

Agnès Guyot

Le temps de vivre

Ce travail s'appuie sur mon expérience avec des personnes présentant handicaps et maladies mentales.

Très tôt dans ma vie professionnelle s'est posée la question de la gestion du temps, de la façon dont chacun vit le temps qui passe et comment chacun s'y inscrit.

De cette préoccupation de départ ont découlé d'autres interrogations qui jalonnent cet écrit : comment travailler avec cette dimension (faut-il structurer le temps ou pas) ? Comment respecter le rythme de chacun ? Comment articuler rythme personnel et vie institutionnelle et sociale ?

« L'humanité court trop vite,
à la recherche d'un monde qu'elle veut
sans doute meilleur.
Pourtant notre terre a gardé son rythme,
Elle aussi a un cœur.
Pourquoi ne pas l'écouter
Au lieu de l'étouffer
Plutôt que de courir après des leurres.
Arrêtons nous un instant...
... et écoutons ».
Zap Mama, *Mupepe*, 1992, extrait

L'histoire !

Quand j'ai entamé ma réflexion (Guyot, 1997) sur ce concept, je me suis rapidement rendu compte de sa complexité. Aussi ai-je été obligée de l'aborder par une approche différente. En réfléchissant sur ma pratique, ce qui m'est apparu important est l'histoire de chacun et ce qui la définit.

Dans ma conception, créer son histoire, c'est s'inscrire dans le temps qui passe et faire quelque chose de soi dans cette dimension.

Le temps est un paramètre avec lequel nous vivons quotidiennement, sans y penser, sans se rendre compte qu'il est la base de tout ; puisque tout ce que nous mettons en œuvre (que ce soit dans notre vie personnelle ou professionnelle) est un pari sur l'avenir, une dynamique d'évolution dans le temps.

Le temps qui fait sens

Le temps !

On vit tous avec et on a pourtant tellement de mal à le définir.

Il apparaît cependant qu'il y a deux façons de se le représenter : le temps historique — celui des calendriers, que l'on peut mesurer ; le temps vécu — la manière dont chacun l'aborde.

Dans la pratique, j'ai pu observer que l'on se réfère à des durées (dans les projets, en posant des dates butoirs, en structurant les journées, les semaines). On peut donc dire que c'est sur le temps historique que nous appuyons nos actions, puisque c'est lui qui fait repère. Mais dans la relation à l'autre, au sein de ce temps historique, c'est le temps vécu de chaque individu qui le pose comme singulier.

Avant d'aller plus loin dans ma réflexion, il me semble important de souligner que l'on se construit dans le temps. On sait en effet, grâce notamment à la psychologie du développement, que la construction de la personnalité commence à la petite enfance et se poursuit tout au long de la vie. Cet espace-temps va donc être prépondérant pour le devenir de chacun de nous. Deux caractéristiques me paraissent primordiales :

— La dynamique passé / présent / avenir : ces trois dimensions sont indissociables les unes des autres. C'est la mémoire de notre histoire, de notre passé quel qu'il soit qui nous offre l'accessibilité au présent (1). De plus comme l'a souligné Armand Touati : « Être présent, c'est déjà être dans un mouvement qui tend vers le futur » (Touati, 1988).

— Le temps permet la découverte de ses capacités. Il met en évidence le potentiel d'évolution de chacun. « Seul un avenir plus lointain peut éclairer le présent et lui donner du sens » ; cette citation du philosophe Lagneau illustre bien que sans la dimension temporelle, rien n'est possible pour l'homme ; aucune construction, nulle évolution.

On peut en déduire que le temps fait sens, puisqu'il permet le repère ; ainsi que la projection de l'homme dans son avenir. Pour que cela soit possible, le sujet doit avoir construit son rapport au temps.

Cette construction remonte à la petite enfance. En même temps que se constitue l'unité de la personnalité, l'horizon temporel se développe. Ceci exige justement de l'enfant qu'il apprenne à inhiber les réactions que suscite son corps ou l'environnement (et en particulier ses réactions émotionnelles) pour être capable de la stabilité émotionnelle et de ce qui va suivre. Seule la conquête de la stabilité émotionnelle peut lui permettre d'entreprendre des actions à plus longue portée, car l'émotivité tend à nous enfermer dans le présent.

Pour les psychanalystes, le temps se déploie dans la mesure où le principe de plaisir cède la place au principe de réalité (2). L'avenir ne se déploie que dans la mesure où l'on peut imaginer un futur qui nous

(1) Cf. Fraïsse, 1957.

(2) Cf. Winnicott, 1995.

paraisse réalisable. Pour que cet espace de créativité s'instaure et permette au sujet de faire de nouvelles expériences, il faut qu'une séparation se soit effectuée d'avec la mère dans la prime enfance.

C'est en effet à partir de l'alternance présence/absence de la mère, que s'origine la problématique temporelle de chacun. En instaurant de la discontinuité, l'alternance permet de repérer un avant et un après. Si cette discontinuité n'intervient pas, le temps reste figé, rien ne bouge ; il n'y a donc pas de projection dans l'avenir possible.

Par conséquent, on peut poser que ce qui s'actualise dans le présent (la façon dont on va vivre, dont on va percevoir et s'inscrire dans le temps qui passe) est le reflet de ce temps archaïque dans lequel chacun est inscrit.

En observant autour de soi, on se rend compte que certaines personnes ont un besoin constant d'être actives (elles n'admettent pas de perdre leur temps), d'autres vont préférer profiter de chaque instant (même dans l'oisiveté), d'autres enfin subissent complètement le temps.

Si chaque personne a une façon unique de ressentir le temps qui passe, il en est de même pour chaque société. On peut en effet noter le décalage entre la façon dont on aborde le temps dans certaines contrées africaines, où on teste, on attend, on a le temps ; et la manière dont nous l'abordons dans le monde occidental de cette fin de vingtième siècle, où il faut être le plus rapide, consommer le plus de savoir, d'activités pour avoir une vie intéressante.

Ces observations nous conduisent inévitablement à nous poser ces questions :

Productivité et handicap

Quelle place est faite aux personnes qui ont des déficiences, qui ne peuvent pas être optimum dans une dimension de production ?

Quel avenir dans notre société pour ceux qui n'ont pas un rapport au temps conforme à celui qu'elle exige ?

Comment résoudre le paradoxe actuel qui consiste à vouloir intégrer les personnes présentant un handicap dans une société dont elles ne peuvent pas suivre le rythme effréné ?

Pour prendre un exemple, il me semble que ces questions sous-tendent complètement la problématique actuelle des Centres d'Aide par le Travail (CAT). Ces structures ont été créées au départ pour permettre à des personnes ayant une déficience modérée d'avoir accès au travail, à leur rythme. Aujourd'hui ces structures sont soumises à une obligation de productivité, et n'ont par conséquent plus toujours pour priorité le

respect du rythme de la personne handicapée et son épanouissement au travers du travail.

Comment nous, professionnels, à notre niveau pouvons-nous aborder ce problème dans nos pratiques ?

Structurer le temps

Je soulignais plus haut la nécessité de respecter le rythme propre à chaque individu, mais il me semble également

indispensable de structurer le temps.

Ces affirmations pourraient *a priori* paraître antinomiques, et pourtant ce sont avec ces deux dimensions que nous devons travailler. En effet, le temps est une donnée abstraite, nous ne le maîtrisons pas, il passe inéluctablement. Organiser le temps nous permet de maîtriser l'anxiété qui découle de cette prise de conscience. On peut ainsi utiliser son énergie psychique pour concevoir des projets, donc dans le but d'évoluer.

Il est intéressant d'observer comment certaines personnes nous renvoient l'importance de cette organisation. Dans le pavillon où je travaille actuellement, un résident se réfère constamment aux moments de la journée qui ont du sens pour lui (toilette, repas, promenade en bus, coucher). Je pense que ces sollicitations ont un réel sens pour lui ; nos réponses (« on mange bientôt », « ce n'est pas encore l'heure ») sont sécurisantes.

Le fait de structurer le temps donne des repères, donne du sens. Ceci est, me semble-t-il, la base de tout travail, car comme l'a souligné A.F. Zoïla « on ne fabrique rien dans l'abstrait » (Zoïla, 1985).

Parler de structuration du temps dans une institution m'a renvoyée à la notion d'emploi du temps. Je me suis amusée à comparer les journées types de plusieurs établissements et il en ressort des différences frappantes : dans certains établissements le temps est « rempli » du matin au soir, dans d'autres par contre l'individu est laissé « seul » face au temps qui passe. J'en ai déduit qu'une institution ne fonctionnait toujours pas sur la base du temps historique, mais plutôt d'après son propre temps vécu : ce sont l'idéologie, les valeurs, les personnes qui « habitent » l'institution qui en sont à l'origine.

Ce temps structuré est donc nécessaire à chacun pour se construire, mais jusqu'où faut-il aller pour ne pas faire de l'institution « une mère toute puissante » qui comblerait chaque moment de la vie de la personne accueillie ?

Cette institution ne laisserait pas à l'individu la possibilité de faire de

nouvelles expériences intérieures ; le temps et la dynamique seraient figés et par conséquent l'individu aussi.

C'est aux professionnels, dans un travail quotidien (structuré par l'emploi du temps), de favoriser les moments où le sujet peut s'exprimer et donner libre court à son rythme personnel (car c'est uniquement dans l'expression de celui-ci qu'une opération sera exécutée correctement).

Pour résumer mon propos, on peut dire que malgré un emploi du temps institutionnel posé, l'éducateur a la

Le projet individuel

possibilité de travailler un espace où il va laisser à la personne la possibilité de trouver un rythme, d'aller de l'avant et de se découvrir des « possibles ». Il me paraît donc important de ne pas faire la confusion entre emploi du temps et prise en charge.

La mise en place d'un projet individuel me semble être une bonne façon de gérer la rencontre de plusieurs temps : celui de la société, de l'institution, des familles, des professionnels, afin de favoriser l'expression du temps propre de la personne accueillie, et par conséquent lui permettre de créer sa propre histoire.

Ce qui fonde la personne (son passé) doit être pris en compte et constituer la base du projet, puisque c'est ce qui crée son rapport au monde. On a vu plus haut que dans la dynamique, passé / présent / avenir, il y avait une inter-relation entre les trois dimensions. Il est donc nécessaire de partir de l'histoire et de la problématique de la personne pour s'orienter vers de nouveaux objectifs (son futur).

Le projet individuel est décliné en « plans d'actions » et en objectifs. Il est vivant car il s'adapte aux réalités du présent pour construire l'avenir. Pour cela il exige des évaluations et des remises en cause régulières. Le projet porte donc en lui une double propriété : ce qui n'existe pas encore et se détruit dès qu'il se réalise. Dans ce processus, il ne peut donc être figé, mais au contraire pousse en avant. Il situe donc la personne dans la dynamique temporelle, il lui permet de s'inscrire dans l'histoire. Il donne du sens aux actions menées, il envisage celles du lendemain et les attitudes à travailler. Il introduit dans le dispositif institutionnel rigide la question du choix, du passage, de l'imprévu qui seule permet l'accès au temps du sujet. Par le biais du projet, l'institution veut considérer chacun dans sa singularité, pour ensuite donner un sens à l'individu au sein du dispositif collectif : elle lui reconnaît une place, elle le situe spécifiquement dans la prise en charge globale (3).

(3) Sur la notion de projet individuel, cf. Dumont, 1994.

Travailler dans l'intermédiaire

Au-delà de cette
réponse institu-
tionnelle, on a

vu que le professionnel devait favoriser l'émergence d'un espace intime où le sujet pourra se découvrir. J'insiste une fois de plus sur la nécessité qu'il y a de poser un cadre (pour marquer des séquences temporelles, mais surtout pour offrir à la personne un « lieu » sécurisant). Sans ce sentiment de sécurité, l'individu ne pourra pas se laisser aller à de nouvelles expériences, de nouvelles découvertes sur lui.

Une fois cette sécurité acquise, l'individu pourra se retrouver seul (en présence de quelqu'un ou pas). Pendant ce moment de solitude, il pourra exister hors d'une stimulation externe, se parler, jouir de lui.

Le professionnel doit faire marcher ce jeu de l'absence/présence, du dedans/dehors qui permet l'existence de cette erre (4) : j'appellerai cela, travailler dans l'intermédiaire.

Si la personne ne s'aventure pas à la découverte d'elle-même, elle ne saura jamais (et nous non plus) si elle peut vivre différemment ; mieux, si elle peut vivre en harmonie avec ce qui la constitue. Ces moments de solitude peuvent amener de l'imprévu dans la relation éducative (car le sujet ne se trouvera pas forcément où on l'attend). Un événement hautement improbable est surchargé d'informations, alors qu'un événement prévisible en apporte très peu : ces failles, ces expressions qui émergent de cet espace sont donc à exploiter pour que le sujet se découvre d'avantage, elles font émerger du vrai et sont spontanées. En laissant au sujet la possibilité de gérer une partie de son temps, le professionnel le fait passer d'une place passive à une place active, ce qui lui permet en l'expérimentant de lui faire prendre conscience de son rythme.

Pour que ce travail dans l'intermédiaire puisse se mettre en place, le professionnel doit sans arrêt accepter de se remettre en question et donc renoncer à sa toute puissance.

Au tout début de ma professionnelle, je me suis trouvée dans un atelier de préapprentissage. Je remplissais les journées par de l'activité de façon quasi continue. Avec du recul, je me suis rendue compte que cette attitude était le reflet à la fois de mon désir de justifier ma présence auprès des jeunes, mais également le reflet de mon propre rapport au temps. Je suis arrivée à la conclusion que je n'avais pas vraiment renoncé à cette position de toute puissance. Je pense que mon comportement reflétait un désir de vouloir tout maîtriser (pour le bien de l'autre, pour lui assurer une prise en charge qui développerait au mieux son potentiel). En réalité j'instaurais de l'activisme, car si pour moi ce « flot » d'activités avait du sens, on peut se demander s'il en avait pour ces jeunes.

(4) Mouvement résiduel d'un bateau sur lequel n'agit plus de force motrice (NDLR).

Cela pouvait se résumer pour eux à un remplissage du temps, à « ne pas rien faire ».

Devant ce constat, j'ai réalisé que mon comportement empêchait l'espace de liberté, dans la relation, annulait l'expression de la temporalité de l'autre, le destituait de sa place de sujet. Un travail a été nécessaire pour instaurer une séparation claire entre ma manière de vivre le temps et celle des autres. Ce travail n'a été possible que parce que j'ai trouvé des espaces qui m'y ont aidée. J'insiste donc sur l'importance pour chaque institution de se doter d'un dispositif d'analyse des pratiques, car il permet la remise en question et donc l'avancée.

En prêchant le respect du temps libre, fût-il du temps vide, je ne veux pas prôner l'abstention éducative, je veux simplement faire ressortir la nécessité de prendre la personne là où elle est, la nécessité de la laisser avancer lentement si c'est nécessaire ; tout en ayant soin de ne pas me mettre à sa place, mais au contraire en respectant profondément et lucidement ses capacités au jour le jour.

Dynamique du groupe / Dynamique du plaisir

Même s'il est possible d'instaurer ces moments de liberté, il n'en reste pas moins que dans nos institutions, il y a des moments où l'individu doit entrer dans une consigne, dans une dimension de groupe.

Il est clair que c'est au professionnel de adopter une pédagogie différenciée au sein d'un même atelier afin de le rendre accessible et bénéfique à tous. Mais au-delà de cette considération, j'ai pu remarquer qu'en respectant ce qui les caractérise, certains se mettent en danger, d'autres ne font strictement rien si on ne les sollicite pas. En effet, si une personne reste constamment dans la passivité, elle ne sera pas propulsée en avant. On pourra alors persister dans l'apprentissage d'une notion qui ne donnera jamais de résultat. On dévalorisera le sujet, on ne lui permettra pas de s'inscrire dans l'avenir.

Toutefois, si on force un individu à modifier son rythme, alors on le dessaisit de lui-même et on l'annule en tant que sujet. L'adaptation doit donc venir de lui, mais comment ?

Que ce soit dans ma pratique ou dans ma vie professionnelle, j'ai pu remarquer que le plaisir pouvait être « un moteur, un incitateur capable de relancer la productivité désirante, de propulser le temps » (Zoïla, 1985). L'exemple d'Harold illustre parfaitement cette affirmation : Harold est un jeune homme de vingt ans, placé en CAT. Il est souvent à l'écart du groupe, perdu dans ses rêves. Harold a un rythme lent, qui

fait parfois obstacle à ses acquisitions et à son insertion professionnelle et sociale. Ce jeune homme est passionné par l'humanitaire. Il prend du plaisir à aider les autres, à « faire du bien » par l'humain. Il y a quelque temps de cela, on lui a proposé de passer son brevet national des premiers secours. Harold a accepté, vraiment heureux d'avoir une opportunité pareille. On a appris par la suite qu'il avait fait preuve d'une grande attention et d'une capacité d'action dans l'urgence tout à fait satisfaisante.

Cet exemple, entre autres, m'a conduit à reconnaître que le plaisir peut constituer un déclencheur de cette modulation de la temporalité dans le souci de se tourner vers l'avenir.

Temps, plaisir, histoire

Si on s'arrête quelques instants sur la vision psychanalytique de ce concept, on comprend que cette origine de sensation de bien-être est liée à la satisfaction d'un désir. Le principe de plaisir est le fondement du « ça », qui nous donne l'énergie nécessaire pour agir, entreprendre, s'investir. Le plaisir constitue le moteur essentiel de l'apprentissage et de l'évolution, puisqu'il est centré sur les besoins du sujet, sur ses exigences internes. Le plaisir serait donc « l'élément dynamique qui induit le passage à un autre état, la spontanéité qui permet l'invention » (Lobrot, 1996).

Il est donc important de mettre dans l'environnement de la personne dont on a la charge, suffisamment d'éléments stimulants pour créer un manque chez elle et donc un désir de le combler. C'est à la suite de plusieurs expériences de ce type, qu'une personne provoquera elle-même la rencontre avec ces stimulations. On peut imaginer que le souvenir du plaisir qu'elle aura éprouvé aux expériences précédentes lui aura donné envie de les réitérer. Je pense également que la satisfaction ressentie dans la réussite d'un exercice quel qu'il soit est un moteur pour conduire la personne à recommencer et même à aller plus loin. Cette satisfaction nous renvoie à la satisfaction narcissique, qui donnera au sujet assez de reconnaissance de lui-même pour s'inscrire dans l'avenir et dans le monde.

Pour Winnicott, « le meilleur remède contre l'immaturation, c'est le temps » (Winnicott, 1971). Il est donc important de donner aux personnes que nous accompagnons le temps nécessaire pour accéder à leur autonomie et à leur propre reconnaissance. Je pense surtout que de notre position de professionnel, il ne faut jamais oublier qu'il y a eu un

« avant », qu'il y aura un « après » et que c'est entre ces deux pôles que nos actions prennent un sens. Pour cela, il faut que l'individu puisse devenir acteur de son propre cheminement, à son rythme.

Comme le souligne D. Karlin et T. Lainé, « il faut aider l'enfant à sortir du désir des autres, du projet que l'on a pour lui. Ce serait l'accompagner vers sa propre parole, libérer son désir personnel d'apprendre, lui accorder le droit de devenir le sujet de son histoire. Cela nous amène loin des normes auxquelles on adapte les enfants, loin d'un monde instituant des rythmes, des programmes. » (Karlin et Lainé, 1997).

Dans cette perspective il me semble que l'on passe d'une prise en compte de l'autre dans la dynamique du temps vécu institutionnel à la prise en compte de l'individu en partant de son temps intime (pour l'articuler si cela est possible au temps vécu de la société, de l'institution : articulation qui implique modifications et adaptations réciproques).

Le travail éducatif doit permettre d'inscrire la personne dans l'histoire, mais au-delà, il doit l'amener à faire de l'histoire dans laquelle il est inscrit, son histoire ●

Bibliographie

Dumont J.P., « Du projet individuel au projet individualisé » in *Communautés éducatives*, 78, 1994

Fraisse P., *Psychologie du temps*, Paris : PUF, 1957

Guyot A., *Passer le temps ? Passer son temps ? Rythme et collectif*, Montpellier : IRTS, 1997, mémoire

Karlin D. et Lainé T., *La raison du plus fou*, Paris : Editions sociales, 1997

Lobrot M., « Le plaisir, condition à l'apprentissage » in *Le journal des psychologues*, 140, 1996, pp.14-18

Touati A., *Le temps de la vie*, Marseille : Ed psychologie et avenir, 1988

Winnicott D.W., *Jeu et réalité. L'espace potentiel*, Paris : Gallimard, 1971

Winnicott D.W., *Processus de maturation chez l'enfant*, Paris : Payot, 1995

Zoïla A.F., « Aspect de l'aliénation humaine dans le jeu des interactions temporelles » in Djours C., Veil C., Wisner A., *Psychopathologie du travail*, Paris : ESF, 1985, 157-166

Mots-clefs

Handicap / institution / intermédiaire / projet / rythme / temps