

RENCONTRE
FONDATION BENOÎT

Remettre en selle des jeunes adultes en panne de projet

On peut être jeune, en bonne santé, être « comblé » mais avoir du mal à trouver sa voie.

ANNICK D'URSEL
PSYCHOLOGUE, COORDINATRICE
DE LA FONDATION BENOÎT

INTERVIEW
Anne MIKOLAJCZAK



© L'équipe de la Fondation Benoît : de gauche à droite Laetitia Vandamme, Dominique Van Neste et Annick d'Ursel.

La Fondation Benoît a pour but d'apporter un soutien à de jeunes adultes entre 18 et 35 ans qui, bloqués dans leur parcours, se trouvent dans l'incapacité d'élaborer un projet de vie.

Quelle est l'origine de la Fondation Benoît ?

Annick d'Ursel : Au départ il s'agit d'un fonds créé à la Fondation Roi Baudouin en 2001. Il était destiné à financer des associations qui proposent à des jeunes adultes des projets concrets pour les responsabiliser et leur redonner confiance en eux. Ce fonds est né à l'initiative de parents qui avaient vécu des choses difficiles et douloureuses avec leurs enfants devenus jeunes adultes. En 2007, les initiateurs de ce fonds ont souhaité prendre leur indépendance

par rapport à la Fondation Roi Baudouin afin d'avoir leur action propre. C'est ainsi qu'est née la Fondation Benoît. Elle part du constat que ce n'est pas parce qu'un jeune fait partie d'un milieu privilégié, tant sur le plan matériel que culturel, qu'il est plus heureux et qu'il trouve plus rapidement et plus facilement sa voie. L'abondance de biens matériels, une vie trop facile peuvent entraver l'émergence de projets de vie et peuvent même dans certains cas étouffer une forme de désir et empêcher une remise en question nécessaire à un engagement personnel. Il peut en résulter une véritable souffrance psychologique et parfois des comportements destructeurs pour le jeune. C'est une réalité trop volontiers cachée, mal perçue et mal comprise à l'heure où l'on voit tant de jeunes issus de milieux défavorisés en déficit de formation et guettés par le chômage. La Fondation Benoît veut aider

ces jeunes adultes, en apparence « comblés », à devenir acteurs de leur propre vie.

Quel type de pression est exercé sur ces jeunes-là en particulier ?

A. d'U. : De manière générale, la société contemporaine ne facilite pas vraiment la tâche des jeunes. Difficile de se projeter dans l'avenir et de se construire dans un monde fragmenté, incertain, hyper technologique où les sollicitations multiples se mêlent aux sujets d'inquiétude sans donner de repères.

Pour les jeunes dont nous parlons, il y a l'injonction au bonheur, à l'épanouissement personnel : tu fais ce que tu veux, tu choisis ce que tu aimes pourvu que tu réussisses et que tu sois heureux. Il y a aussi l'ambition du milieu familial pour qui les études



→ supérieures sont importantes et le prestige de l'université toujours intact. Cela exerce une pression contradictoire parfois difficile à supporter pour certains jeunes. Par ailleurs, des parents ont cru bien faire en évitant tout déplaisir à leurs enfants, en leur épargnant les difficultés qu'eux-mêmes ont pu connaître. Ils ont eu tendance à les surprotéger, à organiser les choses à leur place.

— **Les problèmes arrivent alors avec les études ? Difficultés, échec, abandon ?**

A. d'U. : Les échecs dans les études ont toujours été un problème, mais aujourd'hui le système est devenu plus souple, plus humain avec les possibilités d'étalement et de bifurcations qu'offrent aujourd'hui l'enseignement supérieur et son système de crédits.

— « Ils ont du mal à s'inscrire, à s'ancrer dans la réalité. Le monde virtuel dans lequel ils sont immergés contribue sans doute en partie à les déconnecter du monde réel. »

— C'est une bonne chose en soi, mais la tentation existe de reporter les échéances. On peut échouer, partir à l'étranger, revenir, se remettre à étudier, changer d'option, c'est rentré dans la mentalité des jeunes et des parents aussi. C'est un confort, certes, mais qui ne donne pas l'impression aux jeunes d'avoir de la consistance. Après des changements d'orientation et des échecs successifs, ces jeunes décrochent et se retrouvent complètement à l'arrêt dans leur parcours. A 22-23 ans, ils ne sont encore nulle part. Ils ont raté leur session, c'est

douloureux, mais ils vont faire autre chose ... ratent encore. Ce sont des mouvements qui avortent tout le temps. Tout se passe comme si la chaîne du vélo avait lâché. Ils tiennent encore debout mais s'ils ne font rien, ils vont tomber. Les parents s'en inquiètent évidemment, doutent de l'éducation qu'ils ont donnée à leurs enfants et culpabilisent. Ce sont très souvent eux qui nous contactent.

— **Pourriez-vous nous décrire un peu plus ces jeunes que vous accompagnez ?**

A. d'U. : Chaque cas est différent bien sûr, mais ces jeunes ont des traits en commun. Ils se posent tous des questions sur leur avenir, sur ce qu'ils vont faire, mais ils manquent de réalisme, même à 23-24 ans. Ils ont du mal à s'inscrire, à s'ancrer dans la réalité. Le monde virtuel dans lequel ils sont immergés contribue sans doute en partie à les déconnecter du monde réel. Ils ont bien sûr des rêves, souvent en opposition avec leurs parents, en désaccord avec les valeurs de la société. Ils veulent travailler pour un monde meilleur, sont en recherche d'un sens à leur existence. Ils ont envie d'autre chose que le métro-boulot-dodo, envie de contacts, d'expériences mais ne savent pas comment s'y prendre. Beaucoup aussi pensent qu'avoir une passion va tout arranger et envient le copain qui, grâce à sa passion, a tout de suite trouvé sa voie. Ils croient un peu trop que cela va leur tomber du ciel, comme une révélation, un coup de foudre alors qu'il leur faut découvrir d'abord qui ils sont, avec leurs atouts, leurs fragilités, vivre des expériences pour se trouver si pas une passion, un intérêt privilégié pour quelque chose. En panne de projets, en manque de perspectives, ces jeunes sont en souffrance et ont besoin d'aide.

— **En quoi consiste le travail d'accompagnement de la Fondation Benoît ?**

A. d'U. : Notre travail est de rassembler autour du jeune toutes les forces vives et d'avoir une réflexion commune pour résoudre ses difficultés. Le travail doit donc se faire avec ceux qui sont en première ligne : les parents, à la fois inquiets et agacés d'avoir un jeune qui ne fait plus rien. On reçoit soit le jeune tout seul, soit les parents, soit les deux en même temps, cela dépend de la demande. Le travail est réalisé par

"TOUT SE PASSE
COMME SI LA
CHAÎNE DU VÉLO
AVAIT LÂCHÉ. ILS
TIENNENT ENCORE
DEBOUT MAIS S'ILS
NE FONT RIEN, ILS
VONT TOMBER."

deux psychologues qui se complètent, l'une est psychothérapeute et a déjà une longue expérience, acquise au centre de guidance de l'UCL, l'autre est plus jeune et s'est spécialisée dans l'orientation scolaire et professionnelle. Leur intervention consiste à ouvrir un temps d'écoute et de réflexion qui permet d'ouvrir un espace psychique. Ouvrir l'espace psychique, c'est ouvrir le champ des possibles, élargir les choix souvent fort rétrécis du jeune et lui permettre de trouver lui-même son chemin parmi ces possibles. C'est l'aider à se connaître avec ses fragilités mais aussi ses forces, à mettre des mots sur ce qu'il ressent. C'est lui donner des repères, des outils solides sur lesquelles s'appuyer (estime de soi ...), l'amener à inscrire une trace, un marquage dans le temps.

Cette aide psychologique s'accompagne d'un travail concret dans la société ?

A. d'U. : Bien sûr. Nous menons ensemble un travail concret pour les mettre dans l'action, en mouvement, les ancrer dans le réel. Nous les stimulons, par exemple, à s'engager dans une démarche artistique, à relever un défi sportif ou à travailler dans le cadre d'un chantier international. Nous avons ainsi encouragé et soutenu dans le processus une jeune qui voulait se présenter à «The Voice»; un autre à laisser un travail qui le déprimait pour vivre sa passion et se lancer comme skipper; il entame maintenant une course à la voile en solitaire. La Fondation finance des associations qui mettent en action des jeunes adultes, en les faisant travailler dans des projets concrets, par

LE SAVIEZ-VOUS ?

D'AUTRES ACTIVITÉS

- Pour sensibiliser le public à son questionnement, la Fondation Benoît organise notamment chaque année une grande conférence sur une thématique proche de sa pratique. Boris Cyrulnik par exemple est venu parler sur le thème « La honte, ce poison de l'âme », Frédéric Lenoir sur « Le bonheur, un chemin philosophique », Serge Tisseron sur « Les jeunes adultes, mondes virtuels : piège ou levier ? » et dernière en date, Cynthia Fleury sur « La nécessité du courage ». Ces conférences rencontrent un grand succès.

- La Fondation a aussi lancé il y a quelques mois « Les midis de la Fondation Benoît » destinés aux parents des jeunes adultes. Il s'agit d'un cycle de trois conversations animées par le Docteur Ann d'Alcantara et Dominique Van Neste, une de ses psychologues, sur un thème précis. Le premier cycle a pour sujet « Les jeunes adultes et leurs parents : vivre sous le même toit. » Cette question est abordée sous différents aspects : l'argent, l'autonomie, les limites, l'amour ...

"NOTRE TRAVAIL EST DE RASSEMBLER AUTOUR DU JEUNE TOUTES LES FORCES VIVES ET D'AVOIR UNE RÉFLEXION COMMUNE POUR RÉSOUDRE SES DIFFICULTÉS."

"ALLEZ AU-DELÀ DE LA PEUR. LE CHANGEMENT EST POSSIBLE, IL FAUT LE VOULOIR ET SAVOIR SE FAIRE ACCOMPAGNER. TROP DE JEUNES ONT DU MAL À SE REMETTRE EN QUESTION ET HÉSITENT À DEMANDER DE L'AIDE."

→ exemple dans un projet de permaculture un ou deux jours par semaine, dans une boulangerie ... Grâce à un stage dans une chocolaterie, un jeune est parvenu à identifier sa passion pour le chocolat et à se rendre compte qu'il pouvait en faire un métier.

Quels sont vos résultats ?

A. d'U. : La Fondation Benoît accompagne entre 120 et 150 jeunes adultes par an, ce qui équivaut à plus de 700 rencontres. Elle a contribué à les remettre en selle pour la plupart. Pour certains, qui ont besoin d'un regard extérieur, une ou deux consultations leur suffisent pour y voir plus clair. Pour d'autres c'est plus long, ils sentent que c'est important d'être suivis un certain temps. Il faut bien sûr accrocher, soutenir l'accompagnement sur le long terme.

Voyez-vous une évolution dans les demandes et attentes des jeunes ?

A. d'U. : D'autres jeunes viennent à nous depuis quelque temps. Des jeunes plus âgés, la trentaine, qui ont un diplôme, un job mais qui se posent aussi des questions sur leur avenir, sur le sens de leur travail. « Je ne suis plus heureuse dans mon boulot, je veux en parler à quelqu'un, qui ne sera pas juge et partie, qui aide à voir clair, à se découvrir. » Le désenchantement les pousse à changer de vie. Motivés par des grandes causes comme le climat, la planète, le développement durable, dans la mouvance du film «*Demain*, ils pensent souvent à un engagement dans une ONG. Avoir un job qui a du sens semble compter plus que gagner de l'argent. Nous menons avec eux un travail de soutien plutôt qu'un coaching. Nous les aidons par exemple à quitter leur boulot qu'ils n'aiment plus et à faire autre chose, en nous assurant de la faisabilité de la démarche. Il est important de ne pas arriver à 40-50 ans, éteint, usé, frustré ... Il vaut mieux changer à 30 ans.



TÉMOIGNAGE

Katia, italienne, titulaire d'un diplôme universitaire en économie et finances, a 32 ans et vit à Bruxelles depuis cinq ans. Elle est revenue dans notre pays un an après avoir participé au programme Erasmus à Louvain-la-Neuve pour commencer sa carrière professionnelle.

Elle travaille actuellement dans une Organisation de Jeunesse. Tout allait bien jusqu'au jour où les choses ont commencé à se dégrader au sein du management de l'association.

« J'étais responsable administrative et financière et suivais en même temps différents projets de l'association qui m'intéressaient beaucoup. Mais du jour au lendemain, on m'a enlevé ces projets et reléguée selon l'expression « au placard ».

Katia accuse le choc. Et son corps aussi : anémie, fatigue, épuisement physique proche du burnout. « J'avais perdu toute confiance en moi, j'étais complètement perdue, j'avais du brouillard dans les yeux. Je ne savais pas ce que je devais faire, rester ou prendre du recul et partir. »

C'est alors qu'elle entend parler de la Fondation Benoît lors d'une conférence de Frédéric Laloux sur le thème « *Reinventing Organizations* », et décide de s'y adresser. « Les psychologues de la Fondation Benoît m'ont aidée à me retrouver, à comprendre qui je suis avec mes forces, mes facilités, mon potentiel. Elles ont bien cerné ma personnalité et bien guidée vers la sortie. Cela a pris presque un an. Aujourd'hui, j'ai retrouvé confiance, j'ai compris quelle direction prendre pour la suite. » Entre-temps Katia a été licenciée, c'est un soulagement. Elle se sent libre et se met à la recherche d'un autre emploi, avec succès : dans un mois, elle sera Financial Assistant pour un lobby européen dans le domaine de la nutrition, « un travail en anglais et dans un environnement multiculturel qui me correspond tout à fait », explique-t-elle. Aux jeunes adultes qui vivent une situation difficile comme celle qu'elle a vécue, elle a envie de dire : « Allez au-delà de la peur. Le changement est possible, il faut le vouloir et savoir se faire accompagner. Trop de jeunes ont du mal à se remettre en question et hésitent à demander de l'aide. »