

EN ROUTE AVEC LES JEUNES EN CETTE PÉRIODE DE PANDÉMIE

Nous vivons dans une époque d'incertitude. Cette parole, ainsi que d'autres, fait partie de notre vocabulaire, de notre désir, de nos recherches. Aussi de la jeunesse d'aujourd'hui. Il est courant d'entendre dans différents espaces que les gens se sont traversés par l'"anomalie". Il y a des changements dans les pratiques quotidiennes, les habitudes, les horaires. Il semble que nos villes, celles du monde et celles du pays, ont changé. La pandémie est une situation si particulière qu'elle mobilise nos émotions, en nous sentant étrangers à nous-mêmes. C'est pourquoi ces notes peuvent être un portrait de quelque chose de ce qui nous arrive et des orientations sur la façon de traverser le mieux possible cette période. Comment accompagner les jeunes, garçons et filles, qui ont soudainement retrouvé leurs ressources et leurs nombreuses questions plongées dans un nouveau monde, un monde aux multiples interrogations.

Sur le chemin, il peut parfois faire sombre

Nous pouvons considérer une image : vivre dans l'incertitude, c'est comme traverser un pont où le chemin émerge à mesure que nous marchons. Imaginez un lac à traverser et dont le chemin n'est pas marqué. Il émerge à chaque pas. Réfléchissez un instant à toutes les émotions et les sentiments que cela génère. J'aime cette image, parce qu'elle représente un début et une fin, mais nous ne savons pas quelle est l'étape suivante et à quelle étape du chemin nous en sommes. Nous savons seulement que l'incertitude engendre l'insécurité, elle est floue, inconnue et nous inquiète. Et cela soulève beaucoup de questions, fondamentalement des questions sur la vie, sur la façon de vivre sa propre vie. La pandémie nous confronte à la possibilité de perdre, parmi tant de pertes, il y a notre propre vie même ou celle de ceux que nous aimons. C'est pourquoi je vous encourage à dire que ce qui nous préoccupe le plus actuellement, c'est de prendre soin de la vie.

Du point de vue psychologique, je voudrais distinguer trois concepts qui représentent une partie de ce que nous ressentons et de ce que les jeunes ressentent, ou ont ressenti, pendant cette période de pandémie : la frayeur, la peur et l'angoisse. La frayeur est un état provoqué par un danger auquel nous ne nous attendions pas. Et c'est pourquoi c'est un état que nous pourrions qualifier d'irrationnel, où nos réactions sont imprévisibles. La peur, dont on parle généralement très mal, est liée à une situation prévue, mais contre laquelle nous pouvons nous défendre. C'est pourquoi la peur est si importante pour prendre soin de nous. L'angoisse est un peu plus complexe et profondément humaine, elle est proprement nôtre, elle est existentielle et ontologique, elle a à voir avec notre identité la plus profonde. On peut la définir en disant que c'est un affect de mécontentement plus ou moins intense qui se manifeste au lieu d'un sentiment inconscient chez un sujet en attente de quelque chose qu'il ne peut nommer. Mais l'angoisse, étant existentielle, est aussi possible. Avec cela, nous pouvons dire que se sentir angoissés ou anxieux ne nous rend pas toujours impossible. Comme le dit la psychanalyste et philosophe française Anne Dufourmantelle dans *Éloge du Risque* (2019): "L'angoisse ressemble à la neige dans un paysage dévasté; à première vue, tout semble blanc, intact, presque irréel. Ce n'est qu'après, avec le dégel, qu'apparaissent les accidents du terrain" (p.97). Tel est le paysage de la vie des

jeunes en cette période de la pandémie. En partie, c'était déjà le cas. Peut-être que certains vont se libérer de la frayeur, d'autres savent affronter la peur de différentes manières, mais il est indéniable que la situation de la pandémie les a affrontés à leur propre angoisse. Et comme l'image de la neige, à mesure qu'elle fond, commencent à apparaître les blessures, la solitude, le désespoir dans lequel beaucoup ont dû être et sont. C'est l'image d'un chemin difficile, parfois désolé. Mais l'angoisse nous permet d'affronter notre malaise avec des questions et d'élaborer quelque chose sur ce qui nous est arrivé et qui nous arrive. Pas tout, mais quelque chose est possible. Nous sommes tous sur cette voie.

À la suite de certains auteurs, nous pouvons dire que le Coronavirus, la Covid19 ou comme ils veulent l'identifier, a eu et a la particularité de produire la peur et l'angoisse. La peur parce que c'est quelque chose de dangereux, prévu, une maladie contagieuse dont nous devons nous soigner, nous protéger, en suivant les indications que donnent de nombreux médecins et spécialistes: bien nous laver les mains, maintenir une distance prudente avec les autres, sortir le moins possible de la maison ; prendre plus soin de nous-mêmes si nous sommes entre autres, des personnes à risque. En attente d'un vaccin ! Mais ce virus génère aussi de l'angoisse, parce qu'il est invisible et nous ne savons pas exactement où il se trouve, ils l'ont appelé "l'ennemi invisible", et c'est pourquoi il nous angoisse. D'après ce que je vous expose, nous pouvons dire que cela fait peur, mais il ne doit pas en être ainsi et il n'est pas souhaitable de désespérer.

Revenons à l'idée que l'angoisse est possible, étant associée à de nombreuses étapes et situations vitales, elle peut être porteuse de créativité et de transformation. Tant que nous nous calmons et que nous pouvons penser et faire réfléchir l'autre. Nous savons que la situation de la pandémie n'est pas permanente, que nous ne serons pas toujours dans cette situation. Mais avec elle, de nombreux symptômes sont apparus, certains étaient déjà là, mais cela est devenu visible dans la vie de nos jeunes : anxiété, désorganisation des temps personnels et des espaces, hyper-information, crise d'angoisse, sentiment d'enfermement, troubles du sommeil, automédication, consommation de substances ou toxicomanie, excès, solitude et isolement. Nous pourrions identifier beaucoup d'autres symptômes. Certains d'entre eux ont été vécus. Mais comment pouvons-nous intervenir ?

Marcher avec l'autre

Comme le dit un poète: en cela "nous partageons la soif et le verre". Nous vivons en partie le même sort que les jeunes, mais nous avons d'autres ressources qui nous permettent de partager le chemin, de tendre la main, d'aller à la rencontre sans laisser l'autre seul qui a besoin de nous.

La première chose qui apparaît comme une réponse est la priorité de prendre soin de nous-même, et ainsi prendre soin des autres. Cela ne nous était pas arrivé au moins de cette manière et que c'était une expérience de tant de personnes à la fois: La priorité aujourd'hui est de prendre soin de vous-même! La priorité de prendre soin de la vie! Prendre soin de la vie devrait être une évidence, mais souvent nous ne le faisons pas. Je me permets de dire que nous nous négligeons souvent sur quelque chose. Parce

que nous vivons dans la précipitation, avec beaucoup de choses à résoudre, toujours très importantes. Il semble que nous sommes toujours à court de temps. Nous vivons dans le futur, avec de nombreux projets et rêves à réaliser et aujourd'hui nous sommes invités, en réalité, on nous ordonne à nous arrêter et à nous concentrer sur nous dans les moindres détails. Aujourd'hui, prendre soin de nous est très exigeant, nous devons faire attention jusqu'au moindre détail. Aujourd'hui, prendre soin de nous est fondamental et demande beaucoup d'énergie. Prendre soin de nous, c'est prendre soin de l'autre. La vie elle-même est solidaire, on ne peut pas vivre sans les autres ni blesser l'autre.

La deuxième chose est de donner une place à l'autre. Il n'y a aucune possibilité d'être sans un autre qui nous donne une place. Nous existons parce que d'autres nous ont soutenus par la parole et le regard. De nombreux jeunes cherchent dans les réseaux un lieu pour être accueillis, pour avoir l'asile, pour être protégés. C'est un espace pour intervenir en tant qu'adultes, qui, tendent la main, ne résolvent pas toutes les questions mais qui marchent côte à côte en leur donnant une place. Quand les jeunes ne trouvent pas une place à l'autre, ils le cherchent ailleurs et malheureusement il y a d'autres "offres" qui occupent une place d'autorité pour eux. Mais ils sont souvent délaissés, subjectivisés, dépersonnalisés. Il faut reconnaître les réseaux sociaux sont comme de nouveaux lieux de connexion, comme le dit Ganem (2013):

La technologie, en tant qu'outil de la culture, entre dans cette logique. Actuellement, elle a une incidence majeure sur le lien social. De nouvelles formes de liens entre les sujets sont apparues, dont le lien virtuel via Internet et la communication "personnelle instantanée" via la téléphonie mobile ou cellulaire. La technologie établit différentes façons de tisser des liens sociaux. Cependant, ces nouvelles formes de communication, lorsqu'elles sont utilisées en excès, sans mesure, comportent l'illusion qu'il est possible d'être avec tous et à tout moment. (pp. 88-89)

Nous verrons comment la technologie et les réseaux sociaux génèrent également des espaces de solitude.

Mais que pouvons-nous offrir ? La première chose à retenir est qu'écouter c'est intervenir. Donner de la place à la parole. Accueillir ce que l'autre a à dire. Et cette écoute offre des temps : Un temps pour penser à soi-même, pour s'écouter. Il existe de bonnes compagnies, telles que : la musique, la lecture, la rencontre avec quelqu'un d'autre. Toutes les expériences humaines, certaines spirituelles. Mais nous pouvons totalement offrir la rencontre avec l'Autre. Il n'y a rien de plus guérissant que de savoir qu'il y a toujours un Autre qui nous offre un lieu. La psychanalyste française, Anne Dufourmantelle, que j'ai citée précédemment, parle d'une perspective laïque de la prière, d'une manière précieuse que je souhaite partager avec vous (2019):

"La prière est un état dans lequel on attend une parole dont on sait qu'elle n'arrivera pas, mais qui est en même temps en nous, déposée à tout moment. La parole est liée à la faute de l'autre, cet autre absent qui ne répond pas, qui ne répondra pas, qui ne sait pas et qui, cependant, accueille notre voix comme aucune autre, dans l'ouverture absolue à l'inattendu. Existe-t-il un autre espace similaire? Il suffit de croire que

quelqu'un d'autre peut nous entendre, la plus intense espérance sur fond de nuit, quel paradoxe..." (p.64)

Ces belles paroles sont écrites par un philosophe et psychanalyste. Combien pourriez-vous Ajouter à cette expérience ? Avec une parole, avec la disposition à écouter et à accueillir l'autre, l'autre dans lesquelles sont tissés les réseaux de guérison spirituelle et psychologique. Je le dis en tant que psychologue, mais aussi en tant qu'homme de foi.

Troisièmement, il est très important de dire ce qui nous arrive. Même s'il faut accepter que tout ne peut pas être mis en mots ou en paroles, il faut au moins essayer de parler de ce que l'on peut. Nos émotions, en d'autres termes, sont plus supportables. Elles nous permettent de nous écouter et de nous faire entendre. Il est bon de dire "j'ai les mêmes questions que vous, mais aussi quelques réponses". Les jeunes ont besoin de cette sécurité. On doit être sur le net, envoyer un petit audio demandant comment tu vas, comment tu prends soin de toi, entre autres choses auxquelles on peut penser. Cela ne veut pas dire que nous devons perdre notre place d'adultes, de leaders, de guides, même de professionnels. Le lieu d'autorité est un endroit proche.

Un jeune homme me disait dans une consultation au cabinet : "Il est bon d'entendre la voix d'un autre qui se soucie de vous, cela aide à nous soutenir". Ce n'est pas un détail, c'est une belle façon d'être proche, de vivre l'amour. La parole guérit. Dans un monde d'images, les jeunes ont besoin d'une parole. La parole a un pouvoir de guérison qui nous fait marcher sur des chemins impensables, je partage ce que dit magnifiquement Anne Dufourmantelle (2019):

Les paroles enregistrent nos alibis, notre demande est que cela soit ainsi, notre besoin de sens, de fidélité, de partage, notre croyance à parler la même langue, que les mots pourraient changer quelque chose; et ce dernier est vrai parce que l'immense pouvoir des mots vient de cette émotion première, définitive qui les lie à notre corps. Notre corps qui pense, qui attend, nos corps devenus fous et larmoyants, et parfois aussi libres de paroles. (p.129)

Nous sommes venus au monde et avons été accueillis par des mots (paroles). C'est l'expérience infantile la plus merveilleuse et la plus hospitalière de l'être humain. C'est une expérience à répéter et à rendre possible dans l'autre. Mettre la vie en paroles. Mettre en paroles (mots) ce que vous pouvez, ce que vous comprenez de la vie.

Un autre point que je ne veux pas laisser de côté est l'expérience de la solitude, qui devient le besoin de compagnie. Beaucoup de jeunes se sont sentis et se sentent seuls, seuls. Soudain, du jour au lendemain, ils étaient connectés à un monde dans la solitude de leurs chambres, de leurs espaces, ouvrant l'intimité de leur maison au monde, mais parfois sans recevoir personne. Seuls dans la forêt, comme "le Petit chaperon rouge", si je peux me permettre la métaphore littéraire. Mais ce n'était plus le loup qui posait problème, parce qu'ils ont changé la forêt. Beaucoup de jeunes pensent que "tout a changé". Ceux qui se connaissent comme des "connaisseurs générationnels" de ce monde actuel, se sentent désorientés et vivent dans la solitude de l'impuissance. Lors d'une séance, une jeune femme me disait : "Parler par zoom ou

par Meet, c'est comme parler à la montagne, ça ne répond qu'à l'écho, je ne me suis jamais sentie aussi seule que là-bas." Notre défi est d'offrir un lieu pour la solitude de la rencontre. Toute solitude n'est pas abandonnée. Nous sommes les révolutionnaires et révolutionnaires de la rencontre. Et nous pouvons offrir cela comme une ressource de notre expérience de vie psychologique, spirituelle et pédagogique. Vivre et revivre la culture de l'histoire comme un espace d'humanisation. La solitude comme un espace humain et de rencontre.

Nouer le lien avec l'autre

Comment faisons-nous cela? Nouer des liens avec l'autre. Nouer des liens avec les jeunes. Rappelons-nous que nous sommes des référents du monde adulte et que pour cette raison nous jouons donc un rôle d'autorité, Karlen (2013) dit :

Il est nécessaire que les autorités démontrent par leurs mouvements la place d'autorité et qu'elles puissent ainsi intervenir efficacement, pour la protéger, l'enseigner et permettre dans ce lien la transmission de valeurs de respect, de pudeur, avec lesquelles cette adolescente peut s'identifier. Il faut rendre compte d'un discours qui l'aide à se situer à la place du sujet. (p.45)

L'auteur parle d'une adolescente, nous nous parlons des jeunes. Mais la citation s'applique à notre défi. Nouer un lien, c'est permettre à l'autre d'être un sujet, une personne. Qu'il s'identifie avec certaines valeurs qui lui donnent la possibilité d'affronter le monde qui le défie avec des questions, des interrogations, sur un chemin qu'il doit emprunter, qui n'est autre que le chemin de la vie. Et qu'il n'est ni seul ni seule dans tout cela.

Conclusions

Enfin, il est bon de se préparer à ce qui va se passer après la pandémie. Le monde ne sera plus le même. Le monde va changer. C'est peut-être mieux que le monde dans lequel nous vivions! En principe, ce sera un monde où les distances physiques seront remarquées, parce que nous continuerons à prendre soin de nous pendant un bon moment. Mais cela ne nous empêchera pas d'être plus proches. Nous devons prendre soin les uns des autres, sans pandémie. Nous devons vivre au jour le jour. Nos plans seront à court terme, en prenant soin de ce que nous avons de plus précieux, à savoir, la vie. Et la vie est prise en charge de manière très simple ces jours-ci: faire bien ce que nous avons à faire. C'est une règle sage que j'ai déjà entendu une fois d'un moine. Je dirais qu'il faut bien faire et avec passion ce que nous avons à faire.

Je partage enfin ces paroles que j'ai écrites dans la revue UCA-Actualité de l'Université Catholique d'Argentine, qui, bien qu'elle soit destinée à penser à la réalité de l'adolescent, elle peut nous aider à comprendre le monde juvénile et la nécessité d'y intervenir en tant qu'adultes:

Nous devons reconnaître que le monde des adolescents d'aujourd'hui n'est pas simple du tout. C'est complexe. Pour bon nombre des problèmes que nous avons mentionnés, pour le stade de développement, mais aussi parce que c'est une étape que la culture a

idéalisée et la présente comme "modèle" et comme objet de consommation. C'est pourquoi dans le dialogue, nous devons d'abord écouter pour établir des critères, établir des différences, sortir des vérités catégoriques et absolues qu'ils essaient de présenter, en maintenant une relation asymétrique, parce que nous sommes dans un autre endroit. Il est fondamental de questionner, de problématiser, de présenter des options, de dénaturer, de mettre en garde contre les risques, de permettre son propre jugement, le bon sens, la fonction d'anticipation. Cela nous permet de prévenir, de faire connaître, de les connaître et de prendre soin d'eux. (p.50)

Bibliographie

Bertonati, F. (2021). Notes de l'auteur.

Bertonati, F. (2020). On commence à exister quand on est soutenu par la parole et le regard d'un autre. Revue Uactualité. Link Uactualité_164- page 50.

Bertonati, F. Interventions dans un établissement d'enseignement du lieu de l'autorité. (Intervention possible et habilitante pour les adolescents). (2017) À Karlen, H., Cicutto, A., Rodríguez Yurcic (2017) : Autorité ou soumission. Différences à partir de la psychanalyse, Mendoza, Éditorial de l'Université de l'Aconcagua.

Dufourmantelle, A. Éloge du Risque. (2019). Mexique. Nocturne éditeur – Paradis Rédacteurs.

Figueiredo Carneiro, H. (2009). Culpabilité et acte de constitution et de destitution du sujet. Dans Gerez Ambertín, M. et autres. (2009). Culpabilité, responsabilité et punition. Volume III. Buenos Aires. Lettre en directe.

Ganem, E. Dans Karlen Zbrun, H. (2013) : Violence et consommation chez les adolescents. Le sujet en perspective, Buenos Aires, Lettre en direct.

Karlen, H., Cicutto, A., Rodríguez Yurcic (2017) : Autorité ou soumission. Différences à partir de la psychanalyse, Mendoza, Editorial de l'Université de l'Aconcagua.

Karlen Zbrun, H. (2013) : Violence et consommation chez les adolescents. Le sujet en perspective, Buenos Aires, Letra Viva.

Legendre, P. (1996). L'objet inestimable de la transmission. Buenos Aires. Éditeurs du XXIe siècle.

Fernando Bertonati