

SANTÉ

CHACUN
TROUVE
SON CONTE

SEDAN Sexologue et thérapeute, Jean-Marie Ressuche publie son premier livre.

L'ESSENTIEL

- **Jean-Marie Ressuche** est thérapeute et sexologue.
- **Sa carrière** a débuté par l'accompagnement de sportifs de haut niveau.
- **Ce thérapeute** s'est ensuite spécialisé sur les problématiques liées au changement de situation.
- **Il publie** un premier livre intitulé *Un peu de l'histoire de chacun...* chez Saint-Honoré Éditions.
- **Cet ouvrage** regroupe des contes thérapeutiques utilisés lors de ses consultations.

D'ordinaire assis près du divan, Jean-Marie Ressuche inverse les rôles. Le thérapeute sexologue se livre sur son premier ouvrage. Il y partage son approche personnelle de la thérapie par des métaphores.

Votre livre s'intitule *Un peu de l'histoire de chacun...*

Oui. C'est un recueil d'histoires que j'ai glanées lors de formations, lors de thérapies mais surtout dans mon expérience personnelle.

Ce n'est pas la première fois que vous prenez la plume ?

J'ai beaucoup écrit pour les magazines professionnels de la santé. Mais ce n'est pas la même chose, ce n'est pas la même démarche. Un livre est une ouverture plus personnelle.

Votre livre fonctionne comme un recueil de nouvelles ?

Les petites histoires sont souvent plus parlantes qu'un long discours ennuyeux. Il y a 34 histoires pour 146 pages. Ce n'est jamais très long. On picore, on lit dans l'ordre que l'on veut. Ces histoires sont basées sur des histoires personnelles.

Pourrait vous parlez de contes ?

Oui, je n'ai pas livré ces expériences telles qu'elles. Ce sont des histoires vécues transposées en fables. C'est un peu comme Jean de la Fontaine, sauf que chacun trouve sa propre morale à la fin. C'est en vrac, chacun y trouve son conte.

Vous utilisez ces contes lors de vos consultations. Comment fonctionnent-ils ?

Un conte est à la fois la lumière et le miroir. La lumière pour y voir plus clair, le miroir pour s'y voir avec un peu de recul. Chaque conte est un déclencheur. C'est le principe de la métaphore. En juxtaposant sa situation à celle de l'histoire, on débloque des situations, on accepte ce qui ne semblait pas possible au départ.

Vous avez des exemples ?

Bien sûr. La petite perruche en est un bon. À 18 ans, je flânais sur le cours Briand à Charleville. J'ai perçu un bruit, un son que je semblais être le seul à entendre. C'était un nuage d'étourneaux. Parmi eux, j'ai remarqué un éclair jaune, qui revenait régulièrement. C'était en fait une perruche jaune qui avait sans doute quitté sa cage. Les étourneaux s'acharnaient sur elle. Fatalement, elle a fini par chuter au sol, victime de centaines de coups de bec. Elle a payé le prix de sa différence, mais j'ai réalisé que le sort d'un étourneau perdu dans un nuage de perruches aurait sans doute été le même.

Que faut-il comprendre ?

C'est la question de la place dans le groupe, de la tolérance et de son rôle en tant que victime ou en tant qu'acteur. Dans ce cas précis, cette histoire a permis à une petite fille surdouée de comprendre qu'elle devait accepter de sauter en classe pour être mieux dans sa vie d'écolière.

Cela marche aussi pour les problèmes liés à la



Avec *Un peu de l'histoire de chacun...* Jean-Marie Ressuche partage ses contes thérapeutiques.

sexualité ?

Je vais vous présenter une autre histoire. Ma grand-mère avait des journées bien remplies, entre la maison et les bêtes. Mon grand-père allait régulièrement faucher de l'herbe pour les lapins. Je l'accompagnais, installé dans la remorque de la mobylette. Faucher n'est pas si simple qu'il y paraît. Un jour, il m'a offert une faux, preuve de sa confiance en moi. Mais si au début, je réussissais à couper beaucoup d'andains d'herbe, le nombre baissait à mesure des jours. Je m'en suis inquiété auprès de mon grand-père. Il m'a alors demandé depuis combien de temps

je n'avais pas aiguisé ma faux.

Quelle morale y trouver ?

C'est le danger de l'usure, de la répétition sans privilégier les sens. Sexuellement, c'est clair, il faut préférer la qualité à la performance qui de toute façon n'assure aucune durée.

Qu'est ce qui vous a poussé à coucher sur le papier ces contes ?

Cela me tentait depuis déjà longtemps. Je voulais aborder le pouvoir de la métaphore. Mon livre s'adresse aussi bien aux familles, qu'aux enfants ou aux professionnels de la thérapie.

BIENTÔT EN DÉDICACE

- **Jean-Marie Ressuche** dédicacera son livre le 10 novembre prochain, à la librairie Carnot de Sedan (Rue Carnot), de 10 à 12 heures et dans l'après-midi.

- **Le livre** est également disponible sur les sites internet spécialisés.

Qui a illustré votre livre ?

C'est ma belle fille, Margaux, qui est actuellement dans une école d'arts. La préface est quant à elle de Lucien Essique, un thérapeute de renommée mondiale. ■
Propos recueillis par PHILIPPE DUFRESNE