



© Artyom Sklyarov sur Unsplash

ENTRE SOLITUDE ET SOCIALIZATION : LES RELATIONS SOCIALES

LE POINT DE VUE DES PERSONNES ACCOMPAGNÉES

Le présent chapitre permet d’approfondir ce qui ressort des témoignages en ce qui a trait à ces deux dernières dimensions : le bien-être émotionnel (entre le besoin d’intimité et de cohabitation) et la sphère sociale (la socialisation et l’intégration sociale), en particulier quant aux pratiques d’accompagnement susceptibles d’améliorer le bien-être relationnel des personnes.

Dans les sections suivantes nous aborderons le rapport des participant·e·s avec les personnes présentes dans différentes sphères de socialisation mentionnées dans les récits : les personnes qui partagent leur logement (le cas échéant); leur réseau d’ami·e·s et de connaissances; leur famille; les personnes côtoyées dans les espaces communautaires ou par le bénévolat; la société en générale; et, enfin, la relation d’accompagnement résidentiel. À travers leur récit les participant·e·s évoquent différents besoins, désirs, décisions et gestes qui traduisent l’ambivalence, et parfois l’ambiguïté, entre le désir de trouver ou de retrouver une vie sociale riche et celui de préserver ou de protéger son intimité et son intégrité. En effet, les relations sociales actuelles vécues par plusieurs participant·e·s trouvent un écho dans un passé relationnel souvent difficile et traumatique. Nous approfondirons en particulier le sens donné par les

personnes à la relation d’accompagnement comme relation sociale particulière, et des caractéristiques de cette relation vécues comme aidantes.

Cohabitation – entre vie collective et vie solitaire

Quel que soit le milieu de vie des personnes, l’expérience d’« habiter quelque part » dépend bien évidemment des rapports entretenus avec les autres habitants (ou l’absence de ceux-ci) dans le lieu de résidence. Pour les participant·e·s rencontré·e·s, il semble que les situations de cohabitation qu’ils et elles ont vécues dans les périodes les plus récentes de leurs vies oscillent entre deux pôles : une vie collective vécue en hébergement avec un assez grand nombre de personnes, souvent étrangères, et une vie solitaire, souvent le propre des personnes vivant en logement autonome et bénéficiant d’un suivi SRA. Près des trois quarts des personnes rencontrées vivent d’ailleurs seules au moment de l’entrevue*, bien que la plupart décrivent des situations de vie collective connues dans le passé. Tel que mentionné précédemment, d’autres façons d’habiter (en couple, en famille au sens large, en colocation) sont peu présentes dans les discours des

*Selon les données du Recensement de 2016 de Statistiques Canada, c’est le cas de 17% des Québécois·e·s âgé·e·s de plus de 15 ans. <http://www.stat.gouv.qc.ca/salle-presse/communiqu/communiqu-presse-2018/fevrier/fev1806a.html>

participant·e·s, sauf dans le cas des parents monoparentaux et d'une participante qui cohabite avec sa mère. Parfois, ces modèles restreints de cohabitation ne sont pas uniquement le résultat du choix de la personne accompagnée. Un participant évoque, par exemple, avoir pensé à la colocation, mais y avoir renoncé puisque l'ami·e/colocataire envisagé·e avait des problèmes de consommation. Certaines participantes souhaitent habiter en couple avec leur conjoint actuel, mais « on n'a pas le droit de vivre ensemble, à cause de l'aide sociale » ou « il y a vraiment des règlements stricts, sur le fait qu'il habite chez moi ».

Vie collective et vie solitaire présentent toutes deux des avantages et des inconvénients. Si la présence d'une certaine structure est souvent perçue comme aidante, et si les activités de groupe sont généralement appréciées, les participant·e·s vivant en hébergement collectif peuvent déplorer le manque d'intimité, le caractère parfois forcé des interactions sociales qui s'y déroulent, ainsi que les tensions et conflits vécus au quotidien.

Socialisation « de surface » et confiance retrouvée

Plusieurs participant·e·s mentionnent un désir de solitude ou d'intimité, souvent associée à une crainte ou à une méfiance à l'égard d'autrui, pour ne pas laisser entrer autrui dans son intimité et rester dans une « socialisation de surface ». Dans les mots d'une des femmes rencontrées : « il me faut une socialisation, mais de surface, parce que quand je viens plus profond dans la vie des autres, je trouve que... La plupart du temps, soit qu'ils sont hypocrites [...]. Trop de choses négatives, fait que j'aime autant mieux rester à la surface, ne pas trop creuser, puis avoir ma vie à moi. » L'intrusion de certaines catégories d'amitiés dans cette « vie à soi » peut poser des risques, comme l'affirme cette femme participante : « Quand j'ose dire "amitié", c'est trop entre guillemets : ce sont des camaraderies de circonstance. J'ai appris à être prudente parce qu'il y a des personnes que tu te rends compte que la personne elle te ment comme elle respire. »

En contrepois au désir d'intimité, celui d'établir des relations sociales significatives, entre autres avec des proches ou avec des ami·e·s d'avant la transition

résidentielle, demeure présent chez un certain groupe de participant·e·s. Retrouver une certaine stabilité en logement peut stimuler le désir de rétablir des relations significatives perdues. Le contexte ne s'y prête pas toujours, en raison, par exemple, d'un espace trop restreint pour accueillir des visiteurs, ou des règles du milieu de vie sur la présence de ceux-ci. Ce désir de rétablir des liens significatifs peut aussi s'opposer à celui de se protéger face à la violence d'un·e ex-conjoint·e.



© Deleece Cook sur Unsplash

Que ce soit avec des personnes présentes dans leur vie depuis longtemps ou de nouvelles personnes, la plupart des participant·e·s mentionnent un désir de sortir du logement pour « socialiser ». Comment rebâtir sa vie sociale lorsque celle-ci, dans les mots d'un des hommes rencontrés, est « perdue »? Pour ce dernier, « rebâtir [ma] vie sociale » est un « gros morceau », relevant presque de l'« impossible » : « C'est quelque chose, c'est un gros morceau, ça, la vie sociale, quand tu perds toute ta vie sociale, puis il faut que tu t'en rebâtisses une autre. J'irais même plus loin [...] C'est *tough*! C'est dans le domaine presque de l'impossibilité... Tu peux renouer des

liens, mais tu sais c'est *heavy* là, ça. Je te dirais que c'est la chose la plus difficile à laquelle j'ai eu à faire face jusqu'à maintenant. »

Ces questions relationnelles font l'objet de réflexions dans les entretiens avec les personnes accompagnées, réflexions marquées par l'ambiguïté, le besoin d'exister aux yeux des autres, mais aussi le souvenir de rapports traumatisants vécus dans le passé. Les rapports avec la famille sont au cœur de cette ambiguïté, tout comme les rapports avec les ami·e·s et au sein d'un couple.



© Robert Bye sur Unsplash

Histoires de famille

Derrière cette volonté de solitude et de socialisation, cette méfiance à l'égard d'autrui, le désir d'une reconnaissance parfois difficile à obtenir, et la difficulté à « rebâtir sa vie sociale », il y a des histoires de famille et de couple qui occupent une place centrale dans plusieurs trajectoires de vie. Pour certain·e·s, avoir son propre logement permet d'ouvrir cet espace relationnel, d'accueillir des membres de la famille chez soi. Un homme parle non seulement de son bonheur de se retrouver seul en logement mais aussi de celui de pouvoir recevoir son

fils les fins de semaine et sa fille et son petit-fils à d'autres moments. Une femme raconte comment sa famille « ne voulait pas lui parler » lorsqu'elle était « dans la rue » et qu'elle consommait, mais comment sa famille ne l'a jamais « mise de côté par rapport à [ma] santé mentale. Parce que j'entends parler souvent de cas qui ont une santé mentale, qui ont été rejetés par leurs familles. » Elle se considère « chanceuse ».

Plus souvent qu'autrement, cependant, des histoires de famille difficiles ou des rapports avec des conjoint·e·s violent·e·s resurgissent dans les entretiens comme autant de traumatismes non résolus qui affectent négativement la capacité de bâtir des relations positives. Dans plusieurs de ces cas, les rapports avec la famille restent profondément ambigus. Pour d'autres, surtout pour les participant·e·s les plus jeunes, les liens affectifs sont maintenus et parfois des membres de la famille sont disponibles pour apporter de l'aide au besoin ou offrir des possibilités d'hébergement d'urgence, mais ces rapports peuvent coexister avec des souvenirs d'événements traumatisants, de ruptures, de négligence, mais aussi de bons moments passés à certaines périodes de la vie.

Des espaces de socialisation

Malgré les difficultés précédemment évoquées dans la sphère sociale, la plupart des participant·e·s décrivent des espaces de socialisation qu'ils ou elles utilisent et apprécient. Les activités récréatives offertes par des organismes communautaires et les expériences de bénévolat sont à l'avant-plan de ces espaces.

Une majorité de participant·e·s utilisent les ressources communautaires de jour et les apprécient. La participation à de telles activités permet d'améliorer les conditions matérielles de vie (en ayant accès à des repas ou à un service de transport, par exemple), mais sert également d'espace de socialisation « contrôlée » où les personnes accompagnées peuvent ajuster la forme et la fréquence des relations sociales qu'elles entretiennent. Il y aurait ainsi un équilibre à créer entre un besoin de solitude et un besoin de socialisation, avec, dans certains cas, une nette tendance à vouloir « sortir de sa bulle » malgré les

limites matérielles posées par l'aide sociale : « Ça m'a aidée beaucoup mentalement d'avoir des sorties parce que sur le bien-être social, on ne peut pas sortir, tu sais, comme on veut. [...] Ça vient nous aider à combattre un peu la pauvreté, puis dire bien moi, je suis dans la maison puis je ne fais jamais rien. Fais que non, là, j'ai une sortie demain, je m'en vais aux pommes! Ah! Il y a un party de Noël à Noël, ils font ça à la cabane à sucre, on va avoir du fun! On va avoir un repas comme en famille. Tout ça, fait que j'y vais moi! J'y vais, je ne manque pas les sorties. J'les fais toutes. »

Le bénévolat peut aussi constituer un tel espace, en plus de répondre au besoin de s'occuper, de se rendre utile, une fois stabilisé·e sur le plan résidentiel. Un homme raconte comment, dans la journée précédant l'entrevue, il a été : « chez la personne que je te disais pour lui faire son lavage. Puis hier après-midi, bien j'ai été aider une dame, je fais beaucoup de bénévolat dans les HLM, fait que j'ai été aider une autre dame, qui a 92 ou 93. Elle est assez âgée. Fait qu'elle aussi, je vais lui donner un petit coup de main. Tu sais elle, ce n'est pas long. Des fois, je suis là... Mais ça m'apporte, je pense, bien plus que je leur apporte à eux-autres. »

Les expériences d'intégration dans la communauté, qu'elles soient par le bénévolat ou par les activités offertes dans les organismes communautaires, ne sont cependant pas toujours positives. Une femme explique qu'à la cuisine collective « ils ne comprenaient pas mon problème de santé mentale ». Il reste que les liens peuvent être plus faciles à tisser dans de tels espaces que dans la société en générale où, comme l'exprime cette femme, il y a « différentes catégories de monde » :

“ Quand tu viens [...] au milieu du jour, ici, tout le monde est comme tout le monde. Tout le monde est dans le même bateau comme on dit. Fait qu'au fur et à mesure que tu parles aux gens, aux personnes, bien c'est sûr, il se crée un lien, là. Toi, tu les rencontres puis c'est plaisant. Puis tu n'as pas peur de parler. Des fois, tu échanges tes problèmes. Tu n'as pas... Tu sais que tu ne te feras pas juger, parce qu'on est tous dans le même bateau! Dans la société, il y a différentes catégories de monde, je me suis rendu compte de ça. ”



© Robert Bye sur Unsplash

Reconnaissance et stigmatisation

Ce dernier témoignage illustre bien comment, pour certaines personnes, la socialisation est facilitée par la proximité, le fait d'être avec la « catégorie comme nous-autres » plutôt qu'avec des personnes qui « s'habillent autrement », qui ont une autre « allure », un autre « mouvement » et qui « ne te regarderont pas » : « Il y a la catégorie comme nous-autres, puis on se rend compte que, mettons, nous-autres on va rencontrer quelqu'un – mettons des personnes qui travaillent qui ont un bon emploi – puis tu vois qu'ils sont habillés autrement, l'allure, le mouvement. Puis tu sais, ils ne te regarderont pas! Tu n'es pas comme eux-autres. [...] “Ah! toi, tu n'es pas dans ma catégorie.” Tu as la catégorie qu'il y en a qui ont plus de difficultés que nous-autres, comme on est là. Il y en a que c'est la drogue [...] Ça, c'est une catégorie de monde. »

De l'autre côté, il y aurait des personnes qui « ont des bons emplois » et qui « vont nous parler » : « Ceux-là qui travaillent, qui ont des bons emplois, c'est une autre catégorie. C'est de même. [...] Ouais, c'est ça le nom que je cherchais... “classes sociales”. Fait que tu sais la phrase qui dit : “Qui s'assemble, se ressemble!”. [...] Mais il y a un bémol. Il y a du monde qui vont avoir un bon emploi, puis qui vont nous parler. Qui vont se lier d'amitié avec les autres catégories. Ça, je l'ai remarqué. » Il y aurait aussi ceux qui ont des bons emplois et qui ne semblent pas avoir de la compassion cependant : « La personne du CLSC qui t'accueille avec son petit complet, sa cravate, puis son nœud papillon, qui a l'air de gagner hostie 95 000 par année, quand tu en gagnes 6 000, tu as l'impression qu'elle n'a pas la compassion pour t'accueillir dans ce que tu vis. »

La relation d'accompagnement est aussi une relation sociale – parfois la seule

C'est dans cet univers de rapports ambigus que l'accompagnement prend tout son sens. Au cœur de liens d'accompagnement évalués positivement par les personnes accompagnées se trouvent reconnaissance et confiance. Le rôle des personnes qui accompagnent peut ainsi être central pour « rebâtir sa vie sociale ». La « rupture » avec le passé

peut vouloir dire faire « confiance » à autrui et « s'ouvrir ». C'est par cette confiance nouvelle que des changements peuvent aussi être envisagés, comme cet homme qui fréquente, sur les conseils de son intervenante, un organisme pour diminuer ses comportements de « bagarreur », ainsi qu'un organisme qui l'aide à gérer son budget par le moyen d'une fiducie.

Pour ces personnes, les personnes accompagnatrices peuvent ainsi être une figure clé dans un processus de réintégration ou de reconstruction sociale. L'accompagnement vécu depuis un certain temps par une femme ayant eu des pensées suicidaires auparavant, lui aurait redonné le « goût de vivre ». Les



© John Simitopoulos sur Unsplash



© Todd Trapani sur Unsplash

intervenantes et les femmes du centre pour femmes victimes de violence qu'elle a fréquenté ont « cru en elle », elles lui auraient donné de l'« espoir » : « Tu sais, elles ont cru en moi [...] puis elles m'ont donné le goût de vivre [...] puis la tape dans le dos, puis en tout cas... Je me suis sentie accueillie, puis ça a fait vraiment du bien. » Elle se sent « revivre », voulant avoir le « droit d'exister, d'être moi-même ». Il ne semble pas y avoir une seule figure de l'accompagnatrice indispensable dans ce cas, mais plutôt un réseau d'intervenantes qui se met en place autour d'elle, dont une psychiatre qui est « ouverte d'esprit » et plus « humaine » en comparaison avec ce qu'elle aurait vécu en milieux hospitalier et clinique. Dans l'organisme où demeure une autre répondante, l'accompagnement est plus informel, « les intervenantes sont comme tes amies ». Elle les invite à monter chez elle pour fumer une cigarette et « là, tu leur racontes ta vie, puis elles, elles t'aident ».

Certaines pratiques d'accompagnement ciblent plus spécifiquement le bien-être émotionnel ou, simplement, répondent au besoin d'avoir quelqu'un avec qui « ventiler », parfois au quotidien. C'est autant le cas lorsque la personne vit seule et peut se sentir isolée, que lorsque la personne vit en cohabitation mais évite de parler de ses problèmes aux personnes autour d'elle pour ne pas les « ennuyer » et fragiliser la cohabitation. Ce besoin de se confier, de « ventiler » et de recevoir du soutien émotionnel varie d'une personne à l'autre. Un homme se demande, par exemple, s'il est nécessaire qu'il soit visité à domicile aussi souvent par « son » intervenant. Ici aussi le besoin de socialisation, même avec un·e intervenant·e en qui on a confiance, va de pair avec celui du maintien de l'intimité et de la protection de l'espace à soi.