

CONFIANCE EN SOI OU DÉPRISE DU SOI.

RETOUR SUR LE PROBLÈME DE LA STIGMATISATION

Par Oleg Bernaz

Il arrive assez souvent lorsqu'au problème récurrent de la stigmatisation de la population précaire, les éducateurs de l'aide à la jeunesse répondent en faisant usage du concept de « confiance en soi ». L'idée principale d'une telle réponse est que le « soi » du sujet ne peut pas se réduire aux images négatives que lui renvoie la société. Il existerait ainsi un soi « profond » ou, en tout cas, différent qui, si on sait comment s'y rapporter, peut regagner un certain niveau de confiance nécessaire pour se frayer un chemin dans la vie.

Dans cette analyse, nous voudrions proposer une autre manière d'échapper aux projections négatives de la stigmatisation. Elle s'inspire de l'œuvre du philosophe Mikhaïl Bakhtine et de sa conception du langage. Pour la présenter, nous allons dans un premier temps revenir sur quelques récits de la population précaire. Nous montrerons ensuite en quoi consiste le dépassement de ce problème par le biais du concept de « confiance en soi » en s'appuyant sur l'œuvre de Marshall Rosenberg. Ce détour nous permettra de présenter les points clés de la théorie bakhtinienne du langage et la solution au problème de la stigmatisation qui en découle.

Ce que disent les jeunes

Nous voudrions revenir sur le problème de la stigmatisation en nous penchant sur la situation des jeunes en transition vers l'âge adulte et qui, en raison des difficultés qu'ils rencontrent, choisissent de s'engager dans des projets de prise d'autonomie¹. Les obstacles auxquels les jeunes se heurtent sont bien entendu fort différents, mais ils ont tous pour point commun négatif de diminuer leurs capacités d'agir, d'où le choix des projets qui, tant bien que mal, ont pour objectif de construire des conditions favorables à la réalisation de l'autonomie des individus.

Parmi ces obstacles, nous pourrions notamment noter les difficultés se situant sur ce que le sociologue Robert Castel appelle l'insertion et l'intégration. L'intégration vise l'ensemble des relations dans le cadre du travail et des droits qui lui sont attachés. L'insertion se réfère quant à elle à toutes les relations familiales, et plus largement sociales mais différentes du tissu relationnel au travail rémunéré, dans lesquelles sont engagés les individus. Plus l'insertion et l'intégration sont fortes, plus les chances de réussite sociale des individus sont grandes. A l'inverse, l'instabilité au niveau de l'insertion et l'intégration a pour conséquence ce que Castel appelle la désaffiliation², cette zone d'exclusion sociale pouvant, lorsqu'elle est extrême, mener à une perte considérable de nos capacités d'agir et, lorsque le manque des solidarités s'inscrit dans la durée, au suicide.

1 Nous nous appuyons dans cette analyse sur une recherche-action menée par RTA. Pour des raisons déontologiques, tous les noms des jeunes impliqués dans cette recherche ont été changés.

2 Cf. Robert Castel, « La dynamique des processus de marginalisation : de la vulnérabilité à la désaffiliation », in *Cahiers de recherche sociologique*, nr. 22, 1994.

Quelques témoignages illustrent ce danger. Considérons l'extrait suivant :

« **Int.** : *Ma première question est comment tu es arrivée dans ce projet ? Comment tu l'as connu ?*

Kathy : *C'est grâce à mon éducatrice parce qu'elle savait que je devais absolument quitter ma famille. Mais quand on est majeur il n'y a pas d'autre solution, à part trouver un travail et trouver un appartement. Dans la situation où j'étais, ce n'était pas possible. Surtout que je voulais continuer mes études. Et du coup (le projet), ça a été un peu la solution pour des gens qui sont majeurs et ne savent pas trop où aller. Parce que ça n'existe pas des solutions comme ça, ou en tout cas très peu. Beaucoup pour les mineurs, mais pour les majeurs, il n'y en a pas. Du coup c'est grâce à mon éducatrice qui m'en a parlé et m'a proposé une place³. »*

Kathy le dit de manière on ne peut plus claire : dans sa situation, elle devait quitter « absolument » sa famille. Or cette situation n'a rien d'émancipateur lorsqu'on n'a pas à sa disposition un logement et quand on n'a pas encore un travail stable. Dans l'absence de ces deux piliers fondamentaux, le risque de la désaffiliation n'est pas loin. Celui-ci peut par ailleurs s'aggraver, comme le montre le cas d'Alice. En effet, l'expérience d'Alice nous montre à quel point la rupture des relations familiales et l'absence du travail peuvent s'avérer lourdes en conséquences :

« **Alice** : *Oui, je vivais chez mes parents, mais ça devenait invivable, il y avait des conflits tout le temps, tout le temps. Maintenant, la façon dont ils ont réagi face à ma tentative de suicide... Ils ont rien trouvé de mieux que de me mettre à la porte, et c'est vrai que du jour au lendemain, se retrouver seule, devoir se gérer, moi ça m'a vraiment posé problème.*

Int. : *A ce moment-là, tu connaissais le projet ? Ou (un service partenaire) ? Comment tu es arrivée ici ? Ou via le CPAS ?*

Alice : *Via l'hôpital où j'étais. J'ai accepté de rencontrer (le service) et j'ai accepté le projet, c'est parti de là en fait. Mais j'étais déjà en autonomie avant que je les rencontre. Je suis en autonomie depuis novembre 2018, mais je n'ai rencontré (le service) qu'au mois de février.*

Int. : *Donc tu avais un kot mais pour lequel tu n'avais pas d'accompagnement ?*

Alice : *Non, j'étais seule, livrée à moi-même. La seule personne qui était présente, et je la remercierai jamais assez, c'est ma psy, depuis presque 3 ans, et elle n'était pas pour que j'aie en autonomie et que je vive seule, parce qu'elle voyait bien que vivre seule, pour moi, c'est me mettre en danger⁴. »*

Prenons toute la mesure du danger qu'est la désaffiliation. Alice a été abandonnée par sa famille après une tentative de suicide. Elle vit seule, « livrée à elle-même ». Le début de la désaffiliation est là et elle aurait pu s'aggraver si Alice n'avait pas pu bénéficier des conseils de sa psychologue qui était « la seule personne présente » dans une situation à haut risque social.

3 Entretien avec Kathy.

4 Entretien avec Alice.

Dans les deux cas cités précédemment, les projets de prise d'autonomie sont une condition pour retisser du lien social. Dans les faits, les projets de prise d'autonomie auxquels nous nous référons ici sont le fruit d'une collaboration de plusieurs partenaires : CPAS, AIS, AMO.

L'AIS offre aux jeunes un logement, le CPAS alloue à ceux-ci un montant d'argent leur permettant de vivre au quotidien, alors que l'AMO assure un accompagnement pédagogique.

Certes, les projets de prise d'autonomie apportent des réponses assez solides pour que la désaffiliation ne pèse plus de tout son poids sur la vie des jeunes. Ces réponses peuvent être situées sur les deux axes discutés plus haut à partir de Castel : le CPAS cherche à construire pour les jeunes les conditions d'accès au travail, alors que l'équipe des AMO s'efforce de rétablir les relations socio-familiales. Ces tâches ne sont évidemment pas distribuées d'une manière définitive, mais elles peuvent aisément être analysées à l'aune de l'œuvre de Castel.

Néanmoins, comme le montre le récit des jeunes, l'insertion et l'intégration ne suffisent pas pour renouer le lien avec la société. Un obstacle récurrent dans l'établissement de celui-ci doit être mentionné. Il s'agit plus précisément de la stigmatisation. Voyons ce problème à partir de deux extraits.

Le témoignage de Lilou pose directement le problème de la stigmatisation :

« ce qui est très embêtant, c'est qu'il y a beaucoup de réputation sur ce kot comme quoi, on est des délinquants, des dealers, des barakis je ne sais pas trop quoi, et ça, ça fait peur à des personnes de l'extérieur alors qu'ils ne nous connaissaient pas vraiment, et qu'on n'est pas juste ça, on est juste des jeunes qui ont eu des soucis dans la vie⁵. »

Nico pointe également ce problème lorsqu'il dit que *« psychologiquement j'étais à terre quoi, j'avais l'impression quand je me baladais que tout le monde me regardait en disant c'est lui le sdf⁶. »*

En les percevant comme étant des « dealers », des « barakis » ou des « sdf », les individus se jugeant « normaux » renvoient ces jeunes aux marges de la société et, ce faisant, empêchent leur intégration au sein d'une action collective où tout un chacun peut se trouver une place dans un rapport de solidarité.

Comment peut-on dépasser ce problème de la stigmatisation si l'insertion et l'intégration ne suffisent pas même si elles sont nécessaires ? Nous voudrions répondre à cette question en m'appuyant sur la conception bakhtinienne du langage. Mais avant de ce faire, revenons au concept de « confiance en soi » mentionné au début de cette analyse.

Avoir confiance en soi

Au problème de la stigmatisation, on peut répondre en usant du concept de « confiance en soi ». Comme on l'a déjà dit, l'idée principale d'une telle réponse est que le « soi » du sujet, son identité, ne peut pas se réduire aux images dénigrantes que lui renvoie la société. Nous disons ici « société », mais il est sans doute plus juste de dire le « on » de la société, son côté anonyme, car il est impossible d'identifier dans une seule personne l'opinion suivant laquelle les adolescents vivant dans un projet de prise d'autonomie sont, comme on l'a vu, des « dealers » ou des « délinquants ».

5 Entretien avec Lilou.

6 Entretien avec Nico.

Il y aurait ainsi deux niveaux à distinguer :

- d'un côté, il faut mettre en évidence l'identité du sujet telle que l'imagine la société ;
- de l'autre côté, il faut faire valoir l'identité du sujet telle que la découvre la personne ayant vécu la stigmatisation.

Cette deuxième identité n'est pas à confondre avec la première dans la mesure où elle s'affirme à partir de ses capacités créatives et non pas à partir des supposées pulsions destructrices que la société croit présentes dans l'esprit des jeunes ayant fait le choix de s'engager dans un projet de prise d'autonomie.

L'une des méthodes qui font aujourd'hui florès pour avoir accès au « soi » créatif et bienveillant du sujet (irréductible donc aux images négatives de la société) s'appelle « communication non violente⁷ ». Cette méthode peut aisément être résumée comme suit : dans notre rapport à autrui, il est préférable de mettre entre parenthèses nos jugements de valeur en dirigeant notre attention sur trois points. D'abord, ce sont les faits qui nous entourent qui doivent être observés sans qu'on les évalue. Ensuite, il est utile de faire attention à ce que nous ressentons en présence de ces faits. Troisièmement, il est important de saisir les besoins qui sont à l'origine de ce que nous ressentons. Comme le dit Rosenberg :

« Pour parvenir à un désir réciproque de donner du fond du cœur, nous focalisons notre attention sur quatre points, qui constituent les quatre composantes de la communication non violente. Dans un premier temps, nous observons ce qui passe réellement dans une situation donnée : qu'est-ce qui, dans les paroles ou les actes d'autrui, contribue ou non à notre bien-être ? L'important est de parvenir à énoncer ces observations sans y mêler de jugement ou d'évaluation – ce qui revient à dire simplement quels sont les faits que nous apprécions ou n'apprécions pas. Puis, nous disons ce que nous ressentons en présence de ces faits : sommes-nous tristes, joyeux, inquiets, amusés, fâchés ?... En troisième lieu, nous précisons les besoins à l'origine de ces sentiments⁸. »

Un quatrième point est mis en lumière par Rosenberg. Il s'agit de la formulation d'une demande. En effet, si on dirige notre attention aux trois points précités, nous serions à même de communiquer non violemment les demandes que nous souhaitons adresser à autrui tout en évitant des positionnements conflictuels potentiellement destructifs.

Ainsi, pour parvenir à construire un rapport à soi basé sur l'estime et la bienveillance, la communication non-violente serait une méthode à privilégier. En la mettant en pratique, nous parviendrions à entrer en contact avec ce que Rosenberg appelle « l'élan du cœur » animé par une bonté naturelle⁹ et, ce faisant, nous nous engagerions dans le sens d'une résolution du problème de la stigmatisation.

Bien qu'une telle méthode ne soit pas dépourvue d'intérêt, nous aimerions nous tourner vers la théorie du langage de Bakhtine pour mettre en valeur une autre manière de résoudre le problème de la stigmatisation¹⁰.

7 Cf. Marshall Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)*, La Découvertes, Paris, 2005.

8 *Ibid.*, p. 53.

9 *Ibid.*, p. 47.

10 Nous présenterons les points centraux de cette théorie du langage, mais il convient de garder à l'esprit que le problème de la stigmatisation doit également être situé sur le niveau d'une analyse des pratiques non-langagières. C'est ce que nous nous proposons de faire dans le cadre d'une autre analyse.

(Dé)construire le soi

Si un détour par l'œuvre de Bakhtine s'avère important, c'est surtout pour quatre raisons notamment. Nous les analysons en mettant en évidence les différences avec la méthode de la communication non violente.

1. On notera, tout d'abord, que pour Bakhtine le langage ne relève pas d'une capacité individuelle, ni ne doit-il être compris d'un point de vue purement formel (règles de grammaires, de syntaxe, de morphologie, etc.). En effet, le langage est profondément ancré dans le champ des pratiques sociales, raison pour laquelle les mots sont selon lui des marqueurs des intérêts sociaux en permanente transformation. Comme le dit Bakhtine : « *le signe est un phénomène du monde extérieur. Le signe lui-même, ainsi que tous les effets qu'il produit [...] se situent dans l'expérience externe*¹¹ ». Lorsqu'il précise que le signe est un phénomène du monde extérieur, il faut comprendre que celui-ci représente le monde des relations interindividuelles socialement organisées :

*« Le signe ne peut surgir que sur le terrain interindividuel, lequel, du reste, n'est pas "naturel" au sens propre de ce terme : entre deux homo sapiens un signe ne va pas apparaître spontanément. Il faut que deux individus soient socialement organisés, qu'ils constituent une collectivité : c'est seulement à cette condition que peut se former entre eux un milieu sémiotique*¹². »

Si selon Rosenberg l'un des repère majeurs de la communication non violente est le *besoin de l'individu*, pour Bakhtine le point clé pour définir le langage est qu'il est *toujours déjà situé dans des pratiques sociales*.

2. Le deuxième point qu'on retiendra de la théorie de Bakhtine est que la conscience individuelle est intimement liée au matériau sémiotique ou, ce qui revient au même, aux processus d'interaction sociale. Ainsi, la conscience de soi est moins articulée au « soi » (mû par la force des besoins plus ou moins urgents) qu'aux interactions sociales qui la surdéterminent : « *la conscience individuelle elle-même est remplie de signes. La conscience ne devient conscience qu'en se remplissant de contenu [...] sémiotique, et donc, seulement dans un processus d'interaction sociale*¹³ ».

Le premier point que nous avons mentionné est renforcé par le deuxième : c'est uniquement dans un processus d'interaction sociale que l'on peut définir la conscience de l'individu. La question, dans ce cas, n'est pas « *quels sont mes besoins ?* », mais comment comprendre la spécificité du contexte social déterminant la conscience des individus ?

3. Il faut insister et souligner que le signe, selon Bakhtine, ne peut pas être compris si on l'isole d'autres signes. En effet, « *comprendre un signe, c'est le mettre en corrélation avec les autres signes déjà connus ; autrement dit, la compréhension répond au signe par d'autres signes*¹⁴ ».

11 Mikhaïl Bakhtine (Valentin Volochinov), *Marxisme et philosophie du langage*, Lambert-Lucas, Limoges, 2010, p. 131.

12 *Ibid.*, p. 135.

13 *Ibid.*, p. 133.

14 *Ibidem*.

Ce point est essentiel dans la mesure où la compréhension d'un signe ou d'un mot exige qu'on le situe dans une relation *dialogique*. « **Toute compréhension**, affirme Bakhtine, **est de nature dialogique**. *La compréhension est par rapport à l'énoncé ce qu'une réplique est à une autre réplique dans un dialogue. Comprendre, c'est chercher à la parole du locuteur une contre-parole*¹⁵ ».

A la différence de la communication non violente qui s'appuie sur la bonté naturelle du cœur humain, Bakhtine s'efforce de saisir la configuration des rapports de force traversant le langage (d'où sa précision selon laquelle « comprendre, c'est chercher à la parole du locuteur une *contre-parole* »). Cela ne veut pas dire que Bakhtine vise à attiser des rapports conflictuels. L'important, selon lui, est de rendre visibles ceux-ci pour pouvoir les travailler. Cette précision nous conduit au dernier point.

4. Le quatrième point peut être formulé de la manière suivante : s'il est vrai que le signe ne peut être compris que dans un rapport dynamique avec d'autres signes, s'il est vrai que toute compréhension est de nature dialogique, alors il est important de créer les conditions de réalisation du dialogue. Dans l'absence de ces conditions, c'est la compréhension même qui est mise à mal.

A lire Rosenberg, on s'aperçoit rapidement qu'il croit dans « la naturalité » de notre supposée bonté originaire qui se déploie spontanément pour autant que l'on se mette d'accord de suivre les consignes de la communication non violente. C'est ainsi qu'il fait usage de l'expression « état naturel de bienveillance » lorsqu'il décrit sa méthode¹⁶.

Or avec Bakhtine, nous apprenons que les conditions d'accès à la parole ne sont pas naturellement données et que, souvent, c'est dans des rapports de lutte que l'on réussit à prendre la parole pour faire entendre aux détenteurs du pouvoir la voix des sans voix.

Conclusion

En quoi ces remarques s'inspirant de l'œuvre de Bakhtine nous aident-elles à mieux comprendre le problème de la stigmatisation ainsi que la solution que l'on pourrait lui trouver ?

Il arrive souvent que les jeunes en quête d'autonomie n'aient pas accès à un espace de parole qui leur donnerait la possibilité de s'exprimer et de prendre position par rapport aux problèmes qui sont à leurs yeux importants. Il serait vain, dans ces cas, de les inviter à prendre conscience de leurs besoins qu'ils pourraient ensuite communiquer à autrui de manière non violente.

En l'absence d'un espace rendant audible la voix des jeunes marginalisés, c'est uniquement le discours de la stigmatisation qui risque d'être entendu. Or pour comprendre ce phénomène social qu'est la stigmatisation, il est nécessaire d'ouvrir et de créer un espace de dialogue (comme le disait Bakhtine, « toute compréhension est de nature dialogique »). C'est ce que cherchent à réaliser les travailleurs sociaux ayant participé aux entretiens que nous avons cités précédemment. En ce faisant, ils s'engagent à leur manière dans la lutte contre la stigmatisation.

15 *Ibid.*, p. 339

16 Marshall Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres*, op. cit., p. 57.

De fait, construire les conditions d'un dialogue social, c'est ne pas accepter pour vrai ce que disent les groupes dominants tout en effaçant la possibilité même de l'émergence de la parole des dominés. Ce qui ne veut pas dire, loin s'en faut, que seul le discours des dominés peut être vrai. L'idée que nous avons voulu mettre en évidence en nous appuyant sur Bakhtine consiste plutôt à dire que seule l'interaction, fut-elle contradictoire, voire conflictuelle, entre les groupes sociaux peut conduire à une véritable compréhension du phénomène de la stigmatisation.



Pour citer cette analyse

Oleg Bernaz, « Confiance en soi ou déprise du soi. Retour sur le problème de la stigmatisation », *Intermag.be*, RTA asbl, mars 2022, URL : www.intermag.be/.