

Qu'en est-il de la souffrance psychique des chômeurs ?

Quelle place possible pour des psychologues dans une association de bénévoles qui accompagne des chercheurs d'emploi vers leur retour à l'emploi ?

Ayant exercé comme psychologue en centre de consultation, comme psychanalyste en libéral et actuellement retraitée, j'accompagne en tant que bénévole depuis plus de 15 ans des chômeurs dans leur retour à l'emploi au sein de *Solidarités Nouvelles face au Chômage*¹. J'y ai créé une équipe de psychologues, personnes ressources et accompagnatrices.

Je témoigne ici de mon expérience puis répond à la question de mon engagement dans cette pratique particulière .

SNC est une association de bénévoles qui se proposent d'accompagner, toujours en binôme et reliés à un groupe dit *groupe de solidarité* (15 personnes environ par groupe), des chercheurs d'emploi qui le souhaitent vers un retour à l'emploi, gratuitement et sans délai de durée². J'ai constaté au cours de ces accompagnements que la souffrance psychique de ces chercheurs d'emploi était souvent peu prise en compte, voire occultée, dans les dispositifs proposés par le Pôle Emploi et les prestataires de service. Cette souffrance pourtant vient comme un frein, un empêchement à ce retour à l'emploi. J'ai constaté, parfois dès l'accueil, que le chercheur d'emploi manifestait une réelle souffrance psychique mais également que les bénévoles accompagnateurs butaient sur cette question sans avoir vraiment les moyens de la comprendre et de la démêler au cours de leur accompagnement.

La question qui me tient à cœur en tant que psy, celle de « ne point céder sur son désir », devait permettre de mettre au service de ces chercheurs d'emploi et de leurs accompagnateurs à SNC la possibilité d'être **entendus, écoutés** dans leur dimension consciente et inconsciente : souvent, une personne qui n'en a jamais fait l'expérience ne peut demander à être écoutée et ne peut penser que cette écoute pourrait lui être bénéfique. Il s'est donc agi de réfléchir à ce qui pourrait être mis en place pour qu'un chercheur d'emploi accompagné à SNC puisse être écouté **dans sa souffrance psychique**, en accord avec le projet de SNC, des accompagnateurs et de ses responsables. J'ai donc créé en 2010 une petite équipe de psychologues, accompagnatrices bénévoles à l'écoute de la souffrance psychique. **Depuis, 5 psychologues personnes ressources ont mis à disposition des groupes de solidarité leurs compétences de psychologues sur l'île de France**

A partir de ce que nous avons compris des impacts du chômage sur la personne dans sa globalité, nous avons tenté d'opérer un premier déplacement du côté du psychologue. Aller vers la personne accompagnée et lui proposer un espace où elle sera vraiment écoutée. Proposer également aux accompagnateurs d'aborder avec un tiers, psychologue, les difficultés qu'ils rencontrent dans leur accompagnement

*Le chômage, c'est la dignité de l'homme qui est bafouée.*¹

Muhammad Yunus, économiste et entrepreneur bangladais

Nous nous proposons d'aborder : à partir de quelques repères sur la construction psychique de la personne, l'impact du chômage sur celle-ci. Puis de réfléchir à ce que permet son

accompagnement par SNC et enfin quelles sont les difficultés rencontrées lors de cet accompagnement et comment y faire face : Que peuvent proposer les psychologues à SNC ?

Repères : construction psychique et impact du chômage

Chaque personne pourrait être comparée à un vase qui se construit depuis sa naissance : les événements de la vie, les relations qu'elle a vécues ont peu à peu façonné ce vase et seront parfois ressentis comme des chocs qui vont produire des fêlures, certaines visibles et d'autres invisibles. Pourtant, le vase tient bon, et puis surgit le chômage, un nouveau choc qui va faire que ces fêlures plus ou moins anciennes vont devenir une faille et le vase se rompt.

Certaines personnes réagissent en parvenant à dépasser cette situation du chômage et à la positiver. Mais pour les autres, qu'en est-il ?

Chaque individu se construit d'abord dans une relation de type duel, voire fusionnel, non encore séparée de l'autre qui est le prototype des premières relations au monde, pour aller ensuite à la rencontre d'un autre et construire une relation qui devient ternaire et triangulaire et rend possible son intégration dans l'ordre symbolique. Cet ordre est celui auquel toute l'humanité se réfère, au delà même du temps, à travers les mythes, les croyances, le langage.

Avec le chômage, les **fragilités** peuvent remonter à la surface, et ébranler les constructions internes. La personne revient vers ses anciennes constructions psychiques, pour elle connues, ses premières identifications aux images parentales sur un mode duel ou fusionnel, avec des relations, par exemple, en tout ou rien, en amour absolu ou en haine. Lorsque les choses deviennent trop difficiles à vivre, la personne peut adopter un mécanisme de défense qui consiste à mettre à l'extérieur d'elle-même ce qu'elle vit à l'intérieur, en l'attribuant à un autre comme venant de lui. Elle **projette** ainsi à son insu son vécu intérieur de persécution, d'agression, de haine, d'abandon et vit alors l'autre comme l'agressant, la persécutant l'abandonnant etc. : l'autre est perçu comme mauvais, dangereux...

Je me retrouve toujours dans des situations à prendre des coups physiques et psychiques.

Lyman, chômeur

Comme cela au moins, par les coups, il s'assure qu'il existe...

Ces cassures dues au chômage risquent d'en entraîner d'autres, dans la vie du couple, dans la famille et la vie sociale. Souvent Au début, la personne réagit dans une forme de déni, dans une hyperactivité volontariste ou dans une baisse d'énergie. Puis le chômage s'installant, va provoquer chez le chômeur une perte de son statut social ce qui va perturber ses relations aux autres. La personne se replie, se referme, s'isole et peu à peu s'exclut de son milieu amical, familial et professionnel.

À part vous, je n'ai parlé avec personne depuis un mois !

Agnès

Des éléments de dévalorisation de soi apparaissent, des sentiments d'inutilité, de perte de confiance qui peuvent aller jusqu'à une vraie perte de son identité.

De toute façon, je suis nul, j'étais nul depuis tout petit ! Je ne retrouverai rien !

Claude

... Des menaces suicidaires pourront surgir...

J'ai dit au revoir à mon fils ce matin, je lui ai dit : peut-être tu ne vas plus me revoir ce soir
Yamina, commençant un entretien

Le temps se désignifie, et se déstructure ; le vécu du chômage peut être comparé à *une mort*.

Cet été quand j'ai fait le bilan, j'ai envisagé le pire, seule la présence de ma fille m'en a dissuadé.

Fabien

Pourquoi moi ? le malheur s'acharne sur moi.

Marco

Comment parvenir à traverser cette forme de mort autrement que par l'agressivité envers l'autre et la société ou celle que l'on retourne contre soi-même dans cette dévalorisation et perte d'estime de soi que nous venons d'évoquer ?

L'attitude des proches peut varier entre la mise à distance complète et trop de bienveillance : trop proposer semble moins difficile que d'écouter l'autre en détresse mais maintient en fait le chômeur en état de dépendance.

Ce que permet le processus de l'accompagnement pour le chercheur d'emploi avec SNC

La personne en recherche d'emploi trouve **un lieu, un espace, un temps** où elle peut parler de la perte de son emploi, de son vécu car elle est d'emblée entendue, reconnue comme légitime par son binôme d'accompagnateurs SNC. Elle fait ainsi l'expérience d'être considérée, d'être **écoutée**, dans un registre non compassionnel. Elle peut **dire**, se dégager de la culpabilité qui l'habite. Elle reprend confiance en l'autre à travers celle que lui manifestent ses accompagnateurs, elle reprend du coup confiance en elle puis, peu à peu, elle peut recommencer à s'accepter, à s'estimer elle-même, à se réajuster par rapport à la société... **Elle va ainsi pouvoir passer d'une logique de l'imputation, être chômeur, à une logique de l'implication, c'est-à-dire- être responsable de ce qu'elle devient : chercheur d'emploi.**

Les entretiens à trois posent d'emblée un **cadre symbolique**. Ils construisent un cadre rassurant, évitant les dérapages de trop d'accrochage sur un seul accompagnateur, de trop de dépendance ou de désinvestissement. **Du symbolique se reconstruit qui permet peu à peu à l'accompagné de se resituer.** La triangulation dans l'accompagnement est une vraie richesse, qui est aux fondements de SNC.

L'accompagné, fait aussi avec son binôme l'expérience d'être **accueilli** dans la **durée** et la régularité. Il prend le temps qu'il lui faudra jusqu'au retour à l'emploi, *même si cela n'avance pas aussi vite que les accompagnateurs le voudraient !*

Votre intervention me redonne confiance, c'est un lien solide sur lequel je m'appuie, on se voit régulièrement et cela permet d'installer de la confiance

Une accompagnée

L'accompagné peut aussi faire l'expérience de positions différentes de son binôme, ce dernier n'est alors plus perçu comme porteur du seul idéal à atteindre pour retrouver un emploi, cela laisse une place pour que le chômeur trouve sa propre voie à lui.

Les difficultés rencontrées et les façons d'y répondre

Il arrive que l'accompagnement stagne, s'effiloche, s'arrête, se charge d'agressivité, d'ennui, de lassitude. L'accompagné rate ses rdv, ne se présente pas à un entretien, oublie à chaque fois son CV ; les accompagnateurs se sentent en difficulté, ont envie d'arrêter. Le binôme en parle alors aux réunions du groupe de solidarité auquel il appartient et, ensemble, ils cherchent comment avancer et quelles pistes explorer. Si les difficultés et les mises en échec dans l'accompagnement persistent après cette régulation, les accompagnateurs ont la possibilité d'en parler avec une psychologue de la petite équipe constituée au sein de SNC.

C'est à cet endroit de l'accompagnement des chercheurs d'emploi à SNC que se révèle la nécessité de faire appel à des psychologues. Chaque membre du binôme peut en effet se trouver malmené et déstabilisé par les identifications, les projections venant de l'autre membre du binôme et/ou de la personne accompagnée : chacun est amené à représenter un miroir pour l'autre. L'accompagnateur, comme l'accompagné, revient lorsqu'il se trouve en difficulté sur des positions psychiques plus anciennes. Pour les accompagnateurs, faire appel à ce tiers qu'est le psychologue permet de mettre des choses à distance, de se sentir moins coupable des impasses, de mettre des mots sur les affects et de voir la situation autrement. Souvent l'accompagnement retrouve alors un réel dynamisme. Faire l'expérience d'être écouté, parler au psychologue de ce qui pose problème aide à prendre conscience des mécanismes en jeu, de ce qui vient à se répéter pour soi-même, à son insu, dans sa relation d'accompagnement.

Le binôme, avec le soutien de l'équipe de psychologues, peut repérer les processus psychologiques et psychopathologiques en jeu dans la relation d'accompagnement, en particulier les processus de répétition souvent inconscients et la propre souffrance psychique de l'accompagné ; celle-ci n'est plus alors du seul ressort de l'accompagnement.

Les accompagnateurs peuvent ainsi se dégager de cette souffrance, en renonçant à occuper toutes les places pour leur accompagné (dont celle de thérapeutes...). Ils lui permettent, en laissant la voie libre, de s'engager, s'il le souhaite dans un travail personnel. Ils lui proposeront alors, tout en poursuivant bien sûr l'accompagnement et en lien avec l'équipe psy :

- soit **de faire le point** avec une psychologue SNC, qui pourra lui indiquer, s'il en est d'accord, un professionnel en libéral ou dans une structure associative. Cela peut prendre parfois quelques mois de réflexion...
- soit **de l'orienter** vers des lieux et des structures associatives pouvant répondre à d'autres de ses besoins et attentes (isolement, addiction, somatisations)

L'expérience a montré que cet entretien clinique avec une psychologue à SNC, était **essentiel** pour que quelque chose du sujet désirant ré-émerge, qu'un accrochage se fasse et qu'à partir de ce transfert, la personne accompagnée puisse et veuille s'engager ensuite dans un travail avec un psychothérapeute clinicien. Lors de cet entretien, sa souffrance actuelle peut être mise en lien avec d'autres éléments de sa vie passée, voire des traumas anciens. La personne découvre que cela vaut vraiment le coup d'aller explorer ces éléments vécus, de les retraverser, pour s'en séparer et pouvoir aller dans sa propre vie.

Ainsi, Fabien, au chômage depuis plusieurs années, est accompagné par son binôme SNC depuis 10 mois. Celui-ci, trouvant qu'il est dans une grande détresse intérieure, lui propose de faire le point avec une psychologue personne ressource à SNC. Fabien dira en la rencontrant : *Je suis conscient qu'il me faut voir une psy, des freins qui remontent à très loin ; j'ai jamais trouvé ma place, j'ai jamais réussi à me réaliser, ça a commencé à l'école.*

Un deuxième niveau d'intervention s'est ainsi révélé nécessaire et pertinent : créer un réseau de psychologues et psychothérapeutes cliniciens travaillant en libéral ou en structure associative. Une réflexion importante au sein de l'équipe de psychologues a permis de dégager un référentiel clinique à proposer aux cliniciens qui veulent bien s'engager avec SNC. Ce référentiel s'appuie sur trois piliers : la parole, l'inconscient et le transfert. En Ile de France, nous avons constitué un réseau de plus d'une vingtaine de collègues ; en accord avec l'éthique de SNC, ils proposent aux personnes une **participation solidaire** Ils

participent ainsi d'un engagement dans notre société en proposant leurs compétences et leur savoir-faire auprès des chercheurs d'emploi, non pas gratuitement, mais avec des tarifs adaptés à une situation de chômage ou de RSA.

En 2013, en Ile de France, plus d'une cinquantaine d'accompagnateurs ont sollicité l'appui de notre équipe et autant sur les premiers 6 mois en 2014 ; sur les prises de contact et entretiens des personnes accompagnées avec les psychologues de SNC plus de 70% se sont engagés dans un travail personnel. Sous l'impulsion de ce travail, d'autres équipes de psychologues se constituent à SNC dans les régions.

P&P : En quoi cette pratique diffère, pour vous, de celle que vous avez eue en institution ou dans votre exercice libéral?

M. Cord : Ce qui diffère, c'est d'utiliser comme **bénévole** ses compétences et son savoir-faire clinique dans un milieu associatif. Il m'a semblé quand j'ai pris ma retraite, me sentant encore active, que je pouvais mettre mon expérience et ma pratique clinique au service de la société qui paye ma retraite. Ce qui ne diffère pas, c'est que l'approche clinique se fait avec les 3 piliers de **l'inconscient, de la parole et du transfert** et qu'elle se situe là où l'individu en est dans son parcours de vie.

De plus, dans ce j'ai mis en place à SNC :

- le psychologue est amené à opérer un premier **déplacement**, celui d'aller vers le chercheur d'emploi en souffrance psychique et non d'attendre que ce dernier formule une demande d'être aidé.
- C'est au psychologue de faire **une offre**, celle de proposer qu'une personne en souffrance psychique puisse être aidée. Cette offre se déploie dans deux directions :
 - d'abord auprès des autres bénévoles accompagnateurs qui, dans leur accompagnement, rencontrent des difficultés. Il s'agit de travailler avec eux leur pratique pour qu'ils repèrent ce qu'il en est de leur souffrance et celle de la personne accompagnée et qu'ils puissent ensuite lui proposer d'aller faire le point avec une psychologue bénévole de l'association.
 - ensuite auprès du chercheur d'emploi accompagné : sur l'invitation de ses accompagnateurs, lui proposer un entretien clinique d'où pourra émerger une possibilité pour lui de s'engager dans un travail personnel qui se fera à un **tarif solidaire**. Lors de cette rencontre le chercheur d'emploi pourra faire l'expérience d'être entendu dans sa souffrance psychique et retrouver en lui une position de sujet.

Le dispositif mis en place à SNC permet que le transfert vers un thérapeute se crée. L'équipe que j'ai constituée est un maillon de ce transfert, un lien entre l'interne et l'externe.

En 2013 en Ile de France, plus d'une cinquantaine d'accompagnateurs ont sollicité l'appui de notre équipe et autant sur les 6 premiers mois de 2014 ; sur les prises de contact et entretiens des personnes accompagnées avec les psychologues de SNC, plus de 70% se sont engagées dans un travail personnel.

Sous l'impulsion de ce travail, d'autres équipes de psychologues se constituent à SNC dans les régions .

Madeleine Cord . Psychologue clinicienne, Psychanalyste.

1 ;<http://www.snc.asso.fr>

2- 2700 personnes accompagnées en 2014, 125 groupes, 1600 accompagnateurs bénévoles

3- En France, le chômage touche plus de 5, 2 millions de personnes fin 2014