

On ne m'écoute pas !

Pierre Lazlo, célèbre chimiste et écrivain, a consacré de belles pages à la valeur de la vulgarisation scientifique et à l'importance de cet art. Il nécessite selon lui, de la part de l'écrivain, l'art subtil d'ordonner un exposé, la clarté et le « sens de la formule ». Dans notre domaine, Alain Braconnier n'est pas seulement un spécialiste reconnu de la psychopathologie et de la psychiatrie de l'adolescent, de la pratique et de la théorie des psychothérapies psychanalytiques dont il œuvre à l'enseignement grâce à l'APEP (*Association Psychanalyse et Psychothérapies*) qu'il a fondé avec Daniel Widlöcher, il est un spécialiste de cet art de la vulgarisation scientifique.

Fidèle aux éditions Odile Jacob, son dernier ouvrage s'adresse à un large public, dans un but de transmission de connaissances scientifiques, psychologiques et cliniques, et dans une perspective d'aide et de transformation, en tant que guide pratique pour « s'aider soi-même », visée importante dans l'offre éditoriale de cette prestigieuse maison d'édition. Comme son titre l'indique, il est consacré à l'écoute et à la compréhension de sa place centrale dans la communication interhumaine. Alain Braconnier s'attache à décrire les mécanismes psychologiques les plus importants de sa mise en œuvre et les enjeux qui en découlent, pour le locuteur comme pour l'interlocuteur.

Aider le lecteur à mieux comprendre certains aspects concrets de la communication humaine, la souffrance qu'elle peut engendrer, afin de l'aider à « mieux se faire entendre pour mieux se faire comprendre », tel est l'objectif de ce travail. L'ouvrage est d'une très grande clarté. L'écriture au service d'un souci didactique constant qui fait mouche, rend la lecture aisée et agréable. Le livre est construit en quatre parties regroupant dix neuf chapitres, auxquels s'ajoutent un bref rappel didactique des points essentiels et des notes et références bibliographiques.

Le premier chapitre est clinique. A partir d'exemples de clinique pédopsychiatrique, clinique psychothérapique et clinique de la vie quotidienne, Alain Braconnier nous décrit la souffrance de ne pas se sentir écouté, quand « la parole est grande et l'écoute petite ».

Le deuxième chapitre ouvre à la compréhension des processus en jeu dans les difficultés de communication entre locuteur et interlocuteur. Observer et comprendre ce qui en soi peut faire obstacle à l'expression, inhiber (échecs antérieurs, fragilités, craintes, dépendances...) et parfois installer la conviction qu'on ne sera pas écouté. Repérer et comprendre ce qui chez l'autre, l'interlocuteur, peut constituer un obstacle à l'écoute, comportements et manifestations d'aspects de caractère ou de personnalité. Se dessinent ainsi les contours et les axes de forces de ce qui doit être repéré et compris chez l'autre mais aussi mobilisé en soi pour être bien entendu et bien compris. Les troisième et quatrième chapitres de l'ouvrage s'appuient sur ces axes pour proposer des éléments concrets de guidance et décrire les bénéfices et bienfaits personnels et relationnels que leur mise en œuvre peut produire. Tout au long du chemin de réflexion, les appuis et références théoriques et cliniques sont donnés au lecteur, issus d'un horizon scientifique large (théories de la communication, théories de l'attachement, éthologie, psychanalyse, psychopathologie, psychologie cognitive, littérature etc.). Nous l'avons souligné, l'ouvrage s'adresse avant tout à un lecteur « grand public » soucieux de s'informer, de comprendre et de trouver dans cette compréhension et dans les conseils prodigués, matière à se questionner sur lui-même et sur les autres et opérer quelques changements utiles et heureux ; mais il ne manquera pas d'intéresser les cliniciens qui y trouveront une matière utile et féconde pour nourrir une réflexion élargie sur cet objet central de la pratique clinique que constitue l'écoute.