

Présentation du stage de Médiation Humaniste

Qu'est-ce que la médiation humaniste ?

La médiation consiste à aider deux parties ou personnes en difficultés relationnelles à trouver, par elles-mêmes une solution à leur différent acceptée et acceptable. Le médiateur ne résout rien, il crée un espace de partage, d'écoute et d'échange en sécurité avec neutralité, bienveillance et impartialité.

La Médiation Humaniste comprend cela et va au-delà en s'appuyant sur différents principes :

- Le conflit prend sa source en soi, dans mes propres contradictions. Ces contradictions peuvent être en lien avec mon éducation, mes croyances, les certitudes que je me suis forgé avec mon expérience ou encore du fait du rôle que je me donne, du masque que je porte face aux autres.
- Aller vers soi, c'est affronter ses zones d'ombres, s'accueillir avec ses certitudes, ses craintes et ses peurs profondément enracinées. C'est accepter que j'exige de l'autre ce que je m'impose à moi, sans bien comprendre la source de mes injonctions. C'est accepter que j'interprète les intentions de l'autre, que je le juge selon mes critères, sans même chercher à comprendre les valeurs qui soutiennent les comportements de l'autre et ses décisions.
- C'est aller vers moi pour mieux cerner les valeurs qui soutiennent mes comportements et réaliser finalement, que je les partage avec l'autre, celui avec qui je rentre en conflit par ignorance et jugements hâtifs.
- Cela offre un espace de conscience et de prise de conscience qui me permet d'avancer sur le chemin en liberté avec d'avantage d'autonomie et de responsabilité.
- La médiation humaniste c'est entendre le cri de la souffrance et le mettre en lien avec les valeurs bafouées qui le soutiennent, c'est se mettre à nu, sans masque, pour soi, en conscience et en vérité afin de changer de regard sur soi, et ainsi être en capacité d'accueillir l'autre pour ce qu'il est, c'est-à-dire un être animé par les mêmes valeurs que moi.
- C'est une rencontre, de cœur à cœur.
- C'est lâcher le mental, pour descendre vers le cœur. C'est un chemin spirituel qui aligne corps/âme/esprit.

J'expérimente la Médiation Humaniste en accompagnement thérapeutique, essentiellement lorsque les patients sont en « impasse thérapeutique » après de multiples tentatives, ou encore après des traumatismes comme des violences subit, y compris sexuelles.

Nous avons, avec le groupe que j'ai constitué à Melun, effectué plus de dix Médiations d'accompagnement thérapeutique, et j'avoue ne pas les avoir comptés.

Je suis le seul médecin de ce groupe de 5 personnes, il y a également parmi nous une infirmière, une avocate, une chef d'établissement scolaire, un retraité de l'automobile qui a déménagé mais, qui nous rejoint de temps à autre, et enfin une architecte. Donc des personnes qui ne sont pas psychothérapeutes.

Nous nous appuyons sur les mêmes modalités que celles utilisées lors de la formation. Le médiant, c'est-à-dire celui qui apporte une situation conflictuelle, le co-médiant, c'est-à-dire un des médiateurs du groupe qui va prendre le rôle de la personne désignée en conflit ; et puis 3 médiateurs pour accompagner le médiant. Il s'avère que le co-médiant ne joue pas un rôle comme dans un théâtre, il se pose devant nous avec sa sensibilité, ses émotions et ce

que cette histoire lui rappelle de son propre chemin de vie. Il réagit donc avec son authenticité. Il finit, très souvent par s'établir un véritable lien entre médiant et co-médiant, cela pourrait se rapprocher, d'après mes lectures aux constellations familiales, mais je n'en ai aucune expérience.

Les médiateurs se trouvent en quelque sorte face à deux médiations, celle du médiant ainsi que celle du co-médiant.

La Médiation Humaniste ne fait pas appel à la raison, à l'interprétation, à la projection. Cela signifie que la Médiation Humaniste passe par un langage supplémentaire que celui des mots. Comment le dénommer ? Peut-être un langage de cœur à cœur basé sur le ressenti, une sorte de méta-langage ?

Jacqueline Morineau a défini 3 phases dans la médiation qui sont en quelque sorte plaquées sur ma tragédie Grecque :

- La theoria ou l'énonciation des faits.
- La crisis, ou l'expression du cri, de la crise.
- La catharsis, le moment de l'apaisement et du changement de regard sur la situation. celui où médians et co-médiant peuvent se rejoindre et se pardonner.

Durant le déroulé de la médiation, plusieurs « outils » sont mis à profit :

- Le résumé : un des médiateurs restitue sans les déformer les phrases principales de chacun des médians, si possible avec ses propres mots, de l'un, puis de l'autre.
- Le miroir : le médiateur exprime son ressenti vis-à-vis du médiant et non pas ce qu'il entend avec les mots. Il ne s'agit pas d'une reformulation au sens du terme employé en communication. Juste un ressenti sans que celui-ci ne soit contrôlé par le mental. Ni un jugement, ni un désir de bien faire ou de faire quelque-chose pour faire avancer la médiation qui peut tourner en boucle. Il s'agit simplement d'exprimer un ressenti : « Je vous sens triste », « Je vous sens en colère », « Je vous sens anéanti », « je vous sens en joie ». *Pour bien refléter, le miroir doit être propre* nous dit Jacqueline Morineau.
- Les mini synthèses qui sont une manière d'avancer à l'étape suivante.

Il n'y a pas d'autre théorie que ces quelques lignes, car la Médiation Humaniste n'est pas une technique. Elle ne s'apprend pas dans les livres, bien que ceux-ci sont d'une certaine utilité, mais elle s'apprend par un entraînement régulier comme les lutteurs grecs s'entraînaient dans la *palestre*.

Lorsque nous passons de la theoria, où chaque médiant décrit son interprétation du conflit, qui bien-sûr diffère, à la crisis, où chacun des médiant s'enferme dans « sa boucle des émotions » vers la catharsis, lorsque les médiateurs montre le chemin des valeurs qui soutendent l'espace où vont se rejoindre les médians, c'est tout un chemin de connaissance de soi, en vérité qui se déroule, que ce soit pour les médians, les co-médiant et même les médiateurs qui eux aussi, sont sur un chemin jamais totalement accompli.

Dans la formation, les conflits sont apportés par les participants.

Cela peut concerner également une personne décédée qui sera jouée par le co-médiant choisi par le médiant, l'animateur ou encore le co-médiant qui se désignera après avoir entendu un très bref résumé de la situation proposée.

Il n'y a plus qu'à se lancer dans la fosse...

Pour aller plus loin :

Les livres écrits par Jacqueline Morineau :

- L'esprit de la médiation (Peut-être à lire en premier).
- L'âme du médiateur.
- La Médiation Humaniste (Le dernier).

Deux articles que j'ai écrits, en PJ, sur la Médiation Humaniste d'accompagnement thérapeutique : un premier cheminant brièvement la théorie à partir de cas cliniques. Le second constitué de vignettes relatant quelques médiations réalisées.

Enfin, un livre d'entretiens à paraître d'environ 200 pages réalisés en 2020 par mes soins.

Merci d'avoir pris ce temps.

Alain Deluze