

Le Panorama Social, ou Espace Relationnel

Denis Bridoux

Par ces jours de confinement, beaucoup de gens souffrent de l'isolation, de l'impossibilité de se rencontrer physiquement face à face, voire du décès prématuré ou attendu d'un être cher. Cependant, ce ne sont pas nécessairement les êtres qui nous sont le plus proches physiquement avec lesquels nous sentons les plus proches émotionnellement. Combien d'entre nous se sentent proches émotionnellement de leurs voisins d'habitation, de palier, de transport ou de bureau? À l'inverse, nous pouvons nous sentir extraordinairement proche de gens qui vivent loin de nous et que nous ne verrions jamais au quotidien, car résidant à une grande distance géographique. On s'aperçoit rarement de cela au quotidien dans de normales circonstances. Pour faire ressortir ce phénomène, il faut des circonstances anormales, telle que celles que l'ont vit en ce moment, ce qui explique la pré-éminence prise dans notre communication par le virtuel, car le réel n'est pas disponible, au moins pour un temps.

Même si elles peuvent occasionnellement coïncider, la proximité physique et la proximité émotionnelle ont peu à voir l'une avec l'autre, car elles se situeraient dans deux univers différents, l'un physique et matériel, l'autre immatériel et émotionnel. Nous vivrions donc simultanément dans deux espaces qui se superposeraient, un espace physique que l'on peut appréhender de nos cinq sens au quotidien, et un espace relationnel émotionnel se surimposant le premier, et que nous avons graduellement construit et peuplé de représentations intérieures de personnes physiques tout au long de notre vie.

Ce deuxième espace émergerait pendant la petite enfance, et c'est par le biais de celui-ci que nous gérons nos relations avec les personnes physiques. La première personne à avoir codifié cela au début des années '90 est le sociologue néerlandais Lucas Derks. Il nomma son modèle le '*Panorama Social*', qui explique très persuasivement la totalité des phénomènes relationnels que l'on peut rencontrer au quotidien. Ainsi, nous réagirions moins par rapport à la personne physique, présente ou absente, qu'à la représentation que l'on s'est fait d'elle en nous. Si cette représentation intérieure correspond à l'autre dans la 'réalité', l'émotion ressentie et la relation qui en découlent sera appropriée. Par contre, s'il existe un décalage entre les deux, l'émotion ressentie et la relation qui en découlera reflètera ce décalage en négatif ou en positif.

Alors que notre espace physique est limité au présent, notre espace relationnel est infini, car même si une personne disparaît de notre monde physique, elle ne quittera pas pour autant notre espace relationnel. Ainsi, combien d'entre nous ont encore très '*présent à l'esprit*' un ami d'enfance ou un être cher depuis longtemps disparu que l'on perçoit occasionnellement '*comme s'il était là*'. Cela s'explique parce que la représentation intérieure que nous nous sommes faits de cet être est encore là, présente dans notre espace mental intérieur. Cette persistance, même bien longtemps après son départ, peut occasionner toutes sortes de troubles, tel qu'un deuil qui perdure, ou une impossibilité à gérer un divorce.

Le *Panorama Social* est un outil d'une grande valeur, car l'étude et la compréhension de sa méthodologie nous permettent de travailler aisément, rapidement et efficacement sur un vaste nombre de problèmes relationnels, ainsi que sur les problèmes émotionnels qui en sont la conséquence, entre autres le deuil. C'est donc le meilleur outil actuellement existant pour travailler sur les problèmes que l'on rencontre en ces temps troublés.