

# Soigner nos relations

<i>Avant-propos : Mise en perspective</i> .....	9
<i>Introduction</i> .....	15
<b>Chapitre 1 : La théorie du don de Marcel Mauss revisitée</b> .....	17
Aux sources du don avec Marcel Mauss .....	17
Le potlatch .....	17
Le commerce kula .....	19
Le hau et le cycle du don .....	19
Des notions toujours d'actualité .....	20
Le potlatch .....	20
Le commerce kula et le hau .....	21
Se défier pour se lier, se lier sans se défier .....	24
<b>Chapitre 2 : La relation</b> .....	25
La relation : postulat de départ .....	25
Les relations : sociales ou intersubjectives ? .....	26
Relation pauvre et relation riche : une distinction fondamentale .....	26
Le besoin d'être-ensemble .....	28
<b>Chapitre 3 : La structure de l'être-ensemble</b> .....	30
Le souci de l'autre et l'attention à soi .....	30
La libre obligation.....	30
Le geste .....	31
Affrontement ou confrontation, mise à distance ou partage ?.....	34
La spirale relationnelle.....	35
Donner .....	36
Recevoir .....	38
Donner à son tour.....	39
Définition du don et de la rencontre.....	40
<b>Chapitre 4 : L'être-ensemble et ses deux contre-modèles</b> .....	42
L'être-ensemble: un espace-temps relationnel .....	42
La transcendance et l'historicité : une fécondité à travailler .....	42
Les quatre moments de l'être-ensemble .....	44
L'activité-support: activité, événement .....	45
Le contexte.....	47
La rationalité, boîte à outil de l'être-ensemble .....	48

<i>Premier contre-modèle</i> : l'être-ensemble sous l'influence de la méfiance .....	49
<i>Second contre-modèle</i> : l'être-ensemble sous l'influence de l'insouciance .....	51
<b>Chapitre 5 : Illustrer l'être-ensemble et le travail de la relation .....</b>	<b>55</b>
Travailler la relation : quand l'être-ensemble, la méfiance et l'insouciance s'entremêlent .....	55
Intériorité, intime, intimité dans le travail de la relation .....	57
Demander .....	59
Simplement demander ? .....	59
Quand la souffrance brouille la demande .....	61
La demande et l'insouciance .....	61
La confiance relationnelle .....	64
De la demande à la confiance relationnelle .....	64
La confiance relationnelle bousculée .....	65
Dialoguer .....	68
Parole et écoute .....	68
Retrouver la force du dialogue .....	69
Le dialogue, un colosse aux pieds d'argile ? .....	71
Dialogue et réseaux sociaux .....	74
S'engager .....	76
Un besoin d'engagement .....	76
L'être-ensemble favorise l'engagement .....	77
L'engagement est exigeant .....	78
Une jeune éducatrice s'engage .....	80
Une institution qui s'engage .....	81
S'engager quand l'autre refuse .....	82
Le <i>care</i> , un obstacle aux effets relationnels de l'engagement .....	84
Ajustement de l'être-ensemble au groupe .....	86
De l'importance du cadre pour animer une équipe avec l'être-ensemble .....	88
<b>Chapitre 6 : De la sensibilité à la clinique relationnelle .....</b>	<b>92</b>
La sensibilité résulte d'un processus .....	92
L'expression de la sensibilité empêchée .....	95
L'expression de la sensibilité soutenue par la clinique .....	96
Les attitudes, porte d'entrée pour appréhender une relation .....	98
Clinique et clinique relationnelle, une nécessaire complémentarité ..	100
La « juste proximité » pour préserver la qualité de notre engagement .....	102

Accompagner avec la clinique relationnelle .....	103
L'être-ensemble et la thérapie contextuelle .....	106
De l'exonération à la réconciliation .....	107
<b>Chapitre 7 : L'être-ensemble une utopie ? .....</b>	<b>109</b>
L'homme, un loup pour l'homme ? .....	109
L'homme un être de relation dès la naissance .....	110
Le mythe de la horde primitive et l'origine du lien social .....	111
La Genèse et la loi de la relation .....	112
<b>Chapitre 8 : De l'individualisme à l'identité : quelle place pour la relation ? .....</b>	<b>114</b>
Les effets délétères des relations utilitaires .....	114
La jouissance et le besoin peuvent-ils remplacer le désir .....	116
L'émergence de l'autonomie .....	117
Individualisme et relations pauvres .....	118
Individualisme et relations riches .....	119
L'identité .....	120
Qu'est-ce que l'identité ? .....	120
Place du groupe dans la construction de son identité .....	122
L'identitarisme, une impasse relationnelle .....	123
Un inquiétant phénomène : l'effacement de l'autre .....	124
<b>Chapitre 9 : L'éthique relationnelle .....</b>	<b>126</b>
Une définition commentée .....	126
La visée éthique de la relation .....	128
Une illustration .....	131
Me soucier de moi pour retrouver l'estime de soi .....	133
La réciprocité .....	134
Réciprocité et reconnaissance mutuelle .....	134
La réciprocité d'engagement .....	136
L'être-ensemble et l'éthique, un couple indissociable .....	138
<b>Conclusion : Soigner nos relations... ..</b>	<b>141</b>
Qui a dit que c'était facile ? .....	141
<b>Bibliographie .....</b>	<b>143</b>

## Liste des figures

Premier schéma évolutif de l'être-ensemble.....	32
Second schéma évolutif de l'être-ensemble.....	41
Le modèle idéal-type de l'être-ensemble.....	48
Le contre-modèle de la méfiance.....	50
Le contre-modèle de l'insouciance.....	52
L'être-ensemble et ses deux sous-ensembles.....	54
Les différentes expressions de la demande.....	63
Je te donne ma confiance.....	67
Je sollicite ta confiance.....	67
Écouter: un double mouvement.....	68
L'être ensemble piégé par l'insouciance.....	73
L'être-ensemble appliqué au groupe.....	88
Relations riches et relations pauvres.....	125