises bien que non spécifiques à la situation de groupe. Cependant, les facteurs qui interviennent dans le processus thérapeutique sont difficiles à identifier précisément. En tant que telle, la situation de groupe est porteuse de changements individuels, dès lors que les personnes réunies sont encouragées à exprimer librement leurs perceptions et leurs émotions et à écouter celles exprimées par d'autres.

La motivation à co-animer un groupe avec un parent en deuil, pour le professionnel, s'articule sur :

- le deuil comme expérience humaine et, à ce titre, non reliée *a priori* à une interprétation psychopathologique qui justifierait l'intervention de professionnels spécialistes, mais susceptible d'abord d'être partagée entre pairs ;
- une conception de l'humain comme capable par lui-même d'évolution, de développement, de relation à lui-même et aux autres, de faire face à l'angoisse et de vivre avec les épreuves et les sources d'angoisse, aussi abominables qu'elles puissent être parfois ;
- l'engagement dans une démarche de solidarité et la conviction qu'il est, dans cette expérience, un espace dans lequel chacun peut trouver sens à ce qu'il vit, dans le lien qui le relie aux autres, à d'autres, dans son identité personnelle.

La motivation à s'investir dans l'animation d'un groupe trouve aussi son origine dans l'expérience personnelle. Il y a

bien sûr l'expérience du deuil, des pertes et le travail qu'elles ont suscité chez le professionnel comme chez le bénévole, qui s'inscrit dans cette dynamique de soutien. C'est aussi le fondement d'une communauté à vivre, réunissant dans une démarche et des objectifs communs des personnes différentes, dans le respect de leur personnalité, de leurs expériences et de leurs compétences.

Enfin, pour le professionnel, s'engager dans cette démarche c'est aussi laisser par là-même de côté une part de son statut, et tenter de se prémunir d'un professionnalisme hermétique, en somme une incitation à renouveler et approfondir ses propres motivations.

Un statut ambigu, une place paradoxale

Acceptant de collaborer à l'animation, il accepte un statut de professionnel bénévole dont le cadre n'est pas extrêmement précis. Il peut en éprouver une certaine gêne dans le choix des stratégies à employer dans le contexte du groupe d'entraide et à trouver sa propre façon d'intervenir dans l'animation. Le groupe est défini par l'aide naturelle, la solidarité, l'entraide. Le psy peut se trouver alors dans une demande ambiguë : utiliser ses compétences autrement qu'il le ferait habituellement dans le cadre professionnel, s'appuyer sur elles tout en s'efforçant de ne pas les placer au premier plan.

En regard des définitions du groupe d'entraide, la place du professionnel psy peut paraître tout à fait paradoxale. Le professionnel psy se joint au groupe dans le respect de la philosophie du groupe d'entraide et des principes qui le sous-tendent. Il accepte de se défaire de son statut formel de professionnel psy et des modalités d'intervention habituelles à son exercice professionnel qui peuvent être très différentes. Lorsque s'exprime, au cours d'une réunion, un état de souffrance que le parent relie à une problématique antérieure à la perte, la difficulté pour le professionnel est de ne pas s'engager dans une dynamique d'investigation comme il le ferait en groupe de thérapie ou en aide individuelle. Bien que ses connaissances et ses compétences (en matière de déroulement de deuil, d'écoute et d'animation des groupes, etc.) soient sollicitées, son engagement personnel dans l'équipe d'animation comme expression d'une solidarité au-delà de son champ professionnel est au premier plan. C'est pourquoi le professionnel qui s'engage dans cette démarche peut aussi se présenter (et se représenter) comme un pair, traduisant par sa participation la solidarité qui le mobilise. Il paraît important qu'il soit aussi en contact avec son expérience personnelle du deuil et de la perte et qu'il puisse aussi s'appuyer sur elle, quitte à s'autoriser à résonner aux paroles échangées comme tout autre membre du groupe.

Comme dans toute équipe qui se constitue, un temps d'adaptation est nécessaire et structurant, car il détermine ensuite l'articulation appropriée des compétences de chacun et leur développement réciproque.

Le professionnel, quelle que soit sa personnalité et sa pratique, s'il n'a pas perdu d'enfant, est marqué par la réalité de

cette différence par rapport au groupe. En cela, il représente l'autre, celui qui ne saura jamais, qui ne peut imaginer. C'est ce qui, articulé avec sa compétence professionnelle, peut lui permettre parfois d'échapper aux identifications avec ce qui est dit, de garder une distance relativement juste et d'être parfois plus aisément attentif à ce qui singularise l'expérience de chacun. C'est aussi ce qui peut encourager à s'efforcer de communiquer avec celui qui n'a pas vécu cette épreuve, avec les limites et aussi les possibilités qui restent à explorer.

Alors que le parent ayant vécu la perte de son enfant s'appuie sur son expérience (et répond par sa présence même au sentiment que seul celui qui l'a vécue peut le comprendre), le professionnel s'appuie sur ses compétences et ses connaissances pour :

- mettre en relief les éléments qu'il identifie comme déterminants dans le déroulement actuel et l'évolution ultérieure du processus de deuil ;

- attester de la « normalité » de ce que vivent les participants. La parole du professionnel peut aider à légitimer et valider les ressentis et les émotions, en particulier lorsque l'angoisse du parent est majorée par sa propre interprétation de ses réactions (ou encore celle de l'entourage). Cela peut contribuer à briser le cercle des reproches que se formule la personne en deuil et qui la maintient dans une appréhension dépressive du monde et de ses relations avec les autres. Il est parfois sollicité par le groupe pour donner un avis sur des attitudes et des comportements, notamment concernant la fratrie en deuil ;

- favoriser l'expression de l'ambivalence, notamment celle éprouvée à l'égard du défunt ;

- exercer une vigilance particulière afin qu'aucun membre du groupe ne sorte de la réunion dans un état de réelle détresse (pouvant aller jusqu'à envisager, en accord avec le co-animateur, un appel téléphonique avant la prochaine rencontre) ;

- aider à l'identification de processus pouvant nécessiter une aide (psychologique et/ou médicamenteuse) extérieure au groupe, en apportant des informations et en répondant aux questions plutôt qu'en proposant avant même qu'une demande de cet ordre soit formulée.

Parce qu'il n'est pas embarqué dans la tornade du deuil et parce que le groupe lui attribue un savoir théorique, l'animateur psy est une racine de sécurité pour le groupe. Il est aussi une racine de sécurité pour l'animateur parent en deuil.

Déjà en amont, lors de l'entretien, la présence de l'animateur professionnel psy est particulièrement précieuse car il est à même de déceler chez un participant certaines données psychiques relevant d'un travail thérapeutique (risque de complications de deuil) ce qu'un parent en deuil (sans formation particulière dans ce domaine) n'est pas nécessairement à même de déceler. Il est plus à même également, en cas de prise de médicaments par un participant, d'en évaluer l'impact sur sa capacité d'investissement dans le groupe et sur les complications éventuelles de son deuil.

Confiance commune dans le groupe et complémentarité de la co-animation

Le professionnel psy est là, au même titre que le parent en deuil animateur, pour vivre les valeurs développées dans le groupe : l'accueil, la compassion, le témoignage, le partage et la résonance. Tous deux ont à cœur de développer des qualités d'écoute, de patience, d'empathie. Tous deux sont là au titre de témoins : témoins qui entendent et témoins qui attestent du chemin parcouru. Tous deux savent que le rythme d'intégration personnel du deuil appartient à chacun et est propre à chacun. Tous deux savent que s'ils peuvent agir en complémentarité, c'est avant tout le groupe lui-même qui apporte une aide bienfaisante dans le soutien et les recherches de réponses aux questions posées par ses membres.

Ainsi, les critères pour être animateur s'appliquent au parent en deuil comme au professionnel et, en particulier, tout comme il est demandé au parent en deuil d'avoir travaillé la distance à son propre deuil et d'être capable de n'en parler que très discrètement et en écho à un témoignage d'un membre du groupe, il est demandé au professionnel de ne pas mettre en avant ses références théoriques.

« La présence d'un professionnel " psy " n'est certes pas une condition indispensable pour la co-animation mais elle apparaît, après plusieurs années de pratique, d'une grande richesse. Dans les groupes d'entraide *Apprivoiser l'Absence* qui, à ce jour, ont été suivis par plus de 200 parents, la spécificité de l'animation de ces groupes repose sur cette co-animation : Je peux être vraiment un animateur parent en deuil en toute sécurité grâce à la présence du psy, et ce dernier peut être entendu par le groupe en tant que psy grâce à ma présence de parent en deuil. Elle permet une conjugaison très riche du pôle d'identification et du pôle de référence théorique du deuil, de l'autorité de l'expérience reconnue à l'animateur parent en deuil avec celle du " savoir " attribué par le groupe à l'animateur psy. » (Ernoul, 1998).

L'intervention de Christophe Fauré

Accompagnement du deuil : complémentarité entre bénévoles d'associations et professionnels, dans le cadre du séminaire : Pertes deuil et groupes d'entraide II, qui s'est tenu à l'Espace éthique AP-HP à Paris (Fauré, 2002) apporte des compléments de réflexion sur la co-animation.

Les aides complémentaires, les relais - le travail en réseau. Les limites des groupes d'entraide

Le groupe de soutien et d'entraide s'inscrit tout naturellement dans la *palette d'aide qu'il est important de pouvoir proposer aux personnes en deuil*. La participation à ces groupes n'est certes pas une obligation et il est clair qu'elle ne convient pas à toutes les personnes vivant un deuil. Par ailleurs, la plus grande limite du groupe d'entraide est qu'il ne peut exister seul : il a besoin d'être enrichi par des soutiens médical, psychologique et corporel.

Les médecins, le médecin de la famille

Les médecins, le médecin de famille, en particulier, peuvent prendre une place importante dans l'accompagnement du deuil. La connaissance du réseau (Moreau, 2001) et le travail en relais avec les divers organismes existants leur permet d'orienter chaque membre de la famille vers une aide appropriée. L'éventuelle prescription de médicaments n'a plus pour fonction de masquer la souffrance et la reporter inévitablement à plus tard, mais de soutenir l'effort physique et psychique de la personne dans sa confrontation avec la souffrance (Fauré, 2001).

Une aide thérapeutique individuelle

De plus en plus souvent, ces groupes sont des relais vers un travail de thérapie individuelle avec un professionnel de l'écoute du deuil. Toutefois, l'aide du « psy », souvent nécessaire, ne peut être opérante que si elle répond à un désir de la personne en deuil d'effectuer un travail de ce type.

Le deuil réveille souvent des souffrances personnelles antérieures, des conflits non résolus. Lors de leur mise au jour au sein des groupes, les animateurs soulignent que ces questions ne peuvent être prises en charge dans ces groupes qui ne sont pas des groupes de thérapie ; ils signalent l'importance de pouvoir les travailler en dehors du groupe. Même s'il n'est pas seul à pouvoir le faire, l'animateur « psy » a un rôle précieux pour identifier les situations nécessitant une aide thérapeutique et aider éventuellement les participants à prendre une décision dans ce sens.

La prise en compte du corporel est encore très insuffisante dans l'aide aux personnes en deuil

Le corps mémorise et stocke les émotions que l'esprit contrôle plus ou moins. Quand celui-ci ne peut plus les maîtriser (souffrance totale, abandon, deuil, etc.), le corps développe petit à petit des tensions responsables de symptômes variés (douleur, fatigue par exemple). Il peut alors être fait appel à des techniques telles que kinésithérapie, relaxation, massages, shiatsu, réflexologie qui permettent de libérer les tensions physiques émotionnelles, ou à des soins spécifiques (cures de thalassothérapie ou sophrologie par exemple). C'est par l'écoute du corps et le travail du ressenti que s'ouvre alors la voie de la guérison.

Conclusion

La présentation des groupes d'entraide *Apprivoiser l'absence* et de leur mode de fonctionnement met en évidence l'une des spécificités de ces groupes : la co-animation de façon bénévole par un parent en deuil et un professionnel « psy » ; la co-animation s'exprime par la confiance commune dans le

groupe et la complémentarité. Une autre originalité dans le mode de fonctionnement de ces groupes tient aussi à la présence, au sein du groupe, d'un observateur en formation en vue de devenir un éventuel futur animateur.

Le fonctionnement de ces groupes peut éclairer, ou rejoindre, des problématiques de groupes proposés à toute personne éprouvant une perte. Ils nécessitent, de la part des animateurs, une parfaite connaissance du réseau d'accompagnement du deuil ; ils s'inscrivent la palette d'aide qu'il est important de pouvoir proposer aux personnes en deuil.

La réponse de la société au phénomène de la mort a beaucoup évolué ces dernières années, comme le constate le sociologue Patrick Baudry (Baudry, 1999). En essayant de maîtriser la mort, de l'occulter, voire de la couper de sa dimension sociale, la société d'aujourd'hui a provoqué une marginalisation des personnes en deuil. Les groupes d'entraide constituent l'une des réponses à cette difficulté qu'éprouvent les personnes en deuil à communiquer avec l'entourage. L'appartenance à un groupe permet de faire l'expérience d'une certaine fraternité et participe de la restauration du lien social (Centre François-Xavier Bagnoud, 2003).

Références

- Bacqué MF (2002) *Le deuil à vivre*. Odile Jacob Poches, Paris
- Barough G (1992) Support groups : the human face of the HIV/AIDS epidemic. A handbook for the health care professionals, people with AIDS, their loved ones, and the community-at-large. LIAAC (Long Island Association for AIDS Care, Inc), New-York
- Baudry P (1999) *La place des morts*. Colin (Chemins de traverse), Paris
- Berrichon G (2001) *La co-animation* in *Animer un groupe d'entraide pour personnes en deuil*. L'Harmattan, Collection Au-delà du témoignage, Paris, pp. 53-8
- Berteaux D (2001) La méthode des récits de vie. Définition, propriétés, fonctions. *Recherche en soins infirmiers* 64: 16-27
- Carverhill PA (2002) Qualitative research in thanatology. *Death Studies* 26: 195-207
- Ernoul A (1998) Intervention dans le cadre du Centre François-Xavier Bagnoud, au colloque de Médecine suisse palliative, le 7 novembre 1998, avec l'aimable autorisation du centre FXB, 9, rue Yvart, 75015 Paris (actes des congrès)
- Ernoul A, Davous D (2001) *Animer un groupe d'entraide pour personnes en deuil*. L'Harmattan, Collection Au-delà du témoignage, Paris
- Centre François Xavier Bagnoud (sous presse) *L'accompagnement du deuil*. Chapitre Deuil et lien social : le groupe d'entraide et le suivi de deuil à domicile.
- Fauré C (2001) *Deuil et prescription médicamenteuse* in *Animer un groupe d'entraide pour personnes en deuil*. L'Harmattan, Collection Au-delà du témoignage, Paris pp. 97-101
- Fauré C (2002) Intervention dans le cadre du séminaire : Pertes, deuil et groupes d'entraide II, Espace éthique AP-HP, 21 mars 2002. A paraître, consultable sur www.espace-ethique.org
- Monbourquette J (1996) *Groupe d'entraide pour personnes en deuil : comment l'organiser et le diriger*. Novalis, Ottawa
- Moreau E (2001) *Vivre le deuil avec la Fondation de France*. Editions Jacob Duvernet, Guide France Info, Paris
- Stroebe M, Schut H (1999) The dual process model of coping with bereavement : rationale and description. *Death Studies* 23: 197-224