

Relation d'aide, animer sans se substituer

Lancer et tenir un groupe de parole

Un guide pas à pas pour ouvrir un espace de soutien fraternel dans l'Église locale, l'animer avec justesse, et savoir quand orienter. Sans devenir thérapeute.

« Portez les fardeaux les uns des autres » (Galates 6.2). L'Église est faite pour prendre soin d'elle-même. Mais un groupe qui veut du bien, sans cadre, peut blesser. Cette fiche pose le cadre, de l'idée jusqu'à la clôture.

« Pleurer seul libère les tensions ; pleurer ensemble apporte la guérison. »

Qui anime ? Le principe

Le **pasteur anime en premier**. En son absence, un **laïc formé et mandaté** par lui prend le relais, jamais seul, jamais improvisé. Le laïc suppléant rend compte au pasteur. Ce document est son mode d'emploi.

♥ Le cœur : aimer comme le Christ

Avant les règles et la trame : le cœur. Un groupe ne vaut que par la manière dont on y aime, à la manière du Christ.

Partager l'Écriture ET son âme

L'apôtre ne donnait pas seulement l'Évangile, mais aussi sa propre vie (1 Th 2.8). Donne les deux : la Parole, **et toi-même**, pas que des vérités, pas que de la chaleur.

Les quatre mouvements du soin (R. Kellemen, *Gospel Conversations*)

1 Soutenir, « il est normal de souffrir »

« Descends dans le cercueil » avec la personne : pleure avec ceux qui pleurent (Rm 12.15). La présence d'abord.

2 Relever, « il est possible d'espérer »

Au bon moment, jamais trop tôt : ramener l'espérance de la résurrection et relire l'histoire à la lumière de l'Évangile.

3 Réconcilier, « il est terrible de pécher, merveilleux d'être pardonné »

Quand la culpabilité (vraie ou fausse) pèse, conduire vers la grâce et le pardon, sans accuser.

4 Guider, « il est surnaturel de grandir »

Raviver le don de Dieu (2 Tm 1.6) : l'aider à faire un pas, à sa mesure, porté par la grâce.

L'erreur la plus fréquente

Vouloir relever, corriger ou guider quelqu'un qu'on n'a pas d'abord soutenu. La plupart des blessures d'un groupe viennent de là. **Reste longtemps au premier mouvement.**

Le corps et l'âme

Certaines souffrances ont aussi une cause physique ou médicale (*Christ-Centered Biblical Counseling*). Orienter vers un médecin ou un psychologue n'est pas un manque de foi : Dieu soigne aussi par le soin. La grâce et la médecine ne s'opposent pas.

1 Avant de lancer

A Choisir l'animateur (et son suppléant)

Le pasteur anime, ou délègue à un laïc qu'il connaît. Un bon animateur suppléant :

- écoute plus qu'il ne parle, et sait se taire ;
- est discret (la confidentialité tient à lui) et stable, il n'est pas lui-même en crise ;
- ne cherche ni à conseiller, ni à « sauver », ni à briller ;
- accepte d'être formé par cette fiche et **supervisé** par le pasteur.

B Animer à deux

Chaque fois que possible, **deux animateurs** : l'un conduit la parole, l'autre observe la salle et peut sortir avec une personne qui s'effondre pendant que le groupe continue. Seul, on ne peut pas faire les deux.

C Décider le format

Question	Repère conseillé
Groupe ouvert ou fermé ?	Fermé de préférence (mêmes personnes) : la confiance se construit. Ouvert = plus fragile.
Combien de séances ?	Un cycle défini (ex. 6 à 8 séances), pas « à l'infini ». On peut reconduire.
Taille	6 à 10 personnes. Au-delà, on scinde.
Fréquence / durée	Toutes les 1 à 2 semaines · ~90 min par séance.
Lieu	Calme, fermé, sans passage ni interruption. Mêmes sièges en cercle.

D Trier à l'entrée, un court entretien préalable

Avant d'entrer, chacun rencontre l'animateur 10 minutes. But : présenter le cadre *et* repérer qui relève d'abord d'un suivi **individuel ou professionnel**, pas d'un groupe.

Ne pas intégrer au groupe (orienter d'abord)

- personne en **crise aiguë** (idées suicidaires, effondrement, délire) ;
- deuil ou traumatisme **tout récent** et à vif ;
- conflit direct avec un autre membre du groupe ;
- personne qui vient pour **convaincre, recruter ou juger** les autres.

Ce n'est pas un rejet : c'est l'orienter vers ce qui l'aidera vraiment (voir §3).

2 Pendant, animer une séance

Détail complet en ligne : page « Animer un groupe de parole » du module Écoute. Voici l'essentiel à garder sous les yeux.

Les règles, rappelées en une phrase à chaque début

- **Confidentialité**, ce qui se dit reste ici (sauf danger, voir §3).
- **Personne n'est obligé de parler** ; le silence est permis.
- **Un tour de parole**, on ne se coupe pas.
- On parle **en « je »** ; pas de commentaire sur l'autre.
- **Pas de conseils**, on accueille, on ne corrige pas.

Trame d'une séance (~90 min)

Temps	Moment	But
10 min	Accueil & prière d'ouverture	Se poser, remettre à Dieu.
2 min	Le cadre en une phrase	Sécuriser la parole.
35 min	Tour de parole libre	Chacun dit où il en est, sans être interrompu.
20 min	Temps de la Parole	Un texte court qui soutient (Ps 34.19 ; 2 Co 1.3-4), partagé, pas prêché.
13 min	Intercession les uns pour les autres	Porter ensemble.
10 min	Clôture & prochain rendez-vous	Refermer en douceur.

D'abord accueillir la peine et la plainte ; ensuite seulement apporter la consolation. On soutient avant de guérir, « une douleur partagée devient supportable » (R. Kellemen).

Écouter pour de vrai

Le plus dur : **suspendre ton besoin de répondre** et tes suppositions (M. Nichols). Ton but n'est pas d'avoir raison, mais que l'autre se sente **compris**, « senti » (M. Goulston). La vraie présence naît du silence et de la compassion, pas des réponses (H. Nouwen).

Tenir la salle, les cas fréquents

Situation	Ce que fait l'animateur
Quelqu'un s'effondre	Rester calme et présent. Ne pas « réparer ». Au besoin, un animateur sort avec la personne (d'où la co-animation).
Le « réparateur »	« Ici, on écoute, on ne conseille pas. »
Le monopolisateur	« Merci, gardons de la place pour les autres ; on y revient si tu veux. »
Le silencieux	Ne jamais forcer ; une porte ouverte suffit.

Celui qui prêche /
juge

Recentrer sur le « je » et le respect du cadre.

Q Les questions : poser ou éviter

Une bonne question **ouvre** ; une mauvaise ferme, juge ou console trop vite. Cela vaut pour l'entretien d'entrée comme pour les séances.

À poser : pour ouvrir

- « Comment tu vis ça, en ce moment ? »
- « Qu'est-ce qui est le plus lourd pour toi ? »
- « Veux-tu en dire un peu plus ? »
- « De quoi aurais-tu besoin, là ? »
- « Où est Dieu pour toi dans tout ça ? », avec délicatesse, sans forcer.
- Le silence, puis : « prends ton temps. »

À éviter : elles ferment ou blessent

- « Pourquoi tu n'as pas... ? », ça accuse.
- « Tu ne crois pas que tu devrais... ? », un conseil déguisé.
- « Au moins, tu as encore... », « Ça aurait pu être pire. », ça minimise.
- « Je sais exactement ce que tu ressens. », ça s'approprie sa peine.
- « Qu'est-ce que tu as fait pour en arriver là ? », ça culpabilise.
- « Tu as assez prié ? As-tu la foi ? », ça spiritualise pour fuir la douleur.
- L'interrogatoire (questions en rafale) et les questions fermées (oui / non) coupent la parole.

Pour l'entretien d'entrée

À poser : « Qu'est-ce qui t'amène ? Qu'espères-tu du groupe ? Es-tu suivi(e) par un professionnel en ce moment ? » Et, avec douceur, la question de sécurité : « T'arrive-t-il de penser à te faire du mal ? » Si oui, on oriente en individuel *avant* le groupe (voir les garde-fous).

À éviter : entrer dans les détails du trauma ; promettre que le groupe « réglera » tout.

4 Les garde-fous, quand passer la main

Ta présence **n'exclut pas** le soin professionnel : elle l'accompagne. Orienter n'est pas un échec.

Niveau	Signaux	Action
ROUGE	Idées suicidaires, propos de mort, automutilation ; violence ; danger pour un enfant ; délire ; addiction hors de contrôle.	Orienter sans délai (médecin, psychologue) ; si danger immédiat, les secours.
ORANGE	Détresse qui dure, isolement, sommeil/ alimentation très perturbés, incapacité à fonctionner.	Rester vigilant ; proposer avec douceur un accompagnement professionnel.
VERT	Tristesse, découragement, questions, besoin d'être entendu.	Le groupe suffit, c'est pour cela qu'il existe.

La confidentialité a une limite

Quand une vie est en danger (la sienne, celle d'autrui, celle d'un enfant), tu **dois** alerter, **selon la loi de ton pays**. Dis-le au groupe dès la première séance. Ne promets jamais un secret absolu. Ne porte pas seul un cas lourd : réfère-t'en au pasteur.

5 Tenir dans la durée et clore

Supervision & débrief

- Après chaque séance, les deux animateurs **débriefent** 10 min : qui va bien, qui inquiète.
- Le laïc suppléant **rend compte au pasteur** régulièrement (sans trahir le secret : les inquiétudes, pas les confidences).

Prendre soin de l'animateur

- L'écoute use : fais-toi écouter toi aussi.
- Repère ta propre fatigue ; ne porte pas tout.



Clore un groupe proprement

Un cycle a une fin annoncée dès le départ. À la dernière séance : relire le chemin, rendre grâce, et **orienter la suite** (reconduire un cycle, rejoindre un autre groupe, poursuivre en individuel). Ne laisse personne « dans le vide ».

Checklist de l'animateur

Avant le cycle

- ☐ Animateur (pasteur) et suppléant laïc désignés
- ☐ Deux animateurs prévus par séance
- ☐ Format décidé (fermé, 6-8 séances, 6-10 pers.)
- ☐ Lieu calme et fermé réservé
- ☐ Entretien préalable avec chaque participant
- ☐ Cas « rouges » orientés en amont

À chaque séance

- ☐ Rappel du cadre en une phrase
- ☐ Limite de confidentialité redite
- ☐ Tour de parole tenu, personne coupé
- ☐ Temps de la Parole (pas de sermon)
- ☐ Intercession les uns pour les autres
- ☐ Débrief entre animateurs après

Garde-fous, toujours présents à l'esprit

- ☐ Je repère les signaux rouges et j'oriente sans délai
- ☐ Je n'ai promis aucun secret absolu
- ☐ Je ne porte aucun cas lourd seul, j'en réfère au pasteur
- ☐ Je prends soin de moi (je me fais écouter)

Fondements bibliques : Galates 6.2 ; 2 Corinthiens 1.3-4 ; Romains 12.15 ; Ésaïe 50.4. **Inspiré de** : B. Kellemen, *Equipping Biblical Counselors*, *Gospel Conversations*, *Christ-Centered Biblical Counseling*, *Grief: Walking with Jesus* ; M. Nichols, *The Lost Art of Listening* ; M. Goulston, *Just Listen* ; H. Nouwen, *Out of Solitude* ; modèle biblique du deuil (RPM Ministries). **Aide pastorale non officielle** : un groupe de parole ne remplace pas un suivi professionnel ; en cas de doute, oriente. En cohérence avec le Manuel d'Église.