

NUMÉRO 185

S.O.S Amitié



CONGRÈS S.O.S AMITIÉ 2023

La revue de S.O.S Amitié France • N°185 • Octobre 2023 • Prix : 5€

S.O.S
Amitié

UN MAL.



DES MOTS.

Sommaire

N°185 Octobre 2023

- | | | | |
|-----------|--|-----------|--|
| 3 | Éditorial
Ghislaine Desseigne | 20 | Co-construire la rencontre,
entendre la plainte (selon Marc Fillâtre)
Martine Quentric |
| 4 | Le silence dans l'écoute
selon Christophe Malavoy
Elisabeth Duntze | 21 | Être trentenaire à SOSA
Claire Noël-Roeckel |
| 5 | Congrès, un pas vers l'autre
Carlo Roccella | 22 | Les ateliers
Martine Quentric |
| 6 | J-23, interview d'Alain Le Corre
Nic Diamant | 24 | Congrès de Montpellier :
« S.O.S Amitié, la force de l'écoute »
Jean-Noël Pintard |
| 8 | Ça placotte, ça tricotte, ça barbotte
Elisabeth Hoffmann | 26 | Annecy en 2026 !
Daniel Laroche |
| 10 | Avant propos
Martine Quentric | 26 | La nuit n'est jamais complète
Paul Eluard |
| 10 | Les bonnes raisons
d'aller au congrès
L'équipe de Toulon | 27 | Revue N°1 |
| 12 | Congrès SOSA 2023
Michel Laurens | 27 | La Revue, ou comment utiliser
des congressistes captifs
pour la faire évaluer
Elisabeth Duntze |
| 17 | De victimes à témoins
(selon Christine Lazerges)
Martine Quentric | 30 | 13^{ème} Observatoire des souffrances
psychiques
S.O.S Amitié |
| 18 | L'expérience de l'écoute
de Serge Hefez
Mahalia De Smedt | 31 | Bibliographie |

ABONNEMENT POUR 3 À 4 NUMÉROS/AN

S.O.S Amitié



18,50€

Abonnement
normal

23€

Abonnement
pour l'étranger

à partir de

40€

Abonnement
de soutien

☐ Je m'abonne ☐ Je me réabonne

M./ Mme

Adresse

Adresse mail

☐ Je joins un chèque de€
à l'ordre de S.O.S Amitié France

À adresser à : S.O.S Amitié France
83, boulevard Arago - 75014 Paris

Édito

Congrès S.O.S Amitié 2023

Un congrès est toujours un moment fort pour une association, six années de « disette » pour cause Covid ont privé les bénévoles de cette rencontre statutaire. Après avoir écouté les silences terrestres et aériens des confinements, le 18^{ème} congrès de S.O.S Amitié a choisi son thème dans ce qu'il a de plus cher et précieux depuis 63 ans : la force de l'écoute

En 2023, qu'entendons-nous sur nos lignes ? Des appels de plus en plus liés à la santé mentale : dépression, mal-être, etc. Des situations complexes et cumulatives – précarité, familles recomposées, addictions, etc.; des adolescents, des gamins en manque de repères dans leur environnement de vie, sans oublier les personnes âgées fortement impactées par l'isolement rural ou urbain qu'engendre parfois un monde de plus en plus connecté et avide de sensations fortes et immédiates.

Par

GHISLAINE DESSEIGNE

Présidente S.O.S Amitié France

Tous les appelants n'ont pas des idées suicidaires, mais tous traduisent ce besoin d'échange humain d'écoute attentive, sans à priori, sans jugement. Le sens donné à ces écoutes dépasse le seul fait de recevoir et d'entendre une histoire, un mal-être; il est le reflet du lien de l'humanité dans une vie sociale résolument complexe voire douloureuse qu'il nous faut absorber collectivement. Cette écoute généraliste, espace quasi privilégié de S.O.S Amitié, nous autorise à tisser des partenariats institutionnels pérennes avec les professionnels de santé et associatifs et avec les nombreuses lignes d'écoute souvent spécialisées qui jalonnent les annuaires. Cette diversité et cette richesse ont naturellement trouvé leur place dans les travaux du congrès, notamment lors de la table ronde.

L'écho médiatique ne s'y est pas trompé : neuf télés et organes de presse au niveau local et national étaient présents à la conférence de presse, suivis de plus de 25 interviews et contacts ! Au delà de l'intérêt de notre mission, c'est une belle preuve de notoriété pour tous les écoutants-bénévoles.

Je remercie pour leur participation éclairante les conférenciers et nos fidèles ambassadeurs, les acteurs de la table ronde et du regard croisé. Je remercie également le groupe congrès fédéral thématique, l'Association Locale de Montpellier pour l'accueil chaleureux et l'ensemble des congressistes pour leur enthousiasme et leur bonne humeur. Je vous invite à découvrir ou re-découvrir les temps forts de ce congrès.

Soyons fiers d'être bénévoles à S.O.S Amitié et rendez-vous en 2026 à Annecy !

D'ici là « Écoutez... quelqu'un vous parle »...

Revue éditée par S.O.S Amitié France.
Association reconnue d'utilité publique.

Directrice de la publication

Ghislaine Desseigne
83, boulevard Arago, 75014 Paris

Comité de rédaction

Carlo Roccella, Claire Noël-Roeckel,
Elisabeth Duntze, Elisabeth
Hoffmann, Mahalia De Smedt,
Martine Quentric, Nic Diamant

Coordination/Réalisation

Martine Quentric

Conception/Design

Julie Gonnord

Couverture

Pixabay

Crédits photos/Éléments

graphiques

Adobe Stock, pixabay.com, Freepic.com

Impression

l'Artésienne - 03 21 72 78 90

Z.I. de l'Alouette - 62802 Liévin cédex

ISSN : 0766-4133

Le silence dans l'écoute

L'intervention de Christophe Malavoy, Ambassadeur d'SOS Amitié

Élisabeth DUNTZE



Ghislaine DESSEIGNE et Christophe MALAVOY - Crédit Photo Richard DE HULLESSEN pour Midi Libre

Dans son propos, l'ambassadeur de S.O.S. Amitié fait l'éloge du silence, lui l'acteur, l'auteur, le réalisateur habité par les mots. Il déplore combien l'écoute est mise à mal de nos jours.

Corollaire de l'écoute, le silence fait peur alors qu'il est aussi expressif et révélateur que le mot. Il n'est ni respecté ni assumé. Dans tous les espaces publics, la musique est partout : restaurants, hall de gare, magasins, parkings, ascenseurs...

À la radio, à la télévision, les journalistes font la chasse aux silences. Lorsqu'une interview enregistrée à la radio est rediffusée, l'interviewé qui se réécoute a l'impression d'avoir parlé en apnée : un logiciel s'est chargé de supprimer tous les silences et les respirations.

Les écoutants connaissent bien la valeur d'un silence, d'un soupir, d'une pause. Le silence fait partie de l'écoute et lui donne tout son relief.

Christophe Malavoy affirme que pour promouvoir la valeur de l'écoute, il faut défendre et restaurer celle du silence.

Pour clore son propos, il cite une phrase du roman « Le paysan parvenu » de Marivaux : « bien écouter, c'est presque répondre », une phrase qui est, selon C. Malavoy, « l'essence même du travail si délicat et si nécessaire que font les écoutants ». ●●●



Congrès : un pas vers l'autre

Au fait, un congrès, c'est quoi ? Que disent les mots ?

Carlo ROCELLA

Méfiez vous des étymologies, mais encore plus de ceux qui prétendent vous expliquer la «vérité des mots» par leur origine ou leur évolution. Que le mot travail «vienne» du latin tripalium, instrument de torture à trois pieds, ça faisait briller dans les soirées barbecue il y a trente ans : mais cela n'a pas amélioré d'un iota la souffrance dans l'entreprise...

Les mots n'ont pas un caractère, une réalité d'individus autonomes et agissants : leur sens est mouvant, étroitement lié à des usages inextricablement imbriqués avec leur actualité, les relations sociales, les contextes historiques dont nous n'avons souvent plus que peu de traces. Prenons donc l'étymologie comme une occasion de nous poser des questions sur nos usages plutôt que de donner des réponses; une occasion, aussi, de ressentir ce que les anciens emplois d'un mot, et son origine, ont pu déposer, comme un substrat nourricier subtil, dans leur présence contemporaine.

Le **congrès** de S.O.S Amitié vient de s'achever à Montpellier. Ce fut au sens propre un congressus, où l'idée de «marcher (congrédi - gradus = pas) les uns vers les autres» a été physiquement et intellectuellement réalisée.

Nous n'étions pas là pour délibérer, comme cela aurait été le cas dans le congress américain et bien plus puisqu'il

pourrait s'agir aussi d'une relation sexuelle (rapprochement ô combien!), lors d'une assemblée générale ou un conseil. Le terme convention aurait fait l'affaire si nous avions été aux USA. Chez nous, depuis la Révolution, ce n'est pas une communauté d'intérêt qu'elle évoque, mais à nouveau une assemblée délibérative de délégués, même si le radical - venire - évoque à nouveau l'image dynamique d'individus en mouvement vers autrui.

Assises? trop pompeux, même si très riche et plutôt associé à une idée de stabilité plus propre à la consolidation de quelque chose d'établi, dont le mot est d'ailleurs synonyme en architecture.

Rencontre(s) aurait peut-être eu sa place dans ce contexte, tant le congrès a été, à côté des conférences, l'occasion de mettre en relation les expériences et les pratiques des écoutants, de nouer des liens et de se découvrir aussi différents que semblables.

Laissant de côté la foule de synonymes que les humains ont forgé pour définir le fait de «construire ensemble un commun» par la parole dans un lieu et temps déterminés, nous retiendrons encore le mot Congrès pour le prochain rendez-vous de S.O.S Amitié, à Annecy, du 4 au 7 juin 2026.



J - 23 : Interview d'Alain Le Corre

Membre du groupe fédéral d'organisation du congrès de Montpellier, écoutant au poste d'Orléans, Alain Le Corre a déjà participé à cinq congrès de S.O.S Amitié.

Nic DIAMENT

Comment choisit-on le thème d'un congrès ?

Je peux déjà parler du congrès de Besançon « L'écoute : un acte social dans un monde qui change » en 2017, dont j'ai été responsable. La commission fédérale de formation avait pris conscience du fait que nous réfléchissions sur notre écoute à travers nos références en psychologie, mais qu'il y avait d'autres domaines à explorer, notamment la sociologie et la psychosociologie qui pouvaient éclairer ou modifier la manière dont nous écoutons. J'étais d'autant plus sensible à cette thématique que j'ai eu une formation en sociologie et en anthropologie. Certains phénomènes sociaux peuvent avoir des effets catastrophiques sur les individus. Au congrès de Nancy (2014) un psychiatre de Lyon avait parlé des souffrances sociales invisibles, sauf quand elles s'incarnent dans un individu, et lancé l'idée que notre écoute active, sans conseils ni jugements, pouvait favoriser la prise de conscience par l'appelant que sa souffrance individuelle procède aussi de la société. Ainsi, une personne en grande précarité pourrait prendre conscience qu'elle ne porte pas seule la responsabilité (la faute ?) de sa souffrance.

Et pour le congrès de Montpellier ?

Le responsable du congrès précédent est toujours invité à faire partie du groupe qui conçoit et organise le congrès suivant.

Ce groupe est composé de personnes qui, à la place qu'elles occupent dans l'association, ont une vision élargie de S.O.S Amitié comme, par exemple, les responsables de commissions fédérales (Communication, Formation). Ce groupe a travaillé deux ans en amont, à travers une dizaine de rencontres, de plus en plus denses et rapprochées au fur et à mesure que s'approchait la date du congrès. Entre les réunions, on travaillait ! Moi par exemple, ça m'a donné l'opportunité de relire Rogers, de retrouver d'anciennes notes prises il y a longtemps, de me ressourcer.

Et votre conclusion ?

Haha! Eh bien, Rogers, ça tient la route !

Comment choisit-on le thème ?

On a commencé par un brainstorming : éviter ce qui a déjà été traité lors de congrès précédents, repérer ce qui est « dans l'air du temps ». Très vite a émergé l'idée de revenir aux fondamentaux de l'écoute, à l'idée que « l'écoute est une force », sans pour autant ignorer les questionnements actuels.

Nous sommes aussi partis des discussions lors de réunions des Présidents ou des directeurs d'Associations locales. La garantie institutionnelle était assurée par la présence au sein du groupe de la présidente fédérale Ghislaine Desseigne ou celle d'Alain Mathiot, ancien président fédéral.

Pourquoi ce thème-là et pas un autre ?

En 2020, le congrès d'Arras¹ n'a pas pu se tenir, et même si a été organisé en juin 2021 un webinaire national (qui ne remplaçait pas le congrès), nous sommes restés six années sans nous réunir au plan national.

Il nous fallait trouver un thème qui intéresse le maximum d'écouter. L'idée d'interroger les principes fondamentaux nous a paru fédératrice.

Par ailleurs, nous avons, par l'intermédiaire d'Alain Mathiot, entendu Christine Lazerges², une juriste qui avait fait partie de la commission Sauvé (Commission indépendante sur les abus sexuels dans l'Église) et qui a trouvé beaucoup d'analogies entre l'écoute pratiquée à la commission Sauvé et celle pratiquée à SOS amitié. Intégrer la discipline juridique dans notre réflexion nous a paru pertinent.

Comment avez-vous choisi les thématiques des conférences ?

Il est toujours nécessaire de solliciter les conférenciers très en amont surtout si on désire faire venir des « pointures ». Désirant aborder les fondamentaux de façon poly-référentielle, nous nous sommes orientés selon trois axes :

- La philosophie : enrichir notre réflexion par l'approche philosophique, avec Olivier Abel professeur d'éthique à Montpellier

1. Dont le titre prévu était « Je t'écoute, tu existes, nous avançons »

2. Intervenante au Congrès de Montpellier

- La psychologie, avec deux psy qui appartiennent à des domaines différents dans leur pratique : Serge Hefez, le spécialiste de l'approche systémique (thérapies familiales) et Marc Filliâtre, président de l'UNPS et thérapeute à Tours, qui connaît très bien l'écoute en face à face (du type La porte ouverte).
- Le droit, avec la juriste Christine Lazerges.

Comment avez-vous choisi les thématiques des conférences ?

Nous voulions décliner toutes les facettes et les variations de cette « force de l'écoute »

Leur nombre correspond à celui des salles disponibles et des sous-thèmes qui s'étaient dégagés de nos débats.

Et la table ronde finale ?

Notre objectif était de répondre à la question : comment cela se passe-t-il ailleurs ? Nous avons donc invité :

- La Division des Affaires Pénales, ce qui me tenait d'autant plus à cœur qu'à Orléans nous avons formé, au centre de détention, certains détenus volontaires à l'écoute des autres. Ce projet du Ministère de la justice visait à faire baisser le nombre de suicides en prison. Au départ, nous avions l'inquiétude d'être implicitement manipulés pour assurer la paix sociale à l'intérieur des prisons. Aujourd'hui, cette inquiétude a totalement disparu.
- Une ligne d'écoute étudiante mise en place pendant le COVID
- Le 31 14, composé de professionnels de l'écoute : leur écoute se différencie de la nôtre en ce qu'ils sont parfois amenés à intervenir de façon concrète.
- Pôle Emploi, aux prises avec des souffrances sociales gigantesques, et dont les professionnels sont formés à l'apaisement de cette souffrance.

C'est quoi ce « certain regard » qui clôt le congrès ?

Il a démarré à Nancy et a été poursuivi à Besançon. Il s'agit d'une personne extérieure qui suit la totalité du congrès et en restitue le contenu sous le signe de l'humour. À Montpellier elles seront deux, une sociologue, Manon Leloup, et une journaliste, Francesca Sacco à nous faire sourire ou nous bousculer.

Comment se répartissent les rôles entre le groupe fédéral et l'équipe locale ?

On peut dire que le groupe fédéral est le maître d'ouvrage et que l'équipe locale est le maître d'œuvre. Auparavant les deux étaient séparés, mais pour ce congrès, Jean-Noël Pintard, Président de Montpellier, fait partie du groupe fédéral, il participe à l'élaboration des objectifs et assure le lien entre contenu et organisation pratique.

Le groupe de Montpellier assure l'intendance dans le sens

le plus noble du terme. Un travail énorme.

Un congrès, c'est d'abord un lieu et des salles. Ils se sont occupés de l'accord avec la faculté de droit, de réserver un amphi pour au moins 300 personnes, d'obtenir des salles pour les ateliers, de réfléchir aux endroits pour assurer les repas, y compris la façon dont se fait la circulation pour les repas et jusqu'à la qualité du traiteur.

Il convient aussi de s'assurer de la capacité hôtelière, et de communiquer là-dessus longtemps à l'avance sur ce sujet car Montpellier est une ville éminemment touristique..

Viennent encore s'ajouter les relations avec les institutionnels locaux, comme la Mairie. Et toutes les questions concernant le financement : un congrès, de mémoire, c'est un budget de plus de 70.000 €. Il faut donc solliciter les banques, obtenir des subventions, en relation avec la fondation S.O.S amitié. La question financière est essentielle : pas de budget, pas de congrès !

Il faut enfin veiller aux déplacements à l'intérieur de la ville, organiser tout ce qu'il y a autour du congrès : les visites, les concerts, la soirée de gala (Montpellier est la ville de la danse, nous aurons des démonstrations au gala), bref tout cet aspect convivial et festif qui participe puissamment à la réussite d'un congrès.

Comment les « fédéraux » et les « locaux » ont-ils travaillé ?

En accord et sans tension. Même s'il y a eu, bien sûr, des désaccords ou des différends, les tensions sont toujours retombées très vite et nous avons eu beaucoup de plaisir à travailler ensemble.

Aujourd'hui, à J-23 du congrès, quelles sont vos principales inquiétudes ?

Clairement, le désistement au dernier moment d'un conférencier. Pour Besançon, j'avais préparé des conférences de substitution mais pour Montpellier tout a été reconfirmé. Au pire, comme j'ai relu Rogers à fond, je pourrais toujours improviser...

Pas d'inquiétude sur le nombre des inscrits ?

Au départ, il y a toujours une petite inquiétude, forcément. Dans le passé nous avons toujours été autour de 300 personnes. Pour Montpellier, on se demandait si après le COVID et au bout de six ans, on en aurait autant. Mais quand on jette un regard sur le compteur, nous sommes rassurés.

Et pour conclure ?

Je dirais qu'il faut laisser de la place au questionnement, à l'incertitude, à la respiration. Respecter une sorte d'homologie entre le fonctionnement de l'institution et celui de notre activité puisqu'aussi bien nous faisons face à l'incertitude chaque fois que nous décrochons le téléphone ! ●●●

Ça placote¹, ça tricote, ça barbotte...

Elisabeth HOFFMANN

On prépare les festivités (11.05.23, veille de l'ouverture du congrès). Dans les amphithéâtres de la Fac de Droit de Montpellier - nous accueillant lors de notre congrès - ça bourdonne comme une ruche. Les abeilles et les (faux)-bourdons sont à l'œuvre, le taf n'attend pas ! Nous non plus, venus donner un coup de main aux collègues montpelliérains.

On découvre l'équipe locale, on s'embrasse, entre convivialité, tutoiement débutant et nouvelles rencontres. On essaie de retenir les prénoms, les postes d'origine.

Seniors pour la plupart, dont les neurones ploient sous la nouveauté et l'accumulation, nous peinons à enregistrer visages et prénoms. Mais plus que tout, Nous aimons nous re-trouver, nous sentir utiles et bien ensemble, avec les mêmes intérêts et, oserions-nous le dire, des valeurs similaires, celles qui réchauffent et qui portent. Bref, beaucoup de cama-raderie et de plaisir ! Durant ces journées, je n'ai rencontré que des personnes éminemment sympathiques.

Le «briefing» - bien peu militaire quand même, de l'ami Jean-Noël Pintard, chef suprêmement confiant en ses troupes d'élite - nous éclaire sur nos attributions. Confection des badges des congressistes, conférenciers ou visiteurs «externes», distribution des sacs, renseignements et réponses aux questions, préparation de la bagagerie, accompagnement aux bus d'excursions. Tout cela se fera en souplesse, sans couacs, et surtout dans la bonne humeur générale.

Relevons la convivialité de la réception liée à une quasi «helvétique» organisation de nos collègues de Montpellier, je veux la souligner, comme toutes et tous l'ont ressentie.

Après l'intro, le boulot débute par la préparation des «sacs des congressistes» et des badges. Riant comme des écoliers, on répartit les produits locaux (savon, sel, tisane, grisettes, «riziette» (cherchez et dégustez !) dans de beaux sacs en coton marqué aux «armes» d'S.O.S Amitié. On trime en tournant autour des fournitures, quatre ou même cinq sacs sur l'avant-bras. Quant aux badges, on catégorise et on trie, on alphabétise par poste, on se réjouit d'y revoir les vieilles connaissances croisées lors d'une formation ou d'un autre congrès.

L'ambiance est à l'anticipation, sereine, du congrès à venir. Comme des bulles très fines d'un bon champagne amplement mérité, sur le point d'être sabré. Les membres de l'équipe de Montpellier, satisfaits de l'avancée de l'organisation, sont ouverts à la discussion, méticuleux et toujours amènes. Ils se réjouissent du lancement tant attendu après les mois de planification et de labeur.

Ils ont fait des miracles, obtenu des aides locales après d'intenses négociations et appels à des donateurs, auprès d'édiles de tous poils, de restaurateurs... Fins connaisseurs de leur ville et de bonnes et belles choses, ils ont fait des choix soigneux qui se révéleront excellents tout au long de ces trois jours. Relevons la qualité des produits offerts dans les sacs des congressistes, les trois délicieux repas servis à la faculté de Droit par un restaurant d'insertion (belle idée !). Offrons une mention pour la superbe soirée de gala offerte par la mairie de Montpellier assortie de démonstrations de danses et de chants. Juste avant, un concert d'orgue somptueux, généreusement organisé pour nous à la cathédrale de Montpellier, avait fait résonner les augustes voûtes d'envolées de notes d'un répertoire éclectique.

Tout comme ensuite les conférences, ateliers et débats, les idéaux portés hauts et le sentiment général, me semble-t-il, de grande satisfaction de ces 3 belles journées. On ne peut conclure que d'un mot, merci à Montpellier ! ●●●

1. Placoter (québecisme), discuter, causer ...



Jean Noel Pintard en bas à droite pendant la préparation



Préparation des sacs cadeaux pour les congressistes



Accueillis avec des cadeaux

À l'heure du repas



Avant propos

Martine QUENTRIC, rédactrice en chef de La Revue

Le congrès d' S.O.S Amitié France à Montpellier a rassemblé des écoutants en provenance de 44 associations locales. Il y avait 281 congressistes, quelques accompagnants, des sympathisants, des officiels et 15 intervenants.

Les conférences, la table ronde et « un certain regard » ont été filmés et sont accessibles sur YouTube par le lien suivant : <https://www.youtube.com/@s.o.samitie3849/videos>. Aussi le propos de cette revue n'est pas de vous les transcrire, mais de vous dire combien ce fut joyeux et intéressant. Si vous y étiez, vous le savez ; sinon, nous souhaitons vous donner envie de nous rejoindre la prochaine fois à Annecy !

Un congrès, c'est à la fois la possibilité d'en apprendre plus sur un thème proposé, et l'opportunité de nous rencontrer,

nous qui sommes liés par notre engagement mais qui vivons souvent loin les uns des autres.

Un questionnaire d'évaluation du congrès a été distribué à tous les congressistes. 156 personnes l'ont rempli, soient 56% des 281 congressistes. Les réponses manifestent une immense satisfaction sous tous les aspects.

Un autre questionnaire a sollicité l'avis des personnes présentes sur La Revue afin de tenter de toujours mieux répondre à vos besoins. Merci aux 185 personnes, soient 66 % des congressistes qui y ont répondu !

Jean-François Ramirez nous a gratifié de ses dessins humoristiques pendant tout le congrès. Vous ne les verrez pas dans ce numéro car, avec son accord, nous sortirons un numéro spécial en décembre qui vous fera rire ou sourire ! ●●●

Les bonnes raisons d'aller au congrès

de Toulon : Chantal, Claire, Marc, Elisabeth

Au retour de ce vibrant congrès de mai 2023 à Montpellier nous encourageons encore plus de bénévoles à participer au suivant à Annecy, voire à celui d'IFOTES au mois d'octobre en Italie¹. Suivent quelques idées joyeuses ou plus sages. Ajoutez les vôtres... Alors, amis bénévoles, n'hésitez plus à franchir ce pas!

Participer au prochain congrès pour :

- retrouver les collègues de son AL hors sol, dans un cadre laissant plus de temps à la discussion et au plaisir d'être ensemble,
- découvrir d'autres postes voisins ou lointains (encore bravo Montpellier !),
- comparer les pratiques, les faits saillants de nos postes,
- réaliser (à nouveau) tout ce qu'il y a de commun, de passionnant dans nos écoutes, leur profonde humanité et leur côté indispensable,
- s'imbiber de l'énergie, de la chaleur d'un grand groupe (300 personnes),

- vibrer ensemble en suivant des conférences de fond, scientifiques, inspirantes,
- y approfondir des notions ou intuitions, aller plus loin dans la compréhension des appelle-lant.e.s, de nos rôles et perceptions d'écoutant.e.s,
- regagner en énergie, en envie pour les écoutes (dans la diversité des modalités, à domicile, sur internet...),
- faire connaissance des instances fédérales et parisiennes, et partager un peu,
- continuer à nous former auprès des meilleurs conférencier.e.s du moment, en participant à des ateliers et une table ronde,
- déjeuner à une table de 12 personnes nouvelles pour nous, animées par la même motivation d'écouter des inconnus,
- découvrir d'autres services et numéros d'écoute (3114, écoute pour étudiants...),
- se faire plaisir et s'offrir un temps de parenthèse dans nos écoutes.

Et aussi : découvrir une ville riche de culture et d'histoire que nous ne connaissons peut-être pas, et rire ensemble au cœur d'un congrès sérieux ! ●●●

1. Congrès IFOTES (fédération internationale des lignes d'urgence téléphoniques) du 18 au 22 octobre 2023 à Lignano, entre Venise et Trieste : "Vents d'espoir : accueillir et agir le changement". Voir : <https://lignano-2023.ifotes.org/fr>

Quand la force de l'écoute dépasse l'écoutant

Un si beau témoignage !

Francesca SACCO

Vous connaissez certainement la parabole du semeur ? La voici telle qu'on me l'a racontée il y a plus de cinquante ans. Elle illustre parfaitement la force de l'écoute, thème choisi pour le dernier congrès de S.O.S Amitié qui s'est déroulé à Montpellier.

C'est l'histoire d'un paysan qui sème du blé dans son champ¹. Quelques grains tombent au bord du chemin. Ils sont soit piétinés par les humains, soit mangés par les oiseaux. Certains finissent malencontreusement dans un pierrier² : ils donneront, avec difficulté, des plantes qui mourront de sécheresse. D'autres atterrissent au milieu des ronces, qui étouffent bientôt les jeunes pousses. Mais, poussés par le vent ou la pluie, quelques-uns trouvent leur chemin jusque dans le terreau fertile où le paysan a répandu l'essentiel de cette bonne semence ; ils produiront de beaux épis de blé.

J'avais prévu de raconter cette parabole pour montrer, tout d'abord, que nous sommes tous responsables de l'interprétation des leçons que la vie nous donne. Les appelants retiennent ce qu'ils veulent du moment qu'ils ont passé avec vous. Qu'en font-ils une fois qu'ils ont raccroché ? Cette interrogation revient de façon récurrente dans les récits des écoutants qui ont accepté de témoigner pour le livre *La magie de l'écoute*. Je l'ai retrouvée dans des cas stéréotypiques aux nombreuses variantes, mais qui se terminent tous par des points de suspension. Même les habitués disparaissent un jour dans la nature. Des années plus tard, les écoutants se demandent encore ce qu'ils sont devenus.

Eh bien, moi, je connais un bout de la réponse, puisque ma maman était une habituée. Dans mon enfance, combien de fois ne l'ai-je pas entendu dire : « J'ai encore téléphoné, heureusement qu'ils sont là ! » Dans sa voix, cette phrase sonnait comme un nouvel aveu de détresse, mais la petite fille que j'étais n'entendait qu'un seul mot : « Heureusement. » Je me disais que quelque chose de bien était arrivé ce jour-là, qu'il existait de bonnes personnes sur cette planète, et qu'il y a toujours une raison d'espérer.

Ce que j'ai voulu démontrer au congrès de Montpellier, c'est que derrière chaque appelant, il y a une fille, un fils ou je ne

sais quelle autre personne qui pourra profiter de la force de votre écoute, par une sorte de loi immanente qui fait que le bien ne se perd jamais dans ce monde. En d'autres termes, la puissance de l'écoute dépasse les écoutants.

Elle dépasse aussi, de mon point de vue, le pouvoir des mots. J'ai senti certains écoutants inquiets à l'idée de ne pas trouver les mots justes. Or, il me semble que si une personne s'applique sincèrement à faire de son mieux, alors elle devrait pouvoir se faire confiance « jusque dans ses erreurs ». Peut-être n'avez-vous pas prononcé cette phrase qui vous vient après coup. Mais au fond, vous n'en savez rien. En réalité, ce que vous avez dit et que vous éviteriez maintenant de redire est peut-être exactement ce que l'appelant avait besoin d'entendre à ce moment-là ; vous ne maîtrisez pas ce paramètre non plus.

Laissez-moi maintenant terminer par l'histoire véridique d'une petite fourmi. J'avais 15 ans et j'étais assise sur un banc public, quand je l'ai vue passer devant moi. Elle était de toute évidence égarée, car elle se dirigeait tout droit vers la chaussée. Il m'a semblé impossible que sa fourmilière se trouve par là. Je lui ai donc barré le chemin avec mon pied, afin de l'obliger à prendre la direction de la forêt. Mais elle a contourné l'obstacle pour continuer dans le mauvais sens. Anticipant pour elle le danger du trafic routier, j'ai ramassé une brindille en espérant réussir à la faire grimper dessus pour la transporter en lieu sûr. Décidément récalcitrante, elle n'a pas voulu. En désespoir de cause, j'ai pris une feuille d'arbre que je lui ai présentée en tâchant de lui expliquer gentiment que ce moyen de locomotion avant-gardiste lui sauverait la vie. Rien à faire. Elle ne voulait pas de mon aide. Elle ne voyait même pas que j'essayais de la secourir. À cet instant-là, je me souviens avoir pensé à toutes les fois où j'avais cru que la vie se dressait contre moi. Je ressemblais à cette petite fourmi pour qui la réalité se limite à ce qu'elle en perçoit. Plus de quarante ans après ma rencontre avec cet insecte minuscule, je me sens redevable. Il m'a donné une belle leçon d'humilité. ●●●

1. Luc 8 :4-15

2. Gros tas de pierres en Morvan, Berry ou Suisse

Congrès SOSA 2023

Michel LAURENS

Le congrès de SOSA se tient normalement tous les 3 ans. La situation sanitaire a entraîné l'annulation de l'édition prévue en 2020 à Arras. L'édition 2023 était donc la première depuis celle de 2017 à Besançon.

Cadre, organisation et déroulement

Le congrès s'est tenu à Montpellier dans la faculté de droit, les réunions plénières ont eu lieu dans l'amphithéâtre Jean Moulin d'une capacité d'un peu plus de 400 personnes. Nous étions 281 congressistes. L'organisation a été assurée par SOSA Montpellier avec le renfort des autres Associations Locales de l'arc méditerranéen. Elle a été remarquable d'efficacité tout en assurant un accueil très chaleureux.

L'inscription incluait 4 repas. Le dîner du vendredi et le déjeuner du samedi ont eu lieu sur place. Nous étions par tables d'une douzaine ce qui permettait de converser malgré le niveau sonore dans le hall de la faculté.

Le samedi soir le maire de Montpellier a invité les congressistes à un dîner de gala à l'hôtel de ville. Dans son discours d'accueil il a dit qu'il avait découvert de nombreuses détresses pendant ses campagnes électorales et qu'il y était très sensible, qu'il était donc très heureux de nous recevoir. Il nous a remercié pour l'action que nous menons. Ce dîner a été agrémenté par des intermèdes de danse variés dont une belle démonstration de breakdance par Nathan Wayne pourtant handicapé par une atrophie congénitale des membres inférieurs.

Après la clôture du congrès SOSA Montpellier nous a offert un déjeuner au restaurant du MOCO, musée d'Art Contemporain, restaurant très agréable situé dans le parc dudit musée.

C'est dans ce cadre que s'est déroulé le congrès que j'ai trouvé passionnant, impression partagée par tous ceux avec qui j'en ai parlé. Je vais donc essayer de restituer ce que j'ai retenu des interventions qui ont été enregistrées et sont disponibles sur le site de S.O.S Amitié et sur YouTube.

L'introduction

Jean-Noël Pintard, nous a tout d'abord accueilli en sa qualité de président de SOSA Montpellier, après avoir remercié les autres intervenants.

Ghislaine Desseigne, présidente de la fédération, a remercié tous ceux qui avaient contribué à ce congrès, et annoncé que le prochain congrès aurait lieu en 2026 à Annecy.

Guylain Clamour, directeur de la faculté de droit et de science politique, a dit que notre action s'inscrivait tout à fait dans les valeurs de sa faculté et des élèves fameux qu'elle avait vu passer. Il était heureux de nous recevoir dans ses locaux, exceptionnellement ouverts un week-end pour notre congrès.

Christian Malavoy, un de nos deux ambassadeurs avec Nathalie Dessay, a prononcé un bel éloge du silence.

Hussein Bourgi sénateur de l'Hérault, conseiller régional d'Occitanie et très investi dans l'aide aux victimes d'agression et de discrimination lui a succédé, disant que l'écoute est au centre de la société, il a souligné combien notre action répond aux besoins de ses « administrés » et nous en a remerciés.

Catherine Choma, représentant l'Agence Régionale de Santé a parlé d'objectifs, de statistiques concernant le suicide en France comparé à l'Europe, et nous a remercié de notre action.

Après ces introductions nous ne pouvions que nous sentir merveilleusement accueillis et reconnus.

Les interventions du vendredi

Christine Lazerges : La force de l'écoute : de victime à témoin

C'est en tant qu'ex membre de la commission indépendante sur les abus sexuels dans l'église catholique (CIASE ciase.fr) qu'elle nous a parlé du rôle de l'écoute dans les travaux de cette commission.

Elle a commencé par dresser un tableau d'ensemble : Sur la période 1950-2020 il y a eu plus de 200.000 victimes mineures d'abus sexuels de prêtres ou religieux. La proportion d'agresseurs parmi les prêtres et religieux serait de l'ordre de 5%, soit un sur vingt.

Cette situation a un caractère systémique due à :

- La structure hiérarchique de l'église catholique
- La sacralisation de la personne du prêtre
- L'entre soi des prêtres, hommes non mariés, dont une forte proportion : 30%, seraient des homosexuels entrés au séminaire, vu en particulier comme un refuge pour les victimes d'homophobie
- L'omerta : l'institution, et souvent les parents, imposant le silence
- L'impunité des agresseurs, sanctionnés au maximum par un changement d'affectation.

Les enquêtes montrent que le premier lieu de survenue des abus est la famille et l'entourage amical, suivi par l'église catholique. Mais tous les systèmes institutionnels où se développent des comportements d'emprise sont problématiques.

La CIASE s'est appuyée sur la fédération France Victimes pour recevoir les témoignages des victimes qui se sont déclarées. Il y a eu 6 471 contacts : 3 652 entretiens téléphoniques, 2459 courriels et 360 courriers. 174 victimes ont été entendues par les membres de la commission dans le cadre d'entretiens, menés en binôme, durant entre 2 et 4 heures.

Cette expérience d'écoute lui a permis de comprendre ce dont avaient besoin les victimes :

- Tout d'abord la reconnaissance de ce qu'elles avaient subi. Que leur parole soit écoutée et enfin crue.
- Puis une réparation qui pose un choix difficile à la victime : va-t-elle demander de l'argent ou pas ? L'indemnisation, surtout forfaitaire et non personnalisée, ne prenant pas en compte la nature et l'importance du dommage, n'est pas « LA » réparation. Souvent l'attente n'est que d'être entendu.

L'aboutissement de ce processus est la restauration. Chacun doit savoir où porter la honte qu'il ressent. La restauration permet de passer du stade de victime à celui de témoin.

Olivier Abel, Entendre la plainte

Olivier Abel est philosophe et professeur d'éthique à la faculté de théologie protestante de Montpellier.

Il commence par des considérations philosophiques :

- L'humiliation fait taire alors que nous sommes des êtres de parole qui avons besoin de parler.
- Dans l'écoute il y a une strate de pure passivité. Cela nous est-il possible alors que nous interprétons tout de suite ?
- La plainte exprime-t-elle la souffrance ou l'augmente-t-elle ?
- Il y a une situation circulaire : la répétition de l'écoute affaiblit-elle la réceptivité ou l'augmente-t-elle ?
- Y a-t-il une hospitalité narrative ? Un excès de crédulité suivi d'un excès d'incrédulité ?
- La force de l'écoute est de restaurer le crédit du langage.

Il examine ensuite les conditions de l'écoute pratiquée à S.O.S Amitié, en s'appuyant sur des références philosophiques :

- Anonymat : l'appelant dialogue avec un incognito représentant d'une institution de langage
- Téléphone : cantonne le contact à la voix. Le rétrécissement du champ focalise l'attention. Il est important qu'il n'y ait pas d'image. Il y a une grande intimité subjective
- L'absence de conseil renvoie à Job révolté par les conseils de ses « amis » (dans la bible)
- Absence de jugement : on ne compare pas l'appelant à une référence
- Écoute généraliste : on prend la personne dans son ensemble
- Visée émancipatrice : Ici il fait une réserve car cela va avec l'idée de l'autonomie de la personne. Or il y a le problème de la solitude involontaire ou de l'exclusion.

Il vient ensuite à la question de la plainte proprement dite :

- Il y a deux infinis : celui qui ne finit jamais et celui qui recommence tout le temps
- Se plaindre entraîne de parler de soi à un autre
- Dans la plainte il y a accusation, sentiment d'injustice, de punition
- L'écoute va travailler à convertir la plainte :
- il faut entendre l'accusation, mais travailler à la convertir en pure plainte
- Il faut accepter que l'écoute n'est pas toute puissante, que notre parole n'est pas magique.

Il rappelle que nous sommes dans une société sensible à l'injustice et à la violence mais pas à l'humiliation¹.

Les dessins de Jean François Ramirez

Ils ont été affichés dès les premières pauses, illustrant les réactions que l'on pouvait avoir face aux interventions. Ils nous ont interpellés, fait rire...

Synthèse (personnelle) sur l'après midi

Les deux interventions ont donc, pour une bonne part, porté sur l'écoute des victimes et de leurs plaintes. L'écoute est au début d'un processus de restauration par la reconnaissance de ce qui a été subi, et la conversion de l'accusation en plainte. Elle permet de sortir du silence dû à l'humiliation et la honte, et de dépasser la dimension de l'accusation.

Il faut accepter que notre écoute ne soit pas toute puissante mais faible, que c'est la parole de celui qui est écouté qui le libère.

Les interventions du samedi matin

Serge Hefez, L'expérience de l'écoute

Psychanalyste qui accompagne régulièrement S.O.S Amitié, Serge Hefez a traité largement de l'expérience de l'écoute : Relation d'aide réciproque mais asymétrique, l'écoute se fait avec l'oreille, le cerveau, le cœur, la peau, le ventre... La parole est incarnée.

1. Objet de son livre « de l'humiliation », Ed Les Liens qui libèrent, 2021



Le COVID a été l'occasion pour lui de découvrir l'écoute au téléphone qu'il avait toujours refusée jusque-là.

Il faut faire la différence entre le vrai et le juste. Ce que nous cherchons est ce qui sonne juste, ce qui permet de s'accorder aux autres.

Pendant l'écoute se développent des processus psychiques chez l'écouter, ils sont au cœur des notions de transfert et de contre-transfert. Deux écoles s'opposent :

- Réduire au minimum le contre-transfert
- Utiliser le contre-transfert comme matériau dans le travail thérapeutique.

La distinction entre intrapsychique et interpersonnel n'a aucun sens.

Le bébé est sensible à des affects de vitalité, c'est-à-dire au rythme, à la variation d'intonation ou de hauteur de la voix... Nous gardons cette capacité sans le savoir. Cela permet un accordage affectif.

Il faut se défendre de l'intentionnalité, des jugements, du plaisir ou du déplaisir. On arrive alors à une écoute flottante qui se fait ici et maintenant. Alors les opérations internes du patient peuvent se dérouler dans l'esprit du thérapeute (écouter).

On s'ennuie quand on cherche à trouver une solution pour l'autre !

Il ne suffit pas de se connaître soi-même par introspection. Il faut qu'il y ait une dissolution de la conscience, plutôt que prise de conscience de soi, pour avoir la capacité d'écouter. La solution des problèmes n'est pas en soi mais dans le lien.

Marc Fillatre, L'écoute, une rencontre qui se co-construit

Marc Fillatre est psychiatre et thérapeute familial. Il a exploré le concept de co-construction en mettant en parallèle deux visions de l'écoute découlant de regards différents sur le monde.

1/ Le sens caché de la souffrance relève d'une prédisposition de la personne. L'écoute va rechercher et décrypter ce qui lui échappe.

2/ Le sens de ce qui impacte le sujet se construit dans l'ici et maintenant de l'écoute. Si les faits sont bien réels, c'est leur mise en sens qui n'est pas réalisée.

Peut-on avoir une pratique écologique de l'écoute ?

Il s'agit de mettre en arrière-plan nos « savoirs », savoirs faire et savoirs être, pour entrer dans une relation informelle

voire chaotique. Le sentiment d'être écouté ne vient-il pas de ce que l'on va vers des domaines qui n'avaient pas été envisagés ?

Écoute de mode 1 :

On va chercher ce qui ne va pas : troubles, traumatismes précoces...

C'est un modèle de la vérité, les éléments sont vrais ou faux, vérifiables ou mis en doute...

Il y a alors la nécessité de réparer. On va vers des solutions « médicales » : traitement médicamenteux, psychothérapie, développement personnel...

Écoute de mode 2 :

On s'intéresse à la construction du sens de ce qui fait souffrir, et on travaille sur le contexte de vie...

C'est un modèle de la cohérence : On va pointer les éventuelles incohérences dans le discours, puis proposer un sens alternatif au récit. On espère permettre à la personne de trouver une autre représentation de la situation. L'interprétation alternative peut être déstabilisante pour la bonne cause.

Tout cela afin de mettre les personnes en situation de générer des solutions.

Nous ne pouvons pas avoir de but ou d'objectif déterminé par avance. Ainsi : en thérapie familiale la séparation n'est pas toujours un échec.

Parler pour parler n'a qu'un effet très relatif : cela condamne à la répétition sans que la situation à l'origine de la souffrance soit travaillée.

Il y a un traumatisme qui aide à vivre : Le traumatisme est toujours vu comme indésirable mais la parole thérapeutique peut avoir un effet traumatique désirable, facilitant le changement. Il faut viser un changement qualitatif et non pas une adaptation quantitative. Nos interventions doivent aider à passer d'une rive à une autre. La prise de conscience brutale (« je n'avais jamais vu cela comme ça ») peut permettre le passage. Ce sont des actions « anti-retour ». Cette reformulation a la même forme qu'un traumatisme : un événement suffisamment brutal pour qu'il y ait un avant et un après. La personne est transitoirement frappée par la nouvelle pensée.

Ce modèle doit-il inspirer SOSA ?

2. Voir article dans cette revue



Il y a un danger à entretenir la chronicité. Les adolescents qui vont le plus mal ne sont pas en crise mais en blocage. Les mettre en crise peut les aider.

Il faut distinguer l'anxiété de changement et celle de blocage.

Synthèse (personnelle) de la matinée

Serge Hefez et Marc Fillatre sont des thérapeutes. Leurs réflexions se sont tournées sur les modalités d'action de l'écoute. Tous deux insistent sur la nécessité d'abandonner toute intentionnalité et recherche de solution.

Pour Serge Hefez il faut arriver à une écoute flottante, ici et maintenant, où l'écouter oublie la conscience de lui-même. Ce faisant il ouvre un espace où le patient peut évoluer. Le lien est fondamental.

Marc Fillatre propose d'adopter une démarche centrée sur la reformulation et la proposition d'un nouveau sens à ce que vit le patient. Cette nouvelle perspective peut créer le choc qui permet d'envisager les choses autrement. Le patient peut ainsi retrouver une capacité à générer ses solutions et recréer des liens.

Les ateliers du samedi après midi

9 ateliers différents nous étaient proposés. Aucune restitution des ateliers n'a été faite en réunion plénière².

Dimanche matin

Table ronde : Partage d'expérience de plusieurs cellules d'écoute

Cette table ronde qui nous a fait découvrir d'autres formules d'écoute, était animée par Guylène Dubois, journaliste radiophonique.

Lucile Villain : 3114 Montpellier

Le 3114 est récent, gratuit, assuré par des professionnels, confidentiel mais pas anonyme. Il répond aux besoins immédiats de personnes suicidaires ou de leur entourage. Après la phase d'accueil, la crise est évaluée et une intervention peut être proposée.

Le 3114 recueille les coordonnées : téléphone, nom, informations diverses si accord, permettant un suivi éventuel. L'établissement du lien est important. Et des appels sortants vers les appelants sont possibles.

Il y a un pôle par région dans la journée avec 2 à 3 répondants chacun, et trois pôles la nuit : Lille, Brest et Montpellier avec 3 à 4 répondants chacun.

Sur les deux derniers mois on constate : 22.000 appels, 15.000 réponses, 7.000 appels sortants.

Les intervenants ont une formation de 3 jours à la prise en charge de la crise suicidaire lors de leur prise de poste. Il y a une supervision et des formations continues.

Cécile Neuville : Cellule d'écoute des étudiants de Montpellier

Ce service fut mis en place en 15 jours au début du confinement alors que les lieux d'écoute fermaient. Il était prévu pour 20.000 étudiants au début, puis étendu à 40.000 étudiants. La cellule reçoit environ 200 appels par jour.

L'équipe de psychologues a pu prendre en charge des problématiques pratiques (étudiants sans ordinateur dans des logements sans internet par exemple).

Anonymat, sauf accord ponctuel en cas de besoin particulier. Il existe une fiche de suivi sur le numéro de téléphone.

Hervé Coudurier : Cellule d'écoute de Pôle Emploi

Il est salarié du Département Qualité de Vie au Travail (DQVT) et est référant du service externalisé.

Service d'écoute externalisé dès la création, il s'adresse à 60.000 agents, a un rôle d'alerte et reçoit 2.000 appels entrants par an.

Le nombre d'appels est illimité sauf pour raison non professionnelles (5 appels).

Des pics d'appels surviennent lors d'événements graves. La majorité des appels professionnels arrivent aux heures de bureau.

La réponse est assurée par des psychologues. Les appels sont confidentiels et anonymes.

Toutefois des fiches de signalement remontent au DQVT.

La supervision et la formation dépendent de la structure externe.

Virginie Mortari : Administration pénitentiaire

L'équipement téléphonique des prisons s'est développé avec la pandémie de COVID, il y a des téléphones dans les cellules.

Il y a déjà une téléphonie sociale : 16 lignes à thématiques différentes : juridique, santé physique et psychologique...

S.O.S Amitié sera bientôt la 17ième ligne., les échanges seront confidentiels et libres

Une sensibilisation au milieu carcéral est prévue pour les écoutants.

Daniel Berchard : SOSA

Il rappelle les principes de base de S.O.S Amitié, l'ancienneté de l'association qui n'a pas d'exclusivité autour du suicide, l'anonymat garanti.

IFOTES

L'IFOTES est l'International Federation of Telephone Emergency Services dont SOS Amitié est membre.

Sanja Karre, présidente de l'IFOTES est venue nous présenter le prochain congrès prévu du 18 au 22 octobre prochain à Lignano Sabbiadoro.

« Un certain regard » par Francesca Sacco journaliste et Marion Leloup sociologue

Elles ont suivi tout le congrès et étaient chargées de nous restituer un regard décalé.

Elles ont fait preuve d'une très belle verve comique, exposant leurs doutes sur leur légitimité et leurs appréhensions. Les congressistes à la recherche d'ultimes enseignements ont pu y trouver matière à réfléchir sur le complexe de l'imposteur.

Le témoignage de Francesca Sacco³ nous a touchés et ouvert des horizons quant à l'efficacité de nos écoutes !

Conclusion

C'est avec émotion que Jean-Noël Pintard, le président de SOSA Montpellier et organisateur de ce congrès, a conclu ce congrès. ●●●

3. Voir son article dans cette revue



L'amphi et son public



Le hall entre les conférences.
Christophe Malavoy en bas à droite

De victimes à témoins

Christine Lazerges professeur de droit, ancienne présidente consultative des Droits de l'Homme, ancienne députée de l'Hérault, membre de la Commission Indépendante sur les abus sexuels dans l'Église, nous a expliqué combien être entendues a permis à des victimes de crimes pédophiles de passer de l'état de victimes à celui de témoins.

Martine QUENTRIC

L'écoute de victimes d'abus sexuels dans l'Église catholique a démontré combien l'écoute est un élément majeur d'une justice restaurative, et d'une restructuration des personnes. Les victimes n'attendaient rien d'autre de la Commission que d'être entendues et crues.

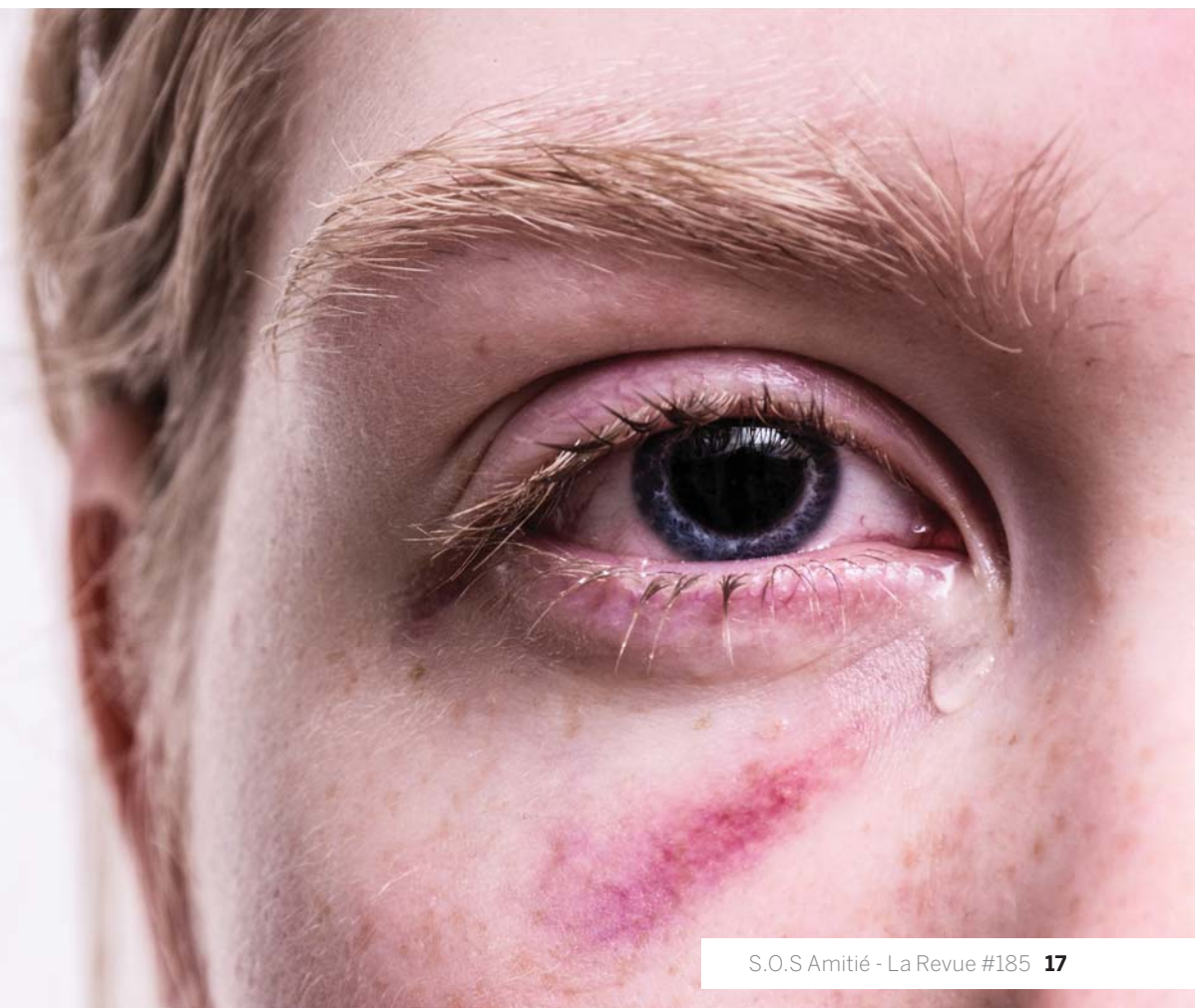
L'enfant abusé a honte, et beaucoup se sentent coupables de ce qui s'est passé. Devenus adultes, ils ont encore honte de ne pas avoir résisté, honte d'avoir souvent au préalable aimé le coupable, craignant d'avoir ainsi ouvert la porte à l'agression.

Trois ans d'écoute des victimes ont permis de dégager une certitude : il faut soutenir ces personnes pour qu'elles trouvent le courage de parler, car la honte pousse à se taire, puis les aider à porter plainte.

Face au témoignage de Mme Lazerges, je me suis demandée pourquoi c'est tout particulièrement l'Église catholique qui a été mise en accusation : nous savons, hélas, que toute situation dans laquelle il y a un ou des dominants et des dominés risque d'induire des abus.

En tant que psychothérapeute, j'ai eu à entendre des victimes d'enseignants, des victimes au sein de l'armée, des patientes handicapées abusées par des « aidants ». Mais il semble qu'on attend une forme de « sainteté » des représentants de l'Église, et que déroger à cette attente révolte plus encore que toute autre situation.

Il faudrait cependant entendre combien toute situation de prestige, de guidance ou d'autorité peut dérailler, et toujours aider les abusés à sortir de la honte et du silence grâce à une écoute d'une grande bienveillance. ●●●



L'expérience de l'écoute selon Serge Hefez

Lors de son intervention au 18ème Congrès National de S.O.S. Amitié le 14 mai dernier, Serge Hefez, psychiatre, psychanalyste et responsable de l'unité de thérapie familiale à l'hôpital de la Pitié Salpêtrière à Paris, nous a initiés à l'expérience de l'écoute depuis sa position de psychanalyste. Une jolie occasion de s'entendre dire ce que cette écoute, loin des clichés, a de spécifique et sensible.

Mahalia DE SMEDT – Psychologue clinicienne

Se dire, cela passe par le corps. Un corps rythmé par un souffle et le récit intérieur qui se construit. S'adresser à l'analyste, cela mène en partie à s'adresser à soi ; dans la mesure où ce qui franchit la barrière de nos lèvres en empruntant le chemin de notre cœur, vient forcément à nos oreilles autant qu'aux siennes. Ce corps-support, ce corps-acteur, selon qu'il est ancré ou non, influe notre vision des choses. En prendre conscience, c'est l'occasion de redécouvrir notre histoire, voire de la réécrire depuis un point de vue non plus figé, mais nourri du chemin parcouru depuis l'événement qui est dit.

L'importance de ce corps qui échappe à la vue de l'écouter au téléphone, Serge Hefez la souligne. Avec pédagogie,

parfois même avec humour, il nous emporte d'une idée à une autre, d'un témoignage au suivant. Il nous initie aux concepts et aux mots qui sont ceux de la psychanalyse. Serge Hefez évoque inévitablement le gouffre de l'inconscient qui nous habite, et la façon dont, au-delà de celui-ci, nous transmettons d'une génération à l'autre ce que nous ne sommes pas conscients de porter. Comme ce père, dont la pensée récurrente devient un fantôme qui infiltre le corps de son fils.

Loin de nous abandonner à l'impuissance que cette prise de conscience peut susciter, Serge Hefez nous invite à sortir de ces répétitions transgénérationnelles au travers de ce qu'il définit comme le contraire du faux : le juste. Pas le vrai ni l'objectivité factuelle, qui eux nous intéressent peu depuis la position d'écouter, mais le juste. C'est par ce dernier que l'on peut s'accorder, que l'on peut se rejoindre dans un discours commun, que l'on peut explorer ensemble, patient et thérapeute côte à côte, ces mondes qui nous habitent, pour enfin en déloger nos fantômes.

La cure est en effet une relation réciproque, qui invite à apprendre quelque chose sur soi, à chaque fois que l'on prête son oreille, mais aussi son espace mental à celui à qui se tient face à nous.

En conclusion, l'intervention de Serge Hefez a sans conteste le mérite d'aborder une autre dimension de l'écoute, qui est faite d'interstices tissés de silence, de non verbal et de chair. Des pistes pour repenser ces silences, qui mettent parfois mal à l'aise l'écouter, alors que justement, tant de choses s'y disent sans être parlées. ●●●



Cette conférence très touchante,
m'a permis d'approfondir ma réflexion
au-tour des capacités de l'écoutant
à entendre au delà des mots. Serge Hefez
nous parle de l'écoute en partant de
la genèse : le développement cérébral
de l'enfant.

Claire NOEL-ROECKEL

« Apprends à penser avec tes pieds ». Cet adage, qui sert d'introduction à Serge Hefez, amène l'idée que l'ancrage vient du sol, que nous sommes profondément ancrés à notre corps et à ce qui émane de notre environnement. La thérapie passe par les mots, mais elle est avant tout un processus qui nécessite du temps pour que le corps assimile. La thérapie se verbalise et elle se ressent.

Dans « Le monde interpersonnel du nourrisson », Daniel N. Stern aborde la capacité du nourrisson à traduire le monde sensoriel qui l'entoure grâce aux affects de vitalité. Il est connecté à sa mère dès son expérience foetale, et il y expérimente de nombreuses fonctions interpersonnelles partant de cela. Il continue son exploration avec la mère ensuite, sans avoir accès à la fonction du langage. Il comprend si les mots prononcés par son entourage sont en accord avec leur langage corporel. Il est au départ sensible à la musique, au rythme, au mouvement, aux intentions... plus qu'aux émotions.

Par exemple, le bébé va se balancer au rythme de la voix de sa mère pour attraper son jouet « ho hisse ! oh hisse ! » Il ne comprend pas les mots, mais il est sensible au rythme de la voix dans cet encouragement. Ses affects de vitalité agissent sur ses fonctions physiques pour atteindre son but.

L'enfant développe en grandissant sa capacité à s'accorder avec l'Autre. Son cerveau prend l'autre en compte, s'adapte à son langage.

Et cela va même plus loin selon Serge Hefez puisqu'il peut interpréter et stocker les pensées de l'Autre, voire comprendre ce qui inconsciemment le préoccupe. Il nous cite cet exemple d'un père adoptif tracassé par sa légitimité en tant que père. Lorsqu'il joue avec son fils, soudain ses pensées partent avec le fantôme de ce père biologique absent. Il transmet alors à l'enfant un sentiment d'absence par le biais de son corps. Le fils pensait que son père adoptif était peu intéressé par leur relation. Ce sentiment ayant pu être identifié, les deux ont pu approfondir le lien.

Après avoir parcouru la notion de relation inter-personnelle, Serge Hefez a affirmé que sa-voir de qui venait une pensée dans une relation réciproque avait parfois peu d'intérêt. Lors d'une rencontre entre deux personnes, chacun se berce dans l'univers de l'autre. Un ac-cordage émotionnel et sensoriel s'opère. L'idéal serait de garder une attention flottante : suspendre nos intentions personnelles, renoncer au plaisir des plaisirs, laisser la notion de lien... En conclusion, garder l'esprit ouvert à cet.e "Autre" afin de vivre une expérience unique à deux.

Les opérations internes des appelants sont contenues émotionnellement par l'écoutant, devenu une forme de canal pour que circulent les émotions et le reste. Cet état de l'écoutant, S.Hefez l'appelle la capacité de rêverie. On met de côté tout jugement, l'écoutant devient perméable à l'autre, il lui permet de contenir ses angoisses en identifiant le vécu sensoriel et physique partagé, tout en ayant conscience de ses angoisses propres.

Cette capacité de rêverie nous permettrait donc d'entrer en contact profond avec "l'Autre", sur un mode très différent d'une conversation rationalisée. Elle utiliserait les affects de vitalité pour sentir l'autre, écouter ses silences, le ton de sa voix, son souffle, son débit... Le nourrisson que nous avons toutes et tous été, était initialement maître en la matière pour ce décodage. Le développement du langage verbal l'a quelque peu éteint, mais il reste là, tapi au fond de nous.

Nous cherchons parfois à remplir l'espace dans lequel l'appelant.e verbalise ce qui le traverse, alors qu'il nous suffit d'écouter la musique.

Serge Hefez conclut que ce qui guérit, touche ou bouscule l'appelant.e, c'est avant tout l'échange avec un.e bénévole. Il clame que les solutions se situent dans la dyade : lorsque appelant.e et écoutant.e forment une unité dans le mouvement, dans l'échange. C'est là que la magie opère... ●●●



Co-construire la rencontre, entendre la plainte

Martine QUENTRIC

Ce que j'ai retenu de l'intervention de Marc Fillâtre, psychiatre et thérapeute familial au CHU de Tours, responsable de l'Unité pour adolescents, Président de VIES37 et de l'UNPS (Union nationale de prévention du suicide)

Le traumatisme est à gérer lorsqu'il est là, dans l'ici maintenant, pas s'il appartient à l'histoire de la personne.

Nos savoirs et savoir-faire continuent d'exister en arrière-fond, mais tentons de les abandonner le plus possible.

Avec les adolescents, le premier abord doit « faire salon », ce qui peut sembler un peu chaotique, ce moment d'échange simple est important pour la suite.

Méfions-nous des entretiens trop « protocolés » et des notions de « vrai ou faux ». Ce qui importe c'est surtout « il y a cohérence ou incohérence ? » dans ce qui est dit. Quand on ose dire « expliquez-moi, je ne comprends pas », on inverse les rapports, on « co-construit » car c'est celui qui appelle qui sait !

Si un enfant ou un ado refuse d'aller à l'école, nous demander qui est en danger : l'enfant ou l'ado qui subit des difficultés à l'école ou un parent en danger à la maison (suicidaire, déprimé...) ?

Il y a des traumatismes qui aident à vivre : Il y a une action traumatique de la parole dans l'entretien, qui s'exerce et permet une amélioration de la situation par « changement », mais cela ne peut exister que dans une relation de qualité. La reformulation peut parfois prendre la forme d'un « traumatisme » lorsque la personne entend de façon inattendue ce qu'elle a vécu. Entendre « Oh, je n'y avais jamais pensé comme cela » montre que l'écoute et la reformulation ont induit un pas de côté.

Tout changement est toujours difficile : on sait ce qu'on perd on ignore ce qu'on va trouver. Il faut passer d'une rive à l'autre, ce qui implique un changement de nature, pas un changement quantitatif apportant des choses en plus.

Face à la plainte, il s'agit de donner crédit à l'appelant qui a besoin d'être entendu, cru. Pour que la personne parvienne à convertir l'accusation en plainte, il faut d'abord que sa pure plainte soit entendue, et qu'elle puisse se croire elle-même car il y a une part de sidération, de « est-ce possible ? » dans toute accusation. ●●●



Être trentenaire à S.O.S Amitié

Il y a bien des particularités à S.O.S Amitié qui semble pourtant être en voie de changement...

Claire NOEL-ROECKEL

Le vendredi soir au congrès, nous arrivons dans la salle de conférence avec les autres membres de notre association locale et cela me saute aux yeux. Je les aperçois de dos, en rentrant par le fond de la salle : des dizaines de têtes aux cheveux argentés, blancs, beige, petits carrés sur les épaules, cheveux relevés gracieusement, têtes chauves également... Autant de reflets qui contrebalancent avec l'utilisation habituelle des bancs de la faculté de droit qui nous ouvre ses portes. Je fais le grand saut et je me mêle à l'assemblée, les premiers regards curieux se tournent vers moi. Je parcours la salle à la recherche de « semblables » mais je n'en apercevrai qu'une poignée ce week-end-là : je suis avec une autre génération, celle de mes aïeux, de mes parents aussi. Je me sens apaisée et en confiance.

C'est alors que les questions commencent à fuser de toutes parts et ce, jusqu'au dernier jour. « Quel âge as-tu ? », « Comment à ton âge trouves-tu le temps et la motivation pour faire de l'écoute ? », « Tu fais un métier du social ? », etc...

J'ai passé beaucoup de temps à me présenter car mon âge questionnait. J'ai pu rencontrer d'autres profils similaires aux miens, nous avons bien sûr des raisons personnelles diverses de faire de l'écoute, mais nous nous rejoignons sur certains points.

Peut-être connaissez des « jeunes » dans vos associations respectives. Je vous invite à discuter de leur engagement avec eux si ce n'est pas déjà fait.

Être trentenaire à S.O.S Amitié, c'est très enrichissant. Entourée de professionnels de santé et de bénévoles aguerris, je trace mon chemin en apprenant des expériences, des récits de tranches de vie, d'anecdotes.

Les bénévoles plus anciens que moi ont du recul sur les situations difficiles, ils ont traversé de nombreuses épreuves dans la vie, leur permettant de prendre en compte des émotions que l'on ne peut parfois pas imaginer étant plus jeunes. Ils manifestent de l'empathie à tous égards et je leur trouve souvent plus de lâcher prise que moi face à des appels engageants émotionnellement. Et puis ils comprennent les grands-parents, parents qui appellent... Ils peuvent se mettre à leur place. Quel bonheur d'être guidée à la découverte des émotions humaines !

Il y a parfois un regard amusé, face à ma naïveté quasi juvénile, et une volonté de me donner quelques billes pour ne plus me « faire avoir » ou pour faire avancer certains ressentis.

Il arrive qu'il y ait des résistances entre les anciens et les jeunes. Pourtant l'échange est là, les barrières s'abaissent et une collaboration se met en place.

Les anciens sont pleins de sagesse, de prudence, ils ont aussi appris à exprimer leur grain de folie, avec la confiance que les années permettent d'accumuler. Je trouve leur aplomb inspirant.

Les jeunes ont à apporter aux anciens concernant le nouveau monde.

J'ai tout autant besoin d'être reconnue pour ce que j'ai à leur donner, que de me placer sous leur aile pour grandir.

L'intergénérationnalité est une école de la vie, qui parfois s'inverse. Les jeunes connaissent bien les réseaux sociaux, les termes récents, ils amènent des idées nouvelles et ont envie de faire bouger les choses avec une énergie parfois décomplexée.

Le jeune bouscule, apporte fraîcheur et conflits intérieurs, il renvoie à une jeunesse perdue. La communication est indispensable pour leur faire une place. Leur engagement sur le long terme peut apporter beaucoup à l'association et à leur propre vie. Ils sont proches de nos jeunes de moins de 25 ans qui appellent et utilisent le tchat, et ils entendent aussi les cris de leur génération.

L'intergénérationnalité permet à S.O.S Amitié de rester dans son temps, elle ancre les va-leurs quasi immuables de l'association dans le cœur des jeunes. Que sommes-nous venus chercher dans cette association ? Valeurs, bienveillance, psychologie, communication, pourquoi pas un brin de sagesse, que le temps a ancré dans l'esprit des têtes argentées...

La moyenne d'âge évolue à SOS Amitié. Les statistiques sont formelles.

Souhaitons à l'association une joyeuse intergénérationnalité et une pérennité dans ses valeurs qui sont, quant à elles, intemporelles. ●●●



Les ateliers

Des thèmes d'ateliers ont été proposés. Et certains ateliers furent si remplis qu'il a fallu les dédoubler pour pouvoir travailler pleinement en donnant la parole à chacun. Voici un bref résumé des compte-rendus qui ont été remis à la Fédération pour réfléchir et avancer...

Martine QUENTRIC, qui remercie Bernard G., Jean-Christophe et Yolande, Odette et Bernard S., Catherine et François, Françoise, Guillaume et Marie-Pierre, Michèle et Agnès, Yves, Alain et Sylvie, pour leurs compte-rendus.

Les thèmes retenus étaient :

- La force de l'écoute intergénérationnelle pour les jeunes appelants
- La force de l'écoute généraliste / l'écoute spécialisée
- La force que l'écoute peut apporter à l'appelant
- La force de l'écoute anonyme
- La force des fondamentaux de notre écoute
- La force de l'écoute par écrit
- La force de l'écoute sur l'évolution de l'écoutant
- Force et fragilité de l'écoute.

Les plus jeunes appelants, qui ont conscience de parler à des adultes, ont plutôt tendance à nous contacter par tchat, même si les appels téléphoniques de jeunes sont en augmentation.

Les sujets abordés sont majoritairement plus lourds (suicide, grande détresse, viols et incestes, scarifications...).

Les écoutants ont le sentiment de méconnaître et de ne pas toujours comprendre les codes utilisés par les jeunes, ce qui crée une peur de ne pas « être à la hauteur », et le risque d'une envie de « protéger parentalement » qui peut inciter à conseiller ces appelants souvent en attente de conseils !

Des formations continues qui permettraient une écoute mieux ciblée sont souhaitées.

L'écoute spécialisée se pratique sur la durée et peut offrir des solutions.

L'écoute pratiquée à S.O.S Amitié est ponctuelle, quand bien même la personne peut appeler plusieurs fois, ce

type d'écoute ne propose pas des solutions. Elle offre, si possible, l'opportunité à chaque appelant de retrouver ses propres moyens, ses propres forces. Elle relève de « l'hospitalité pour héberger la parole de l'autre », grâce à une chaleur, une attention et une écoute humaines et vivantes.

Écouté sans jugement, l'appelant sent que sa souffrance est reconnue. Nous sommes souvent là pour entendre ceux que plus personne n'écoute. Nous pouvons assurément parfois manifester que, face à ce qu'ils disent, nous sommes inquiets pour eux : notre écoute alors crée ou recrée un lien d'humanité.

Puis, en allant chercher les ressources de l'appelant, nous lui permettons d'envisager de sortir de la plainte et de retrouver une forme de confiance en lui.

La notion de « force » pourrait renvoyer à celle d'une puissance d'action alors que l'empathie offre une communion de présence. Écouter, dans un monde où il y a peu d'espace pour l'écoute, est une offre forte ! L'anonymat, le temps donné, la liberté de parole acceptée, peuvent permettre de déposer un drame, parfois pour la première fois, et favoriser le démarrage d'un processus vers le mieux-être.

Face aux appelants compulsifs ou aux propos itératifs, est-ce faire exister la personne, fut-ce dans la plainte à défaut d'autre chose ? Les écoutants craignent, en entrant dans un « protocole compassionnel », de permettre un enfermement dans la situation voire un blocage avec renforcement d'une situation chronique, comme l'a envisagé Marc Fillâtre dans sa conférence.

Le débat du jour n'a pas pu trancher.



L'anonymat est rassurant pour les appelants qu'il met en confiance. Certains toutefois le souhaitent pour eux-mêmes mais pas tant pour l'écouter. Ils ont besoin de savoir où nous sommes, (et si nous sommes un homme ou une femme lors de tchats), voire, dans des cas extrêmes, de connaître notre prénom parce que « Mon prénom c'est... Je vais mourir et j'aimerais savoir votre prénom car vous êtes la dernière personne à qui j'aurai parlé ».

Généralement, l'anonymat n'est pas une barrière mais une ouverture, un espace de liberté, qui permet à l'appelant de se livrer de manière très intime, mais aussi de protéger l'écouter, ce qui est souvent oublié.

Lorsqu'on est tranquille en soi avec la règle de l'anonymat, l'appelant le sent et n'insiste pas. Tout se passe bien.

Il n'est jamais inutile de revenir sur les fondamentaux de l'écoute et d'interroger l'écart théorico-pratique qui révèle les limites de l'écoute rogérienne pratiquée à S.O.S Amitié, à la lumière de l'évolution des types d'appels. Il faut parfois recourir à des aménagements pour permettre l'établissement d'un lien entre appelant et écoutant car il s'agit d'une écoute vivante, non d'une technique calcifiée. Notre écoute suppose l'authenticité, la spontanéité, la congruence, l'empathie, sans connivence ni complaisance. Le dialogue implique que parfois l'appelant pose des questions pour amorcer la parole ou préciser les pensées. Il s'agit en effet de co-construire du sens, afin d'aborder l'essentiel de ce qui a amené la personne à appeler.

« L'écoute » par écrit se situe dans une temporalité différente : l'appelant comme l'écouter mettent un certain temps à rédiger ; les mots peuvent être repris, reformulés, expliqués. Les tchats durent ainsi, en moyenne, plus longtemps que les appels téléphoniques.

Et, si la parole s'envole, l'écrit reste pour l'appelant qui peut relire, réfléchir ensuite... Il nous faut donc être attentifs au poids potentiel de nos écrits.

La messagerie dont les mails successifs au cours de semaines voire de mois, s'affichent, gêne certains écoutants. Il semble que certains appelants lui font jouer le rôle de journal intime.

Les demandes de conseils sont plus fréquentes par tchat et messagerie. Mais cette écoute respecte les mêmes règles que l'écoute téléphonique : confidentialité, anonymat, écoute rogérienne.

Si les jeunes sont plus nombreux à utiliser le tchat, les adultes l'utilisent de plus en plus.

La distance créée par l'écran et le clavier, l'anonymat renforcé par l'absence de voix, rendent la confiance plus facile et permettent souvent de mettre des mots sur des maux graves et « impossibles » à dire de vive voix.

Naturellement, l'écouter évolue. Notre société ne nous forme pas naturellement à nous décentrer de nous-mêmes pour écouter !

Nous avons appris à laisser nos préjugés, nos valeurs personnelles, et même notre propre histoire à distance, à ne pas écouter pour répondre mais pour entendre.

Avec le temps, on peut rencontrer des moments de lassitude, ou le sentiment « de ne plus y trouver son compte », et celui de ne plus écouter « comme avant » dans la vie quotidienne.

Lorsque des difficultés surgissent, les groupes de partage, les formations, dont les congrès, nous permettent de retrouver le sens de notre bénévolat.

L'écoute est une forme d'humanité puissante qui nous met souvent face à nos fragilités.

Il y a des appels violents, des propos qui sont irrecevables pour nous. Il s'agit alors soit de rappeler la loi, soit de poser nos limites.

Surtout, l'appelant doit rencontrer une personne, donc un être sensible, humain, pas un robot reformulant rigoureusement. Nos limites ou fragilités assumées, que nous osons au besoin exprimer lors de l'écoute, puis voir ensemble lors des groupes de partage, conditionnent la rencontre, elles sont garantes de l'authenticité, permettent la congruence. Savoir qu'on ne sait pas est une grande force. C'est ce que Socrate, il y a longtemps déjà, préconisait.

Deux heures par thème, c'était une ouverture assurément. Il faudrait combien de temps pour couvrir toute la question à chaque fois ? L'essentiel probablement est moins dans les questions et réponses trouvées ce jour-là que dans la conversation intérieure que chacun.e a entretenu depuis, qui est parfois revenue jusque dans nos groupes de partage, et qui nourrira l'avenir de nos écoutes. ●●●



Congrès de Montpellier : « S.O.S Amitié, la force de l'écoute »

L'association locale de Montpellier s'étant chargée de la logistique,
elle nous raconte cette aventure

Jean-Noël PINTARD, président de S.O.S Amitié Montpellier Languedoc, et les organisateurs locaux



Un début hésitant puis un départ enthousiaste
Toulon, ville du sud, a préparé une candidature qui n'a pas pu aboutir. Il était dommage que le congrès n'ait pas l'occasion de se faire dans le sud. Pourquoi pas à Montpellier ? Les avis étaient partagés : aurons-nous l'énergie de conduire un tel projet ? La première rencontre avec l'office de tourisme, les premiers échanges avec les personnes intéressées ont commencé à lever un enthousiasme. L'aventure a donc commencé courant 2019 et le conseil d'administration l'a validée le 2 décembre 2019.

Plus de trois ans de préparation

L'expérience malheureuse d'Arras, frappée en plein vol par le confinement nous a été transmise par Ghislaine, sa présidente. Elle nous a permis de poser les bases.

Tout au long des plus de trois années de préparation, à travers 25 réunions de trois heures, les tâches ont été largement partagées :

les relations avec la mairie et la fac de droit (JN) ; la gestion des inscriptions (Mireille et Hervé) ; les visites de Montpellier et des accompagnants avec l'office de tourisme (Hélène et Aline) ; le concert d'orgue (Hélène), pour lequel Joseph, jeune artiste, nous a offert une splendide affiche ; la restauration (Daniel) ; l'animation du gala (Daniel et Guy) ; la constitution du sac des congressistes (Hélène et Patrick) ; la technique son et vidéo (Guy) ; la gazette de la préparation destinée à tous les écoutants du poste et à Facemed - notre région SOS Amitié -, une bonne idée d'Arras, un bulletin interne, « en route pour le congrès »

(Mireille et JN) ; la communication (Mireille et Patrick) ; les réseaux sociaux (Mireille pour les sites internet, Anne pour Facebook) ; la fabrication de tous les documents et leurs impressions (Mireille et Bruno, imprimeur) ; la librairie (Annie) ; la commande de fleurs pour agrémenter l'amphi (Hélène) ; les contacts avec le dessinateur génial, Jean-François Ramirez (Patrick) ; les subventions (Daniel, Hélène, Ghislaine et JN) ; le budget et la trésorerie (Laure et JN) ; le déroulé de toutes les opérations et l'œil sur tout (Denise, spécialiste d'événementiel). Et tous, pour les idées et les relectures.

Les moindres détails ont été examinés et prévus. Même un scénario en cas de pluie, tellement improbable... Et pourtant, il a plu !

J'ai eu un immense plaisir à animer cette équipe caractérisée par un rassemblement de compétences et de réseaux, une efficacité et une réactivité remarquables dans une bonne humeur toujours partagée. L'enthousiasme a été présent du début à la fin.

Quelques anecdotes d'organisation :

- Quand, en 2020, j'ai rencontré la directrice adjointe du cabinet du Maire pour retenir la salle pour le gala, elle m'a demandé si nous avions besoin d'une subvention. J'ai dit « non ». Ses yeux se sont arrondis. En revanche « si vous pouviez offrir l'apéritif et une partie du repas, ce serait bien ». « D'accord » a-t-elle répondu immédiatement. Et oui, il est plus facile d'offrir un service en nature sur un budget existant que de faire voter une subvention importante.

- Nous avions l'engagement de la mairie d'un prêt de tables et chaises pour la restauration à la fac. Peu de temps avant le congrès, l'engagement est remis en cause vus les besoins de la Comédie du livre. Il nous a fallu trouver rapidement une entreprise pouvant livrer le matériel dans les petites rues de Montpellier avec des camions de 20 m³ maximum.

- Hélène avait tous les accords pour le concert d'orgue. Restait un dossier à faire pour la Drac. Surprise de voir arriver un dossier de plus de 20 pages à remplir.

- Un traiteur nous semblait bien. Test au cours d'une assemblée générale de l'association. Horreur ! Finalement c'est la Table de Cana, restaurateur d'insertion, qui a été testée et validée.

- Quelques sueurs froides en découvrant l'ampleur des travaux sur les lignes de tram. Ils remettaient en cause l'information diffusée. Déplacer 300 personnes ce n'est pas rien !

9 médias présents à la conférence de presse :

BFM, France 3 Languedoc-Roussillon, M6, La Marseillaise, Midi Libre, FM +, Vià Occitanie, RCF Montpellier, Radio Aviva

15 Médias ayant fait une demande d'interview (hors ceux présents en conférence de presse) :

Libération, France Bleu Hérault, Sud Ouest, Les Echos, 20 minutes Montpellier, France Info, Kool Mag, CNews, Le Point, Radio One, AFP Montpellier, RMC, France Culture, Dis-leur.com, RCF Allier, Vià Occitanie, La Gazette de Montpellier

Autre article parmi beaucoup :

L'actu (dès 13 ans)

● Et la pluie, alors que le repas était prévu en bonne partie à l'extérieur. Imaginez le rapatriement en catastrophe de tous les congressistes dans un espace plus contraint, et les queues devant les buffets ! Sans parler du déficit en desserts ...

Une veille de congrès particulièrement active

La veille du congrès, 35 écoutants de Montpellier et de Faced, sont venus partager ce temps depuis Nice, Toulon, Marseille, Aix en Provence, Avignon, et Patricia, autre spécialiste en évènementiel. Telle une ruche vibrionnante, ils ont préparé les badges, les sacs, la signalétique interne et externe, l'amphithéâtre. Même une infirmière, non écoutante, Armelle, venue de Paris, était active, prête à intervenir si besoin.

Trois jours de congrès

Vendredi 10h, c'est l'accueil des premiers congressistes. Chacun est à sa place.

11h, La conférence de presse, préparée par notre agence de communication 40° sur la Banquise et la fédération a précédé une couverture médiatique remarquable.

14h, le congrès commence, tout est réglé comme du papier à musique. La tension baisse pour moi car je sais que chacun va bien tenir son rôle. Tout se déroule comme prévu. La rigueur de la préparation permet de faire face à tout y compris à la pluie ! Pourtant nous avions demandé le soleil mais le ciel ne nous a pas écouté !

Avant l'intervention des officiels, j'introduis le congrès par ce poème de Paul Eluard qui me semble bien exprimer à la fois « la force de l'écoute » et notre culture du partage avec l'autre.

Les officiels ont été remarquables, les intervenants passionnants.

Le samedi, après les conférences et les ateliers, les congressistes se répartissent entre toutes les visites organisées avec l'office de tourisme et le récital d'orgue de Jean Dekyndt, à la cathédrale Saint Pierre, gracieusement mise à notre disposition. Environ 450 personnes y sont venues. Encore une occasion de nous faire connaître.

La soirée de gala a démarré par un accueil émouvant du Maire de Montpellier dans sa Mairie « c'est votre maison car c'est la maison du peuple ». Une animation par de splendides danseurs dont Nathan avec son fauteuil roulant.

Le groupe d'accompagnants, conduit par Adeline, a visité Sète, et, après un bon repas au bord du bassin de Thau, l'abbaye de Valmagne.

Des relations chaleureuses entre tous les organisateurs, leur engagement et leur gentillesse, alliés à l'état d'esprit habituel de SOS Amitié, une organisation millimétrée, ont donné une ambiance extraordinaire à ce congrès. Ce n'est pas moi qui le dis, c'est ce qui ressort des questionnaires d'évaluation. J'en suis pourtant convaincu, au-delà de l'organisation, cette réussite est due à notre culture collective. Un congrès est un temps fort de notre vie associative : nous avons l'occasion de nous reconnaître comme semblables face à une mission commune, ayant toujours « une faim à satisfaire » : faire mieux. Notre culture commune de bienveillance et d'écoute a permis des rencontres fabuleuses.

La fin du congrès n'est pas la fin du travail !

Avec la fin du congrès tout n'est pas fini : il faut récupérer les dernières factures, clore le budget, faire encore des dossiers pour récupérer les dernières subventions, remercier tous nos partenaires, faire un retour sur expérience, sans oublier les journalistes qui veulent encore des témoignages. Grâce à ces derniers, les candidatures de bénévoles affluent.

Pour conclure, je ne peux m'empêcher de dire, avec beaucoup d'émotion, combien je suis fier de toute l'équipe qui a préparé et conduit le déroulement de ce congrès. ●●●

De Paul Eluard, « et un sourire » :

La nuit n'est jamais complète
Il y a toujours, puisque je le dis
Puisque je l'affirme
Au bout du chagrin une fenêtre ouverte
Une fenêtre éclairée
Il y a toujours un rêve qui veille
Désir à combler, faim à satisfaire
Un cœur généreux
Une main tendue, une main ouverte
Des yeux attentifs
Une vie, la vie à se partager.

Annecy en 2026 !

Daniel LAROCHE

Après un temps de réflexion, de consultations et d'élaboration du dossier répondant au cahier des charges, nous nous sommes lancés dans l'organisation du Congrès 2026.

Annecy, c'est parti :
Après la mer, la montagne !
L'exemple du Congrès de Besançon, nous avait déjà motivé.

L'anniversaire des 40 ans de l'association d'Annecy où plus de 200 personnes s'étaient retrouvées, et les Réunions Régionales Auvergne Rhône-Alpes, ont fini de nous convaincre de notre capacité à organiser le Congrès.

Pourquoi organiser un Congrès ?

Nous voulons montrer notre attachement à l'Institution et offrir aux écoutants de France un moment de convivialité, d'échange, de partage et de détente dans notre belle ville d'Annecy entre lac et montagnes.

C'est aussi participer à la visibilité du poste d'Annecy sur son territoire vis-à-vis des appelants, des écoutants et des différents partenaires.

Pour nous, c'est aussi fédérer les écoutants d'Annecy dans une réalisation commune à laquelle ils adhèrent tous.

Un groupe de 8 personnes travaillent sur cette organisation, 3 ans c'est demain... ●●●

Notre devise :

**Nous savons où nous allons,
Nous savons ce que nous voulons,
Nous savons pourquoi nous le faisons,
Nous savons que c'est important,
Alors ça va marcher !**

La nuit n'est jamais complète

Poème issu du recueil « Phénix » de 1951
de Paul Eluard

Il y a toujours, puisque je le dis,
Puisque je l'affirme,
Au bout du chagrin
Une fenêtre ouverte,
Une fenêtre éclairée.
Il y a toujours un rêve qui veille,
Désir à combler, faim à satisfaire,
Un cœur généreux,
Une main tendue, une main ouverte,
Des yeux attentifs,
Une vie, la vie, à se partager.



LA REVUE ou comment utiliser des congressistes captifs pour la faire évaluer

Depuis 1961, la Revue de S.O.S Amitié comptant à ce jour 184 numéros, traite de sujets en lien avec l'écoute, visant à renforcer tant la formation continue de ses écoutants qu'un sentiment d'appartenance à S.O.S Amitié

Elisabeth DUNTZE en collaboration avec Elisabeth HOFFMANN et Martine QUENTRIC

Avec obligeance, 185 sur 281 personnes, soit 66 % des congressistes, ont répondu au questionnaire de satisfaction concernant la Revue S.O.S Amitié, proposé lors du Congrès 2023 à Montpellier.

L'idée de ce sondage, conçu au débotté, a surgi à la dernière minute : pourquoi ne pas profiter du rassemblement de tant de lecteurs pour recueillir leurs avis sur la Revue ?

Ce questionnaire a pour but d'orienter le travail du Comité de Rédaction de la Revue afin de répondre au mieux aux attentes de ses lecteurs, en accord avec les orientations du Conseil d'Administration Fédéral.

Il se compose de 21 items à choix multiples et de deux espaces pour noter les insuffisances, les attentes et les suggestions, utilisés par 34% des enquêtés.

À noter que certains participants ne répondent pas à tous les items, que quelques autres donnent deux réponses pour un item.

Globalement, la Revue est appréciée, des satisfecit librement exprimés le prouvent.

Voici les grandes lignes qui se dégagent de ce sondage :

Seulement 8% des lecteurs sollicités reconsultent la Revue et, selon les lecteurs interrogés, les Associations Locales utiliseraient assez peu la Revue comme outil de formation. Voilà des résultats inattendus dans la mesure où la Revue est pensée au départ comme une ressource interne de formation.

Les suggestions et les attentes des lecteurs congressistes découlent logiquement des critiques et insuffisances indiquées dans le questionnaire.

Théorique/pratique : un équilibre délicat à trouver entre le trop et pas assez.

En effet, un certain nombre de lecteurs déplorent la grande quantité d'articles jugés trop longs, trop « intello », trop « psy' » avec un langage souvent incompréhensible. Ils demandent davantage de textes courts, évoquant des contextes pratiques concernant l'écoute sur le terrain, de réels outils pour évoluer dans l'écoute.

Dans les mêmes proportions, d'autres lecteurs souhaiteraient plus d'articles théoriques de fond avec moins de paroles lisses, empreintes de « bonne volonté » et de valorisation de l'écouter, moins de délayage, plus d'analyses, des textes qui ouvrent de nouveaux horizons.

La catégorie « témoignages » très attendue transcende le clivage théorique/pratique. À priori, les témoignages « soigneusement anonymisés » peuvent intéresser tous les écoutants par leur double aspect « vécu et réflexion ».

Pour augmenter la diversité rédactionnelle, voici les suggestions :

- Élargir le spectre des thèmes en proposant des thèmes novateurs, peu courants. Introduire des approches culturelles, poétiques, politiques, philosophiques, sociologiques, ethnopsychiatriques, historiques, psychanalytiques, en sollicitant des auteurs variés, dont les intervenants fidèles de S.O.S Amitié, et en faisant une diffusion plus large des appels à contributions.

Cela nécessiterait l'annonce des thèmes à venir qui susciteraient de possibles confrontations de points de vue différents, voire contradictoires, sur un même sujet.

- Il faudrait annoncer un calendrier de parution et de remise des articles, rappeler l'adresse courriel et faire une invitation plus large à contribuer de la part de tous. Ces dernières informations pourraient figurer sur le site et/ou sous l'éditorial de la Revue.

Il semble donc que les appels actuels ne sont pas vus.

- Avoir accès de façon interactive à la Revue numérique.
- Créer de nouvelles rubriques, comme le courrier des lecteurs, des extraits de « cahiers d'écoute » qui s'inspireraient du livre de Pierre Reboul « les chemins de l'écoute », des encadrés avec la position de la Fédération sur la façon de répondre à certains appels (comme ceux des phonophiles), une rubrique « formation ».

Les lecteurs interrogés suggèrent une meilleure utilisation de la Revue pour la formation et l'information.

Les futurs bénévoles pourraient notamment y découvrir des témoignages d'écouter pour se faire une idée plus juste de l'écoute à S.O.S et éviter certaines déconvenues.

Elle devrait être utilisée davantage comme ressource interne. Il serait nécessaire de l'améliorer pour la formation des écouter et pour la reconnaissance externe de nos partenaires.

La Revue est très mal diffusée en dehors de S.O.S Amitié alors que, par sa qualité, elle pourrait être un outil utile pour beaucoup de soignants, d'aidants, d'étudiants en psychologie, de cabinets médicaux..., et servir à valoriser ce que nous faisons, nous faire connaître.

Donc il faudrait élargir le champ de diffusion vers un nouveau public par le biais du site.

Beaucoup d'attentes aussi pour des informations sur la Vie de l'Association. Mais aujourd'hui « Écoute, Écoutes », le Bulletin de S.O.S Amitié remplit largement cette fonction.

Jugeant que la présentation n'est pas assez moderne, pas assez appétissante ni attractive, parfois vieillotte, austère, un bon nombre de lecteurs interrogés voudraient lui donner un air plus proche de la presse, et améliorer le confort de lecture en augmentant la taille des polices, faire du trois colonnes par page au lieu de deux, enrichir de couleurs... Moderniser la charte graphique, rajeunir la maquette, soigner le choix des photos.

Ils tiennent à garder la double présentation papier et numérique, et souhaitent que la Revue soit imprimée sur du papier recyclé.

Derniers vœux : que la Revue soit maintenue, que le sentiment commun d'appartenance à S.O.S Amitié y soit plus présent.

Dans les commentaires libres, on relève beaucoup d'encouragements comme « revue réalisée avec intelligence et sensibilité », « bravo, je me régale à chaque fois » « superbe travail ».

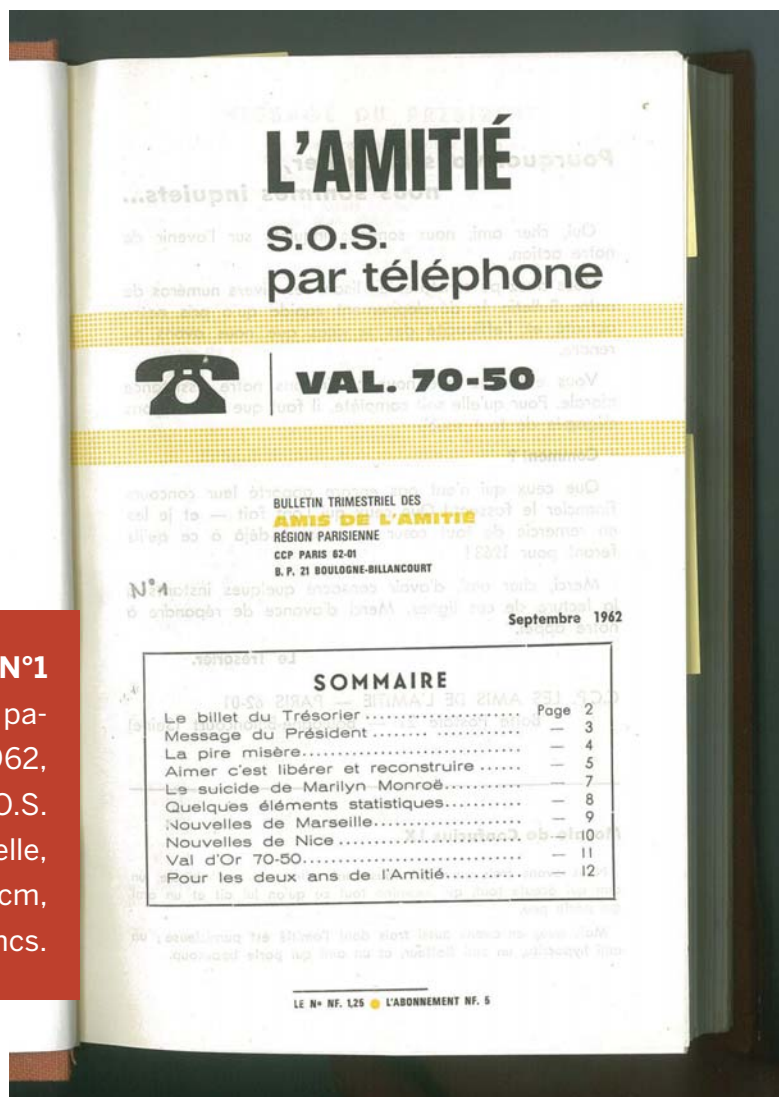
Chers lecteurs, sachez que nous tenterons de répondre au mieux aux demandes qui reviennent le plus souvent.

Grand merci à ceux qui ont répondu à ce sondage.

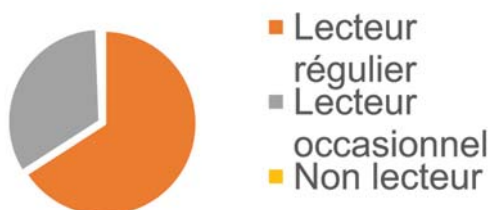
Nous invitons les lecteurs non congressistes à exprimer aussi leurs avis sur la Revue. Suggestions et contact : sosa_fede@yahoo.com. ●●●

REVUE N°1

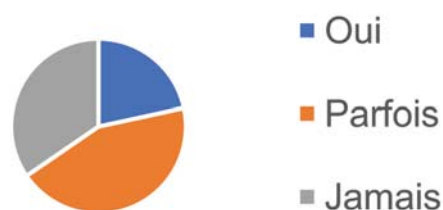
La première Revue d'SOS Amitié, parue en septembre 1962, se nommait « L'AMITIÉ S.O.S. par téléphone ». Trimestrielle, de format 13x21 cm, elle coûtait alors 5 nouveaux francs.



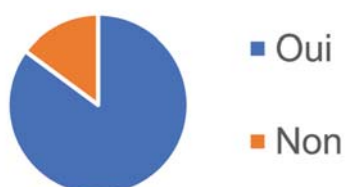
Je lis la revue



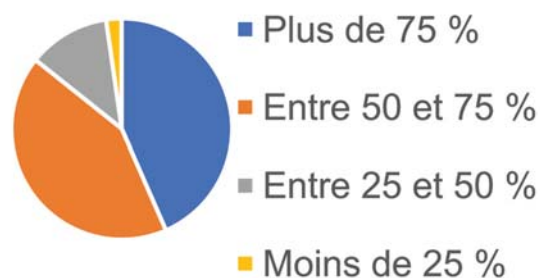
La revue est-elle un outil de formation pour les associations ?



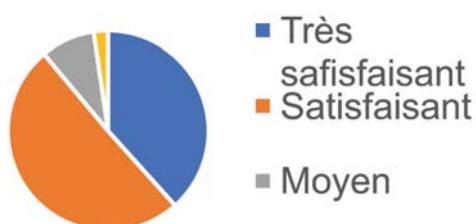
Envie de lire la revue suivante



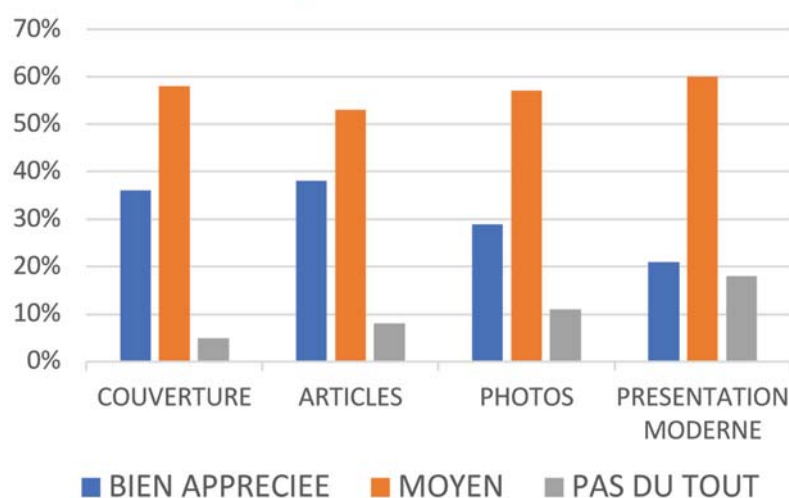
Contenu de la revue lu à



Appréciation globale de la revue



Avis sur la présentation de la revue



13ème Observatoire des souffrances psychiques et Journée Mondiale pour la Prévention du Suicide le 11 septembre

13^{ème} Observatoire S.O.S Amitié des Souffrances Psychiques : un recul du suicide mais une hausse des souffrances psychiques

À la veille de la Journée Mondiale de la Prévention du Suicide, qui aura lieu le lundi 11 septembre 2023, S.O.S Amitié publie son 13^{ème} « Observatoire des souffrances psychiques », dont certains points ont été abordés lors du

congrès national en mai à Montpellier. Reflet du mal-être des appelants de tous âges et de tous milieux, l'Observatoire porte sur 588 000 appels (téléphone, mail ou tchat) pour l'année 2022.

Il est accessible à tous sur : <https://www.sos-amitie.com/2023/09/07/13eme-observatoire-des-souffrances-psychiques-et-journee-mondiale-pour-la-prevention-du-suicide-le-11-septembre/> ●●●



Bibliographie

Livres :

« **LA MAGIE DE L'ÉCOUTE, ENTRETIENS AVEC DES BÉNÉVOLES DE LA MAIN TENDUE ET D'S.O.S AMITIÉ** » Georg (Editeur), 2019

« **RESTER BIENVEILLANT DANS UN MONDE DE BRUTES. INITIATION PRATIQUE À L'APPROCHE CENTRÉE SOLUTION** » Ed. Médecine & Hygiène - RMS, 2022 - sont deux des livres de Francesca Sacco qui en a écrit plusieurs sur nos humanités, en panne souvent, glorieuses parfois, en route toujours...

« **LA REFORMULATION EMPATHIQUE, COMMENT VOUS COMPRENDRE LES UNS LES AUTRES ET VOUS LE MONTRER** » Florence Ehnuel, philosophe - Ed Anne Carrère 2019 - Témoignage de la découverte de l'écoute rogérienne, un livre d'accès facile pour revisiter les bases.

« **TROUBLE DANS LE BÉNÉVOLAT** » Dan Ferrand Bechmann et Sébastien Poulain - Ed Chroniques sociales - 2023 - À la suite du Covid, on peut noter l'utilisation des bénévoles et même leur sur-utilisation. De nouvelles formes d'entraide et de solidarité surgissent. Le contexte socio-économique, qui incite plus à l'engagement militant qu'à une attitude compassionnelle, va certainement générer des troubles dans le bénévolat.

« **ILS VOULAIENT MOURIR, ILS ONT ÉCLAIRÉ MA VIE** » Eric Lestage, Ed Salvator, 2023 - Écouter des SDF, apprendre beaucoup d'eux, et puis des jeunes qui veulent mourir. Savoir poser la question juste, surtout savoir se taire. Eric Lestage est prêtre, mais il a ouvert des lieux pour accompagner, écouter, soutenir... Ni anonymat ni laïcité ici, mais une réflexion qui vaut la peine d'être écoutée.

« **DE L'HUMILIATION, LE NOUVEAU POISON DE NOTRE SOCIÉTÉ** » Olivier Abel, philosophe et professeur d'éthique à la Faculté de théologie protestante de Montpellier, Ed Les liens qui libèrent, 2021 - L'humiliation est partout, s'attaquant d'abord à l'autre « différent », devenue le cœur sombre de nos sociétés. Elle offense, ridiculise, envenime la violence et l'injustice, génère le ressentiment. L'humiliation fait taire le sujet parlant, elle ruine la confiance, l'estime et le respect de soi. Si on essayait de mettre en oeuvre une société moins humiliante ? C'est possible, c'est vital.

« **SURMONTER CES PETITS TRAUMAS QUI MINENT NOTRE QUOTIDIEN** » Meg Arroll, psychologue, First Ed., 2023 - À l'écoute, souvent, il semble que les tracas de nos appelants sont bizarrement légers. Pourtant, ils en souffrent. Moins par rapport à cet incident-ci ou celui-la, mais parce que ces mini traumatismes se sont répétés, empêchant toute cicatrisation. Entendre comprendre et « accompagner » cela pourrait peut-être alléger l'accumulation...

« **LE MALHEUR INUTILE (5 histoires de liberté retrouvée)** » Dr Alain Gérard, psychiatre, Ed Michel Lafon, 2023 - Certains malheurs sont évitables dit l'auteur, psychiatre, qui s'est demandé pourquoi prescrire un traitement à des patients en souffrance qu'il juge sains ? Pourquoi les inciter à s'adapter à un monde qui les rend malades, comment ne pas leur donner raison ? Ce sont nos sociétés qui sont malades, elles basculent peu à peu dans un état de déstructuration globale...

« **MAINTENANT OU JAMAIS** » Dr Christophe Fauré, psychiatre, Ed Albin Michel, 2020 - On parle de crise du milieu de vie. Il s'agit le plus souvent d'une transition qui n'est pas nécessairement critique même si elle trouble bien des gens. Pudeur, doutes, peurs, rendent difficile le partage du vécu intime de cette étape si bien que les idées fausses sont multiples, et souvent caricaturales... À lire pour mieux entendre !

« **FAIRE AVEC L'ÂGE** » Philippe Bataille, Directeur d'études à l'EHESS, Ed. De la Maison des Sciences de l'Homme, 2023 - L'auteur a longuement enquêté pour comprendre comment on vieillit et meurt en France aujourd'hui. Ce livre décrit la désorganisation totale depuis la crise covid : raréfaction des médecins traitants, fin des déplacements à domicile, recours à tout-va aux Urgences, et désertification médicale. Témoin du mal-être des âgés et celui de leurs aidants, il montre les rigidités d'un système de vieillesse déshumanisé, toujours au détriment des patients, menant à des situations parfois tragiques.

« **LE CORPS N'OUBLIE RIEN** » Bessel van der Kolk, psychiatre spécialiste du syndrome de stress post-traumatique, professeur de psychiatrie à la Boston University, a fondé le Trauma Center de Boston. Ed. Pocket 2021 - Ce livre de référence présente de façon scientifique les conséquences des traumatismes. Pour comprendre le stress post traumatique, ce qui se passe dans le cerveau de quiconque subit des violences et pourquoi il est si difficile de les surmonter.

Albi

05 63 54 20 20
BP 70 070
81027 Albi cedex 9

Angers

02 41 86 98 98
BP 72204
49022 Angers cedex 2

Annecy

04 50 27 70 70
78 allée Primavera
Centre UBIDOCA 19994
PRINGY 74 370 Annecy

Arras

03 21 71 01 71
BP 50511
62008 Arras cedex

Avignon

04 90 89 18 18
BP 128
84007 Avignon cedex 1

Besançon

03 81 52 17 17
2 rue Megevand BP 41572
25009 Besançon Cedex

Bordeaux

05 56 44 22 22
BP 40036
33007 BORDEAUX Cedex

Brest

02 98 46 46 46
BP 11218
29212 Brest cedex 1

Caen

02 31 44 89 89
Maison des associations
"Le 1901"
8 rue Germaine Tillion
14000 Caen

Charleville-Mézières

03 24 59 24 24
BP 444 - 08098 Charleville-
Mézières cedex

Clermont-Ferrand

04 73 37 37 37
Centre Jean Richepin,
17 rue Jean Richepin
63000 Clermont-Ferrand

Dijon

03 80 67 15 15
Maison des Associations BV8
2 rue des Corroyeurs
21000 Dijon

Grenoble

04 76 87 22 22
BP 351
38014 Grenoble cedex

La Rochelle

05 46 45 23 23
BP 40153
17005 La Rochelle cedex 1

Le Havre

02 35 21 55 11
BP 1128
76063 Le Havre cedex

Le Mans

02 43 84 84 84
BP 28013
72008 Le Mans cedex 1

Lille

03 20 55 77 77
BP 10 332
59015 Lille

Limoges

05 55 79 25 25
BP 11
87001 Limoges cedex

Lyon

Caluire

04 78 29 88 88

Villeurbanne

04 78 85 33 33
BP 11075
69612 Villeurbanne cedex

Marseille

04 91 76 10 10
BP 194
13268 Marseille cedex 8

Metz

03 87 63 63 63
BP 20352
57007 Metz cedex 1

Montpellier

04 67 63 00 63
BP 6040
34030 Montpellier cedex 1

Mulhouse

03 89 33 44 00
BP 32116
68060 Mulhouse cedex

Nancy

03 83 35 35 35
BP 212
54004 Nancy cedex

Nantes

02 40 04 04 04
BP 82228
44022 Nantes cedex 1

Nice

04 93 26 26 26
Maison des associations
3 bis rue Guigonis
06300 Nice

Nord Franche-Comté

03 81 98 35 35
Maison des associations
1 rue du Château
25200 Montbéliard

Orléans

02 38 62 22 22
BP 5251
45052 Orléans cedex 1

Paris & Ile-de-France

01 42 96 26 26
Secrétariat 7 rue Heyrault
92100 Boulogne-Billancourt

Pau

05 59 02 02 52
BP 555
64012 Pau cedex

Pays d'Aix

04 42 38 20 20
BP 30 961
13 604 Aix-en-Provence cedex 1

Perpignan

04 68 66 82 82
Mairie de quartier Est
1 rue des calanques
66000 Perpignan

Poitiers

05 49 45 71 71
BP 90021
86001 Poitiers cedex

Reims

03 26 05 12 12
Maison de la vie associative
Boite 214/56
122 bis rue du Barbâtre
51100 Reims

Rennes

02 99 59 71 71
BP 70837
35008 Rennes cedex

Roanne

04 77 68 55 55
19 rue Benoît Malon
42300 Roanne

Rouen

02 35 03 20 20
BP 1104
76174 Rouen cedex 1

St Étienne

04 77 74 52 52
Maison des Associations,
Casier 101
4 rue André Malraux
42000 St Étienne

Strasbourg

03 88 22 33 33
BP 125
67028 Strasbourg cedex 1

Toulon et Var

04 94 62 62 62
2222F chemin de Marenc
et des Costes
83740 La Cadière d'Azur

Toulouse

05 61 80 80 80
BP 31327
31013 Toulouse cedex 6

Tours

02 47 54 54 54
BP 11604
37016 Tours cedex 1

Troyes

03 25 73 62 00
BP 186
10006 Troyes cedex

English speaking

S.O.S HELP

01 46 21 46 46
Maison des associations du 7^{ème}
4 rue Amélie
75007 Paris

SIÈGE FÉDÉRAL

01 40 09 15 22
83 boulevard Arago
75014 Paris

www.sos-amitie.com

S.O.S
Amitié