

Collection « La vie devant eux »
dirigée par Jean-Philippe Raynaud

L'adolescence est l'âge des changements, de la créativité et des possibles. « La vie devant eux » est une collection entièrement consacrée à l'adolescence. Même si la clinique et la psychopathologie y occupent une place centrale, elle reste largement ouverte à d'autres approches et d'autres disciplines. Les ouvrages de « La vie devant eux » doivent être utiles et accessibles aux professionnels, aux étudiants, mais aussi aux parents. Des auteurs reconnus, mais aussi des cliniciens, des praticiens, qui exercent au quotidien avec des jeunes, nous font partager leur expérience, leurs recherches et leurs inventions.

Retrouvez tous les titres parus sur
www.editions-eres.com

Marcher pour s'en sortir

ONT COLLABORÉ À CET OUVRAGE :

Batoul
Anthony Bigot
Paul Dall'Acqua
Valéry Delille
Dimitri Dumortier
Hamza Houly
Christophe Piquemal
Mathilde Poline
Catherine Sultan

Sous la direction de
David Le Breton, Daniel Marcelli,
Bernard Ollivier

Marcher pour s'en sortir

Un travail social créatif pour les jeunes en grande difficulté

Préface de Boris Cyrulnik
Postface de Pierre Joxe

la vie devant eux
éditions **ères**

Seuil Paris
31 rue Planchat - 75020 Paris
www.assoseuil.org
Alliés et partenaires de Seuil :



Conception de la couverture :
Anne Hébert
d'après une idée originale de
Per Abasolo

Illustration de couverture :
© Julien Guerrero

Version PDF © Éditions érès 2014
ME - ISBN PDF : 978-2-7492-3347-5
Première édition © Éditions érès 2012
33, avenue Marcel-Dassault, 31500 Toulouse
www.editions-eres.com

Aux termes du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction ou représentation, intégrale ou partielle de la présente publication, faite par quelque procédé que ce soit (reprographie, microfilmage, scannérisation, numérisation...) sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. L'autorisation d'effectuer des reproductions par reprographie doit être obtenue auprès du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC), 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris, tél. 01 44 07 47 70, fax 01 46 34 67 19.

Table des matières

Préface, <i>Boris Cyrulnik</i>	7
Avant-propos.....	13
ÉTUDES ET RÉFLEXIONS SUR LES EFFETS DE LA MARCHÉ, UNE THÉRAPIE INDIVIDUALISÉE AVEC DES ADOLESCENTS EN GRANDE DIFFICULTÉ	
Au bout d'une marche volontaire et individualisée, réflexion et estime de soi <i>Bernard Ollivier</i>	17
Les pieds sur terre : marcher avec Seuil pour trouver son chemin <i>David Le Breton</i>	45
La marche : un outil de soin pour des jeunes en grandes difficultés sociales ou psychologiques <i>Daniel Marcelli</i>	57
Le juge des enfants et l'adolescent en difficulté : prendre le risque de la réussite <i>Catherine Sultan</i>	67
Adolescents en prison, quatre mineurs sur cinq récidivent <i>Bernard Ollivier</i>	77
Oikoten : longue vie au projet Seuil ! <i>Dimitri Dumortier</i>	81

TÉMOIGNAGES
UNE PSYCHOLOGUE, DEUX ÉDUCATEURS
ET TROIS ADOLESCENTS :
VIVRE UNE MARCHÉ SEUIL

Seuil, une expérience hors du commun <i>Mathilde Poline</i>	101
Accompagner et éduquer Marcel, Sigolène, Frédéric... et les autres, petit éloge des accompagnants <i>Paul Dall'Acqua</i>	119
Accompagner Hamed de Briançon à Catanzaro (Italie) <i>Anthony Bigot</i>	125
Accompagner David de Palerme à Briançon <i>Christophe Piquemal</i>	137
Petit éloge des jeunes Soukaïna, Frédéric, Samuel... et les autres <i>Paul Dall'Acqua</i>	145
Comment je m'en suis sorti par la marche <i>Valéry Delille</i>	151
À pied de la maison d'arrêt de Nanterre à Séville <i>Hamza Houly</i>	157
1 800 km à pied à 14 ans et demi <i>Batoul</i>	161
Postface. Justice des mineurs : le modèle français en danger, <i>Pierre Joxe</i>	165
Annexe. Projet pédagogique de l'association Seuil ...	171

Préface

Depuis l'aube de l'humanité, l'homme a marché pour s'en sortir.

J'ai une grand-mère très éloignée qu'on appelait « Lucy ». Elle vivait en Éthiopie, il y a trois ou quatre millions d'années. Cette ancêtre est devenue célèbre... parce qu'elle marchait.

Elle mesurait à peine plus d'un mètre ce qui, à cette époque, en faisait un grand bipède. Sa démarche chaloupée devait être affolante car elle balançait son bassin comme un mannequin de chez Dior. Pour garder son équilibre, elle devait lever les bras et s'en servir de balancier, ce que ne font plus les mannequins, mais ce que font encore nos bébés quand ils apprennent à marcher. Elle vivait dans les arbres et pouvait se déplacer sur le sol, ce qui lui permettait de transporter dans sa bouche et dans ses mains les aliments cueillis ou ramassés, qu'elle emportait pour les manger au loin.

Au loin ?

Le destin de son anatomie lui permettait d'inventer une forme particulière de socialité. Les carnivores se disposent flanc contre flanc et se menacent pour dévorer leur proie alors que Lucy et sa famille pouvaient s'espacer et se mettre

à l'abri pour manger tranquillement ; l'éloignement, en permettant une diminution des conflits autour de la table, devenait un facteur d'apaisement social.

Bien sûr, les conflits persistaient dans les moments de rapprochement sexuel où il était préférable de ne pas s'espacer. Quand les petits apparaissaient, une force curieuse orientait toutes les femelles du groupe, et parfois quelques mâles, autour du nouveau-né. Il y avait donc une sorte de flux-reflux, inspiration-expiration, dans ces groupes structurés par l'éloignement-rapprochement.

Quand l'ère industrielle a commencé, il y a deux millions d'années – avec l'invention du *chopper*, ce galet aménagé pour devenir coupant, et surtout le silex taillé, tranchant sur les deux faces –, il a fallu coordonner ces deux pulsions nécessaires et opposées : être ensemble et s'isoler. C'est alors que l'homme nouveau, monsieur Habilis, a créé des écoles où l'on apprenait à tailler le silex. Cet outil a organisé la société, facilité la chasse, dépecé le gibier et réparti les morceaux selon le statut social du chasseur et du receveur.

Comme tous les prédateurs, l'homme dépendait moins des végétaux qui poussaient autour de lui. Lors des glaciations, il a pu s'éloigner et tuer pour manger. C'est grâce à son aptitude à la marche, à l'outil et à la parole que s'est faite son expansion planétaire. Monsieur et madame Homo ergaster ont quitté l'Afrique de l'Est et, simplement en marchant 3 km par génération, sont arrivés dans le sud de la Chine, en un éclair de temps de 100 000 ans. D'autres marcheurs ont préféré passer par le Proche-Orient avant de se rendre en Europe.

Pourquoi marcher 3 km par génération ? Certainement pas par désir de conquête, comme on dirait aujourd'hui. Plutôt par plaisir d'exploration, pour poursuivre leurs proies, par besoin de réalisation de soi, comme nos enfants qui, à l'âge de 10 mois, soupirent d'aise après les premiers pas. Nous, êtres humains, à peine notre survie est-elle assurée que nous avons besoin d'épanouissement psychique,

comme si nous pensions : « J'ai réussi à marcher, j'ai réussi à m'éloigner de la niche sécuritaire de mes parents, j'ai réussi à construire une cabane, j'ai confectionné un récit avec mes mots. » Que de plaisir, dans les merveilleuses épreuves de chasse, de marche et de récits.

Que se passe-t-il quand l'existence nous prive de la marche ? Il y a deux millions d'années, nous n'aurions pas pu sortir d'Afrique, et, comme les grands singes aujourd'hui, en demeurant soumis au contexte, nous aurions disparu quand l'environnement nous aurait donné moins d'aliments et moins de protections.

Quand nos enfants ne marchent pas, ils apprennent moins à parler ! Quand les bébés préverbaux ne peuvent s'orienter vers les autres parce qu'ils sont malades ou malheureux, le retard de langage est manifeste. C'est en s'approchant des autres qu'on acquiert les rituels d'interaction nous permettant de coexister, c'est en apprenant à se servir des mots que l'on découvre l'outil de l'expression de soi autorisant la maîtrise de nos émotions et la visite du monde mental des autres.

L'immobilité physique imposée par notre culture machinique altère probablement ces rituels de rencontres et d'échanges verbaux. Il faut donc compenser cette défaillance relationnelle due à nos progrès techniques en inventant des lieux de marche et de paroles. Les garçons souffrent de cette immobilité physique imposée par notre culture de l'école et du tertiaire. On observe que, dans les cours d'école où la mixité est loin d'être réalisée, les filles n'ont pas la même manière de se socialiser que les garçons : elles se rencontrent dans les recoins et bavardent intimement à deux ou trois filles, pas plus. Les garçons ont un choix plus extrême : ou bien ils se taisent, ou bien ils s'intègrent dans une bande de huit à dix sprinteurs qui jouent en criant et en s'appropriant tout l'espace.

Cette manière d'occuper l'espace avec son corps et ses mots est fortement déterminée par la technologie. Quand

les paysans vivaient en groupe et qu'ils devaient moissonner, manger et prier ensemble, la personnalité n'avait pour seule voie de développement que celle prescrite par les dominants, mais ils ne suicidaient pas. Depuis que les paysans modernes sont ingénieurs, chimistes et entrepreneurs, leur personnalité se développe selon leurs propres directions ; mais il y a beaucoup de suicides chez ces hommes solitaires.

Curieusement, c'est à Paris et dans le Sud-Ouest qu'on se suicide le moins. Quand on parle avec ceux qui ont pu échapper à cette tentation fatale, ils expliquent que, pour combattre leurs idées de mort, ils avaient longuement déambulé dans les rues ou, dans le Sud-Ouest, avaient rejoint un groupe de marcheurs. L'action physique, le côtoiement des autres et quelques paroles échangées les avaient simplement ramenés à la vie.

L'action, l'affection et la mentalisation sont nos tranquillisants naturels prescrits lors d'une marche.

Lorsque cette échappée de l'isolement ne peut pas être réalisée, lorsque l'on reste prisonnier d'un seul monde mental, on observe une nette augmentation des activités autocentrées : balancements, tournolements, onychophagie, rumination mentale et, en cas de forte émotion, autoagression et même automutilation. Il vaut mieux marcher !

Toutes les structures culturelles qui facilitent la prescription de nos tranquillisants naturels (action + affection + mentalisation) apaisent notre corps et stimulent notre esprit. Encore faut-il que la culture organise ces occasions de rencontres.

J'ai vu aux États-Unis des délinquants s'occuper de chevaux ; je me suis rendu au Canada dans des centres de jeunesse où les adolescents devaient bouger, parler, écrire, et réaliser des mises en scène théâtrales de leurs épreuves ; j'ai accompagné en France, des personnes âgées heureuses d'avoir l'occasion de marcher tous les soirs pour « sortir leur

chien » et d'en parler avec les voisins. Toutes ces actions impliquent la marche, la rencontre et quelques mots.

Et puis surtout, quand on a connu la belle épreuve d'une marche d'une semaine, ça fera un mois de vantardise ! Et ça aussi, ça fait du bien.

C'est pourquoi, dans ce livre, on pourra rencontrer des juges, des psychologues, des jeunes et des sages.

Ça marche !

Boris Cyrulnik,
directeur d'enseignement,
université de Toulon¹.

1. Parmi ses ouvrages : *Mourir de dire*, Odile Jacob, 2010.

Avant-propos

On ne peut s'empêcher, aujourd'hui, de dresser un parallèle entre deux faits en apparence très éloignés, dont l'un a touché l'opinion mondiale durant l'été 2011 et l'autre reste enterré par l'indifférence. Voici peu, quelques dizaines de mineurs se retrouvaient prisonniers dans une galerie profonde en Amérique du Sud. L'opinion mondiale s'émut à juste titre pour ces enterrés vivants, reliés au monde par un boyau étroit, et la presse unanime suivit heure par heure les efforts colossaux et coûteux pour les rendre à la lumière.

Pendant ce temps-là, des dizaines de milliers d'autres « mineurs » – en âge ceux-là – sont enfermés dans des banlieues sans âme et sans espoir, par ce qu'il faut bien appeler l'indifférence du monde. Seules, parfois, des jacqueries adolescentes, violentes et vite réprimées comme en France en 2005 ou plus récemment en Grande-Bretagne en 2011, attirent l'attention pour quelques jours, quelques semaines, avant que l'indifférence et l'oubli ne s'installent, jusqu'à la prochaine explosion.

Poursuivons ce parallèle. Les mineurs sud-américains furent ramenés à travers un boyau étroit, un par un, à la lumière. Pour certains adolescents, particulièrement touchés par la vie, il ne peut en être autrement. Les blessures sont si profondes, la désocialisation si prégnante pour certains

gamins qu'il ne peut être question de trouver des solutions collectives ; seule une aide individualisée est possible.

Ce sont des sauvetages de ce type que pratique l'association Seuil, non sans difficultés.

Dans cet ouvrage, nous en avons réuni les acteurs : juge des enfants, pédopsychiatre, anthropologue, avocat, psychologue, mais aussi des éducateurs qui ont uni leurs efforts pour apporter un début de solution à ce problème immense qu'est la jeunesse en péril de rater sa vie. Nous y avons aussi apporté quelques témoignages de jeunes ayant accompli une marche de survie, un retour à la lumière.

Seuil est une expérience neuve. Depuis dix ans elle est en perpétuelle recherche. L'association est une sorte de laboratoire social, parce qu'il ne peut être question de baisser les bras dans un domaine aussi dramatique, contre les cyniques ou les pessimistes qui estiment « qu'il n'y a pas grand-chose à faire », malgré les échecs qui pourraient émailler notre parcours, car qui peut, en la matière, estimer qu'il a « la » solution ? Nous ne prétendons pas l'avoir trouvée. Nous essayons simplement d'y travailler en nous appuyant sur l'effet énergétique et socialisant de la marche à pied.

En matière de politique des jeunes, rien n'a été fait depuis les ordonnances de 1945 axées sur l'éducation et non la répression. Ou plutôt on a beaucoup agi, mais pour limer sans relâche les règles qui visaient à une compréhension du phénomène. À chaque poussée de fièvre des gamins de banlieue, on a un peu plus resserré les liens, élevé des murs... Et le constat est amer.

Alors, puisque la méthode du bâton ne fonctionne pas, si on faisait, à l'inverse, le pari de l'intelligence, de l'ouverture, de l'avenir ? Prouver le mouvement en marchant. Deux structures, au monde, tentent cette méthode : Oikoten, depuis près de trente ans en Belgique, un pays qui fait le pari de l'innovation sociale ; et en France, Seuil, qui s'en est inspiré. Car après tout, puisque la prison ne fonctionne pas, est-ce que la marche, ça pourrait *marcher* ?

Études et réflexions sur les effets de la marche,
une thérapie individualisée
avec des adolescents en grande difficulté

Bernard Ollivier

Au bout d'une marche volontaire et individualisée, réflexion et estime de soi

Avant toute chose, s'il fallait résumer la philosophie de Seuil, nous dirions qu'elle repose sur l'idée que les jeunes, même en très grande difficulté, ont des ressources intellectuelles, relationnelles et physiques qu'ils ne soupçonnent pas eux-mêmes. Leur permettre d'en prendre conscience et de le prouver est de nature à les remettre dans des dispositions telles qu'ils pourront entamer leur réinsertion sociale. La marche est l'instrument de cette mutation, l'adolescent en est l'acteur principal. La philosophie des marches Seuil tient en cette inversion du processus : transformer des jeunes marginaux en héros, acteurs de leur propre réinsertion.

C'est en effet sur la seule volonté des jeunes qui nous sont confiés et sur notre capacité à la mobiliser que repose la réussite d'une marche. Et il est donc normal qu'à son issue, ils en retirent une estime de soi qui les valorisera pour la suite. La méthode appliquée par Seuil porte le nom de « marche de rupture » : un adolescent, garçon ou fille¹, se déclare volontaire

Bernard Ollivier, créateur et président de Seuil, écrivain voyageur, auteur de Longue marche, 3 tomes, Paris, Phébus, 2003.

1. Pour faciliter la lecture et par convention, nous retiendrons l'emploi du masculin.

pour effectuer une marche au long cours de 1 800 kilomètres environ, en trois mois, dans un pays limitrophe de la France, accompagné d'un adulte. Il s'agit, dans presque tous les cas, d'un ou d'une jeune qui n'a pas trouvé de réponse aux questions qu'il ou qu'elle se pose et qui se retrouve en échecs répétés. L'adolescent orienté vers Seuil par son éducateur ou une assistante sociale nous est alors confié soit par un juge des enfants, soit par un inspecteur de l'Aide sociale à l'enfance (ASE). Nous emmenons aussi bien des jeunes sans dossier pénal que des adolescents qui se sont vu proposer une marche en alternative à l'incarcération ou qui, déjà en détention, bénéficiant d'un aménagement de peine, sortent de prison pour partir cheminer dans un pays européen.

En juin 2010, Seuil a fêté le dixième anniversaire de sa création.

L'histoire de Seuil

Qu'on me pardonne ce souvenir personnel, mais je dois ici confesser que l'association doit son existence à une fuite et à une rencontre. Lorsque, à 60 ans passés, je prends ma retraite, je suis englué dans une dépression profonde et j'ai perdu le goût au bonheur et même à la vie. Je choisis alors la fuite en me lançant, sans autre intérêt qu'historique, sur le chemin de Compostelle. Trois mois de pérégrination de Paris à la capitale de la Galice *via* Vézelay et Le Puy-en-Velay, soit 2 300 kilomètres de randonnée, m'offriront, pensais-je alors, l'occasion de prendre du champ et de réfléchir à la suite de ma vie après l'aventure professionnelle. Dès les premiers jours de marche, malgré la pluie continue et le froid en avril 1998, je retrouve vite forme physique, optimisme et formule des projets d'avenir. À ma totale surprise, la marche me reconstruit physiquement comme moralement. Très vite, je découvre que cette retraite qui m'a privé de repères n'aura de sens que si je continue à me rendre utile. Mais pour qui ?

La réponse vint d'une rencontre. Deux jeunes délinquants belges néerlandophones marchaient alors sur le même chemin et vers le même but, accompagnés d'un adulte. L'idée s'imposa alors d'elle-même. Pourquoi ne pas consacrer ma retraite, cet intermède avant la mort inéluctable, à aider des gamins mal partis et qui éprouvent des difficultés à donner un sens à leur vie ? Et si la marche reconstruit un retraité désespéré, pourquoi ne ferait-elle pas de même avec un jeune que quelques avatars ont poussé hors de la société ?

En arrivant à Compostelle, j'ai pris ma décision : je continuerai à marcher et m'inspirant de l'exemple de ces jeunes et de l'association Oikoten qui les avait envoyés marcher, je réunirai les énergies et les moyens de procéder de même. Très vite, un voyage en Belgique me permit de comprendre comment la marche magique devait être pensée, organisée et... financée. Poursuivant mes projets et stimulé par cette aventure de 2 300 kilomètres, refusant de me considérer comme « vieux » à 61 ans, je partis sur une autre route, celle de la soie. Marchant durant quatre étés d'Istanbul à Xi'an en Chine, je racontai mon odyssée dans trois livres intitulés *Longue marche*² dont le succès fut immédiat. Les deux conditions étaient réunies : la technique inspirée par Oikoten et le financement fourni par les droits d'auteur ; Seuil pouvait voir le jour.

En mai 2000, les statuts de l'association Les amis de Seuil étaient déposés. Un peu plus tard, c'était la création de Seuil dont le siège social était situé à Paris. Pourquoi ce nom ? Parce que l'ambition était de faire passer à des jeunes marginaux le « seuil » de la société. Le mot est lourd de sens et de symbolique. Il nous vient du latin *solea* qui veut dire « semelle ». Quoi de plus indiqué pour des marches de près de 2 000 kilomètres ? Mais il va plus loin. Le mot seuil revêt dans nos cultures sédentaires une signification plus

2. B. Ollivier, *op. cit.*

Dès que j'ai donné mon accord, tout s'est fait très vite car deux semaines après j'étais à Seuil. C'était Olivier mon responsable de marche. J'avais une totale confiance en lui. Un voyage comme ça ne m'impressionnait pas du tout. En réalité, j'avais du mal à imaginer dans quoi je me lançais. Je me voyais un peu en aventurier. J'ai rencontré Gérard, mon accompagnant à Seuil. On s'est équipés et puis on est parti en stage de préparation. Heureusement qu'il y a eu ce stage, parce que, pour la suite, je n'aurais jamais pu tenir physiquement. Je ne faisais pas du tout de sport et en cellule, je m'étais un peu rouillé. J'avais une petite idée de l'Espagne que je connaissais un peu parce que j'étais venu par bus du Maroc et on l'avait traversé. Et puis j'étais allé en vacances à Barcelone.

Après le stage qui s'est déroulé près de Chartres, on a fait la fête de départ. Il y avait ma marraine, elle est maire adjointe de Gennevilliers et son compagnon, qui est éducateur, et puis les gens de Seuil, mon accompagnant, Gérard, et mon responsable de marche, Olivier. Tout de suite après, on a pris l'avion pour Séville, c'était en janvier. On a passé une journée à préparer les étapes et à visiter la ville. Il faisait bon et on n'a pas eu froid la première semaine, mais après, dans la montagne, on a eu la neige. À Paris, j'étais habitué au froid et donc je supportais. Un jour, on a été pris dans une tempête de neige, on était à moitié perdus et puis on a découvert un village. Il y a des petits vieux, très pauvres, avec une maison pauvre, qui nous ont invités chez eux, qui nous ont fait du thé, un sandwich. Ces gens qui n'avaient rien nous accueillait. C'était vraiment bien. Ils trouvaient formidable ce qu'on faisait. Je ne disais pas que j'étais un délinquant.

La marche était très dure les premiers jours ; mal aux pieds, mal aux épaules parce que mon sac pesait 15 kg. Au bout de la journée, tu le sens un peu lourd. C'était difficile d'avoir plus léger, parce qu'en hiver, il faut être équipé. J'ai eu quelques ampoules et des petites blessures au début.

Mais après une ou deux semaines, physiquement, tu ne sens plus rien comme douleur, tu marches tout seul. Après, c'est le mental. Je dormais comme un bébé après les journées de marche. On rencontrait des gens qui marchaient comme nous, des Autrichiens, des Allemands, quelques Français, hommes ou femmes. On parlait très peu avec certains, à cause de la langue. On parlait un peu espagnol, on parlait un peu anglais. Ils étaient très impressionnés à cause de mon âge et trouvaient ça formidable. Je disais que je faisais ça pour le plaisir, pour voir de quoi j'étais capable. Les Espagnols sont très sympas, ils sont plus sympas que les Français.

Le plus difficile, c'est moralement. C'est dur parce que la première fois que tu fais ça, tu es loin de tes amis, de là où tu habites. Tu te demandes « Qu'est-ce que je fais là ? », ça tourne dans ta tête. Oui, le plus dur, c'est le mental. Avec Gérard, ça se passait plutôt bien, mais il y a eu des passages difficiles parce qu'au bout d'un moment, toujours avec la même personne, ça devient « relou ». Alors quand on s'engueulait, je partais devant ou lui partait devant, on marchait quelques heures tout seul. À plusieurs reprises, j'ai voulu abandonner. J'ai jeté mon sac par terre, je n'en pouvais plus. Mais heureusement qu'il y a l'accompagnant qui me parle, qui me remonte le moral. Alors je ramasse mon sac à dos et je repars. Avec Gérard, on parlait beaucoup. Il me disait des choses sur sa vie et moi je lui racontais mes bêtises ou des souvenirs de mon enfance. Nos embrouilles ne duraient jamais longtemps, quelques heures. Olivier de Pazzis aussi me soutenait. Il me disait qu'il fallait que je continue. Et puis je savais que si j'arrêtais, je retournais en prison...

La première comarcheuse envoyée par Seuil, c'était très agréable d'avoir une autre personne que l'accompagnant avec qui parler, ça fait du bien. Je marchais avec elle ou avec l'accompagnant, ou on marchait tous les trois et des fois c'est Gérard qui marchait avec elle. Elle avait du mal