Les réseaux sociaux : une désynchronisation temporelle et spatiale ?

Dans le sujet proposé « réseaux sociaux et thérapie », j’interroge l’impact d’une « identité sociale» potentiellement accessible via internet ; par les thérapeutes sur leurs clients, et inversement.

**L’Analyse Transactionnelle (AT) (\*) a-t-elle un champ « sociologie » ?**

Je poserai d’abord la question : l’AT a-t-elle une branche « sociologie » ? Je connais AT et organisation, AT et éducation, AT et thérapie individuelle et de groupe, mais AT et sociologie ? Je me souviens, lors de ma première année de formation en AT, nous avons fait l’egogramme de « France inter », et de « europe1 », c’est ce regard « sociologique » qui me semble concerné par cette question passionnante des réseaux sociaux.

**L’impact des réseaux sociaux sur la thérapie : une question d’exhibitionnisme ?**

Les réseaux sociaux font partie de la société aujourd'hui : Linked’in, facebook, tweeter, copainsdavant, viadeo, …. d’ailleurs, les thérapeutes(1) usent (sans abuser .. .) des annuaires en ligne : pages jaunes, annuaire-des-thérapeutes, - psychologue.net, et autres sites et annuaires des thérapeutes. Une grande partie des thérapeutes a son propre site internet, soit individuel, soit en association de thérapeutes. Les thérapeutes publient des livres, des articles, animent des conférences, toutes ces informations méritent de figurer sur la toile (2). Internet est un formidable moyen de promouvoir l’Analyse Transactionnelle. Et les thérapeutes qui publient sont des ambassadeurs de l’Analyse Transactionnelle. Merci à eux !

Nos clients potentiels iront scruter ces morceaux de toile qui nous racontent, nous les thérapeutes.

Et ils découvriront nos « identités », professionnelles, et aussi privées.

Chaque réseau a sa vocation : linked’in est professionnel, et utilisé par les recruteurs avec intention de recrutement. Copainsdavant est plus « privé » et regardé par tous sans autre intention que la curiosité ou la reconnaissance mutuelle.

Déjà, dans le monde non virtuel, nos cartes de visite, plaques professionnelles devant notre cabinet, sont un signe d’ostensibilité. Et pour les thérapeutes qui publient, ils passent à la télévision ou à la radio … toile ou pas, le thérapeute est déjà exposé ; il se « montre » à sa façon : nous trouvons des cartes de visite et plaques professionnelles très « nues » et d’autres très denses. Internet accentue ce phénomène d’exhibitionnisme, de par le fait qu’il est accessible à tous en lecture et en écriture, en permanence.

Une question à se poser pourrait être : en tant que thérapeute, quelle est mon **INTENTION** lorsque je me raconte sur un réseau, Linked’in par exemple ?

Je peux avoir l’intention de promouvoir l’AT, ou la volonté d’être reconnu par mes pairs, … ou envie d’être « recruté » par un client.

Dans ce dernier cas, je dirai de moi ce que je crois être bon que mon client sache pour qu’il ait envie de me choisir.

Un client plutôt obsessionnel aura besoin de lire que j’ai tant d’années d’expérience, et que j’ai publié 10 articles ; un client plutôt hystérique aura besoin de « sentir » mon empathie en ligne, un autre client cherchera autre chose.

Ceci amène une autre question à se poser : en tant que thérapeute, que montrer de soi tout en restant authentique ?

*Trop montrer de soi ne risque-t-il pas d’empêcher les fantasmes :* chaque client se fait une idée à priori de son thérapeute, qui nourrit les fantasmes. Consulter internet, c’est un peu comme lorsque l’on va voir le film AVANT de lire le livre … l’imaginaire n’est plus « vierge ».

*Trop montrer de soi pourrait « embrouiller » l’inconscient* : l’inconscient du lecteur rencontre quel inconscient du thérapeute ? Il n’y a pas de rencontre temporelle : le client qui lit sur le réseau social rencontre virtuellement le thérapeute qui a écrit … dans le passé ! Il est possible qu’il y ait de la « friture sur la ligne » entre les deux inconscients ….

*Trop montrer de soi pourrait affecter certains transferts* : je pense au transfert projectif du P2, notamment. Le futur client, en lisant les informations de son thérapeute sur la toile, va très probablement situer le thérapeute à une place parentale qui échappe au thérapeute puisqu’il n’est pas présent physiquement au moment de ce transfert. La première rencontre client-thérapeute, si importante, n’a pas lieu dans l’espace physique du cabinet, cette rencontre « spatiale » a lieu virtuellement, et échappe au thérapeute. Qu’adviendra-t-il de ce transfert installé à l’insu du thérapeute, lors des séances ? Ce transfert anticipé échappera-t-il à la thérapie ?

**Qu’en est-il de l’identité sociale ?**

Cette rencontre désynchronisée dans le temps impacte également la notion d’identité sociale.

Notre identité d’aujourd’hui peut être considérée comme un assemblage de différentes **fonctions** que nous exerçons actuellement, et avons exercé durant notre vie passée : fonction de directeur en entreprise, de maman, de consultant, de retraité, de demandeur d’emploi, etc …

Je crois que le débat « identité sociale » est le même que nous soyons client, ou thérapeute.

Notre identité est une entité vivante, en perpétuelle évolution.

La toile est un excellent miroir de cette identité en mouvement ; La toile est le reflet de notre processus de développement, la photographie de notre identité intégrée (congruente) du moment.

Lorsqu’une fonction (responsable de communication par exemple) est totalement intégrée en nous, nous n’avons plus besoin de la décrire, elle est EN NOUS. Elle pourrait alors disparaitre de notre « CV » (donc de la toile) tout naturellement.

La toile permet instantanément ces ajouts-suppressions ; mais chacun n’a pas forcément le réflexe d’actualiser ses profils(3) sur internet. Ce qui peut créer des décalages entre la réalité du moment et une réalité passée, décalages qui génèrent, si je force un peu le trait, des identités « périmées ». C’est comme si nous regardions une ancienne photographie en croyant qu’elle est d’actualité.

quand je lis des informations sur une personne sur la toile, j’accède à l’identité de cette personne, telle que cette personne la ressentait au moment ou elle a écrit son profil, avec ses deuils non faits, ses chemins parcourus, son degré de conformisme social, sa pudeur ou son coté « exhibitionniste », ses aspirations et ses rêves, …

En tant que client en thérapie, mon intention n’est pas, à priori, d’être lu par mon thérapeute.

Pour moi, la grande différence est là :

* L’identité sociale en ligne du thérapeute est faite pour être lue du client, entre autres
* L’identité sociale en ligne du client n’est pas faite intentionnellement pour être lue des thérapeutes

Donc, en tant que thérapeute, il est important que nous soyons attentifs à cette non-intentionnalité lorsquei nous consultons la toile pour obtenir des informations sur nos clients.

**En conclusion,**

Que je sois client ou thérapeute, les informations disponibles sur internet racontent une histoire dans le temps. Désynchronisation temporelle et intentionnalité sont des pièges subtils à apprivoiser lorsque nous nous baladons sur la toile. Cependant, ce qui se montre sur la toile fournit une riche matière thérapeutique, reste à l’utiliser en bonne intelligence, en bonne conscience de ce qu’elle est, rien de plus.

(\*) Analyse Transactionnelle (AT) : théorie de la [personnalité](https://fr.wikipedia.org/wiki/Personnalit%C3%A9), des [rapports sociaux](https://fr.wikipedia.org/wiki/Rapports_sociaux) et de la [communication](https://fr.wikipedia.org/wiki/Communication)

(1) je nomme thérapeute tout professionnel de la relation d’aide : coach, psychologue, médecin, psychothérapeute, …

(2) la toile : pour moi, j’appelle toile tout ce qui circule sur internet

(3) profil : j’entends par là profil internet

Annie BEAREZ

Coach en développement personnel et professionnel

41 rue Robert Poisson

28130 Saint Piat

analyste transactionnelle, Champ thérapie