OBjeCtiFS

Septembre 1984

N 1

Ont participé à ce numéro:
Daniel, Jean-Luc, Jean-Louis, Isabelle, Louis, Nanou, Valère.

Nous remercions tous les gens qui ont aidé, de près ou de loin, et à différents niveaux, à l'élaboration de ce journal.

LE POINT SUR...

Vous nous l'avez demandé...

LE GROUPE B 23

OU

GROUPE PETITE ECOLE

"OBJECTIF" est le fruit du travail commun de soignants et de soignés des deux secteurs, T et B participant au groupe B 23.

L'idée de ce journal a d'abord été exprimée par les soignés désireux de faire des comptes-rendus de ce qu'ils vivent dans le groupe, certains voulant publier des articles, d'autres, des photos, dessins, etc... et émettant le voeu de participer au tirage

Au départ nous avons fait paraitre les premiers articles sur l'école dans le Messager de Janvier mais, avec l'arrêt de ce dernier il y a quelques mois, nous nous sommes vus privés de ce moye de diffusion de l'information, indispensable si nous ne voulons pas que le groupe se referme sur lui-même.

Nous avons donc décidé de faire ce numéro, en utilisant le procédé de photocopie, plus facile à utiliser que la machine à alcool et offrant davantage de possibilités.

L'objectif du moment étant d'informer, , nous vous présentons aujourd'hui le groupe B 23. Pour plus de clarté nous avons adopté le plan suivant: son origine, ses buts, sa structure, son éthique, le bilan des activités depuis Janvier, les activités prévues pour l'avenir.

1 ORIGINE :

A l'origine du groupe, le désir de soignants de réagir contre la chronicité résultant des hospitalisations prolongées, contre la "névrose institutionnelle", pour reprendre l'expression du psychiatre anglais Barton, qu'il définit comme "une maladie caractérisée par l'apathie, le manque d'initiatives, la perte de l'intéret, spécialement pour les choses qui ne concernent pas directement le malade, la soumission passive, l'inaptitude apparente à élaborer des plans pour l'avenir, le manque d'individualité" dont Barton tient pour causes probables la perte du contact avec le monde extérieur, l'oisiveté forcée et le manque de responsabilité, le paternalisme du personnel, la perte des amis, des biens et des évènements personnels, les médicaments, l'atmosphère du pavillon et la perte des perspectives extérieures à l'hopital.

A la demande du médecin chef a donc été élaboré un projet d'occupation et d'ouverture sur l'extérieur pour les hospitalisés susceptibles de se resocialiser, leur offrant des activités leur permettant de prendre conscience de leurs possibilités intellectielles, physiques et artistiques et de les exploiter, en bref, mettre en valeur leurs côtés positifs, ce qui va bien chez eux, plutôt que leurs côtés pathologiques.

Dans le projet, le groupe est ouvert aux hospitalisés et aux soignants des deux secteurs de façon à pouvoir fonctionner avec les effectifs actuels: il suffit que quelques personnes acceptent de donner un peu de leur temps, une heure par mois, pour que le groupe fonctionne. La plupart des activités se déroulant à l'intérieur de l'établissement, celles-ci sont possibles aux heures creuses avec un effectif minimum.

Le groupe fonctionne avec un système de volontariat: aucune activité n'est obligatoire ainsi n'y participent que les gens, soignés ou soignants, qui sont intéressés.

Une fois élaboré, le projet a alors été présenté aux soignants des deux secteurs. Certains se sont déterminés pour y participer et une réunion a eu lieu avec les hospitalisés et les soignants volontaires où ces derniers ont exposé leurs possibilités respectives et où les soignés ont exprimé leurs désirs et leurs centres d'intéret.(voir Messager de Janvier)

II BUTS

Les buts de l'école ont déjà été exposés dans le Messager de de Janvier. Nous nous bornerons donc à un résumé et à quelques précisions supplémentaires:

1) Accès à des connaissances: par le biais de l'école: partage du savoir, revalorisation des soignés en mettant à leur portée des connaissances qu'ils ne se seraient pas crus capables d'intégrer auparavant, apprendre à utiliser correctement son système nerveux en fonction de sa structure, à savoir accumuler et transmettre de l'information, développer sa mémoire pour lutter contre l'apauvrissement de l'expérience dû à l'isolement progressif

d'avec le monde. Chacun, soignant ou soigné, apportant son matériel, il arrive que les soignés se trouvent en position d'enseignant: Jean-Luc a fait un exposé sur un livre, "La Vie Après la Vie" l'apport d'information circule dans les deux sens, pas de dichotomie "les soignants qui savent, les soignés qui ne savent pas".

2) Ouverture sur l'extérieur et rôle actif sur celui-ci par le biais d'activités comme le séjour à St G. .. (découverte du milieu, vie à l'extérieur, contact avec la nature), la sortie spéleo le journal, avec parfois des interventions de gens extérieurs à l'H.P. (voir le cour de Bernard C avec intervention de gens de l'ANPE)

3) Apprendre à élaborer des plans pour l'avenir: à travers le journal: construire un travail commun où chacun apporte ses éléments mettant en jeu l'imagination, l'apport des connaissances, le sens artistique, le sens de l'organisation, le désir de faire un travail sérieux et reconnu et permettant de lier contact avec l'extérieur.

Le travail fourni n'est plus synonyme de quelque chose d'imposé, d'ennuyeux ou de fatigant mais devient alors créatif et permettant un comportement gratifiant..

4) Responsabilisation: les soignés ne se comportent plus comme des "malades mentaux", terme trop souvent synonyme d'irresponsabilité, notion qui débouche en pratique sur le non respect de soi-même et des autres, mais ils apprennent à assumer la responsabilité de leurs actes. ainsi, dans le cadre de l'activité journal, les soignés y participant ont clairement et unanimement revendiqué le droit de signer leurs articles de leur nom plutôt que d'utiliser initiales ou pseudonymes.

III STRUCTURE

1) Groupe ouvert: à tout soignant ou soigné désirant y participer sans distinction d'appartenance à un secteur, de pathologie, d'âge, de grade, etc...

2) Structure non hiérarchique : les différents éléments du groupe étant considérés comme interdisciplinaires et complémentaires, les différences entre les gens sont considérées comme des facteurs d'enrichissement plutôt que d'opposition. La structure du groupe voudrait autant que possible respecter celle de l'organisme humain où les différents organes sont complémentaires, chacun ayant son rôle, sa fonction, sans rapport de dominance entre eux, l'intéret de chacun étant lié à celui de l'ensemble tout entier.

La question de la structure nous semble primordiale car la structure hiérarchique des services entraine des rapports de pouvoir entre les individus, elle est basée sur des critères de grade et d'ancienneté qui n'ont parfois rien à voir avec les critères de thérapeutique et de compétence; elle est souvent un facteur d'immobilisme, d'irresponsabilité et de parasitisme; de plus, la complexité de la hiérarchie a tendance à alimenter la bureaucratie et à entrainer des dépenses énormes de temps et d'énergie trop souvent disproportionnées par rapport aux résultats obtenus.

C'est pourquoi il nous semble important de partir des besoins et des demandes des hospitalisés, car ils sont les premiers concernés, de façon à les amener à devenir autonomes, c'est à dire à s'occuper de leurs propres affaires, plutôt que de décider à leur place ce qui est "bon pour eux", attitude infantilisante et paternaliste aboutissant souvent à des résultats contraires aux buts recherchés.

La question des effectifs minimum ne se pose pas dans le groupe: il peut y avoir un soignant pour dix soignés comme autant de soignants que de soignés, ce qui serait inconcevable dans les services.

IV ETHIQUE:

Solidarité avec les hospitalisés: sachant combien le regard qu'on porte sur les gens peut conditionner leur comportement, nous considérons les soignés comme des individus à part entière, des usagers de la santé publique ayant droit à une qualité des soins susceptible de leur apporter un état de mieux être et d'autonomie.

En tant que soignants, nous sommes payés pour apporter cette qualité des soins aux soignés et avons pour but de nous donner les moyens de faire notre travail de façon correcte et efficace.

V BILAN DES ACTIVITES DU GROUPE

5 Janvier: Sémantique générale: intervenants: Maryline, Isabelle, participants:Daniel, Jean-Luc, Michèle, Anne-Françoise Romain, Pascal.
20 Janvier: Discussion sur les pensions: I.: Bernard C. P: Daniel, Jean-Michel, Jean-Luc, Mme M., Colette, Annick, Robert.

22 Janvier: Anglais. I.: Isabelle, P.:Daniel, Louis, Régine Jean-Michel, Michèle.

7 Février: Anglais: I.: Isabelle, P.: Daniel, Michèle

27 Février: Le travail, l'emploi, les stages, I.: Bernard C., Mrs M et L , Mme B (ANPE), Mr B (EPSR) P:Chantal, Patrick, Marie-Annick, Simone, Mr G., Mr D.C., Mme A., une amie à elle, son fils, une autre dame du secteur B

28 Février: Le système nerveux: I.: Isabelle, P.:Mr B., Marie-ANNick, Daniel, Patrice.

9 Mars: Anglais: I: Isabelle, P.: Louis, Daniel

16 Mars: Discussion sur le manque de confiance en soi. I.:Isabelle, P: Daniel, Patrice, Romain, Marie-Annick

6 Avril: Discussion sur la mort: I.: Maryline, Jean-Louis, Isabelle, Bernard A., P.: Louis, Dominique, Jean-Luc,Mr F., Noël

13 Avril: Bilan de l'école: I: Maryline, Jean-Louis,, Isabelle, Bernard C., une stagiaire, Jean-Luc, Louis, Dominique

24 Avril: "La vie après la vie": I.: Jean-Luc, P:Louis, Daniel, Isabelle, Jean-Louis.

9 Mai: Le rêve éveillé: I.: Maryline, P:Daniel, Dominique, Louis, Bernard A., Jean-Louis, Isabelle

19-22 Mai: Séjour St G : Louis, Daniel, Chantal, Jean-Luc, Dominique, Jean-Louis, Isabelle, Bernard A.

30 Mai: Discussion sur la sexualité:I: Hélène, Bernard A., Jean-Louis, Isabelle, P.:Chantal, Louis, Daniel, Jean-Luc

4 Juillet: Préparation à la sortie spéléo: I: Bernard A., P: Daniel, , Louis, Patrick, Dominique,Gilbert, Mireille, Ariel,Jean-Louis, Isabelle

21 Juillet: Réunion journal: Louis, Daniel, Jean-Luc, Isabelle

24 Juillet: Bilan des activités: Jean-Louis, Maryline, Hélène, Marie-Jo, Daniel, Chantal, Louis, Jean-Luc, Isabelle

7 Aout :Sémantique générale:I.: Isabelle, F.:Martine, René, Louis, Daniel, Jean-Luc

14 Aout: Sortie spéléo: Bernard A., Partick C., Mireille, Martine, Daniel, Patrice, René, Mr X, Jean-Luc, Jean-Louis, Isabelle, Louis, Valère, Gilbert

29 Aout: Réunion du comité de rédaction d'Objectifs: Daniel, Valère, Jean-François, Louis, Gilbert, Jean-Louis, Maryline, Patrice, Hélène, Isabelle

On peut tirer de ce qui précède les constatations suivantes: le groupe B 23 s'est réuni 20 fois en 8 mois, 33 soignés y ont participé, les uns régulièrement, les autres, épisodiquement. Y participent les soignants suivants: Bernard G , Bernard A , Maryline B , Jean-Louis et Isabelle B . Le Docteur Hélène F a bien voulu accepter d'être le médecin référent du groupe.

Sur le plan financier, le séjour à St G a couté 1556,46 F, ce qui fait une moyenne de 48,63 F par personne et par jour.

Ce numéro d'Objectifs a couté 84,69 F, l'achat de 2 ramettes de feuilles .

Depuis le 12 Septembre, nous faisons partie du comité de section du centre social, ce qui va nous permettre d'avoir un budget substanciel, donc davantage de moyens pour nos activités: achat de papier, stylos, un magnéto, cassettes, jumelles.

En conclusion: loin d'être une utopie, ce que certains supputaient lors de la présentation du projet, le groupe B23 fonctionne de façon satisfaisante et pense avoir atteint les objectifs qu'il s'était fixés au départ. Il est la preuve qu'il est possible de travailler et d'innover dans les conditions actuelles. Il a su faire face aux oppositions qui se sont élevées au cours de ces 8 mois, cela parce que les relations existant entre ses membres sont des relations vraies, non artificielles, et parce que le bien-être des soignés est la raison de son existence et non pas un but prétexte.

VI ACTIVITES PREVUES POUR L'AVENIR

Pour le moment nous sommes en mesure de prévoir une autre séance de rêve éveillé, la première ayant été très appréciée des participants, une projection de diapos du séjour à St G et de la sortie spéléo et des montages faits à partir de ces dernières.

Nous prévoyons aussi une journée concert avec les groupes Cimagil et peut-être Raticide et un meshoui au cours de cette journée, ouverte aux gens de l'extérieur.

Les gens du groupe ont émis l'idée, pour un futur plus lointain, d'ouvrir une cafétéria en ville, en louant un local où seraient vendus des salades exotiques, jus de fruits faits à la centrifugeuse, milk-shakes et glaces sophistiquées.

Dans le cas où nous pourions rentabiliser certaines activités, hypothèse à laquelle nous ne sommes pas hostiles à priori, l'argent étant une des réalités de l'existence, nous pensons qu'il serait normal que les soignés participant à ces activités puissent bénéficier de cette rentabilité, ne serait-ce que par le biais d'un pécule maximum ou complémentaire.

Dans cette hypothèse, nous avons pensé acheter une machine à laver pour l'hopital, qui servirait aux hospitalisés en contrepartie d'une petite somme, ce qui leur reviendrait moins cher que de donner leurs vêtements au pressing.

Nous espèrons vous avoir fait un compte-rendu exhaustif de l'esprit du groupe qui est, nous ne saurions trop le répeter, un groupe ouvert.

Toutes vos suggestions et idées seront les bienvenues.

Isabelle

DANS LE VENTRE DE LA TERRE

Nous avons tous rendez-vous devant le hall de l'hopital à 9 heures pour le départ, le plus gros des préparatifs étant déjà réglé: commande des repas aux cuisines pour une douzaine de personnes, habits de circonstance, lampes électriques en renfort des lampes à acétylène; les 2 4 L et la 2 CV sont garées près des portes pour le chargement. Tout le monde grimpe à l'intérieu r et quelques instants plus tard nous sommes sur la route, laissant l'hopital loin derrière...

Le temps est magnifique. Les voitures se suivent et forment un mini-convoi; avec un peu d'imagination on croirait partir pour une expédition en Afrique, impression que renforce le paysage sous le soleil, champs de blé juste coupés et arbres égarés.

La grotte où nous allons n'est pas très éloignée, une quinzaine de kilomètres environ. A la sortie d'Irais nous tournons sur la gauche pour emprunter une "piste" où les herbes folles qui poussent en son centre accrochent le dessous des véhicules. Nous stoppons en plein bois sur les indications de Bernard. Rien que cette odeur de sous bois dans le matin, c'est déjà formidable. Chacun s'est équipé de vestes militaires et de combinaisons de travail, les gens se regardent en riant, nous avons l'air de mercenaires à l'exercice.

Nous allumons les lampes selon la méthode vue en cours au préalable et commençons la descente entre les épineux par un sentier. La grotte se trouve sur le parcours d'une ligne de che min de fer désafectée depuis longtemps; elle a été découverte par des ouvriers qui creusaient pour placer les rails et qui sont tombés sur un couloir creusé naturellement par les eaux entre des roches dures et d'autres plus tendres. Du côté droit cela ne va pas très loin mais en face le passage s'enfonce pro fondément sous terre. L'entrée est assez petite. Une pente douce conduit dans une première salle où nous accueille une douce fraîcheur, les lampes à acétylène diffusent une lumière suffisante. Nous parlons du lent travail des eaux avant de passer

dans la salle suivante où nous nous arrêtons. Tout le monde suit sans problème, la progression est facile et sans risque, rien n'a bougé ici depuis plus de 20 ans. Quelques inscriptions malheureuses de visiteurs par ci par là au noir de bougie. Les parois dessinent des formes douces arrondies, la pierre est blanche, par endroits il est encore possible de se tenir debout.

Nous faisons de nombreuses haltes pour discuter assis sur des pierres. Quelqu'un découvre une chauve-souris accrochée à la roche. Elle dort... Nous continuons plus loin vers d'autres salles, le plafond est de plus en plus bas, nous progressons courbés puis accroupis. Quelques courageux avancent encore vers l'extrémité comblée par de la terre. Peut-être existe t-il derrière d'autres salles plus grandes? Mais il faudrait creuser pour voir et dans quelle direction? Sur combien de mètres?

Après les efforts, le pique-nique est le bienvenu. Les cuisines ont bien fait les choses. Le ventre plein, allongés dans l'herbe... Les discussions vont bon train. Certains sont partisans d'une seconde expédition, les autres ont la flemme. Nous repartons vers une petite grotte voisine dont l'entrée est si étroite qu'elle ressemble à celle d'un terrier de renard. Quelques uns s'y glissent, ceux qui peuvent et qui en ont envie, les autres nous attendront sous les arbres... Celle-ci est bien plus difficile! Il faut ramper dans un étroit goulet, le bras droit en avant qui tient la lampe, progresser en s'aidant des pieds et des mains. Un trou communique avec la surface, Bernard passe son bras, quelqu'un prend une photo de cette main sortant du sol. Dans la petite grotte, les fossiles sont plus visibles. Nous en cherchons quelques une avant de rejoindre le groupe.

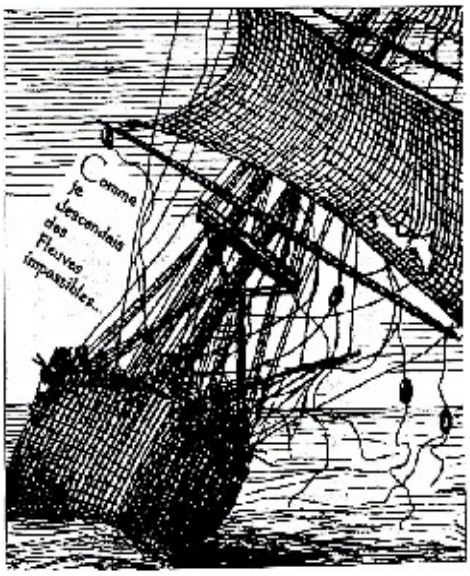
Il est déjà près de 17 heures. La sortie spéléo s'achève. Nous terminons la journée par un pot chez François à St G . Nous devons rentrer. Les uns doivent être raccompagnés, d'autres prennent le bus. Succès complet en tous ces!

Jean-Louis

quelques mots sur Arthur Rimbaud

Poète à 16 ans, né à Charleville en 1864. Il a ete élevé sévèrement par sa mère. Pendant cette période, il montre un caractère difficile emporté et se révolte très tôt contre le milieu fanilial; en 1870, il rencontre Verlaine. Il mène une vie errante avec luien Belgique et en Angleterre, c'est pendant cette période qu'il écrit ses illuminations. Le 1o juillet 1875, Verlaine blesse Rimbaud d'une balle de revolver. En 1873 Rimbaud rédige une saison en Enfer. En 1875 il commence à mener une nouvelle carrière d'aventure exotique. Il s'engage dans l'armée Hollandaise pour Java. Arrivé là-bas, il déserte. Ensuite il revient en Europe. En Autriche puis en Allemagne et à Chypre. A partir de 1880 il gère un comptoir commercial tantôt à Haman en Ethiopie1 tantôt en Arabie. Au bout de 10 ans, ses affaires sont prospères. Il est alors atteint d'une tumeur au genou, il doit rentrer en France pour se faire soigner, il est amputé d'une jambe à Marseille et meurt en Septembre 1891 dans cette ville.

Daniel G.



MA BOHEME

Je m'en allais, les poings dans mes poches crevées;
Mon paletot aussi devenait idéal;
J'allais sous le ciel, Muse! et j'étais ton féal;
Oh! là! là! que d'amours splendides j'ai rêvées!

Mon unique culotte avait un large trou-
- Petit-Poucet rêveur, j'égrenais dans ma course
Des rimes- Mon auberge était la Grande-Ourse-
- Mes étoiles au ciel avaient un doux frou-frou.

Et je les écoutais, assis au bord des routes,
Ces bons soirs de Septembre où je sentais des gouttes
De rosée à mon front, comme un vin de vigueur;

Où, rimant au lilieu des ombres fantastiques,
Comme des lyres, je tirais les élastiques
De mes souliers blessés, un pied contre mon coeur!

Arthur RIMBAUD

LA DANSEUSE AMNESIQUE

"Entrez" me dit-elle, "N'ayez pas peur."
En proie à une lourde fièvre, j'avançais péniblement, me frayant à la force des mots, un passage entre les chaises. La nuit s'ouvrit sous mes pieds. Les matelots vaquaient à leurs occupations habituelles. Le navire était une coquille vide. La salle était comble. Le navire était une coquille vide et l'assistance dévorait l'Extraordinaire. Le parquet pliait au rythme des poumons d'acier. Les sourcils tremblaient sous l'intensité de l'émotion et on sentait, prêt à jaillir de toutes les bouches, un immense "Chut".
Il fallut imaginer le vertige dégringolant de l'escalier. Elle apparut au bas de la dernière marche. Elle était naine. Le navire était une coquille vide. La salle était comble et on sentait, prêt à jaillir de toutes les bouches, un immense "Chut". Elle effaça la mémoire sur le tableau. Personne ne sut ce qui avait été dit avant car, en une seule pirouette, le secret se dissimula entre les lignes de sa robe. Ses deux petits bas blancs épousèrent la forme du passé. Elle esquissa alors un mouvement audacieux. Le petit rat tourbillonna dans ma tête. Les voiles la portèrent au-dehors, au dehors de quoi ? au dedans de quoi ? Seul le piano bleu l'accompagnait dans sa tentative. Le corps frêle créa l'intimité dans un délicieux va et vient; puis, montant sur le fil, elle décrivit des figures d'Eternité. Chacun la portait du regard. Ses pieds ne touchaient plus la corde promise. Son souffle domptait le temps juste. Inlassablement, l'acte effectué s'évadait de la scène pour laisser place au charme de l'acte à venir. Un petit rire. Rien de gravé dans l'esprit; seulement ce sentiment puissant de l'équilibre du futur, de l'élan suspendu au-dessus de l'abîme, des yeux fixés sur Devant.
"Ferme la porte" me chuchota-t-elle en passant devant moi "Sinon, tu me perdras".
Je n'avais plus que la nuit pour tout seul. La salle était vide. La coquille avait donné naissance à un poussin mort-né.

Jean Valérye, "Le sang des azalées"
Ed. Saint-germain-des-près

SEJOUR A ST G

Partis avec Jean-Louis et Isabelle, Chantal, Bernard, Daniel, Dominique et moi, nous avons campé pendant 4 jours.

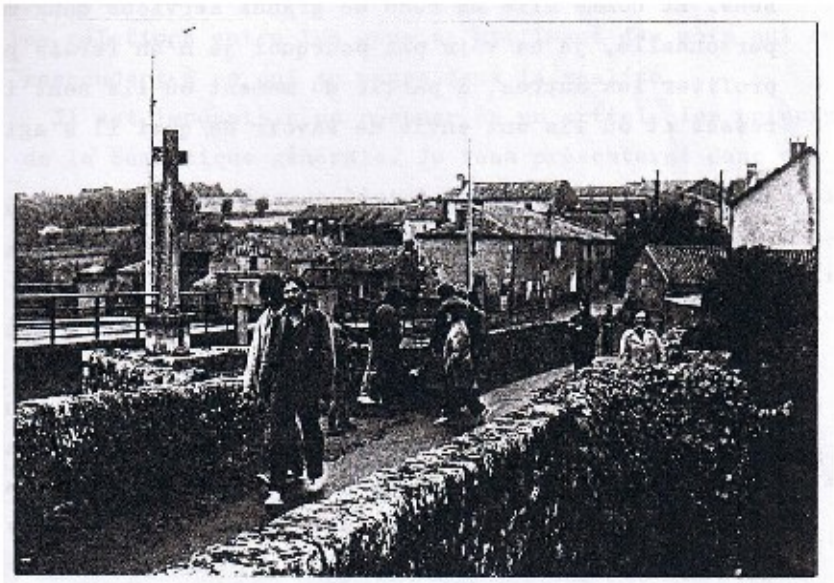
Le samedi soir nous avons dîné au restaurant chez François et avons mangé de la bonne bouffe. Nous avons fait des ballades dans la campagne où nous avons pris des photos. Nous avons bien ri et avons écouté de la musique sur le transistor à Louis dans le gîte de St G .

Ensuite nous sommes allés dans les cafés où nous avons bu de la bonne bière blonde. Dominique est venue un jour avec Patrick, Régine et Marie-Louise, se promener avec nous. Il a plu tout le temps mais Bernard nous a fait faire de grandes promenades. Et nous avons passé un long et bon séjour.

Le dernier soir Bernard C est venu dîner avec nous et nous avons bu du Champagne.

Enfin nous avons démonté nos toiles de tentes et sommes revenus à l'hopital contents.

LOUIS



Quelques éclaircissements sur
la SEMANTIQUE GENERALE :

Vous avez pu remarquer, sur les panneaux de l'école, qu'étaient affichés des cours de Sémantique générale. Cette discipline étant peu répandue en France, beaucoup de gens ignorent de quoi il s'agit. Certaines personnes m'ont fait part de leurs appréhensions, pensant que ce mot recouvrait des choses trop compliquées ou incompréhensibles, qui n'avaient pas lieu d'être enseignées à l'hopital.

Or la Sémantique générale traite de choses auxquelles nous sommes confrontés dans la vie de tous les jours. Elle permet de mettre de l'ordre dans ses pensées, d'échapper aux pièges que nous tend notre langage et de ne plus s'empoisonner l'existence avec des questions qui n'ont pas de sens. Et comme elle me rend de grands services dans ma vie personnelle, je ne vois pas pourquoi je n'en ferais pas profiter les autres, à partir du moment où ils sont intéressés et où ils ont envie de savoir de quoi il s'agit.

Aujourd'hui on entend beaucoup de gens déplorer que notre civilisation soit très développée dans les domaines scientifiques et techniques alors que, dans d'autres domaines, elle est restée à des niveaux qui semblent beaucoup plus primitifs. Ainsi, dans le domaine technique, il est possible de faire des plans dont on peut prévoir le résultat, et si ces plans sont corrects et leur réalisation bien menée, les résultats sont conformes à ce qu'on en attend: les machines fonctionnent, les maisons tiennent debout, les ponts ne s'effondrent pas.

Par contre, en matière économique et politique et sociale, ce qu'on appelle les "affaires humaines", les prévisions sont la plupart du temps incertaines et il y a de grandes différences entre les résultats qu'on attendait et ce qui arrive effectivement.

Or, dans le domaine technique, le langage utilisé correspond à ce qui se passe dans la réalité. Quand vous dites 1+1=2, tout le monde comprend ce que ça veut dire et chacun comprend la même chose. Si vous avez devant vous un morceau de sucre et si vous en mettez un autre à côté, vous aurez deux morceaux de sucre.

Par contre, beaucoup de mots que nous utilisons dans la vie de tous les jours n'auront pas le même sens pour plusieurs personnes. Par exemple, si vous demandez à dix personnes ce que veut dire "bien" ou "mal", vous aurez dix réponses différentes: les mêmes choses seront "bien" pour certains et "mal" pour d'autres. C'est pourquoi, dans la conversation, les gens ne se comprennent pas toujours, d'où les problèmes de communication, souvent incertaine ou déformée et les répercussions sur le comportement des gens.

Le but de la sémantique générale est de r"éduire le plus possible ces problèmes de communication et ainsi de faciliter les relations entre les gens en utilisant des mots qui correspondent à ce qui se passe dans la réalité.

Il est impossible de résumer en un article les principes de la Sémantique générale. Je vous présenterai donc un principe par numéro en l'expliquant et en trouvant des exemples dans la vie quotidienne, ce quin permettra à ceux qui les ont étudiés de se les remettre en mémoire et aux autres qui sont intéressés, de savoir de quoi il en retourne.

Il existe plusieurs ouvrages sur la question:

- "Le Monde du Ā"
- "Les Joueurs du Ā" } de Van Vogt, collection "J'ai Lu"
- "La Fin du Ā"
- "Introduction à la Sémantique générale de Korzybski" de H. Bulla de Villaret, édition "Le Courrier du Livre"

"L'ORGANISME COMME UN TOUT"

La sémantique générale considère l'Homme comme un tout psychosomatique dans son milieu qui le pénètre et auquel il réagit.

Que veut dire cette phrase?

Autrefois on ne voyait pas les humains comme aujourd'hui. On pensait que nous étions composés d'un corps et d'un esprit, qu'il y avait l'esprit d'un côté et la matière de l'autre et que les maladies du corps et celles de l'esprit n'avaient rien à voir les unes avec les autres. Quand on observait quelqu'un, on regardait la personne sans voir le milieu dans lequel elle vivait.

Depuis, de nombreuses découvertes ont été faites sur notre organisme, sur nous-mêmes. On commence à comprendre le fonctionnement du cerveau, même si beaucoup de choses dans ce domaine restent encore inconnues. On a découvert que certaines maladies du corps avaient une origine psychique et que l'environnement dans lequel nous vivons, s'il est malsain pour nous, peut provoquer certains troubles que nous n'aurions pas eu dans un environnement sain.

Exemple: si vous prenez une truite, vivante, en bonne santé, qui est faite pour vivre dans de l'eau de rivière et si vous la plongez dans un bocal d'eau de mer, vous allez constater au bout de quelques temps qu'elle va flotter à la surface, le ventre en l'air; elle crèvera rapidement parce qu'elle n'est pas faite pour vivre dans l'eau de mer. Ainsi, la truite sera morte parce que le milieu dans lequel on l'a plongée, l'eau de mer, n'était pas adapté à son organisme et a provoqué dans son corps de truite des modifications incompatibles avec sa vie de truite.

Si vous ne tenez pas compte du fait que la truite est faite pour vivre dans l'eau douce, et si vous dites: "Cette imbécile de truite a crevé dans mon bocal d'eau de mer, elle devait être malade", vous faites une erreur grossière: vous ne tenez pas compte de l'importance de son

milieu et vous attribuez à la truite une maladie qu'elle n'avait pas, vous avez provoqué sa mort en la plongeant dans un milieu malsain pour elle alors que si vous l'aviez mise dans un bocal d'eau douce, elle aurait continué à vivre.

Depuis quelques années, on a découvert que notre cerveau était fait pour apprendre, c'est à dire pour accumuler des informations. Notre cerveau comporte une partie qui s'appelle le cortex. Chaque millimètre carré de notre cortex comporte 40 000 cellules et chacune de ces cellules peut recevoir 20 000 informations à la seconde. Dans un cerveau humain, l'information est dix mille fois plus concentrée que dans un ordinateur.

A quoi vont nous servir les informations que nous emmagasinons? Elles vont nous permettre d'AGIR, d'agir sur notre environnement, sur ce qui nous entoure; ça peut être parler avec quelqu'un, jouer au foot, servir à la cafet, etc... et, comme le dit Henri Laborit:" ce n'est qu'en agissant sur notre environnement que nous pouvons satisfaire notre besoin de bien-être, de plaisir." C'est pourquoi, quand dans une journée nous avons fait des choses qui nous intéressent, quand nous avons rencontré des gens qui nous plaisent, nous nous sentons bien, nous sommes content de nous. Quand nous sommes avec des gens qui ont une bonne opinion de nous, qui nous encouragent et nous font confiance, nous arrivons à faire des choses positives avec eux, ils nous apportent quelque chose et nous leur apportons quelque chose. Nous nous sentons détendus, confiants.

Par contre si nous sommes avec des gens qui nous sont hostiles, qui nous critiquent sans arrêt et nous renvoient une mauvaise opinion de nous-mêmes ("Tu n'es qu'un incapable, tu n'arriveras jamais à rien,") où des gens dont nous avons peur, nous allons douter de nous-mêmes, nous nous sentirons bloqués. Il va être alors beaucoup plus difficile d'agir et nous nous sentirons mal.

Si nous pouvons quitter ces gens ou les obliger à changer d'attitude à notre égard, nous nous sentirons bien à nouveau. Mais si nous ne le pouvons pas, nous nous sentirons bloqués, prisonniers, nous serons inquiets et tendus.

Quand nous sommes tendus sans arret, nos muscles sont contractés, nous respirons moins bien et notre système nerveux produit des substances qui vont diminuer notre sommeil et notre résistance aux infections. Ces substances s'appellent le cortisol et la norépinéphrine. Nous dormirons mal et attraperons plus facilement des maladies.

Quand nous nous sentons mal, nous avons toujours des raisons. Cela ne veut pas forcément dire que notre cerveau est malade mais plutôt que nous n'arrivons pas à changer les situations dans lesquelles nous nous sentons mal.

Pourtant il est très possible de s'en sortir, à condition de le vouloir d'abord et ensuite de trouver les moyens de changer les situations dans lesquelles nous sommes bloquées, en agissant correctement dans ces situations, en adaptant notre attitude de façon à affronter les difficultés et à les résoudre. Il y a toujours une solution, il suffit de la trouver. Et comme le disait si justement Marie-Annick l'autre jour à l'école:"Nous ne sommes pas sur terre pour souffrir."

Isabelle B.

Le Carrefour des Impasses

Objectifs 1

Objectifs 2

Objectifs 3

Objectifs 4

Objectifs 5

Objectifs 6

Objectifs 7

© Isabelle AUBERT-BAUDRON
Interzone Editions

Novembre 2011