

Expliciter 124

Parcours pour l'habilitation à animer des formations au C2ATAE

Frédéric Borde, président du GREX2

Depuis le 28 décembre 2018, la formation aux outils de l'explicitation est reconnue par le RNCP et peut donner lieu à une certification pour le stagiaire qui a suivi 4 types de stages. Le détail et les conditions de cette certification, nommée C2ATAE, Certificat d'Aptitude à l'Accompagnement par les Techniques d'Aide à l'Explicitation, sont consultables dans l'article de Marine Bonduelle et Olivier Supiot, intitulé *Dis, la certification, c'est fini ou ça commence ?* et publié dans le n° 122 d'*Expliciter*, lui-même téléchargeable gratuitement sur le site www.grex2.com.

L'article présent s'adresse aux formateurs et formatrices souhaitant recevoir une habilitation à animer des formations pouvant s'inscrire dans le cadre du C2ATAE, permettant aux stagiaires de mobiliser un financement CPF, puis d'entrer dans le processus de certification.

1 - Certification et habilitation

Jusqu'au 15 novembre 2019, les formateurs, à condition d'avoir suivi une formation de base (niveau 1) et d'être accompagné par un formateur référent, ont pu adresser à la commission de certification un dossier visant à recevoir une certification leur permettant d'animer des stages de base. Cette certification n'avait fait l'objet d'aucune reconnaissance de la part du RNCP, et ne présentait pas de valeur officielle. Dans cet article, j'évoquerai cette certification-ancienne-formule en lui adjoignant des guillemets : « certification ».

Suite au dépôt d'un dossier et de l'avis favorable de la CNCP, le GREX2 est amené à procéder à des changements de vocabulaire. Le terme de *certification* est désormais réservé à l'acte de délivrer un certificat C2ATAE à toute personne ayant suivi une formation et remplissant les conditions requises.

Parmi ces conditions figure la nécessité d'avoir suivi une formation animée par un formateur reconnu par le GREX2 et cette reconnaissance, qui prend maintenant valeur officielle, est l'*habilitation*.

Autrement dit, il est désormais obligatoire pour tout formateur souhaitant animer des formations au C2ATAE de recevoir une habilitation délivrée par le GREX2.

2 – La commission d'habilitation

Son rôle consiste à examiner les demandes d'habilitation qui lui sont transmises, sous forme de dossier, par le formateur référent qui a accompagné le parcours du candidat, et à donner un avis. Ses décisions sont issues d'un vote à la majorité.

Par tacite reconduction, la commission de « certification » change simplement de nom, elle est maintenant nommée commission d'habilitation. Elle se trouve composée aujourd'hui de :

Frédéric Borde, Anne Cazemajou, Yves de Champlain, Joëlle Crozier, Claudine Martinez, Alain Mouchet, Mireille Snoeckx, Agnès Thabuy et Pierre Vermersch.

Initialement, cette commission s'est formée en août 2003¹. Depuis cette date, sa composition et le nombre de ses membres ont changé. Pour être membre de la commission d'habilitation, il faut :

- Être adhérent du GREX2.
- Être « certifié », ou habilité.
- En faire la demande, qui sera examinée par les membres de la commission d'habilitation.
-

3 – Les formateurs référents

Le rôle du formateur référent est d'assurer l'accompagnement de la personne en voie d'habilitation. Par son accompagnement du candidat dans la constitution de son dossier, il contribue à une formation de qualité visant à ce que le candidat soit capable d'animer une formation C2ATAE. Le choix du formateur référent relève du candidat.

Par tacite reconduction, la liste des formateurs référents reste composée de : Jean-Pierre Ancillotti, Marine Bonduelle, Frédéric Borde, Anne Cazemajou, Vittoria Cesari, Yves de Champlain, André Chauvet, Joëlle Crozier, Nadine Faingold, Claudine Martinez, Maryse Maurel, Alain Mouchet, Philippe Péaud, Mireille Snoeckx, Agnès Thabuy, Pierre Vermersch.

Pour être formateur référent, il faut :

- Être adhérent du GREX2.
- Participer régulièrement aux journées pédagogiques organisées annuellement, au mois de juin, par l'association.
- Être « certifié », ou habilité.
- En faire la demande, qui sera examinée par les membres de la commission d'habilitation.
-

4 – Le parcours d'habilitation

Il est d'abord précisé que l'habilitation sera attribuée à titre exclusivement individuel, et ne sera pas attribuée aux organismes de formations et autres organisations professionnelles.

Il est demandé au candidat de prendre contact avec un formateur référent, afin d'être accompagné dans la constitution de son dossier.

Ce qui est attendu de la part du candidat :

- Être certifié C2ATAE dans le domaine de compétences correspondant à l'habilitation demandée. Ce qui suppose d'avoir été formé par un formateur « certifié » ou habilité, et d'avoir présenté une transcription analysée. Le candidat est maintenant invité à publier sa transcription analysée dans la revue *Expliciter*.
- Avoir été assistant dans au moins un stage animé par un formateur « certifié. » ou habilité.
- Présenter un compte rendu réflexif de l'animation d'un stage correspondant au domaine de compétences de l'habilitation demandée.

La commission prendra aussi en considération les spécificités de l'activité de la personne, en lien avec l'explicitation (compétences, actions de recherche et/ou formation) et fera preuve de souplesse en fonction des profils.

4.1 – Le candidat est « certifié »

¹ Cf. Maryse Maurel, *Repères chronologiques pour une histoire du GREX, L'arbre inachevé du GREX*, *Expliciter* n° 75, p. 18.

Il est d'abord précisé que l'apparition de l'habilitation n'invalide nullement la « certification » délivrée jusqu'ici par le GREX et le GREX2. L'habilitation n'est d'aucune obligation pour les formateurs ne se trouvant concernés ni par le financement CPF, ni par la certification de leurs stagiaires. Les antennes suisse et québécoise ne sont pas concernées par ces changements.

Eu égard à la similitude du parcours d'habilitation avec le parcours proposé pour la « certification », toute personne « certifiée » se trouvera habilitée aux conditions suivantes :

- En faire la demande auprès du président du GREX2, *via* fredericborde.grex2@gmail.com
- Avoir animé au moins un stage de base lors des trois dernières années (émargement, ou autre, en fichier joint)

Dans le cas où cette personne n'a pas suivi les activités de l'association, il lui sera demandé une progression pédagogique détaillée de son stage.

4.2 – Les binômes d'évaluation

Il est d'abord rappelé que dans le cadre du C2ATAE, le formateur qui reçoit un dossier en vue d'obtenir la certification de la part de son stagiaire, doit d'abord évaluer celui-ci, puis le faire évaluer par un autre formateur habilité en binôme. Nous avons choisi d'expérimenter cette étape d'évaluation sous forme d'échange de services, qui, à des fins de régulation, devront être comptabilisés. Il s'agit donc de constituer un réseau de formateurs habilités pouvant être tour à tour demandeur et répondant. Cette démarche nous amène à imposer à tout formateur habilité de s'engager à participer aux binômes d'évaluation.

5 – Participation aux activités du GREX2

Le développement et la transmission des outils de l'explicitation sont au cœur des activités du Groupe de Recherche sur l'Explicitation depuis sa création, en 1992². Le GREX2, qui est garant et signataire du C2ATAE, est une association de loi 1901. Nous avons choisi de ne pas faire figurer l'adhésion au titre d'obligation dans le parcours d'habilitation, jugeant cela contraire à l'esprit associatif. Il est toutefois précisé que l'explicitation conserve sa vitalité dans un contexte d'échange collectif.

6 – Conclusion

Les modalités d'organisation de l'habilitation énoncées dans cet article sont vouées à être revues et corrigées au regard de l'expérience. Elles ont, en l'état à la date d'octobre 2019, été approuvées par la commission d'habilitation.

² Idem, p. 7.

*Description, mise en évidence, compréhension
de l'intention éveillante*

dans la mise en évocation d'un vécu passé.

Université d'été du GREX 2019

Pierre Vermersch

1/ Organisation de l'Université d'été

Cet été, contrairement aux sessions précédentes, nous n'avons pas pris les deux premières demi-journées pour faire des exercices. Nous sommes entrés directement dans une proposition de thème de recherche, avec la conséquence principale d'avoir beaucoup plus de temps que d'habitude pour travailler en petits groupes et développer de nombreuses reprises (c'est-à-dire des entretiens d'explicitation interrompus, suivis d'échanges dans le petit groupe, bilan, analyse de ce qui manque, et redémarrage « officiel » ou sur le mode indirect du « mine de rien »).

J'ai donc fait une proposition de travail en grand groupe (14 personnes présentes) sur la description de la mise en évocation (je détaille un peu plus loin). Ces conditions de travail et le thème sont acceptés sans discussion. Même si finalement ce thème de recherche ne sera pas strictement suivi par tous les petits groupes. En effet, l'un des petits groupes s'orientera, si j'ai bien compris, vers l'exploration des relations entre A et B lors de la mise en évocation plutôt que sur la dynamique de l'accès à l'évocation chez A, un autre privilégiera la prise en compte de l'ante début du choix de la visée quand A s'est donné un but précis et une situation visée avant même le début de l'entretien. Mais je n'ai pas les comptes-rendus des petits groupes.

Emploi du temps général

vendredi 14 h 30 à 16 h Présentation du thème, discussion, formation de 4 sous groupes.

vendredi 16 h 18 h 30 ... travail autonome des petits groupes.

samedi matin 9 h - 12 h long feedback en grand groupe sur les choix, les difficultés, les questions rencontrées par les petits groupes.

samedi après-midi 14 h 18h 30 travail autonome des petits groupes.

Dimanche matin 9 h - 11 h feedback en grand groupe.

11 h à 12 h 30 puis 14 h à 19h travail autonome des petits groupes.

lundi matin 9 h 10 h 30 feedback en grand groupe.

11 h 12 h 30 puis 14 h à 19 h travail autonome des petits groupes.

mardi matin 9 à 10 préparation du feedback final.

de 10 h à 12 h 30 feedback en grand groupe, et tour de table sur l'Université d'été.

2/ **Thème** de l'Université d'été et sa motivation : intention éveillante et évocation.

Dans l'entretien d'explicitation la possibilité d'accéder à la mémoire concrète, c'est-à-dire la mémoire du vécu (celle qui n'est pas le fruit d'une activité délibérée de mémorisation et se constitue sans cesse de manière passive, c'est-à-dire sans intention consciente de se rappeler), est une des clefs de sa faisabilité. Or cet accès repose sur un acte involontaire sollicité par l'intervieweur par la phrase « magique » censée induire les conditions d'accès (accord, lâcher-prise) et la visée d'un moment pertinent au but de l'entretien d'explicitation par la formulation d'une intention éveillante.

Pouvons nous expliciter cet accès ? Pouvons nous faire une introspection détaillée de cet acte essentiel à la pratique de l'explicitation ? Que pouvons-nous apprendre de cette description ? Qu'avons-nous à y gagner ? Avons-nous les outils pour en saisir toutes les finesses ?

Souvenons-nous que nous avons déjà essayé il y a longtemps de nous approcher de ce thème et que nous avons tous échoués à le faire, et tous de la même manière ! Dans l'incompréhension où nous étions à cette époque, de bien distinguer le V1 ou Vécu de référence, du V2 ou Vécu de l'entretien d'explicitation dans lequel V1 n'est que le contenu remémoré et verbalisé, et enfin de V3, ou troisième Vécu, ou en quelque sorte "méta entretien", dans lequel on mène un entretien d'explicitation sur les actes de l'explicitation qui se sont déroulés durant V2. Et nous, à chaque fois, en visant V2, nous avons eu tendance à dériver dans le questionnement vers le contenu de V2 et non pas sur les actes mis en œuvre à ce moment ! Et ce faisant, à replonger dans la description de V1, et non pas de décrire les actes de V2 sont précisément ceux qui caractérisent l'entretien d'explicitation.

Comme souvent depuis plusieurs années maintenant, notre but dans l'Université d'été était donc de se donner possibilité de pratiquer un entretien sur les actes de V2 en particulier sur la mise en évocation, et pour cela il nous fallait créer les conditions pour pratiquer un entretien de recherche V3. Donc, dans un premier temps lancer un entretien d'explicitation classique V2 pour éveiller un vécu passé (V1) et le faire décrire. Ceci étant fait, ou simplement amorcé (l'exploration détaillée de V1 ne nous intéressait pas, la seule information que nous voulions obtenir était relative au vécu de mise en évocation), le V2 était interrompu et un entretien V3 sur l'acte d'évocation (pas sur son contenu !) était pratiqué.

Longuement pratiqué !

Dans notre petit groupe par exemple, et il n'est pas le seul, il y a eu deux recueils d'information de plus de six heures cumulées sur plusieurs demi journées, alors que les deux autres n'ont pris que deux heures ...

Ce qui c'est donc confirmé au plan méthodologique, c'est l'intérêt de faire des entretiens pas trop long (une demi-heure au maximum), délibérément interrompus par des discussions, des bilans, des mises au point, et des reprises indirectes en se posant des questions sur ce qu'a dit A, sans l'interroger directement, ce qui a comme effet merveilleux, qu'en écoutant ce qui se dit devant lui à son propos, il ne peut s'empêcher d'aller chercher les réponses dans son vécu, en évocation, et d'apporter de nouvelles informations. Maryse Maurel a le projet d'un gros article sur ce travail de reprise, et des techniques de questionnement indirects, que j'appelle des « mines de rien ». Un des effets puissants de ce mode de travail, est la mise à jour de couches de vécus d'arrière-plans. Le premier aspect décrit, quand on y revient lors d'une reprise, laisse la place à la prise de conscience et la mise en mots d'images, de prises d'information, de pré-décisions, de conflits passagers de micro-régulations (en particulier entre le contrôle et le contre-contrôle). L'abondance des informations supplémentaires accessibles s'est révélée vraiment impressionnante. Chaque moment vécu paraît alors relever d'une partition d'orchestre où plusieurs « instruments » jouent en même temps, se complètent, s'accompagnent harmonieusement ou créent des dissonances et ne peuvent ensuite être explicités qu'en plusieurs séances successives de questionnement. Un seul entretien, même très long, n'apporte pas la décentration nécessaire pour revenir sur un moment et en faire apparaître tous les événements fugaces, superposés, contradictoires de façon passagère.

3/ Analyse a priori de ce que l'on voulait documenter.

Le but de cette analyse a priori, est de clarifier pour chacun quelles sont les étapes qu'il a documenté ou pas. Cette analyse privilégie le déroulement temporel, chaque étape qui est distinguée devrait être renseignée à des degrés de finesse pertinents pour établir l'intelligibilité du résultat. Ensuite pour chacune de ces étapes peuvent être établis, si le contenu, les actes,

le(s) personnage(s) sont documentés, et encore le degré de fragmentation ou d'expansion chaque fois que c'est nécessaire.

Schématiquement toute intention éveillante peut toujours être analysée a priori en plusieurs étapes principales.

- **un ante début lointain, avec tous les horizons qui donnent sens à la situation d'entretien,**
 - - Toute situation ponctuelle s'inscrit dans un horizon d'attentes, de projets, de références implicites à des vécus comparables réels ou fantasmés, une histoire relationnelle, des degrés d'expertises etc. le cadre institutionnel dans lequel le travail s'insère, qui joue un rôle plus ou moins important, mais qui est nécessairement présent, qui constitue un climat relationnel. En particulier dans notre cas, il est crucial de savoir si A est venu avec un projet pré-défini, ou bien s'il a « réfléchi » à ce qui serait intéressant, ce qui va laisser peu de place à l'étape d'induction de l'éveil, puisque la situation passée est déjà délimitée, réflexivement évaluée et que le contrôle va dominer, ce qui rendra l'accès à l'évocation du passé très difficile, voire impossible (puisque'il y a antagonisme direct entre évocation et contrôle).
- **un ante début récent lié à la mise en place de l'entretien, à la fois pour A, pour B,**
 - - la mise en place de leur relation, donc un accord préalable sur ce que l'on fait ensemble, contrat d'attelage, est-ce A qui s'accorde à la demande de B, ou B qui s'accorde au besoin exprimé par A ?
 - un marquage du début, induction d'une centration sur la tâche, transition claire entre le bavardage amical et l'activité finalisée d'entretien (genre : ok, on y va ? ou bien tu es prêt ? on peut commencer),
- **une induction** de l'éveil par des paroles de B adressées à A avec toute son attention disponible pour cela , à condition que A ne soit pas déjà pris par ses propres projets, par son contrôle qui dévalorise d'avance tout ce qui pourra venir, en le traduisant par un discours sur le fait qu'elle ne sait pas qu'est-ce qui pourrait faire l'affaire (comme c'était conscient qui savait d'avance ce qui allait venir en réponse à l'induction), tant que A ne change pas de disposition les conditions pour produire une intention éveillante par induction ne sont pas réunies (voir les exemples dans le compte-rendu du petit groupe Evelyne, Nadine, Patrick).

Sinon l'induction va passer par plusieurs temps, dont il est intéressant de savoir comment ils ont été vécus par A :

- - une demande discrète de consentement (je te propose, si ça te convient ...)
 - une induction de changement d'acte interne, (de prendre le temps, de laisser revenir ...)
 - une induction de visée, pouvant contenir une indication temporelle ou pas, et obligatoirement une visée thématique (un type de contenu, un type de situation, des critères attachés à un type d'activité).
- **L'accueil** de l'induction par A, c'est-à-dire un moment de transition, plus ou moins bref, plus ou moins conflictuel (régulation entre une pluralité de personnages), avec des modifications d'état interne, surprise, plaisir, refus, chez A entre les derniers mots clarifiant une visée et le début d'une réponse,

- **L'éveil**, c'est-à-dire le début de la réponse à l'induction, caractérisé -s'il est authentique- par une émergence, (est émergent ce qui n'a pas d'antécédent conscient, qui n'est donc donc ni réfléchi, ni raisonné, ni préparé).

Ce qui est fondamental c'est qu'on lance un éveil sans le désigner avec précision puisqu'on n'en connaît pas le contenu d'avance et que le but de toute la manœuvre est de le faire émerger. L'intention est de provoquer un lien associatif, donc une réponse qui va être en lien avec l'induction. Un tel lien est par définition produit par une association, c'est-à-dire sur une relation inconsciente (non traitée par la conscience réfléchie, par le raisonnement), basée sur un lien de ressemblance, (ce qui va venir aura toujours des affinités, des analogies avec la proposition de visée), sur un lien de récence, de causalité, de proximité. Ces liens peuvent être imagés, agis, sémantique, etc... Mais dans tous les cas on devrait toujours pouvoir établir a posteriori le lien de ressemblance entre ce qui a été éveillé et les mots inducteurs de la visée.

Dans notre groupe, pour les quatre exemples, l'induction est efficace, et on peut comprendre a posteriori la pertinence du lien associatif entre les mots inducteurs et les propriétés des réponses. L'activité associative inconsciente a bien fonctionné. Reste à en décrire l'advenue pour la rendre intelligible.

- un **remplissement** une fois que l'éveil qui donne le résultat de l'induction s'est accompli, ce remplissement qui peut avoir différentes qualités, 1/ la qualité du rapport au passé, sa chaleur, sa présence, son intensité sensorielle, 2/ le niveau de détail, sa complétude, 3/ la reconnaissance du fait que c'est moi qui l'ai effectivement vécu,

Quelques résultats obtenus, dans notre petit groupe (Béatrice, Eric, Frédéric, Pierre).

- Quant à la dynamique de l'intention éveillante,
 - - 1/ obtenir une réponse émergente, imprévue, non contrôlée, non réfléchie : c'est le cas pour les quatre, ils y a eu pour chacun une vraie surprise dans la réponse à l'induction. On a vraiment de beaux exemples très clairs de l'effet d'une induction visant un éveil à partir de l'inconscient. Et du même coup, de bons exemples où le contrôle a priori du résultat ne bloque pas l'association.
 - 2/ vérifier a posteriori la cohérence du lien associatif entre l'inducteur (la visée) et le résultat (l'éveil),

Par exemple dans notre petit groupe.

- les inducteurs « récent" et « intéressant" donne pour Béatrice : deux jours avant pendant le stage, et un événement qui a été très important pour elle, on a bien une correspondance entre inducteurs et contenu de l'éveil.
- les inducteurs « récent" et « compétent", donne en réponse pour Fred, le mois de juillet et la lecture de Schopenhauer, puis un rejet, et d'autres choses dans le prolongement, qui vont le ramener au mois de juin à propos d'un événement important qui atteste de sa compétence professionnelle,

- les inducteurs « récent » et "activité avec tes mains", donne pour Pierre, l'activité de bricolage de cette été à Linard comme toile de fond récente et une difficulté indistincte à réaliser quelque chose avec ses mains, puis la situation de vannerie, puis la finition difficile de la fixation de l'anse de panier. Le critère temporel « récent » est respecté, et le critère de type d'activité « avec les mains » aussi puisque tout ce qui est éveillé se rapporte au travail difficile des doigts.
- pour Eric, l'induction est sans proposition temporelle, mais composée de deux critères, le premier «où tu as appris" et le second définit une zone géographique « Afrique", ce qui le renvoie à Dakar comme localisation africaine et dans une activité professionnelle importante où il y a eu un apprentissage, et l'on découvre qu'en l'absence d'induction temporelle Eric à laisser émerger une situation d'il y a 25 ans.
- 3/ description fine des étapes qui vont de l'écoute de l'inducteur à l'éveil considéré par A comme lui convenant tout à fait. Nous avons une grosse quantité de matériaux vidéos et audios à transcrire, la récolte a été très précieuse et sera exploitée dans des articles futurs.
- 4/ aller chercher le schème organisateur de l'éveil de l'émergence, donc mettre à jour « qui » de moi a répondu à l'association induite : c'est probablement le point qui méritera d'être mené plus loin.
- 5/ régulation de l'action, voir apparaître des tentations de contrôle, et une instance qui opère un contrôle du contrôle.

Par exemple, Frédéric a la tentation de refuser poliment (contrôle) l'induction de B étant trop surpris par la proposition, et aussitôt il régule cette tentation (contrôle du contrôle) pour accueillir ce qui vient comme réponse ; Pierre a une première image qui vient en réponse, et il sait que ça renvoie à une situation qui ne se donne pas (sentiment intellectuel de savoir sans savoir quoi précisément), il a la tentation, l'envie de dépasser cette limite en faisant un effort de mémoire (essayer de contrôler le rappel), et une autre instance agit pour laisser aussitôt de coté cette tentation pour s'ouvrir à ce qui va se donner d'autre (contrôle du contrôle).

- 6 / la méthodologie de questionnement à plusieurs (mais pas en même temps) et les effets de décentration, de délocalisation de l'attention en utilisant des reprises (on s'arrête, on discute devant A) et ça déclenche une nouvelle exploration (la technique du mine de rien). Peut-être que cette technique n'est pas anecdotique, mais au contraire ouvre de nouvelles possibilités d'approfondissement de l'explicitation, (dans notre sous groupe le recueil de donnée a pris jusqu'à sept heure, entrecoupé par des pauses, des reprises, des bilans).

Nous aurons certainement l'occasion de discuter longuement de tous ces points au fur et à mesure que des articles seront écrits par l'un(e) ou l'autre des participant(e)s dans les prochains numéros d'Expliciter.

Compte rendu Université d'été 2019

Sous-groupe : Nadine – Patrick – Evelyne

Pierre nous propose de revenir sur le thème de l'évocation. Il nous invite à reprendre le travail, commencé dans le passé, de description de l'acte d'évocation pour mieux le connaître.

Il nous rappelle que l'intention éveillante introduite par B au démarrage d'un entretien, a pour objet de viser quelque chose d'inconscient chez A, de viser l'éveil de la mémoire passive. L'idée, dans cette université d'été, est de décrire l'acte d'évocation, de questionner comment j'accueille, comment je reçois l'intention éveillante, qu'est ce qui fait que quelque chose en moi résiste ou au contraire qu'est ce qui rend disponible des réponses émergentes.

Pierre nous propose de prendre pour objet d'entretien d'explicitation un vécu plus ancien qu'un exercice qu'on viendrait de faire, un vécu suffisamment ancien pour qu'une partie de soi pense qu'il a tout oublié. La question de recherche c'est de s'approcher de la description de l'acte d'évocation. La méthode consiste à mener un entretien d'explicitation d'un vécu un peu lointain ; puis il sera fait un entretien sur le vécu de l'entretien qui vient d'avoir lieu à propos de l'accès de A à l'évocation.

Avec Nadine, Patrick et Evelyne, nous formons un sous-groupe et dans le 1^{er} temps de travail nous menons 3 entretiens sur un vécu plus ou moins ancien et 3 entretiens sur le vécu de l'accès à l'évocation au cours de l'entretien qui vient d'avoir lieu :

Depuis que nous connaissons la consigne, Nadine et Evelyne n'ont à l'esprit aucun moment qui leur serait venu et qui les intéresserait de décrire. Patrick si.

-
- ↳ Evelyne interviewe Nadine. L'objet de l'entretien sera sur un moment de vacances au Portugal en mai-juin. Puis Patrick interviewe Nadine sur l'acte d'évocation au cours de cet entretien. Il en ressort que l'intention éveillante « *un moment qui t'intéresse* » est trop globale et n'aide pas A car elle génère des tas de questions : « *où, quand, comment ; qu'est-ce qui est intéressant, est-ce que c'est intéressant ?* » A papillonne et n'arrive pas à fixer un moment. A ne dit rien et B lui parle et la guide en proposant : « *cette année* », « *de dérouler chronologiquement* ». Cela l'aide à accéder à un moment et à rentrer en évocation. Elle s'arrête sur une semaine de vacances au Portugal. A nomme différentes choses dont "*un moment où elle est devant la mer* » Elle ne dit pas que c'est cela qui l'intéresse car B ne lui demande pas. A et B sont à la recherche d'un moment spécifié dans une semaine de marche, le déroulement chronologique proposé par B va permettre à A d'être en évocation mais pas sur le moment qui intéresse spécifiquement A.
 - ↳ Patrick interviewe Evelyne qui n'a toujours pas la moindre idée de ce dont elle va parler et pour qui rien ne vient. Il se passe du temps entre le moment où A reçoit l'intention éveillante et où A s'arrête finalement sur un moment spécifié. L'entretien portera sur le moment où elle fait « *la peinture de la chambre* ». Puis, Nadine interviewe Evelyne sur l'entretien qui vient de se passer. L'intention éveillante posée par B ne l'aide pas. Elle accède à des vécus lorsqu'elle déroule ce qu'elle a fait cet été et annonce « *le moment où elle a appris à faire du tissage* » qu'elle ne retient pas pour l'entretien ; puis lui vient le moment de « *la peinture de la chambre* » et elle décide de prendre ce moment pour l'entretien, mais n'entrera pas totalement en évocation. « *Elle évoque avec sa tête* », « *pas avec tout son être* », quelque chose bloque.
 - ↳ Patrick sait tout de suite sur quel vécu il veut revenir. Il est intéressé de revenir sur l'entretien de l'été dernier qui lui a donné des informations sur son fonctionnement mais il a le sentiment d'inachevé et il a envie de continuer à décrire son vécu de l'auto explicitation de l'anagramme. Nadine l'interviewe et A est tout de suite en évocation du moment où l'image construite l'année dernière lui apparaît : une représentation mentale de son fonctionnement interne une « *porte imaginaire, verte* » « *qu'il ferme ou pas permettant de filtrer ses*

pensées ». L'intention éveillante suffit à se connecter à ce moment, l'image s'affiche immédiatement. Toutefois, il n'y a pas vraiment évocation, car pas accès à des informations nouvelles. Il semble qu'il y ait blocage.

D'exercices en débriefings nous avons à chaque étape fait le choix de garder le même A. Il y avait un intérêt pour lui et nous voulons tenter de comprendre la difficulté qu'a A à se mettre en évocation. A cherche à comprendre ce qui fait qu'il se laisse envahir par ses pensées, et nous cherchons à observer ce qui empêche A d'être en évocation et à trouver le moyen qui lui permettrait d'y être. Nous avons testé différentes choses :

- ↳ Un entretien suivi d'un «mine de rien » un peu théâtral : Nadine est à l'initiative et Evelyne saisi tout de suite, de manière spontanée et complice, et d'un accord implicite elles se parlent sans laisser de place à la parole de A. Ensuite Nadine a mené un entretien auprès de A, où A est en évocation du moment où il a cette image mentale de ce qu'il fait lorsqu'il fait son auto explicitation. Il décrit son activité cognitive et il donne un élément nouveau avec l'image de la nébuleuse qui lui est apparue pendant le « mine de rien ». Mais rapidement A quitte l'évocation car B croit que la nébuleuse désigne ses questions. Alors Evelyne relaye car en observateur elle repère que A identifie des éléments nouveaux. Ce qui nous donne de la matière pour tenter d'aller plus loin.
- ↳ Après un débriefing collectif, où nous traitons de la chronologie de l'acte d'évocation et de la question de la causalité, les choses semblent s'éclaircir pour Nadine qui propose une autre modalité de travail. Comme le contrôle de A est très actif, Nadine, dans le rôle de B tente de tromper la vigilance de ce contrôle. Cela ressemble à un débriefing, un échange informel pour s'informer de quand vient cette envie de revenir sur ce moment. Puis les questions s'intensifient sur le mode de l'explicitation, le but étant de documenter, si c'est possible, l'ante début. Cela nous apprend que A a l'intention de revenir sur ce moment où l'image mentale se produit (et qui a été une prise de conscience pour A l'été dernier) parce qu'elle a été plus ou moins présente tout au long de l'année. Il y a eu des moments où elle a été en sommeil et des moments où elle s'est éveillée. Ce que B croit être une intention éveillante n'est en fait que le moteur interne de A qui s'active.
- ↳ Constatant cela nous cherchons des détours car nous nous sentons dans une impasse. Nous proposons de trouver une consigne qui surprenne A (Ce sera un exercice de détente et une explicitation de ce vécu). Les 2 B (sans la présence de A) s'accordent sur la méthode, le déroulé, qui fait quoi, la rédaction de toutes les consignes et des intentions éveillantes. Evelyne animera un temps de détente, Nadine mènera l'entretien d'explicitation d'un moment de ce moment. L'entretien d'explicitation met en évidence qu'en v1 (vécu de l'exercice de détente) un mot suffit pour conduire A à analyser ce qui se passe et le sort du moment présent. En v2 A est en prise avec son v1, en évocation à certains moments mais peut très vite par une décision, une réponse nette ou un mouvement de recul en sortir.
- ↳ Pour continuer nous tentons la technique de méta position pour observer ce que cela produit et Nadine propose de faire un « Feldenkrais » qui nous n'apportera pas vraiment d'élément nouveau.

Ce que ce travail nous a appris :

Nous avons tourné autour de la question de "la difficulté de A à être en évocation ". Nous avons constaté à maintes reprises que le contrôle était très actif au point de piloter lui-même « l'intention éveillante ». Nous avons tenté toujours avec l'accord de A de tromper ce contrôle, par l'effet de surprise. Nous retenons les points sur lesquels nous avons butés ; ils nous ont permis de développer nos compétences même s'ils ne sont pas uniquement liés à la question de la recherche.

- ↪ La clarification des descriptions des vécus : Dans le cas de Patrick le vécu de référence était la réalisation de l'anagramme (V1), le 2^{ème} vécu était l'auto-explicitation de la réalisation de l'anagramme (V2), l'entretien d'explicitation portant sur la description de l'auto-explicitation qui intéresse A de poursuivre car inachevé est un 3^{ème} vécu (V3). Au cours de nos entretiens nous avons eu des moments de confusion entre les V2 et V3. De ce fait les questions ne servaient plus notre objectif.
- ↪ De même, nous avons dû faire une mise au point sur une autre confusion. L'image que A convoquait aussi facilement qu'on appuie sur un bouton pour que la lumière s'allume était la représentation de la manière dont il avait opéré son auto explicitation de l'anagramme et non le vécu de ce moment précis. De ce fait l'accès à l'évocation était tronqué, alors que nous le prenions pour argent comptant.
- ↪ La chronologie de l'acte d'évocation :
- Pour notre A principal : B donne « *le verbe* » qui fait l'effet d'un top départ. L'évocation est éveillée par l'intentionnalité propre de A, pas par l'intention éveillante donnée par B. A a la volonté d'aller en évocation, A a le sens et l'intérêt d'y aller. Il a la volonté de lâcher prise, et se dit à lui-même « *lâche prise* », une partie de lui « *donne le feu vert* » ; en fait le contrôle est actif car ce n'est pas comme cela que ça marche. A reste alors au bord de l'évocation, c'est comme s'il était devant le film de son vécu et qu'il le décrit de cette place-là. Il lui suffit d'une pensée, d'un commentaire, d'une association et il sort de l'évocation aussi vite qu'il a pu y entrer. Parfois la qualité de son évocation se décline ainsi: « *je n'aspire pas à aller ailleurs, je me détends, il n'y a pas de tension, pas de fatigue mentale, ça donne accès à des ressources* ». Toutefois nous ne savons pas quelle est l'instance qui organise le contrôle sur le lâcher prise.
 - Pour les deux autres A : l'intention éveillante ne se suffit pas à elle-même. B doit accompagner, en apportant des pistes, des propositions, trouver les mots justes, la proximité et le ton juste. Il y a aussi la crainte d'ennuyer les autres qui est un frein à l'acte d'évocation.
 - L'utilisation de mot "*un moment intéressant*" dans l'intention éveillante peut provoquer une certaine désorientation pour A. Nous n'avons pas exploré plus ces questions. D'autres choix que ceux que nous avons faits auraient pu nous permettre d'explorer d'avantage cet aspect.
- ↪ Le contrat d'attelage est essentiel pour s'accorder sur le sens de ce que l'on va faire ensemble, il peut prendre différentes forme comme un échange sous le mode de la discussion.

La question qui reste entière est de savoir comment B peut faire avec le fait qu'il y a ce dont A parle et ce dont A ne parle pas, il y a ce que B demande et ce que B ne demande pas. Parfois A voit, sent, perçoit des choses que B ne demande pas, et donc A ne le dit pas. Parfois A dit des choses sous l'effet de l'intention éveillante mais ne sait pas au moment où cela s'éveille la portée de ce qui vient si B ne lui demande pas. C'est une affaire en deux temps. C'est peut-être un peu confus. En tout cas c'est une piste que notre sous-groupe aurait pu explorer.

Vécus de « tomber en évocation » et, de « l'étonnement de soi » au cours d'un été de formation intense à l'explicitation.

Béatrice Aumônier.

Cet article trouve son origine dans le *continuum* d'une profonde reconnexion à moi-même à travers l'expérience de plusieurs vécus de « *tomber en évocation* » qui produit celle de « *l'étonnement de soi* » (Vermersch, 2014). Ainsi que le souligne P. Vermersch (1996), « *vivre l'expérience subjective est spontané, sans préalable ni conditions ; décrire, analyser l'expérience subjective est une expertise.* » (p. 1) Après un été de formation intense et intensive aux techniques d'explicitation, je me propose de décrire et de commencer à thématiser l'expérience subjective de « *tomber en évocation* » associée à « *l'étonnement de soi* » que cette manière d'entrer en évocation a généré pour moi.

L'expérience étonnante de « *tomber en évocation* », qui me questionne, *a posteriori*, constitue, en effet, le fil rouge des 3 moments de formation à l'explicitation auxquels j'ai participé à Saint Eble, cet été (2019). Ma question de départ se formule donc ainsi : en quoi « *tomber en évocation* » peut-il créer un « *étonnement de soi* » ? Cette expérience produit, d'après mon vécu, un étonnement de soi-même, différent du simple effet de surprise. Ces faits se sont réitérés à plusieurs reprises, lors du stage d'auto-explicitation en juillet où j'ai vécu un premier « *tomber en évocation* » que je considère aujourd'hui comme l'*ante-début*, pré-réfléchi, de cette expérience, puis dans le stage de perfectionnement à l'EDE sur les techniques de décentration et les « *personnages de soi* » qui marque un point de bascule dans ma posture et ma manière d'entrer en évocation, l'instauration de la passivité se faisant facilement grâce à l'aspect ludique des exercices. Lors de l'université d'été qui s'inscrit dans le prolongement direct du stage précédent, j'ai le sentiment d'accéder à l'évocation instantanément et de descendre dans ma profondeur. J'incarne, alors, dans ma position de A, le fait de « *tomber en évocation* ». Il en résulte un profond « *étonnement de soi* », fait d'une proximité à soi, d'une découverte d'aspects de soi inédits, voire d'une « *re- création* » de soi à travers le renforcement et l'opérationnalisation d'une nouvelle posture. La rédaction de cet article constitue donc également le pas suivant de l'opérationnalisation d'une découverte/actualisation de parties de moi et, de leur emboîtement à travers une nouvelle posture, qui incarne « *celle qui ose* » mettre en œuvre sa créativité en explicitation.

Dans un premier temps, je m'attacherai aux questions de définitions en montrant ce qui distingue surprise et étonnement et, les liens que ces deux notions entretiennent en m'appuyant sur ce que j'en connais déjà, à travers un vécu expérientiel marquant, antérieur à ma formation aux techniques d'explicitation. Puis, dans un second temps, à travers quelques fragments prélevés dans mon vécu en AE ou en EDE de cet été, je revisiterai ce que je nomme « *tomber en évocation* » et, en quoi « *tomber en évocation* » génère un « *étonnement de soi* » et ce qu'il suppose de mise en jeu de soi en tant que sujet en (trans)formation à la fois dans sa posture, son fonctionnement cognitif et le développement de nouvelles compétences et modalités d'action et de pensée dans le cadre de l'explicitation.

1. Définitions : surprise, étonnement et « étonnement de soi ».

1.1. Surprise versus étonnement ?

1.1.1. La surprise, une notion encore fugace.

Dans le langage courant, les deux termes sont fréquemment employés l'un pour l'autre, comme étant des synonymes. Selon Ardoïno (2002), l'étymologie nous montre qu'il importe cependant de discerner entre surprise et étonnement. Selon la définition proposée par le CNRTL, la notion de surprise correspond au « *fait d'être surpris, pris au dépourvu* » ; c'est ensuite « *l'état de*

trouble », « *l'émotion* » qui découle de ce fait premier. Un extrait³ de la philosophie de la volonté de P. Ricoeur (1949) précise les aspects que peut revêtir la surprise : « *La surprise est l'attitude émotive la plus simple et pourtant elle contient déjà toute la richesse de ce qu'on peut appeler le phénomène circulaire entre la pensée et le corps. Dans la surprise, le vivant est saisi par l'événement subit et nouveau, par l'autre ; ceci est plus fondamental, plus primitif que l'amour et la haine, que le désir, que la joie et la tristesse...* » (p. 238). Je relève la relation établie par P. Ricoeur, entre la pensée et le corps dans un phénomène d'interaction ; c'est un des éléments de mon vécu de la surprise lors du stage d'auto-explicitation, sur lequel je reviendrai plus loin. La surprise produit alors une sorte de « saisissement » profond dans mon corps qui donne plus d'acuité à ma perception et ouvre le champ de mon attention. Je retrouve donc dans ce vécu ce que souligne P. Ricoeur que, la surprise est plus enracinée dans le « vivant » du corps que d'autres émotions.

La définition de la surprise proposée par N. Depraz (2018), bien qu'assez similaire apporte des compléments d'information : « *Au mot "surprise", on associe le plus souvent un sursaut, un choc, une rupture, un mini-décrochage. En termes temporels, on l'identifie à cet instant subit où – topos spinoziste -, je reçois une tuile sur la tête (...). On lui prête alors la qualité de l'inattendu, à quoi on la réduit souvent : "j'ai été surpris" se redouble d'un "je ne m'y attendais pas". Ces mots et expressions signalent son caractère ponctuel et saillant ainsi que la passivité qui caractérise le sujet sous le coup de l'événement.* » (p. 29) L'auteure met donc en exergue le caractère inattendu du phénomène de la surprise qui surgit de manière soudaine, son caractère ponctuel et saillant. Ce phénomène est donc limité sur le plan temporel, il est bref et imprévisible. Ce qui suscite surtout mon intérêt est l'indication que la surprise est reçue **passivement** par le sujet qui, ne s'attend pas à l'événement qui survient. Je fais un pont avec ce qui me surprend dans « *tomber en évocation* » et m'interroge sur la question de la passivité qui l'accompagne et, qui est d'ailleurs nécessaire pour y entrer. L'auteure envisage aussi ce temps bref de la surprise comme une dynamique présentant des micro-phases et des variations : « *La surprise, loin d'être réservée au sujet (surpris) ou limitée à l'objet (surprenant) tient dans une dynamique [...] La surprise, une dynamique : une phase d'attention, qui a la configuration d'une attente ouverte colorée d'émotion se modulant en détente-sérénité ou en tension-anxiété ; puis, une phase de choc-rupture qui prend la forme d'un blanc d'antenne ; enfin, une phase de répercussion ou d'effets qui peut être une résonance immédiate (soulagement, sidération), puis s'associe à de multiples modulations et boucles de régulations attentionnelles* ». (Ibid., p. 30) N. Depraz met en mots, en construisant un modèle de la surprise, des invariants de vécus singuliers qui surfent tantôt sur le versant positif, tantôt sur le versant négatif de la surprise. Pour ma part, je conserve encore en moi, sous forme d'une trace organique, les vécus d'une expérience de la surprise, des émotions associées et de l'effet de sidération liée à une épreuve d'examen de certification qui présente les deux versants de la surprise (Aumônier, 2016). J'ai eu, en effet, la mauvaise surprise, de l'ordre d'une déconvenue, de tirer un sujet non traité en formation, puis, par un basculement inattendu de la situation, la surprise sidérante et, cependant, positive de parvenir à traiter la question avec des ressources inconnues de moi, qui se sont mobilisées soudainement face au stress. Ce stress semble correspondre dans mon expérience à ce que l'auteure nomme « *tension-anxiété* », il s'est inversé pour moi, devenant même un élément moteur par le dégagement d'une force interne. Je retrouve donc, à travers ce que N. Depraz catégorise comme une *structure de condition expérientielle* via l'attention, puis une *structure d'implication expérientielle*, supportée par la dimension émotionnelle, ce *choc-rupture* de la surprise. Ce choc a effectivement introduit une sorte de blanc cognitif dû à la *résonance émotionnelle* teintée d'un fort sentiment négatif d'injustice, lors de cette situation stressante d'examen (Aumônier, 2016 ; Aumônier, 2017). Le paradoxe dans mon vécu de cette

³ Cité par le CNRTL, comme exemple, dans la définition du mot « surprise ».

époque réside dans la manifestation de modalités de pensée inhabituelles, mobilisées par une part de moi que je ne (re)-connaissais pas. Le stage d'EDE de cet été sur les techniques de décentration m'a conduit, en tant que sujet en formation, à prendre conscience que plusieurs parties de soi existent et, interviennent au moment où je ne m'y attends pas, sous forme de « personnages de soi » à la fois surprenants et, étonnants. Ils constituent pour moi ce que je nomme la mobilisation de ressources internes. La condition de possibilité pour qu'ils s'expriment me semble être l'établissement d'un « contrôle du contrôle » qui régule la part trop volontaire de la cognition et favorise l'expression d'une forme de pensée plus spontanée et intuitive. Peut-être est-ce cette structure pluripartite de qui est « Je », vécue en acte lors du stage de techniques de décentration, qui fait que je perçois rétrospectivement ma surprise lors de l'examen de 2009 sous un jour différent ? Cette surprise n'en n'est pas restée là. Elle ne s'est pas figée et, a muté pour moi en étonnement, source de mon questionnement et de ma motivation profonde et, immanente, à mener une recherche doctorale. Il m'apparaît donc que si la surprise est première, point saillant dans l'expérience qui mobilise l'attention et, l'émotion, elle trouve son prolongement dans l'étonnement dont elle fait partie, en tant qu'élément déclencheur. C'est ainsi que ce processus surprise/étonnement a opéré en moi : « (...) *alors que je songeais à abandonner en cours d'épreuve, je me suis sentie animée par une force intérieure qui a mis en mouvement ma cognition sur un mode inédit. Mon exposé s'est déroulé ensuite sur ce mode inhabituel. J'ai assisté, en effet, à la naissance et au déploiement de ma pensée, en direct, au sein d'un flux continu de sensations corporelles qui se jouaient à bas bruit en moi durant ma prise de parole. Ce phénomène radicalement nouveau pour moi a constitué une source d'étonnement très fort, et en même temps brouillé mes repères.* » (Aumônier, 2016, p. 10) J'irai jusqu'à dire pour reprendre la terminologie de la description de la structure temporelle de l'action, propre à l'explicitation que la surprise constitue, en quelque sorte, l'*ante-début* de « l'étonnement de soi » : « *Ce caractère d'imprévisibilité a constitué un point marquant ; l'effet de surprise m'a interpellée, quant au surgissement, aux modalités et au contenu de ma pensée qui s'est déployée dans une dimension créatrice que je ne soupçonnais pas.* » (Aumônier, 2016, p. 11). En ce qui concerne mon vécu de « *tomber en évocation* » lors de l'université d'été dans le sous- groupe auquel j'ai participé, il me semble que la notion de dynamique est aussi très présente dans cette sorte d'instantanéité d'accès à l'acte/état « évocatif ». Cela me donne le goût de réfléchir à une esquisse de modélisation à partir d'un schéma encore confus réalisé lors de l'université d'été, cependant c'est un travail d'emboîtement de tout de moi qui mérite que je prenne le temps de laisser encore décanter et, qui pourra faire éventuellement l'objet d'un autre article ultérieurement.

1.1.2. L'étonnement, un phénomène et un concept en lien avec un engagement actif de la part d'un sujet conscient.

L'étonnement se rapporte à une émotion causée par un événement ou une réalité qui questionne le sujet qui en fait l'expérience, par son caractère inhabituel, inattendu, étrange ou encore difficile à expliquer. Il semble comporter aussi plusieurs degrés ou niveaux. Il peut être parfois très intense et, on parle alors de stupéfaction, voire de sidération. Dans son sens fort, il peut également être associé à la notion de « *merveilleux* ». Pourtant, il diffère de la surprise dans la mesure où il suppose une conscience humaine, donc l'activité mentale d'un sujet. La cause de l'étonnement me paraît être la prise de conscience qui génère un questionnement de la part du sujet, alors que la surprise est générée par un événement extérieur à la pensée, qui ne dépend pas du sujet.

L'étonnement pourrait donc apparaître comme un « *ouvreur* » de la pensée à travers le questionnement intéressant qu'il suscite, à travers aussi un élan, ou un moteur de motivation à l'intérieur de soi pour élucider une situation. C'est clairement le cas dans les pratiques d'explicitation que j'ai vécues cet été. Ce sont des pratiques de formation professionnelle ou à la recherche qui amènent aussi à la connaissance et au développement de soi, en tant que sujet

décrivant son vécu expérientiel en première personne, en auto-explicitation, ou par la médiation d'un ou plusieurs B. Ces techniques de soi entretiennent un « étonnement de soi ». Comme le souligne J. Dewey (2014), « *Où il y a étonnement, il y a désir d'expérience, de contacts nouveaux et variés. Seule cette forme de curiosité garantit avec certitude l'acquisition des premiers faits sur lesquels pourra se baser le raisonnement.* » (p. 37) Selon Ph. Mérieu (2014), l'étonnement présente encore d'autres facettes et, n'apparaît pas nécessairement conjugué à un effet brutal de surprise : « *l'étonnement, en réalité, vient toujours à bas bruit, avec un froncement de sourcils ou un léger mouvement de tête. Ce n'est pas vraiment un réveil en fanfare, plutôt un léger clignement de paupières, parce que, tout à coup, la luminosité a changé. On ne distingue pas immédiatement où est la différence. On cherche pourquoi, subitement, on a le sentiment diffus qu'il s'est passé quelque chose.* » C'est ce type d'étonnement se manifestant à bas bruit et rétrospectif qui m'a d'ailleurs incitée à reprendre en auto-explicitation un premier « *tomber en évocation* », encore discret lors du stage d'auto-explicitation de juillet. De la surprise étonnante à l'étonnement/questionnement qui ouvre la pensée et motive à comprendre les ressorts de ce qui joue dans l'expérience, le sujet apprenant, impliqué et concerné par son vécu expérientiel, reconfigure sa pensée et se maintient, en quelque sorte, en prise avec ce qui pose question pour lui. Pour ce qui me concerne, cela se traduit par un « *laisser infuser* » en moi. Y. Millou, (2018) thématise aussi clairement les étapes et le passage entre surprise et étonnement : « *L'étonnement ne dérive-t-il pas en quelque façon d'une surprise originelle dont il absorbe, de manière plus cognitive, le choc ou le sursaut ? Ce dernier initie l'événement-surprise, et l'étonnement caractérise l'état de stase et de reconfiguration produit dans l'esprit par la surprise.* » (p. 393). Ces éléments m'informent davantage et confirment, en quelque sorte, les ressorts intérieurs qui ont joué un rôle moteur dans mon vécu premier en 2009. La surprise produit d'abord un état de sidération durant lequel je repasse en boucle dans ma tête le film du déroulement des faits et revis les sensations éprouvées. Puis, l'étonnement associé à un questionnement survient et, installe, la nourrissant de l'intérieur, ma motivation sur la durée ; je m'engage activement dans une recherche universitaire et la mène à son terme malgré tous les obstacles rencontrés. L'étonnement a suscité et maintenu mon intérêt en prise durant toute ma recherche comme le révèle l'extrait suivant : « *Cette expérience du Sensible a perdu à mes yeux une partie de ce côté extraordinaire qui avait provoqué chez moi un effet de sidération. Mon repositionnement, grâce à l'acquisition d'une posture de neutralité active, m'a en effet conduite à envisager mon expérience sur un autre plan. Aujourd'hui, je la considère comme un cadre d'expérience, donc, comme un instrument me permettant d'interroger comment le fait d'instaurer une relation Sensible à son corps peut favoriser le déclenchement de modalités autres de la pensée qui ne sont pas mobilisées explicitement ou peu par comparaison avec la pensée ordinaire, dans la vie quotidienne, les apprentissages scolaires, ou la recherche. Il s'agit donc pour moi de chercher à comprendre, à partir de mon expérience, comment un processus d'emboîtement ou d'enrichissement des modalités de la pensée peut s'opérer dans des conditions spécifiques et de qualifier/définir ces modalités.* » (Aumônier, 2016, p. 20) Il me semble aujourd'hui avec un recul de 10 années et, la lecture que je peux faire de ce vécu sous le prisme des techniques d'aide à l'explicitation que ce processus de passage de la surprise à « *l'étonnement de soi* » est toujours actif et, bien vivant en moi. Une association s'est donc naturellement opérée entre mon vécu surprenant et étonnant de cet été de formation à l'explicitation et ce vécu de 2009, étonnant au sens fort. Mon étonnement actuel participe à ma motivation de sujet en formation qui se développe, non seulement sur un plan professionnel mais, se transforme et grandit aussi en tant qu'être. C'est l'enjeu que je vois, dans la notion « *d'étonnement de soi* » en explicitation.

1.2. Quid de « l'étonnement de soi » en explicitation ?

Pour P. Vermersch (2014), « *la technique de l'entretien d'explicitation n'est qu'un aspect du travail de soi possible, car n'oublions pas que toute mise en évocation est aussi un moment de*

présence à soi et peut donner l'occasion toujours émouvante de vivre l'étonnement de soi, et donc d'avoir des surprises, de faire des découvertes et, même quelques fois, d'être émerveillé. » [en ligne]. L'information importante est que l'acte d'évocation produit pour le sujet explicitant en introspection un « *moment de présence à soi* » qui peut aboutir à cet « *étonnement de soi* » à travers l'accès à une connaissance de soi. Je l'entends, pour ma part, comme un intérêt pour ce que j'apprends de moi, en tant que sujet, à travers ce rapport plus proche et, plus intense à moi-même et, comme les modalités qui se donnent dans ce rapport à soi inédit.

P. Vermersch (*Ibid.*) assimile aussi « *l'étonnement de soi* » à un émerveillement et, rapporte qu'il s'étonne toujours de ce que les personnes interviewées parviennent à retrouver de leur expérience vécue à travers un niveau de détails qu'elles ne soupçonnaient pas avoir mémorisés. De mon point de vue, c'est cet écart, entre ce que je crois avoir mémorisé et ce que j'ai mémorisé réellement, à mon insu, que je peux retrouver par un questionnement approprié qui me replonge dans la vivacité du vécu, qui crée de toutes pièces « *l'étonnement de soi* ». Il fait partie, à ce titre, de l'expérience vécue. Il me semble provoqué volontairement, mais indirectement par l'intention éveillante qui est proposée, pour ne pas dire lancée, par B pour éveiller la mémoire passive. Le projet de l'explicitation consiste aussi à faire passer des éléments de vécu relatifs à l'action et à la connaissance de soi de la conscience en acte ou directe (Vermersch, 2000) à la conscience réfléchie. Et, quand le réfléchissement s'opère par des prises de conscience, l'étonnement est bien présent. Je peux en témoigner à chaque fois que dans l'entretien en tant que A en Ede, quelque chose s'est éclairci ou précisé, cela s'est exprimé en moi par « *Oui, c'est ça !* » ou « *Ah, c'est ça !*, qui se passe en moi. A ce titre, peut-être, peut-on considérer que la pédagogie du questionnement de l'EDE est une « *pédagogie de l'interstice* » (S. Tessier, 2013) ? En effet, les questions ciblent souvent des *moments de blanc*, des temps où la personne n'a pas clairement accès à son vécu, ce qui rend impossible la reconstitution précise de l'engendrement causal de l'action ou de la situation. Le travail de récapitulation fait régulièrement par l'interviewer ou par le sujet qui auto-explicite un moment de vécu permet de pointer ce qui manque dans la description et de cibler plus finement pour parvenir à faire la lumière sur ces zones lacunaires, parfois très fines comme des interstices ou des marges inconnues. C'est là pourtant que se joue souvent un point de bascule porteur d'éléments capitaux pour accéder à la représentation des choses. C'est ce que les 3 co-chercheurs qui m'ont accompagnée comme B experts ont cherché à documenter, ce qui a permis de comprendre qu'il existait des couches de vécu multiples, présentes simultanément, dans ce micro-moment de « *tomber en évocation* » à travers un « *pof* » et, relatives à la détermination d'un moment d'évocation de V2 décrit en V3. Sans ce questionnement ciblé et ajusté qui amène à des prises de conscience, il est impossible de faire passer ce qui est inconscient mais, a cependant « *affecté* » la personne sous forme d'impressions ou, ce qui relève de la conscience directe et, se vit sans mise en mots, à la conscience réfléchie. Cette aide à l'explicitation participe ainsi aussi d'une *pédagogie de l'étonnement* (L. Legrand, 1960) pour moi en tant que A. J'ai trouvé « *extra-ordinaire* » de pouvoir retrouver tous ces éléments et, les moments, où ils sont apparus, ce qui n'est pas évident étant donné le foisonnement des informations recueillies. Un moment marquant est celui où je comprends que ce que je crois être un choix au départ est en réalité un processus qui tresse deux moments ensemble ; l'un où je découvre une nouvelle posture et de nouvelles compétences pour moi-même et l'autre où j'opérationnalise ce que j'ai découvert en accompagnant une personne. Ce processus se donne sous la forme de perceptions corporelles internes, comme une dilatation interne du thorax un étirement des tissus. Cela signe l'ajustement entre le mot « *choix* » qui n'était pas adéquat et le mot « *processus* » qui révèle la continuité des deux et l'intégration que j'opère de ce processus dans mes actions. C'est une mise en lien suivie d'une mise en application. (*Cf infra*). Je ne soupçonnais pas, en tant que A, qu'il était possible d'aller aussi loin dans la reconstitution des faits et du vécu. P. Vermersch (2014), quand il s'est prêté au jeu de l'interview, en tant que A, rapporte combien il a été étonné

dans un sens fort, d'abord, de stupéfaction, puis d'émerveillement : « *Plus tard, quand des personnes que j'avais formées me questionnèrent je fis l'expérience moi-même de cet étonnement. Et cet **étonnement de soi** se renouvelle à chaque entretien, et ne se banalise pas* » (Vermersch, 2014).

L'« *étonnement de soi* » semble donc porter un principe actif qui permet d'entamer un mouvement, voire même, de tracer un chemin vers soi-même. J. Thievenaz, (2016) insiste particulièrement sur le processus de subjectivité que l'étonnement engage par rapport à soi-même: « (...) *l'étonnement induit une démarche, la mise en route d'un processus actif par un sujet impliqué dans une situation. Il traduit la mobilisation d'un processus de subjectivité chez celui qui le vit et non pas seulement une sorte d'"arrêt sur image" ou de contemplation immobile* » (, p. 20). Rétrospectivement, je reconnais, en revisitant mon parcours de cet été, que c'est bien de cela qu'il est question quand j'ai ressenti lors de ma première mise en évocation durant le stage d'auto-explicitation de juillet à Saint-Eble. Une sorte d'« alarme interne » à travers un vécu interne que je n'ai pas nommé sur le moment, ni même identifié mais dont j'étais consciente pourtant, par une sorte d'intuition, qu'il pouvait constituer un jalon important ; il augurait du fait qu'un chemin commençait à se tracer dans la durée, à travers un « *tomber en évocation* » très ténu et, inédit. C'est un « étonnement de soi », sourd, circulant à bas bruit en moi, presque infra conscient. Pourtant, je sais rétrospectivement qu'une part de moi l'a capté et conservé dans un coin de sa mémoire passive. Le fait de me retrouver face à un même type de vécu fait revenir ce moment comme un flash et, je le reconnais, l'identifie comme l'anté-début de « *tomber en évocation* ». J'ai déployé depuis une auto-explicitation pour accéder à plus d'informations sur ce moment (Cf *infra*)

La notion « d'étonnement de soi » pourrait-elle servir de cadre de référence pour l'étude du phénomène de « *tomber en évocation* » ? Dans mon vécu expérientiel, ma mise en évocation, via un « *tomber en évocation* », m'apparaît comme un phénomène à double face ; un « **acte/état** » qui crée des conditions de proximité avec moi-même. Acte nécessaire pour contacter mon intériorité par un geste orienté vers le dedans de moi et, état, déclenché par la qualité du vécu au contact de mon intériorité qui me fait vivre le déroulé du présent en direct à travers ma conscience en acte.

Ce « *tomber en évocation* » comporte donc une dimension double. Il procède d'actes préparatoires, indirects par rapport à la volonté volontaire. Ils créent les conditions pour se relier à soi, d'abord en se dégageant de toute perturbation, puis, en orientant son attention vers le bon lieu et, c'est le rôle de B que de guider le rayon attentionnel de A en Ede. En même temps « *tomber en évocation* » suppose une attitude qui relève d'un degré de passivité dans la mesure où j'adopte une attitude d'écoute intérieure ouverte simultanément vers le dedans et le dehors pour accueillir, avec le moins d'intervention possible de ma part, tout ce que mon attention élargie me permet de saisir. La complexité de cet « acte/état » m'étonne profondément ; j'ai conscience en le vivant d'atteindre un plan de profondeur nouveau où je me sens très stable et confiante. Sans doute aussi parce que j'ai trouvé et affermi une posture particulière qui permet l'accès et le maintien dans ce mouvement vers l'intérieur. C'est donc aussi ce que j'apprends de moi à travers ces informations par lesquelles je me vois devenir compétente qui produit cet étonnement de moi. Il est d'autant plus étonnant que je le vis sans débordement émotionnel particulier, signe que j'ai installé une instance de régulation qui favorise *a minima* une de prise de recul. Et, le contraste est saisissant par rapport à l'expérience d'autres modalités de pensée qu'il m'a été donné de vivre au contact de mon intériorité sensible en 2009. Il me semble donc, à la réflexion, qu'un élément décisif provient du fait que j'ai construit puis installé un « *contrôle du contrôle* » plus constant, modérant quelque peu ma pensée discursive et, favorisant davantage l'expression d'une pensée plus spontanée, intuitive et créative.

Cette manière de vivre la mise en évocation ne m'est pas totalement inconnue et, c'est probablement d'ailleurs ce qui a suscité et soutient encore mon intérêt. Dans un article

précédent (Aumônier, 2018), j'aborde le thème de la « magie » de l'évocation c'est-à-dire l'aspect « merveilleux » de l'étonnement/questionnement qu'elle produit en moi; « *la mise en évocation mobilise ma pensée quasiment instantanément, dans un flux continu, en limitant la déperdition d'informations importantes. Ce fait m'intrigue et me questionne. Depuis ma rencontre avec les techniques d'explicitation, je soupçonne que l'évocation possède une dimension cachée.* » (p. 18). Sans mentionner encore un quelconque « *tomber en évocation* », je souligne que cet acte d'entrer en évocation produit **instantanément** des effets sur ma pensée et que cela m'intrigue. Et, bien pire, je mentionne que j'y vois une dimension cachée. J'établis un rapprochement actuellement entre cet aspect « magique » avec la structure double du tomber en évocation dont je ne perçois d'abord que l'acte avant de m'apercevoir que je suis dans un état particulier. Je m'appuie aussi sur la réflexion de J. Thievenaz (2016) qui envisage l'étonnement comme un processus intellectuel de haut degré: « *Ce qui distingue l'«étonnement» de la «surprise» et même de l'«émerveillement», c'est la dimension intellectuelle qu'il suppose, c'est-à-dire l'engagement du sujet dans un processus de réflexivité et d'expérimentation face à l'étrangeté d'un phénomène ou d'une situation rencontrée.* » (p. 20) Cependant, si je m'accorde au point de vue que l'étonnement engage la personne dans un processus de réflexivité, je distingue également à cet endroit un phénomène qui s'adresse d'abord aux sens et, partant, au corps. En effet, certaines manifestations d'ordre physique, voire des perceptions énergétiques ou une vision plus intuitive colorent aussi mon étonnement, en plus, du questionnement né de l'intérêt pour mon propre vécu de « *tomber en évocation* » en tant que sujet et que A, en auto-explicitation et en EDE.

2. Fragments de vécus de « *tomber en évocation* » et indices de l'étonnement de soi qui se donne dans l'expérience.

Je vais reprendre, de manière rétrospective, les différents « *tomber en évocation* » dans un ordre chronologique inverse des 3 moments de formation à l'explicitation vécus à Saint Eble l'été dernier (2019) pour tenter d'en dégager des caractéristiques communes ou des spécificités. C'est ce qui me semble le plus logique et le plus cohérent dans la mesure où c'est lors de l'université d'été que cette information m'apparaît clairement d'un seul coup lors d'un temps de débriefing.

Qu'est-ce que pour moi « tomber en évocation » ?

Je me vois encore affirmer dans mon groupe de co-chercheurs que je « *tombe en évocation* ». C'est au moment d'une pause, à ce moment-là je discute avec Eric qui mentionne le fait que je dis souvent que je « plonge » en évocation et, que je lui déclare qu'il s'agit davantage d'un « *tomber en évocation* ». Cette déclaration pleine d'assertivité me surprend moi-même sur l'instant. Elle a le goût de l'émergence, la temporalité originale de l'émergence qui s'accompagne d'un saut entre avant cela et après. Je ne sais pas non plus qui de moi ou en moi reçoit cette information et, la partage. Peut-être est-ce la chercheuse ? En tout cas, le sujet l'intéresse. Par association ou comparaison, je prends conscience, ensuite, en laissant déposer tout le travail de cet été que « *tomber en évocation* » se manifeste déjà lors du stage d'auto-explicitation. C'est un critère interne qui m'en informe, quelque chose qui se manifeste dedans pour attirer mon attention. La formulation « *tomber en évocation* » sort de moi, spontanément, sans que j'y ai réfléchi. Cette expression résonne avec force et, m'étonne également par sa composition, le verbe tomber suivi de la préposition « en » qui indique « une position à l'intérieur de limites spatiales, temporelles ou notionnelles » (Dictionnaire *Le Petit Robert*), traduit le passage ou le changement d'un état vers un autre état. D'où cette expression m'est-elle venue ? Elle induit une certaine « passivité » par le verbe tomber dans lequel je crois voir l'acte passif ou subi comme la surprise et l'état sous-jacent, qui semble être de l'ordre d'un lâcher-prise d'une volonté souvent trop prégnante en moi. J'associe également à « *tomber en évocation* », la perception en acte de ce qui survient, qui témoigne également d'une forme de passivité au niveau de la conscience tout court. Je fais le rapprochement à ce stade de ma réflexion, avec l'hypothèse bicamérale de I. McGilchrist (2010) et me questionne sur le rapport entre ma manière d'entrer en évocation et, l'instauration d'un « contrôle du contrôle ». Cette régulation du « cerveau gauche » qui s'apaise ainsi, se fait plus discret, favorise des modalités de pensée plus spontanées, intuitives et créatrices/créatives. De mon point de vue, l'expression « *tomber en évocation* » relève aussi, dans ce cadre théorique, d'un phénomène d'émergence créative ; je ne l'ai pas constituée avec ma pensée logique et discursive. C'est donc un point d'énigme qu'il m'intéresse de questionner en

revisitant rétrospectivement mes « *tomber en évocation* ». Cet étonnement et, le fait de le déployer dans cet article, forme de reprise de ces vécus, est pour moi l'occasion d'apprendre de moi-même. De fait, « *Il y a dans ce travail de reprise un vrai travail de devenir de soi.* » (Vermersch, 2015)

2.1. Des « *tomber en évocation* » successifs en EDE lors de l'université d'été : plonger dans sa profondeur et se maintenir en prise dans une qualité de présence à soi-même.

Le fait de « *tomber en évocation* » m'apparaît clairement, je le nomme spontanément ainsi, lors d'une pause dans mon sous-groupe de l'université d'été 2019. Elle débute l'après-midi même de la fin du stage d'EDE sur les techniques de décentration qui mettent en jeu des parties de soi ou des personnages de soi. Je suis donc dans le bain de l'explicitation depuis déjà 5 jours. *Conditions dans lesquelles j'aborde l'université d'été 2019.*

Je me sens portée par ce que j'ai découvert ou redécouvert de moi dans le stage qui vient de s'achever et, souhaite continuer à l'intégrer et le déployer. J'ai envie de m'investir en tant que C ou A, me sentant un peu moins compétente en tant que B. Le personnage de la chercheuse est présent, étant réapparu la veille avec la (re)découverte de ma créativité pendant l'exercice d'alignement des niveaux logiques de Dilts.

Cette dimension créative de « *Béatrice qui ose* » s'incarne dans une posture physique, proche de la posture d'attente ou de l'arbre que je pratique dans l'Art du Chi. Cela peut paraître étrange, que cette posture de stabilité et de calme intérieur, la part de « *Béatrice chercheuse* » se manifeste également. Elle se redresse en fait intérieurement, choisit son axe. Il s'agit d'une posture d'écoute intérieure et, d'attente ouverte, pour laisser venir et se manifester, ce qui vient. Je ressens particulièrement cette ouverture au niveau thoracique, tout en restant centrée et ancrée dans mon bassin et mes jambes. Je suis touchée et, cependant, stable, solide et, calme et, peux mobiliser de nouvelles ressources internes. C'est nouveau et, peut-être même s'agit-il d'un renouveau ? Je sens et vis l'emboîtement, depuis la veille, de plusieurs parties de moi sur le plan physique et énergétique, de même sur le plan cognitif, à travers le rassemblement de mes compétences. Je deviens apte à les transférer à d'autres situations et d'autres domaines. J'ai l'impression de retrouver ou de me redonner ma vraie valeur et, cela change mon rapport au monde. Vais-je pouvoir emmener et déployer cette nouvelle dimension dans l'université d'été ? Tel est ma question à ce stade. Le décor a changé sur l'intervalle de la pause méridienne où je passe du stage des techniques de décentration au temps et l'ambiance de l'université d'été. La transition est brève et, un peu brusque, un incident dû au nouveau contexte me plonge dans un état de légère anxiété. Je décide de réagir et, la dimension de « *Béatrice chercheuse* » réapparue la veille, me pousse à demander à Frédéric si je peux intégrer son groupe d'experts, constitué aussi de Pierre et d'Eric. J'ai envie de continuer à déployer en l'opérationnalisant ce que j'ai découvert de moi la veille, tout en aidant Frédéric à constituer une partie de ses données de recherche. Ces éléments de contexte constituent respectivement un *ante ante-début* et l'*ante-début* de mon vécu de A lors de l'université d'été.

2.1.2. Mise en place du travail de recherche et organisation des tâches au sein du sous-groupe de co-chercheurs et début de l'entretien en tant que A.

Pierre propose que Frédéric se réserve en tant que A pour un deuxième ou un troisième tour afin de se préserver, de ne pas essayer pas les plâtres si la méthodologie d'entretien mise en œuvre connaît quelques problèmes. Je propose donc, portée par l'enthousiasme du stage précédent, de me mettre au service du groupe, en tant que A, pour faire un premier essai.

Je conserve une position de parole incarnée en tant que A durant tous les entretiens successifs menés par mes co-chercheurs le premier après-midi. Il me semble important de le préciser car, elle me permet de rester en prise sur mon vécu pendant toute la durée de l'entretien, j'y suis ancrée solidement et, de conserver une certaine fraîcheur physique et mentale. Je ne croyais pas cela possible, c'est une performance étonnante qui, de manière inattendue se poursuit le lendemain matin où, je continue, en effet, à être A et, où, il m'apparaît que ma mise en évocation s'apparente à « *tomber en évocation* ». Mon intérêt pour l'objet de recherche du groupe et, ma motivation à déployer ce que j'ai découvert de moi-même font que je suis un sujet consentant se prêtant spontanément aux questions de mes différents B. Ma curiosité joue un rôle moteur qui me fait dépasser après quelques ajustements ma crainte de ne pas être encore un A expert. J'ai le sentiment qu'en cours d'entretien, dans cette situation impliquante, je le deviens. « *Etre le sujet d'un entretien est un vivre relationnel engageant, mobilisant, c'est donc une source possible de conflits internes entre le 'consentir' et le 'se refuser'. C'est un vivre très contenu, avec un but peu familier : expliciter un vécu passé.* » (Vermersch 2006, p. 35)

- *Début de l'entretien et « tomber en évocation ».*

Il est convenu que Pierre se charge dans un premier temps de mener l'interview en B pour me questionner sur un vécu de V1. Frédéric poursuivra l'entretien en V3 en tant que B' pour me faire décrire un moment d'évocation vécu en V2. Frédéric et Eric se donnent aussi au tout début de cet entretien la mission d'observer les indices permettant de dire que je suis entrée en évocation pendant que Pierre me questionne. Le temps d'interview mené par Pierre sur le vécu de V1 est en fait très bref, moins d'1'30. Frédéric et Eric se font surprendre par ce tempo rapide et, une discussion s'en suit sur les indices qui permettent de vérifier que « j'y suis ». Je suis entrée instantanément en évocation, le remplissage intuitif se produisant au fur et à mesure que Pierre lance et déroule son intention éveillante. Son phrasé est lent, les mots sont des sons bien détachés qui rentrent en moi. L'énonciation, entrecoupée de temps de silence, permet à sa voix et, sans doute aux mots, mais je ne les entends pas vraiment, de m'atteindre dans ma profondeur. C'est source d'étonnement pour moi comme pour le groupe de co-chercheurs. En réécoutant l'enregistrement, je suis à nouveau frappée par ce phénomène sonore et, vibratoire qu'Eric me fera décrire plus loin dans l'Ede. J'ai le sentiment d'être en évocation bien avant que Pierre commence à me questionner pour orienter mon attention sur une cible plus précise. Pour moi, le « *tomber en évocation* » se produit entre le moment où il me dit « *OK Béatrice, tu es prête* » et, la fin de la consigne. Le plus étrange est cette impression de « *tomber en évocation* » un peu plus profondément à chaque groupe de sons/mots constituant la phrase qui sert à lancer l'intention éveillante. Je redonne ici le tout début de l'entretien pour plus de clarté :

B : *OK Béatrice tu es prête ?*

A : *Oui.*

B : *D'accord , donc, ... ce que je te propose,c'est de prendre le temps,de laisser revenir, un moment récent où il s'est passé quelque chose d'intéressant pour toi Et tu me fais signe quand tu as trouvé...*

A : [**petit temps de blanc**] ... *ça y est...*

- *Premières précisions sur ce qui se joue dans le petit temps de blanc, nous y reviendrons par la suite...*

Quand j'informe B que « j'y suis », je laisse passer consciemment un instant de blanc après la fin de la consigne car, une part de moi est étonnée d'y être déjà et, décide de prendre le temps de vérifier, d'aller voir ce qui se passe. Je sais/sens que « j'y suis » déjà dès la fin de l'énonciation de Pierre. Au moment où je le constate, c'est un effet de surprise qui me saisit un peu. Je vérifie alors un peu la profondeur de mon état introspectif durant ce petit blanc, en repassant corporellement le déplacement du son vers l'intérieur. Je constate alors que je suis bien descendue dans la profondeur et, en proximité avec moi-même. Je perçois une ambiance douce et chaude où je suis en confiance et, en même temps, animée de mouvements multidirectionnels dont, celui d'un élan vers l'avant assez fort J'ai conscience aussi de parler depuis ce lieu. C'est à ce moment que B interrompt ses questions, se tourne vers l'autre B et le C pour leur signifier qu'ils sont un peu décalés, qu'ils n'ont pas perçu que j'étais déjà entrée en évocation. B' reprend donc et nous passons au questionnement d'un temps d'évocation et des actes qui lui sont associés en V3. Ce qui me frappe est que je mentionne un autre temps de blanc, il se situe à la fin de ce petit extrait que je propose pour faciliter la compréhension du lecteur.

B' : *Alors, donc Béatrice, si tu es d'accord je prends le relais...et je t'indique que de toute façon ce n'est pas définitivement mettre fin au V2...On peut avoir un court échange même peut-être un peu plus long mais tout dépend de ton intérêt Donc, tu peux très bien me dire, maintenant je voudrais arrêter le V3 pour revenir au V2, d'accord !*

A : *Pas de problème.*

B' : *Et donc là ce que je te propose, c'est de, de ... de, maintenant prendre pour, euh...objet, euh.. de ta description, ce qui serait pour toi le moment d'évocation que tu as vécu...Si tu es d'accord pour décrire ce qui te vient...de ce...de cette évocation...*

A : *Donc, ce qui me vient c'est des images... de la véranda... et, je me revois en train de me dire hier...c'est vraiment coton, j'ai un interlocuteur qui analyse tout... qui ne rentre pas en évocation..*

B' : *Donc juste là, si j'entends bien ce que tu me décris là c'est quelque chose de l'ordre du contenu qui te revenais là en évocation et qui te ramènes à hier, c'est ça ?*

A : *C'est... C'est pas du contenu tout à fait, c'est quelque chose que je me dis à moi-même...*

B' : *Ouais .. Et, ça, le moment où tu te dis à toi-même, c'est quand ? C'est hier ou c'est maintenant ?*

A : *C'est maintenant...Rétrosp...enfin, ...*

B' : *oui, dans l'entretien avec Pierre ?*

A : Oui, c'est là... c'est là que ça m'a fait évoquer... Euh ...C'est de l'ordre d'un blanc ou d'un temps qui se déroulait...C'est comme si ça écartait le temps ce que Pierre m'a fait évoquer et, je prends conscience là, pendant ce moment de ce que je me dis à propos...du questionnement que j'avais avec la personne que j'interviewais...

L'information concernant un « blanc » suscite mon intérêt, ce nouveau blanc me paraît correspondre au premier blanc du début de l'entretien avec le premier B ; je sens que ces deux temps de blanc concernent des modalités de mon « *tomber en évocation* ». Est-ce que ces deux temps de blanc coïncident entre eux et ont-ils un rapport direct avec un ou plusieurs « pof » qui se donnent ? C'est encore un ressenti interne qui attire mon attention sur ce fait ; je ressens un bouillonnement une mobilisation tonique qui me prévient que je tiens là quelque chose d'intéressant : « **C'est de l'ordre d'un blanc ou d'un temps qui se déroulait...C'est comme si ça écartait le temps.** » Je laisse infuser en moi avec curiosité, je sais que quelque chose va se décanter d'ici quelques jours. Je change d'axe de questionnement et aborde ensuite ce que j'ai capté et ressenti lorsque Pierre m'a délivrée la consigne.

- *Effets perlocutoires et vibratoires de la consigne, son énonciation et modalités cognitives particulières de sa réception.*

Les mots me paraissent limités et, dérisoires, *a posteriori*, en relisant, ce que B me propose pour éveiller ma mémoire passive. Ils ne parviennent pas à rendre compte des effets perlocutoires⁴ que j'éprouve en écoutant l'énonciation de la consigne. Ils me paraissent même plats en réécoutant l'enregistrement et, éloignés de la profondeur et de l'intensité du vécu à ce moment dans mon intériorité. Ce que rapporte P. Vermersch (2017) par rapport au décalage que je ressens alors entre la banalité des mots de la consigne et les effets que cela déclenche en moi est éclairant :

« Ce type de phrase a des effets inducteurs avérés puissants, tout ce qui est parasite a été éliminé, chacun des mots est choisi pour son effet inductif. Pour autant les effets perlocutoires ne sont pas mécaniques, ils ne produisent leurs effets que si le consentement est là. On peut être étonné du décalage entre la simplicité des formulations utilisées et la puissance de leurs effets. C'est un trait constant de toutes les techniques mises au point dans la pratique de l'accompagnement et du travail sur soi que le langage utilisé semble extrêmement anodin à une personne qui n'est pas en cours d'adressage. Le langage est conçu pour guider l'attention de la personne vers elle-même, surtout pas pour qu'elle le prenne comme objet de pensée. Et quand la personne se laisse guider par les mots, alors elle peut très facilement changer d'état, s'absorber dans son monde intérieur, et ainsi changer de rapport à elle-même. » (p. 34)

De cet extrait, je retiens surtout que le langage à travers la consigne doit guider la personne vers son intériorité. Pour ma part, dans mon vécu de la consigne, j'ai changé d'univers passant de l'extérieur au monde de mon intériorité et, de mon point de vue ce type de passage caractérise le fait de « *tomber en évocation* ». Je passe aussi d'un état à un autre et, j'ai le sentiment aussi que dans ce lieu de moi, mon fonctionnement cognitif change. Sous certaines conditions expérientielles, comme dans celle du « *tomber en évocation* » où je me reconnecte dans la profondeur avec moi-même, il m'apparaît nettement que ma pensée conceptuelle, discursive est mise en retrait au profit d'autres modalités plus libres et spontanées. Ma saisie de la consigne en est donc « affectée » également. Ainsi pendant le déroulé de la phrase que m'adresse Pierre, - qui représente un B particulier pour moi, dans la mesure où j'ai entendu sa voix pendant toute la durée du stage précédent-, pour lancer une intention éveillante et, me conduire vers l'évocation, je ne prête pas particulièrement attention aux mots. Quand je suis questionnée à ce propos plusieurs fois, je ne varie pas dans mes réponses tellement ce vécu de réception de la consigne est fort et, actif en moi. La seule nuance que j'introduis, et là, je refais alors usage d'un mode cognitif plus « rationalisant » est quand je dis que nécessairement les mots et leur sens sont actifs et traités par une instance en moi, puisque je réponds de manière cohérente à la consigne, mais ce n'est vraiment pas ce qui prédomine dans mon vécu et, à la limite ce n'est pas ce qui m'intéresse, ni me questionne non plus.

Rétrospectivement, c'est très étonnant. Et, par cet étonnement vis-à-vis de moi-même, -je ne reconnais pas mon fonctionnement cognitif-, je prends conscience que c'est un indice important pour moi ; je ne suis plus dans le contrôle cognitif, je me laisse être imprégnée par la mélodie produite par l'intonation et la modulation de la voix. C'est plutôt sur le phrasé lent et coupé de silences que je place mon attention ou qu'elle se place. Et, ce sont d'abord les modulations de la voix qui produisent des effets sur moi pour

⁴ Cf à ce sujet, P. Vermersch & al. (2003). Autour des effets perlocutoires, *Expliciter*, n°49 et P. Vermersch (2010). Explication et effets perlocutoires, *Expliciter*, n°87.

créer les conditions d'accès à l'évocation en y tombant. Ce fait me renvoie à des modalités cognitives rencontrées déjà dans mon expérience lors d'un examen en 2009 (Aumônier, 2016 ; 2017) où ma pensée se forme plus par voie de résonance depuis le lieu de ma profondeur que par construction d'un raisonnement. Ce type de fonctionnement qui prend également en compte les vécus perceptifs internes peut s'apparenter à celui d'un « cerveau droit » appréhendant les faits autrement comme le montre bien I. McGilchrist (2010):

(...) en fait la 'musique' du discours – par quoi j'entends l'intonation, et tout ce qui n'est pas le 'seul' contenu, associé à toutes les autres formes de communication non-verbales – constitue la part la plus importante de ce que nous communiquons dès lors que nous entreprenons de le faire. Le langage dénotatif n'est pas indispensable à la communication Je-Tu. La musique dépend avant tout de l'hémisphère droit, et les aspects du langage qui nous permettent vraiment de comprendre le sens d'une déclaration à un niveau élevé – y compris l'intonation, l'ironie, la métaphore, et le sens d'une déclaration au regard de son contexte – sont toujours desservis par l'hémisphère droit. [en ligne]

C'est la globalité de l'intention portée par « *la voix de Pierre* » que je perçois en premier et pas le détail des mots qui discriminent déjà et, cela produit des effets en moi. Au départ, la « *voix de Pierre* » qui m'apparaît chaude et, colorée, porteuse d'une bienveillance qui me rassure et me permet d'être en confiance, m'aide à chasser, l'anxiété et, les doutes qui, me parasitent au début de l'université d'été où je me demande si je vais pouvoir laisser ma dimension créative de chercheuse se déployer, s'envolent. Mais je sens bien aujourd'hui que cette qualité « vibratoire de la voix » me permet de contacter une autre part de moi, c'est celle qui réceptionne globalement la consigne ou l'information, dans l'intériorité, sans se préoccuper des mots précis de la consigne. L'intention éveillante portée par la voix me parvient par vagues d'ondes, à la fois douces et, toniques. Je suis en ouverture et, sens que chaque groupe de sons pénètre et vient résonner en moi. Cela se passe dans mon corps, plus précisément au niveau de mon thorax, à l'étage du cœur et des poumons... J'ai aussi l'impression, rétrospectivement, que ma tête- j'entends par là mon « cerveau gauche » ou mon raisonnement logique- s'est « absentée », que ma pensée s'est mise en retrait. C'est le mode de la résonance sensible qui prévaut durant cette phase d'éveil de ma mémoire passive et, partant de mon intériorité. J'ai aussi l'impression que mon lâcher -prise mental est ce qui produit ou en tout cas favorise mon « *tomber en évocation* » quasi-instantané, me semble-t-il, par rapport à la consigne.

- *Reprise du déroulé de la consigne et dégagement d'informations nouvelles : Non je n'ai pas perdu ma tête !*

Je remarque ce petit temps de blanc avant d'informer Pierre que « *ça y est* ». Sauf que qu'est-ce qui y est ? J'identifie aujourd'hui que deux aspects s'entremêlent, en fait ; la détermination du moment que je vais évoquer et, l'entrée simultanément en évocation par le fait d'y tomber ? Qu'est-ce qui se mobilise en moi et, aussi « Qui de moi » ?

Peut-être le lecteur pourra-t-il se faire sa propre idée à partir de la reprise point par point des éléments de la consigne dont Pierre a l'idée, lors de la deuxième matinée d'entretiens où je suis A. C'est intéressant pour comprendre comment je tombe en évocation. Les réponses que je donne sur un mode spontané ne font pas appel à ma réflexion, je ne les élabore pas réflexivement.

Pierre vient de me faire réaliser une méta-position et une méta méta-position pour me faire observer comment j'ai chassé, en me rassemblant, les éléments de contexte qui me gênaient au début de l'université d'été, je suis donc rassemblée et disponible quand il décide de dérouler à nouveau la consigne de la veille, étape par étape, en me demandant ce qui se passe à chacune d'elles. Ce qui m'étonne est que contrairement à la veille, il introduit dans son phrasé et dans l'exercice de la vitesse. Cela produit un effet de surprise et, du coup aussi des réponses spontanées. Je ne revis pas en conscience l'état d'hier, par contre j'ai l'impression d'avoir accès à une source profonde qui produit les réponses. Certaines réponses m'étonnent d'ailleurs comme je l'indique entre parenthèses. Je trouve l'exercice intéressant et ludique. Il introduit une spontanéité que j'ai eu l'occasion de tester juste avant dans le stage avec les exercices de PNL transmis par R. Dilts. Dans l'enchaînement assez rapide entre les questions et les réponses, je reconnais la même dynamique. Je trouve cette manière de procéder très créative pour obtenir des informations complémentaires, voire introduisant des éléments de nouveauté par rapport à mes réponses de la veille.

B : *Qu'est-ce qui se passe quand tu reviens sur la chaise ?*

A : *Eh bien, je me retrouve rassemblée, disponible et, étonnée.*

B : Voilà et, juste après, c'est OK pour toi Béatrice et juste après, après un temps de silence, une respiration, je te dis : je te propose, si tu en es d'accord, de prendre le temps. Et, là, qu'est-ce qui se passe, à ce moment-là, qu'est-ce qui se passait ?

A : Il y a un mouvement vers l'intérieur...

B : Oui, tu pourrais me le décrire ce mouvement vers l'intérieur ?

*A : Euh, aujourd'hui je n'ai pas fermé les yeux, mais le fait de fermer les yeux hier ça me ramène dans une profondeur dans le corps, mais pas que dans le corps, c'est aussi psychique. C'est très difficile à décrire pour moi.... Il y a un pont entre le ressenti et, ce qui est de l'ordre du cognitif pur,....la pensée. Mais je ne sais pas.... , c'est un accord ! (**étonnement ici**)*

B : Je te propose si tu en es d'accord de prendre le temps,de laisser revenir.....

A : Là, il y a de la chaleur qui vient, qui enveloppe toute la zone intra- thoracique, sous les côtes.... la peau etc...Ca dilate un volume intérieur.....Et, c'est pareil au niveau crânien.

B : Hum... Hum, c'est pareil...

A : C'est-à-dire que ça pulse un peu, c'est chaud, c'est doux...agréable.

*B : de laisser revenir un moment récent qui t'as intéressée (**la voix murmure**)*

*A : Et, là, il y a une émotion en plus.....Il y a une émotion en plus... En même temps que ça se dilate, ça met en évidence une tension !? (**étonnement**)....Ca veut s'ouvrir mais ça ne s'ouvre pas d'emblée....Il y a une résistance dans les tissus.....*

*B : moment récent, intéressée (**relance en sourdine**)*

[sensation de l'entendre, sans l'écouter je suis absorbée dans mon évocation.]

A : Et, c'est là qu'est le débat, la délibération entre les deux moments....

B : Ah, c'est intéressant !

A : Cette tension, là, c'est le choix

B : Donc là, ils se donnent tous les deux..

A : Ca travaille entre les deux, c'est ça qui crée des ...

B : Et là, c'est là déjà.... Ça (geste)

A : Ouais..., c'est là, c'est ça...,ça fait... ouf ! Pas des huit, mais ça y va, là, ça revient là. Ca fait des contorsions à l'intérieur. Ah,.... là ça se...Ah, c'est sur un tout petit temps, mais j'ai l'impression que ça dure..., c'est étonnant ! Ca se malléabilise.... C'est comme si cet espace qui se fait dans le corps en poussant, en malaxant et, donc en créant un agrandissement élastique...enfin des... , manifestait vraiment ce qui s'opère inconsciemment dans le choix... qui n'est pas là vraiment (geste au niveau du thorax)

B : quelque chose qui s'opère inconsciemment dans le choix ?

A : Oui auquel je n'ai pas accès comme ça, mais là auquel j'ai accès là dans ce qui se passe dans mon corps.

B : Oui, c'est comme si tu avais le signe de ce qui se passait....

A : Là c'est le choix qui se fait en interne. Et, c'est pas que ce soit difficile, c'est pas ça du tout, ç'est comme si ça produisait... euh, comment dire ça..... Eh oui, il faut un temps pour que ça s'adapte, que ça s'opérationnalise. Ca ne vient pas comme ça d'emblée, c'est tellement nouveau ce qui m'est tombé dessus.... Comment je vais le mettre en action, comment je vais le mettre en œuvre ?

B : Et, tu es en contact avec ce moment-là où quelque chose se fait en toi ?

A : Oui, donc ça bouge...Ca se....

B : Ca bouge à la fois très rapide et, à la fois très

A : Très lent, ce qui est paradoxal.... Oui, c'est le paradoxe et, c'est peut-être aussi ça qui est très étonnant !.....

B : Hum...

A : Et, ça s'accorde....

Dans un essai de catégoriser les informations qui se donnent, me vient l'idée de les rassembler dans un tableau pour faire apparaître des relations ou des contrastes.

Étapes de la consigne	Éléments du « <i>tomber en évocation</i> »	Source d'étonnement : nouveauté
« <i>Je te propose, si tu en es d'accord, de prendre le temps</i> »	Mouvement vers l'intérieur Yeux fermés Vers la profondeur du corps et du psychisme Accord	« <i>pas que dans le corps, c'est aussi psychique</i> » « <i>un pont entre le ressenti et, ce qui est de l'ordre du cognitif pur, ...la pensée</i> » . « <i>Accord</i> »
« <i>Prendre le temps de laisser revenir</i> »	Chaleur qui vient dans le thorax et dilatation d'un volume intérieur Pulsation, chaleur et douceur dans le crâne	« <i>Et, c'est pareil au niveau crânien !</i> »
« <i>Laisser revenir un moment récent qui t'as intéressée</i> »	Emotion Dilatation du thorax et tension Résistance dans les tissus	« <i>Ca veut s'ouvrir mais ça ne s'ouvre pas d'emblée</i> »
« <i>moment récent, intéressée</i> » (Relance)	Débat, délibération entre deux moments Le choix se fait en interne Un temps d'infusion	« <i>Cette tension, là, c'est le choix</i> » « <i>C'est comme si cet espace qui se fait dans le corps en poussant (...) manifestait vraiment ce qui s'opère inconsciemment dans le choix.</i> » « <i>Il faut un temps pour que ça s'adapte, que ça s'opérationnalise</i> » « <i>Comment je vais le mettre en action, comment je vais le mettre en œuvre ?</i> »

D'abord, ce qui m'étonne le plus est la présence de la sphère crânienne donc, ma pensée n'a pas complètement disparu comme je le croyais, certains indices montrent qu'elle a changé dans ses modalités. Le mot *accord* produit un effet puissant. Il s'agit d'un accord entre mon ressenti corporel lors de la réception de la consigne et ma pensée. J'ai l'impression que c'est ma pensée qui s'accorde à ce ressenti. Un autre élément va en ce sens avec la question du « choix » entre les deux moments présents dès le déroulé de la consigne. La dilatation interne de l'espace thoracique et les mouvements de déformation dus à un malaxage traduisent le travail qui s'opère entre ces deux moments ce qui me fera verbaliser plus loin qu'il ne s'agit pas d'un « choix » mais d'un « processus » qui intrique en les tressant ces deux moments. J'ai donc le sentiment que ma pensée s'élabore de manière inhabituelle, dans la profondeur du corps et, aux racines de ma conscience, portée par des manifestations corporelles internes. Au moment de la réception de la consigne, c'est la zone du cœur et tout le volume thoraciques qui s'imposent à ma perception, ma pensée me paraît alors plus en retrait, voire absente, les mots ne sont pas reçus dans leur signification . Disons que je me situe entre activité et passivité avec une forte mobilisation interne et un lâcher-prise mental.

« Pof », le point saillant du « *tomber en évocation* »

Je repère un détail important dans un passage de l'entretien où je suis questionnée en V3 par Frédéric ; il y a là aussi un blanc, juste un petit espace où se produit le « pof » « *C'est de l'ordre d'un blanc ou d'un temps qui se déroulait... C'est comme si ça écartait le temps ce que Pierre m'a fait évoquer* » Mais, qu'est- ce que ce « pof » qui survient au cours de l'entretien en V3 ? Je dirais d'abord que c'est un son

et, que comme tel il a un impact de l'ordre du sursaut ou du saut entre deux moments de vécu. Il introduit donc une rupture et une descente vers ma profondeur.

De mon point de vue, en fin de rédaction de cet article, c'est à la fois un changement de plan du vécu, c'est un phénomène d'émergence et, il m'apparaît donc aussi comme une caractéristique de « *tomber en évocation* ». Je ne suis pour rien dans la survenue de ce « pof », il produit un effet de surprise et déplace mon attention sur certains phénomènes qui se donnent à un instant T, alors que rien ne l'annonce au préalable. Il peut prendre l'aspect d'une prise de conscience et dans ce cas, il y a un avant et un après. Il se distingue par un changement de tempo, voire une accélération dans le vécu des faits. Il constitue un point saillant dans les entretiens auxquels je participe en tant que A et, il me semble enfin qu'il relie plusieurs niveaux de vécu entre eux. Il apparaît donc feuilleté.

Cette partie du vécu où se produit le « pof » a fait l'objet d'un long entretien à plusieurs voix et d'une reprise au moins le lendemain. Elle est centrale dans mon « *tomber en évocation* », et apparaît complexe, surtout au départ. Chacun des B, dans le groupe, cherche à comprendre et, à m'amener à donner plus de précisions, selon ses intérêts et, ses propres « filtres » sur ce moment du « pof », riche et, foisonnant en informations. Il apparaît difficile à clarifier au départ et, je découvre aussi qu'avec mes interviewers nous n'avons pas tous le même rapport au sens, ni la même façon de le saisir. Ce qui se donne dans mes réponses ne peut faire sens tout de suite, dans la mesure où ce cela relève souvent, soit du pré-réfléchi, soit de l'émergence et, provient, en plus, d'un ressenti corporel interne. C'est tout cet ensemble que je nomme « *lieu de ma profondeur* ». Nous essayons ensemble de dégager un fil chronologique. Il s'agit de retrouver une succession, c'est logique pour obtenir l'engendrement causal des faits dans cette situation. Or, je m'aperçois en écoutant les enregistrements que mes réponses n'abondent pas pleinement dans ce sens ; à plusieurs reprises, je mentionne une simultanéité entre plusieurs couches de vécus superposées et, j'y insiste beaucoup, cette simultanéité entre plusieurs types de phénomènes se produit dans ma profondeur.

Cet aspect des choses ne me paraît pas encore clair, il reste à élucider. P. Vermersch (2004) souligne que « *Le point fondamental dont il nous faut partir est celui de « l'autorité de l'expérience » : je n'ai pas d'autre besoin de validation pour fonder la valeur de ce que je dis avoir vécu selon moi, que d'affirmer que je l'ai vécu. En ce sens, le témoignage du sujet sur son vécu « selon lui » est incorrigible. Incorrigible dans le sens où personne ne peut affirmer comme n'étant pas vrai ou n'ayant pas existé ce qu'un autre décrit comme étant son vécu.* » (p. 43). Aujourd'hui, au moment de l'écriture de cette partie de mon article, un temps de décantation a eu lieu et, je commence à y voir plus clair, après avoir laissé infuser en moi les impressions liées à l'écoute réitérée des audios. Ce matin (12 octobre) je me réveille avec la présence, vive en moi, du temps vécu entre la fin de la consigne et le moment où je dis « *J'y suis* ». Je décide de faire une reprise en AE sur ce bref instant :

D'abord, j'ai une prise de conscience qui se donne spontanément ; le « pof » dont je parle est la prise de conscience surprenante que je suis déjà en évocation avant de dire « *j'y suis* ». Cela produit en moi un petit choc de surprise. Il y a en effet un petit instant de blanc-qui me semble important- avant que je dise : « *j'y suis* ». Je le sais que « *j'y suis* », mais je ne le dis pas tout de suite, j'aurais pourtant pu le dire tout de suite à B. Cela m'intrigue. Je sens, *actuellement*, qu'une part de moi manifeste, à ce moment, l'intention d'aller voir dedans pour vérifier où j'en suis. Pourtant, pendant le déroulé de la consigne, je laisse la voix de Pierre me conduire vers mon intériorité et, me permettre de la recontacter. Un « *ressenti/compréhension* » se donne ensuite à moi. Il m'apporte un éclairage plus précis sur les phénomènes perçus au niveau intra- thoracique qui accompagnent ce « pof ». Juste après la consigne, je descends vers la profondeur pour aller voir ce qui s'y passe, je suis, en fait, surprise d'être déjà en évocation et, encore plus de constater que « *j'y suis* » vraiment. Je sais pourtant que je commence à m'y laisser glisser lentement, au fur et à mesure, où j'entends la voix de Pierre et, le phrasé entrecoupé de silences des étapes de la consigne. Cette situation, en apparence, un peu conflictuelle en moi, est aussi source d'étonnement. Il est cognitif et corporel ! Comment est-il possible que je sache que « *j'y suis* » et, qu'en même temps je m'étonne d'y être déjà, comme si j'en doutais ? « *Qui de moi* » est surprise ? Je laisse venir et repère qu'une autre part de moi est à l'œuvre. Ce qui vient, c'est la co-identité de « *Béatrice chercheuse* » qui s'étonne d'y être déjà. C'est elle qui cherche à prendre le dessus à ce moment-là. Et, la part de « *Béatrice qui ne contrôle pas* » est présente aussi, elle laisse affluer les sensations en elle qui viennent renseigner et apaiser la chercheuse. Il y a comme un dialogue qui accorde les deux « personnages » qui agissent en moi. Je refais alors le parcours, je me déplace à l'intérieur de moi et, le revis en sensation en suivant, vers la profondeur, le même chemin que la résonance des

différents temps de la consigne. Et, c'est là que je contacte et croise, ce jet, jaune et pétillant de fines bulles, qui monte vers mon crâne. Il incarne l'idée de nouveauté que je relie à cette nouvelle posture, porteuse d'une nouvelle dimension de moi-même, porteuse de renouveau, découverte la veille dans l'exercice des niveaux d'alignement logique. Ce mouvement est déjà là, bien installé. Jusque-là, je ne l'ai pas considéré. C'est comme s'il cherchait pourtant à nourrir mon cerveau de nouveauté ! C'est le sens qui se dégage pour moi aujourd'hui de ce phénomène. Dans ma profondeur, je contacte aussi un élan, celui qui me meut de l'intérieur et, m'incite à découvrir avec curiosité et à diffuser à l'extérieur des parts de moi oubliées et, peut-être aussi des compétences que je ne me reconnaissais pas. Il est présent depuis la fin du stage précédent mais je ne sais pas encore à ce moment-là, la forme qu'il prend en moi. C'est une force motrice interne qui produit un mouvement doux et puissant. Il part de l'intérieur du thorax, de la zone de mon cœur et, m'emmène vers l'avant. Il rassemble des composantes linéaire-trait droit vers l'avant de mon corps- et circulaire, comme une spirale déformée autour de ce trait. Et, ce mouvement diffuse à l'extérieur qui je suis à l'intérieur, en partie du moins car, cette zone du cœur, nouvelle en sensations intenses, prédomine dans ma perception à ce moment-là, alors que je suis aussi en appui sur mon "Tantien", dans mon bassin, ce qui génère stabilité et rayonnement, également, de qui je suis. Ces centres énergétiques sont deux instances agissantes qui participent à créer mon volume de présence autour de mon corps. Ma sphère crânienne paraît en retrait, comme mise au repos par un « contrôle du contrôle » qui correspond à mon axe vertical qui prend appui sur mon "Tantien" dans une posture ouverte, d'attente et d'accueil. Je perçois aussi mon axe comme un tube mettant en relation mon Tantien, mon cœur, ainsi que mon crâne. Il se prolonge jusque sous mes pieds et au-dessus de ma tête. Il me semble que c'est par ce tube que monte le jet de bulles pétillantes, vecteur lumineux de l'idée de nouveauté, jusqu'à ma tête. L'énergie circule dans ce tube et alimente ma pensée comme le reste de mon corps. Ces manifestations énergétiques sont déjà présentes et à l'œuvre, quand je descends voir ce qui se passe dans l'intériorité au moment du « petit blanc ». Elles se sont déclenchées progressivement au fur et à mesure où je réceptionne la consigne et monopolisent mon attention. De ce fait, maintenant, je comprends comment les mots de la consigne sont passés à l'arrière-plan, comme un murmure vague. Je suis alors plutôt occupée à suivre comment les vibrations pénètrent dans la zone du cœur et, m'apaisent, me remettant au contact de moi-même et faisant naître de la douceur en moi. Pourtant, il me semble aujourd'hui qu'elles traduisent en même temps l'impact des mots en moi et déclenchent le jet jaune pétillant qui incarne l'idée de nouveauté et monte vers mon crâne.

En fait, le « pof » qui s'est produit est double. Le moment de V1 que je choisis d'évoquer est directement lié à l'idée de nouveauté. Et, parce que je suis en train d'opérationnaliser en posture de A quelque chose que j'ai découvert la veille, il s'avère assez délicat de retrouver en V3 les actes d'évocation relatifs à ce moment, c'est confus au départ. Pourtant, avec ce travail de reprise, les temporalités m'apparaissent se superposer avec l'association du jet, jaune et pétillant que je décris en V3, qui incarne l'idée de créativité en moi et, l'instant où quelque chose en moi décide pendant le vécu de V1 et, que je ne réfléchis pas, qui me fait mettre mon A en action de manière créative. Ce A qui éprouve des difficultés à entrer en évocation est un magnifique exemple de « contrôle » *via*, une activité cognitive "toute puissante" qui empêche le lâcher-prise et l'accueil de ce qui vient, nécessaires pour rentrer en évocation. Ce qui me vient face à cette difficulté se donne donc aussi comme un « pof » ; c'est la solution au problème qui émerge spontanément et, j'entre en action de manière créative, en combinant mes acquis du stage, sans savoir à l'avance au moment où A se lève et, où je me lève aussi ce que je vais lui proposer. Je le découvre, en le faisant, et me surprend moi-même, de ma manière de faire créative dans cette situation. Cela diffuse en moi un goût de nouveauté dont je témoigne en V3. Mais, en V3, je ne sais pas encore que ce goût de nouveauté concerne ce nouveau mode d'être que j'opérationnalise en acte. J'en prends conscience seulement maintenant. La « Béatrice qui ose » fait faire à A un exercice de fertilisation croisée, un "Walt Disney" et, lui fait prendre plusieurs méta-positions pour le mettre en mouvement, court-circuiter la force d'inertie de son mental très puissant et, surtout, lui permettre de trouver sa solution. Le tout se déroule à partir du moment où je me laisse agir dans la fluidité et une certaine aisance. J'éprouve un grand plaisir à voir qu'il commence à trouver, cela me réjouit intérieurement. Je prends aussi conscience en écrivant, un sentiment de justesse me sert de critère interne pour le dire, que ces deux « pofs » coïncident. Dans ma description en V3, il s'agit du jet jaune et pétillant qui monte vers mon crâne et incarne l'idée de nouveauté. En V1, j'ai accumulé en moi une sorte de tonus musculaire qui déclenche le « pof » qui, dans ce cas-ci, concerne la mobilisation de ressources internes

à travers « *Béatrice qui ose* » et « *Béatrice créative* ». Cette prise de conscience m'apparaît donc comme un acte réfléchissant de mon vécu de V1 en acte.

En écoutant les audios, je perçois par moments que ma voix ralentit, ce qui m'indique un état d'absorption plus profond. J'ai l'impression que de l'information émerge à mon insu, que les réponses me sont dictées depuis ma profondeur. Cela peut donner des phrases un peu abruptes ou sibyllines que, je ne comprends pas moi-même sur l'instant. Quand, par exemple, Eric me questionne cherchant à identifier si une partie de moi traite les mots de la consigne sur le plan de la signification, je m'entends répondre que « *les mots donnent le processus* », de même un peu plus loin quand il cherche à se renseigner pour savoir quelle place j'accorde au traitement des mots de la consigne par rapport aux effets qu'ils déclenchent en moi, je formule une réponse assez étrange et obscure : « *Quand ça se dilate, ce travail- là (...), c'est le processus qui émerge qui relie les deux situations et, ça c'est les mots* ». Et, juste ensuite, j'ajoute : « *Mais, c'est le dernier mot, intéressant...Intéressant comme si...c'était actif, action, mais je ne sais pas pourquoi je dis ça.* » Je ne sais pas à ce moment-là d'où cela vient, cela émerge spontanément et, nécessite un temps de décantation, de remise en perspective avec la situation pour que la construction d'un sens s'effectue. « *(...) le fait qu'il y ait émergence suggère qu'il relève d'un mode de production qui n'est pas volontaire et qui relève d'une forme de production, qui s'opère dans le "dos de la conscience". Il n'est pas un acte qui pose le futur comme dans l'anticipation, la prévision ou l'attente, il n'est pas non plus une perception élargie, il est "inspiration", "avènement". Il n'est pas contrôlé dans son apparition, mais cette émergence étant faite elle est saisissable dans la conscience* » (Vermersch, 2007a, p. 31) Cela suppose de travailler, il me semble, en suspendant ses *a priori* et, ses attentes pour rester ouvert à la nouveauté et, saisir peut-être même, ce qui peut devenir une catégorie émergente. C'est l'attitude qui m'a déjà guidée dans ma thèse, en recherche qualitative sur la *pensée Sensible* dans le travail créatif de méthodologie, puis d'analyse des données et, j'en retrouve ici quelque chose avec la présence d'un témoin ou d'un observateur qui n'intervient pas en position de A.

Opérationnalisation d'un contrôle du contrôle à partir de ma nouvelle posture dans une forme originale d'entretiens menés par mes 3 B experts.

Après un temps d'interview relativement long, je prends conscience que le mode d'entretien qui s'est instauré est original, son déroulement inhabituel. De fait, je suis questionnée par 3 personnes qui alternent leurs questions assez librement. Je suis un A particulièrement bien disposé, qui se prête entièrement à l'exercice, je me sens impliquée, avec même beaucoup de curiosité pour ce qui va en résulter. Cette façon assez spontanée de pratiquer l'entretien d'explicitation me convient, je ne sors pas de mon intériorité. Il y a après un premier temps de débriefing sur mon entrée en évocation, une succession d'entretiens entrecoupés de temps de discussion entre nous auxquels je participe pleinement, sans pour autant quitter le lieu de l'évocation ou, en y revenant très facilement sur, l'autorisation que je me donne de laisser revenir cette nouvelle dimension de « *Béatrice qui ose* » et se (re)-découvre dans sa dimension créative dans le stage précédent. J'introduis de moi-même un déplacement pour voir Béatrice de plus loin en méta-position, puis le B qui m'accompagne me fait prendre une méta méta-position. Un questionnement en « *qui de toi* » fait émerger cette dimension créative fait ensuite apparaître la petite fille de 4 ans, joyeuse et pleine d'énergie qui saute d'une case à l'autre de la marelle. Le lien entre cette nouvelle « *Béatrice qui ose* » à travers sa créativité et, « *la petite fille de quatre ans* » s'établit sur la base du ressenti d'un même type d'intensité corporelle. C'est la mémoire inscrite dans le corps qui parle.

Cette forme d'organisation souple et de questionnement à plusieurs voix s'instaure naturellement quand mes coéquipiers réalisent que je parviens à me maintenir en prise, dans une qualité d'évocation suffisante. L'originalité de ce mode d'entretiens tient au fait d'un glissement du « *mine de rien* » auquel je prends part en donnant mon point de vue, au retour dans l'Ede qui se produit de manière imperceptible ou presque. Je ne ressens pas de *hiatus*. Cela participe également au « *tomber en évocation* », je m'y laisse aller et donc glisse au cours de la discussion, ce qui semble traduire extérieurement que j'instaure une « *passivité* » dans ce que je nomme « *tomber en évocation* ». C'est l'intérêt pour le sujet discuté qui me fait recontacter à chaque fois le mouvement de motivation vers l'avant à l'intérieur de mon thorax. Mon attention le capte et reste en prise sur lui. Ce mouvement relance à chaque fois ma motivation à travers l'élévation du niveau d'énergie et de tonus dans mon corps. La qualité de ce vécu interne, qui renouvelle mon rapport à moi-même, fait que j'apprécie cette « *forme assez informelle* » et, improvisée, d'entretien qui glisse et, ne génère pas de stress pour A, ouvre même la possibilité d'aller plus loin, d'en apprendre beaucoup plus sur le vécu dans la continuité. Je n'éprouve pas de difficulté à me maintenir

ou à me remettre en évocation. Cela se fait tout seul, comme si « *tomber en évocation* » devenait une compétence facile à réitérer et, qui devient autonome à travers les « mines de rien ». Je ne fais rien de particulier, cela s'instaure car, dans ce type d'échanges en groupe, le « *contrôle du contrôle* », que j'ai établi, reste très présent et neutralise l'activité du « *singe fou* ⁵».

C'est un fait nouveau qui m'étonne et que j'attribue à ma nouvelle posture dans l'axe qui me rassemble et, incarne un mode de « *contrôle du contrôle* » corporel interne. J'ai l'impression que je me maintiens en prise avec le vécu à expliciter à travers cette posture centrée et ouverte qui me paraît garantir le fait d'être située dans le bon lieu, le bon niveau de profondeur en évocation qui, dans ces moments de vécu au contact de soi, se traduit d'abord, par un état stable d'absorption. Il constitue dans mon vécu une sorte de tempo de base continu et, me fait penser, en partie, à l'expérience du « *flow* », décrite par M. Csikzentmihalyi (2006). Mon degré d'absorption en évocation est tel que je perds la notion du temps de l'horloge et du monde extérieur, même si je reste consciente de la présence des personnes qui me parlent, cela ne me dérange pas. J'éprouve du plaisir et, même du bonheur à vivre cet état. Je n'ai rien à faire, c'est là et, en même temps, tout est possible et peut émerger depuis ce lieu-là, où je me retrouve dans ma dimension créative. Et, plus l'entretien se déroule, plus j'en prends conscience et, deviens confiante en cette posture calme, solide et stable. Je l'incarne.

Il s'agit d'une posture d'attente en Tai Ji Quan, qui permet de saisir en laissant venir, les flux énergétiques autour de moi, dans ma bulle, et dans mon corps. Elle s'est donnée à moi, la veille, lors de l'exercice d'alignement des niveaux logiques avec J. et, curieusement, elle m'a paru associée à une dimension de moi, mise en sommeil, à travers le « *Béatrice qui ose* » qui est aussi la « *Béatrice créatrice et créative* » dans toutes ses pratiques et ses recherches. C'est aussi celle que je nomme la « *Béatrice chercheuse* » qui pointe à nouveau le bout de son nez avec enthousiasme, en position de parole incarnée, en tant que A et qui voudrait en découvrir davantage sur elle-même. Elle revêt donc plusieurs facettes. Cette posture garante du contact avec son intériorité, dans la profondeur de son corps peut être le vecteur de découvertes inattendues. Je suis, alors, dans une grande qualité de présence à moi-même et, aux relances de mes interviewers. Je constate que le fait de déplacer une partie de mon attention de l'un à l'autre ne perturbe pas ma posture et, je garde l'accès à mon vécu, je reste en prise.

Intérêt des entretiens successifs menés à plusieurs voix pour cerner les aspects de « tomber en évocation ».

Dans une *Étude de validation d'entretiens d'explicitation successifs*. « *À la recherche de la solution perdue* », J-P Ancillotti & M Maurel (1994) posent une question intéressante par rapport à mon vécu de A : « *Quelle est la stabilité des restitutions tout au long des entretiens d'explicitation successifs ?* » (p.8) C'est la première fois que je suis questionnée sur un temps aussi long, avec des reprises et plusieurs interviewers et, j'accède ainsi avec étonnement à des pans entiers de vécu totalement insoupçonnés, qui s'emboîtent peu à peu. Cette succession d'entretiens et de discussions, où je reste en prise sur le vécu, réalisés sur 2 demi-journées consécutives me permet de mieux documenter les couches de vécu associées à mon « *tomber en évocation* et d'atteindre un niveau de détails satisfaisant pour comprendre tout ce qui est mis en œuvre et en jeu à travers « *tomber en évocation* ». Cette procédure paraît utile, dans la perspective de produire des données de recherche, pour s'assurer de la cohérence interne et de l'authenticité de ce que rapporte A. J-P Ancillotti & M. Maurel (*Ibid.*) ont montré que : « *les entretiens d'explicitation successifs présentent les avantages suivants: - ils permettent un recadrage rapide en début d'entretien en condensant la situation de l'expérience et en accélérant l'accès à l'évocation; - ce dispositif est sécurisant pour l'expérimentateur, qui peut reprendre l'explicitation après l'analyse des précédents entretiens, choisir un autre embranchement plus susceptible d'être fructueux pour les résultats visés et/ou fragmenter un épisode déjà mémorisé dans l'EE précédent. (sous réserve de vérifier la fidélité des informations d'un entretien d'explicitation à l'autre, ce que nous nous sommes efforcés de faire tout au long de ces pages !!!). - ils permettent à l'expérimentateur d'améliorer sa technique en la travaillant hors situation d'entretien d'explicitation. - ils conduisent ainsi à un raffinement de l'étude du fonctionnement du sujet.* » (p.81) L'intérêt principal de cette procédure, pour les interviewers par rapport à l'objet d'étude, réside donc dans le fait de pouvoir explorer d'autres pistes en changeant d'axe de questionnement ou de mieux fragmenter ce que A a déjà verbalisé. Elle peut viser aussi à documenter ce qui se passe simultanément sur d'autres plans pendant que A tombe en évocation. Ainsi, j'ai été

⁵ Cette expression chinoise désigne l'activité mentale qui, souvent prédominante, coupe le pratiquant de son ressenti corporel et des perceptions énergétiques dans l'apprentissage du Tai Ji Quan.

questionnée par B' (Frédéric) sur la durée différente de la temporalité entre mon vécu de V1 où je décris le moment où j'accompagne en tant que B une personne qui éprouve des difficultés à entrer en évocation lors du stage sur les techniques de décentration et ce que j'en rapporte en V3 au moment de mon entrée en évocation. C'est ce moment qui s'est imposé à moi quand B (Pierre) m'a proposé de laisser revenir quelque chose d'intéressant pour moi. Cette série d'entretiens- j'ai du mal à les comptabiliser (environ une douzaine sans doute) selon que l'on compte ou pas les débriefings à partir desquels, je (re)-glisse en évocation- constitue aussi une sorte de galop d'essai par rapport à la recherche de Frédéric et, lui permet finalement d'affiner la formulation l'objet de recherche sur lequel nous travaillons dans notre sous-groupe, il s'agit « *d'identifier les variables de l'intention éveillante influant sur les modalités d'entrée en évocation.* » Sur le moment, en tant que A, je n'en étais pas très consciente, mais je me rends compte par la suite où je suis amenée à questionner les autres membres du groupe, en tant que B que les manières d'entrer en évocation sont plurielles. Cela me permet de comprendre par contraste que mon « *tomber en évocation* » pourrait correspondre, sinon à un « profil », du moins à un certain nombre de caractéristiques qui m'appartiennent en propre, qui peuvent paraître très singulières, voire, étranges aux membres du groupe peu habitués à mon univers de perceptions énergétiques tout comme aux lecteurs. C'est là que se manifeste toute la pertinence de la « *visée vide de contenu,* » mais pas de sens, dans la méthode de l'EDE pour élucider ce type de phénomènes : « *l'interviewer n'a pas besoin de connaître la teneur de la pensée, de la perception, de l'état interne, pour interroger et guider la personne à en prendre conscience* ». (Vermersch, 2017, p.29).

2.2. Quand « *tomber en évocation* » dans le stage de perfectionnement à l'EDE sur les personnages de soi produit un point de bascule lié à « l'étonnement de soi ». via l'adoption d'une nouvelle posture et la (re)-connaissance de soi.

Un point de bascule survient pour moi au cours du stage de perfectionnement à l'EDE avec la découverte sous une forme ludique et spontanée d'un rapport plus harmonieux entre « contrôle » et « contrôle du contrôle » dont les interactions modulent l'activité cognitive conceptuelle. Ce stage repose sur la pratique des techniques de décentration, qui favorisent l'émergence de réponses créatives et de personnages de soi, parfois surprenants. Je suis, à plusieurs reprises, surprise de voir en position de A tout comme en posture d'accompagnement, comment ces exercices que je jugeais, *a priori*, un peu « simplistes » lors de la passation de la consigne produisent des effets puissants en moi comme chez les autres stagiaires, en situation. Ils sont porteurs d'un principe actif très efficace. Les déplacements opérés dans l'espace et le temps que ce soit, à travers des mouvements physiques réels ou mentaux, *via* l'intention et l'imagination traduisent, d'après mon expérience, la marque concrète du passage d'un état à un autre ou, plus particulièrement, d'un univers quotidien et extérieur à la profondeur de l'intériorité. Dans ce lieu, j'établis un rapport à moi-même, plus nuancé en repérant l'activité de plusieurs parties de moi qui dialoguent entre elles et se modulent. L'aspect ludique des exercices incite, à la spontanéité et, à une mise en jeu de soi, ce qui me permet de laisser émerger un certain nombre de « personnages de soi ». Cela produit en moi de l'étonnement, au sens de curiosité, intérêt et, questionnement à comprendre ce qui se passe, ainsi qu'un fort sentiment de soi (Vigarello, 2014). Alors que l'an passé, j'avais trouvé les exercices un peu répétitifs et mécaniques, j'ai découvert cette année leur intérêt pour aller plus loin et dépasser les limites de l'introspection descriptive en introduisant un questionnement en « qui de toi » et en conservant à l'esprit la grille de lecture pratique liée à l'hypothèse bicamérale de McGilchrist. Durant ce stage, je me laisse être informée et enseignée par ces co-identités qui m'apparaissent, à travers des prises de conscience, parfois fulgurantes, qui me traversent comme une flèche, modifiant mon rapport à moi-même. Au cours de l'exercice de la marelle qui pourrait constituer un ante ante-début à la bascule qui s'est opérée, quelque chose se préparait déjà en moi qui annonçait la suite de mon vécu lors de l'Université d'été. En effet, je me suis trouvée dans un état de stupéfaction en nommant en direct, sans l'avoir pensé auparavant, une entité pour m'aider à débrouiller une solution problème. Il s'agissait de mon « âme » et je me souviens de l'avoir localisée d'un geste à l'étage du cœur. Rétrospectivement, je comprends mieux toute l'activité liée à la dynamique du « pof » située aussi dans la zone thoracique. A travers ces exercices, j'ai pris conscience en expérimentant une forme de lâcher- prise du contrôle que l'entrée en évocation est instantanée et spontanée, et que le fait de me déplacer pour considérer la question d'un autre point de vue déclenche un « *tomber en évocation* » immédiat. Peut-être, s'il était questionné comme pour mon mode de « *tomber en évocation* » en EDE au cours de l'université d'été, trouverait-on des paramètres identiques ? Pour ma part, je fais l'hypothèse que je commence à acquérir un « contrôle du contrôle » plus constant, au cours de ce stage, qui fait taire mon inquiétude et, mes

doutes par rapport à mes compétences en apaisant. J'adopte ainsi une disposition plus ouverte et me rends disponible à laisser faire ce qui vient. Il me semble que ma résistance psychique étant moindre, je suis plus malléable à ce qui se donne, portée par un sentiment de justesse et de confiance intérieure. Alors, je peux m'abandonner au « *tomber en évocation* ». C'est lors de ces exercices qu'il commence à se répéter et, peut se manifester à l'abri d'une raison et/ou d'une volonté trop forte et contrôlante. Ces deux éléments caractéristiques de « qui je suis » se retrouvent inhibés ou mis à l'arrière-plan. C'est un fait nouveau dont je ne prends pas conscience réflexivement en stage, trop occupée à découvrir et à vivre ces moments qui laissent des traces mnésiques en moi.

Comme je l'ai souligné précédemment, c'est durant ce stage que je (re)-découvre des parts de moi-même tombées dans l'oubli ; j'en suis profondément touchée et étonnée, mais, cependant pas bouleversée. Je vis ces phénomènes, en acte, durant les exercices en tant que A et, en devient consciente réflexivement ensuite lors des débriefings avec B et parfois C. Pierre Vermersch (2014, *op. cit.*) précise à propos de l'expérience de *l'étonnement de soi* que, « *Depuis soixante ans, les praticiens ont développé d'innombrables dispositifs (...) de travail de soi, techniques qui sont autant de fabrication de miroirs de soi. J'utilise cette métaphore du "miroir" pour désigner tous les dispositifs créés pour aider la personne à se voir, à se connaître, à se reconnaître par toutes les formes de reflets (pas uniquement visuels) qu'ils peuvent engendrer. Il faut souligner, que ces reflets n'existent pas naturellement et que ces miroirs doivent être construits et pour cela nécessitent la présence d'un tiers compétent et donc d'une médiation (...). Il existe de très nombreux dispositifs de création de ces reflets : je pense à des techniques comme le focusing, l'alignement des niveaux logiques, le rêve éveillé dirigé, le travail sur la métaphore, le dialogue avec les parties de soi, la séparation et le dialogue entre critique, réaliste et créateur, et bien d'autres encore. Dans tous ces miroirs, la personne découvre des informations sur elle-même qu'elle reconnaît (c'est bien moi) et qu'elle ne connaissait pas (dont elle était inconsciente).* » [en ligne]

Quelques moments saillants au cours du stage ont contribué à mettre en évidence des parties de moi enfouies ou étouffées jusque- là et à me replacer au contact de mon potentiel créateur d'une autre « *Béatrice, celle qui ose* ». Cela s'est donné dans les exercices à travers des « *tomber en évocation* » présentant un caractère instantané. Cette Béatrice nouvelle opérationnalise ensuite cette dimension d'oser dans son guidage en accompagnant, de manière un peu ferme, voire un peu autoritaire, un B enfermé dans une pensée qui tourne en rond et, l'empêche de faire le choix d'un moment et d'entrer en évocation.

Mais, le point de départ de ce mouvement de bascule se situe vraiment dans un exercice de Feldenkrais. Nous travaillons en trio, je suis accompagnée par C. (B) et, J-P s'est placé en posture d'observateur (C). J'expose d'abord, une problématique au B qui m'accompagne ; j'ai choisi la tâche de soleil devant la fenêtre de la bergerie pour en matérialiser l'emplacement puis, B me propose de me déplacer et de considérer le problème comme une forme, du mouvement et/ou de la couleur. Je décris une forme sombre noire qui enserre mon thorax, une véritable gangue qui m'opresse. Je la dépose depuis mon nouvel emplacement dans la lumière devant la fenêtre et l'associe plus clairement à une situation qui me bloque depuis plusieurs années. C'est alors que je sens que cette masse sombre se désagrège. Un mouvement, sorte de rayon qui part de mon thorax, traverse l'espace de la pièce et semble responsable du fait qu'elle tombe en poussière. Physiquement et énergétiquement, je me libère d'un grand poids et perçois que je me redresse intérieurement. L'exercice se poursuit, je me sens de plus en plus allégée et exprime que la joie remplace cette masse sombre et pesante dans mon thorax. Lors du débriefing C témoigne qu'il a assisté à un changement de posture en moi, visible aussi sur le plan physique. Il la nomme comme étant une « posture impériale ». Sur le moment, cela me fait un peu sourire. Néanmoins, cette « posture impériale » n'aurait-elle pas quelque chose à voir avec la posture que je découvre ensuite en tant que A, guidée par J. dans l'exercice d'alignement des niveaux logiques ? La sensation de redressement à l'intérieur, similaire dans les deux cas, tendrait à me le faire penser. J'ai témoigné à ce B que, j'étais en contact avec mon « potentiel » et ma créativité. Cette révélation s'est accompagnée d'une autre posture physique prise cette fois volontairement pendant quelques minutes qui incarne, à travers son axe et un volume de présence, un retour à ma « puissance d'agir », c'est une libération. Et, à ce moment- là, la chercheuse qui sommeille en Béatrice refait surface et comme étant reliée à la dimension créatrice et créative de Béatrice. Peut-être cette posture de l'arbre, empruntée à l'univers du Tai Ji Quan a-t-elle aussi un rapport avec la posture qui s'opérationnalise le lendemain en Ede ? Dans mon guidage avec ce A très « cérébral » à l'égard de qui, je fais usage d'une certaine autorité, qui me

surprend moi-même, sans doute ma « posture impériale », et, je déploie ma créativité. Je combine, en effet plusieurs éléments des exercices proposés par Dilts pour mettre mon A en situation de trouver sa solution à la problématique qu'il m'expose, lui faisant réaliser un exercice de fertilisation croisée, un Walt Disney et plusieurs méta-positions. Je rajoute un exercice qui engage le corps et la résistance du Tantien dans le but qu'il sente corporellement ce qu'est aller au bout d'un projet en s'engageant.

2.3. Un premier « *tomber en évocation* » vécu en acte à travers un « *ça a déjà commencé pour toi* » signifié par l'animateur juste après l'énoncé de la consigne.

Cette saisie d'un moment vraiment très ténu et fugitif se produit au début du stage d'auto-explicitation de juillet. En venant à Saint Eble, je me suis lancée l'intention de vivre le stage d'auto-explicitation dans la fluidité, c'est-à-dire sans me mettre de pression. J'ai déjà suivi cette formation les deux années précédentes en 2017 et 2018 et me sens particulièrement en affinité avec cette pratique de soi pour la liberté d'écriture et de reprises illimitées qu'elle offre. Cependant, je perçois que les modalités de mise en œuvre du stage d'auto-explicitation ont évolué avec l'utilisation d'une nouvelle grille de lecture concernant les rapports entre « contrôle » et « contrôle du contrôle » à partir de l'hypothèse bicamérale de I. McGilchrist (*op.cit.*) utilisée lors de l'université d'été du GREX en 2018. Ces deux fonctions exercées par le « cerveau gauche » participent *via* un « dialogue » entre elles, à instaurer un lâcher-prise et une posture d'accueil tranquille. Quand le stage débute, je ne me suis pas encore suffisamment appropriée cette grille et, donc, je n'ai pas encore la moindre représentation que « *tomber en évocation* » pourrait correspondre à un « *laisser faire* » ou un « *laisser venir* » et « *accueillir* », par l'instauration d'un « contrôle du contrôle » et, encore moins à une nouvelle posture (*Cf supra*). C'est rétrospectivement, en parcourant à rebours mon cheminement dans « *l'étonnement de soi* » de cet été, toujours actif, quand j'écris cet article que cela me vient. C'est donc une compréhension qui me vient rétrospectivement, ce que L. Tengelyi nomme « *fixation de sens rétroactive* »⁶ Sur le moment, je constate seulement intérieurement ma rapidité à entrer dans « l'acte/état » d'évocation. Mais cela reste un vécu d'arrière-plan, pré-réfléchi, de ma conscience en acte. En revanche, je sais qu'il reste inscrit quelque part en moi, sous forme d'une trace organique, associée à des impressions intenses dans mes viscères.

Pierre, l'animateur du stage d'auto-explicitation, donne la première consigne d'exercice : « *vous allez vous lancer une intention éveillante par rapport à un thème que je vais vous proposer* ». Il s'agit de se demander à soi-même de laisser revenir un cas particulier dans le thème proposé qu'il formule ensuite ainsi : « *décrire finement un moment du trajet pour venir ici* », et, de prendre conscience de « *comment je fais par rapport à moi-même* » à travers cet exercice d'écriture. Quand Pierre donne cette consigne, j'éprouve le sentiment diffus que je suis déjà en évocation. Aujourd'hui, je peux faire la comparaison avec mon premier « *tomber en évocation* » de l'université d'été, il y a similarité à travers ce caractère instantané. Mais, à ce moment-là, je ne m'étonne pas particulièrement de ce fait, en tout cas pas à travers un questionnement. J'en suis consciente, je vis la chose pendant que des bribes de vécu du trajet commencent à se manifester sous forme d'impressions qui tentent de remonter à ma conscience. Je ne sais pas encore de quoi je vais parler, sur quel moment du trajet va porter mon choix pour mener une auto-explicitation. Je suis juste en posture d'accueil avec une attention ouverte. Durant cette première session d'auto-explicitation, je décris ce qui vient. Cela concerne le moment où j'arrive à Saint-Eble, les 2 ou 3 minutes qui précèdent mon arrivée dans le village. Je n'écris quasiment rien au sujet de comment je rentre en évocation. Ce que j'en dis se résume aux quelques lignes qui suivent :

La session d'AE débute pour moi dès l'énoncé de la consigne dans la salle de la bergerie ; le terme « moment » me fait fermer les yeux spontanément. Pierre me fait la remarque : « ça a déjà commencé pour toi » ! Je rentre instantanément en contact avec un moment

⁶ L. Tengelyi 1998, p. 35, cité par P. Vermersch (2006a), p. 27

vécu du trajet, j'en ai le goût, la sensation... Je ne sais pourtant pas encore de quoi il est fait exactement, ni ce que je vais pouvoir en dire.

Après le stage d'Ede du mois d'août, et l'Université d'été où les faits se sont réitérés avec quelques variations, je prends conscience que, lors de cette première session d'auto-explicitation, il s'agit aussi d'un « *tomber en évocation* ». J'en reconnais le goût, la saveur en moi à travers la forte intensité de revivre cet instant resté présent en moi, sur un mode seulement pré-réfléchi à travers ma conscience corporelle. Je m'interroge et, reprend à mon compte le questionnement de P. Vermersch (2000) : « *Est-il possible d'avoir une conscience réfléchie de la conscience directe ? (...) Tenter de répondre à cette question, c'est exiger d'un sujet qu'il puisse attester qu'il en fait l'expérience, qu'il a bien un vécu dans lequel après coup lui apparaît le fait qu'il était conscient de ce qu'il faisait sans en avoir eu en même temps la conscience réfléchie.* » (p. 279) Pour élucider ce « *tomber en évocation* » vécu sur un mode pré-réfléchi, je décide donc de procéder, riche de tout mon vécu expérientiel sur le sujet, à une nouvelle auto-explicitation ciblée sur ce qui survient à ce moment.

Reprise (22 septembre 2019) sur l'instant fugace où je sais/sens que je suis en évocation pendant l'énoncé de la consigne après relecture de mon AE de juillet et temps « d'infusion » de quelques minutes.

Ce n'est pas à cet instant [le moment de la consigne], la description d'un moment du trajet qui m'intéresse, qui s'impose à moi.... Mon attention est attirée par autre chose à l'intérieur... C'est à la fois fugitif, difficile à saisir et à décrire et, en même temps bien présent, à travers une épaisseur qui se déploie, ça a un goût surprenant... Ce ressenti interne me maintient en prise... Il me semble que c'est ce goût qui attire mon attention... Je suis déjà très intériorisée quand je me lève... Je sens que je me lève, me vois prendre mon cahier et plusieurs stylo feutres. Je décide d'aller m'installer à l'extérieur, comme pour garder vivante en moi, présente, cette sensation inédite...

Oui, j'ai besoin de rester seule, au calme pour préserver ce fil... Ce quelque chose que je me dis sans me le dire vraiment en me levant ou, qui se dit en moi, vient éclater à la surface...

C'est là, quand je me lève, ..., j'ai encore les yeux fermés, que Pierre, soudain, me signale que ça a déjà commencé pour moi... Sa remarque me surprend, je ne savais pas que cela se voyait à l'extérieur... Je sais que je suis en évocation, je sens que je ne suis plus en relation seulement mentalement avec sa consigne mais déjà aussi dans une sorte de flux intérieur qui la prend en relai et capte mon attention... Je me revois acquiescer à sa remarque, avec un signe de tête, en disant oui.... Mon oui sort naturellement, avec un son clair, bien timbré..., je l'entends résonner. Je suis en lien avec quelque chose qui se déroule dedans et, j'ai envie que cela se prolonge... Il se passe quelque chose qui m'intéresse... Je me sens concernée... C'est porteur de quelque chose d'inédit... Comme d'une promesse que je vais découvrir quelque chose de nouveau et d'important pour moi... Et, là je m'implique dans la saisie de ce qui vient... dans/de ma profondeur....

[Arrêt, temps de relecture et reprise]

Tout cela, je l'écris, maintenant, en reprenant ce moment de vécu très bref et fugitif du moment où j'entre en évocation... C'est une actualisation de mon vécu qui se produit.

J'entre facilement dans l'acte/état d'évocation pendant la consigne, comme si j'avais déjà connaissance de son contenu une fraction de seconde avant son énoncé. C'est un peu comme si je glissais en évocation, c'est un mouvement doux et, évident qui coïncide avec la formulation de la consigne.... Je veux dire qu'il est..., naturel et spontané.... C'est sans heurt, ni résistance... Tout va dans le même sens...

J'accompagne plutôt la consigne, je l'anticipe même un peu... Je sais déjà avant que Pierre ne prononce les mots qu'il est question de décrire quelque chose du trajet... Il y a quasiment simultanéité.

Le moment où Pierre donne la consigne et, où je ferme les yeux déclenche une plongée vers le revécu de ce bref moment où j'arrive à Saint Eble, dans la voiture conduite par mon mari.

Il se produit comme un glissement au fur et à mesure que Pierre énonce sa consigne à propos de l'intention éveillante à se donner à soi-même, avec douceur et bienveillance. J'ai le goût de ce que cela déclenche dans mes viscères, c'est à la fois quelque chose d'agréable et teinté, en même temps d'un peu d'inquiétude... Je ne sais pas de quoi est faite cette « inquiétude » au juste, ni ce qui la déclenche... C'est simplement ce qui se donne quand je revis ce moment où je « tombe en évocation ». Ce paradoxe me surprend... Y a-t-il débat plus profond à l'intérieur de moi ? Impression fugitive qui me fait poser la question...comme si plusieurs parties de moi ne sont pas totalement en accord.... J'attends quelques instants.... Je n'ai pas accès à ce niveau d'information.

Je ressens, maintenant en V3, la fluctuation des tonalités internes qui affleurent à ma conscience, c'est ce qui joue déjà à bas bruit en moi, au moment où Pierre donne la consigne... Quelque chose se resserre puis, se dilate dans mon ventre ; je perçois des tensions de membranes et de fibres musculaires, puis leur relâchement à travers un mouvement... J'en ai nettement conscience au moment où je me lève pour aller écrire dans le jardin...Je vis cela en direct dans mon corps... C'est de l'ordre d'une sensation de quelque chose qui se déploie en moi, à travers une certaine épaisseur, une consistance, un trait épais ou plutôt, une bande large, grise et noire... un support matériel..., corporel où s'inscrit ma conscience de ces tonalités internes contrastées....

*Et, c'est bien quand Pierre me lance son « **ça a déjà commencé pour toi** » au moment où je me lève que j'en prends tout-à-fait conscience. Cela me fait ouvrir les yeux ; le contraste de luminosité m'indique que juste avant ils étaient fermés. Je croise le regard de Pierre, fixé sur moi, attentif à percevoir là où j'en suis, à ma réaction à son « **ça a déjà commencé pour toi** » ...Il vient de terminer d'énoncer sa consigne...Je suis certaine d'avoir fait mouvement pour me lever avec les yeux encore mi-clos, je suis très intériorisée.... Quelque chose attire mon attention vers le dedans.*

Sa remarque ne me surprend pas vraiment, je ne sursaute pas, je me sens calme et stable, mais j'éprouve un certain étonnement... dû au « ça a commencé pour toi » que j'associe à une forme de passivité dans la réception de la consigne Cette affirmation, dans sa formulation me dérange un peu, même si je hoche la tête et, répond par l'affirmative... C'est juste de dire que ça a commencé pour moi.

Ce n'est pourtant pas seulement cela qui joue en moi C'est vrai, j'adopte une posture d'accueil, d'écoute intérieure en fermant les yeux.... Mais, cela ne se fait pas tout seul. Je pose aussi des actes, ... ils créent des conditions pour que l'entrée en évocation soit facile.... Il me semble que cette nuance entre activité et passivité fait naître un début de questionnement à ce moment-là. Pourtant, en V1, je ne le formule pas... C'est présent sans m'apparaître clairement...je ne le verbalise pas... ce questionnement reste sous-jacent et vivace par le mouvement et les variations d'états internes qui l'incarnent... C'est une tension entre passivité et activité... qui sous-tend la session d'auto-explicitation durant laquelle je décris ce moment bien spécifié du trajet entre Langeac et Saint Eble.

[Nouvelle relecture et reprise sur les actes que je pose pendant l'énoncé de la consigne].

J'ai le sentiment d'être active et, mobilisée pendant la réception de la consigne. Mon attention est à la fois tournée vers l'intérieur avec tout ce que je perçois dedans et, orientée vers l'avant...Je suis dans une forme d'attention qui anticipe un peu les mots et, capte les effets qu'ils produisent en moi...Je m'accorde à la consigne, je la laisse m'imprégner directement...Je laisse les mots rentrer et résonner à l'intérieur...Ils ont un poids... que je ressens physiquement...Je n'éprouve pas le besoin de me reformuler la consigne... Je la laisse prendre forme..., corps en quelque sorte Elle se traduit implicitement en moi, sans

mots...Elle travaille à bas bruit...J'ai conscience de me l'approprier subjectivement à travers mon ressenti intérieur...

Il y a correspondance entre l'énoncé et la mise en place d'une attitude ouverte et attentive de laisser revenir et d'accueillir un moment du trajet vers Saint Eble.... sorte de double face, bien collée entre la réception de l'énoncé et mon attitude... C'est plus qu'une posture physique... S'y ajoute une disposition mentale...Je me propose de laisser de côté tout ce qui peut être source de parasitage en me centrant. Mon corps et mon esprit se rassemblent se posant sur mon centre, dans mon bassin...

Dans cette attitude d'écoute intérieure et d'accueil, ma volonté volontaire habituelle qui oriente mon attention de manière focale se relâche...Je n'attends rien de précis en fait. Le sentiment d'inquiétude éprouvé au départ disparaît quand je formule pour moi-même cette remarque.... L'ensemble de ces actes que je pose- ce sont des gestes intérieurs-, me fait glisser insensiblement dans l'acte/état « évocatif » J'y tombe doucement passant de l'extérieur à mon intériorité où la consigne est en train d'infuser, je m'absorbe dans ma profondeur corporelle et psychique. Je me perçois unifiée...et, commence à décrire, sans chercher, un moment du trajet avant d'arriver à Saint Eble. Le mot « moment » résonne très fort et des informations se donnent, affluent même... Je n'ai pas à repasser plusieurs moments dans ma tête pour en choisir un à décrire.... Celui qui vient de l'intérieur..., qu'une partie de moi, plus libre et habile à saisir, m'offre à décrire, se précise peu à peu par effet de remplissement... Je sens, de manière intuitive, que c'est le moment adéquat. Il résonne juste en moi.

Cette reprise documente donc le très bref instant du *moment* où j'entre en évocation qui vient affleurer à ma conscience pendant le premier exercice proposé lors du stage d'auto-explicitation. Il reste latent, donc implicite, quand je commence à auto-expliciter sur un moment du trajet pour venir à Saint- Eble. En fait, je ne le prends pas en compte car, dans mon esprit, il ne fait pas partie du contenu à auto-expliciter qui doit cibler un moment du trajet pour venir à Saint-Eble. Manifestement hors-sujet il s'imprime pourtant en moi, laissant une trace intrigante au creux de mon estomac. Il me paraît possible d'accéder à cet instant fugitif par une reprise en AE pour le faire passer du stade pré-réfléchi à celui de la conscience réfléchie. Comme le souligne P. Vermersch (2000) : « *De ce dont j'ai été conscient de manière directe, je ne peux devenir réflexivement conscient que par la mise en œuvre d'une activité réfléchissante qui n'a rien d'automatique. Tant que je n'ai pas fait cette "prise de conscience" au sens de réfléchissement, je reste réflexivement étranger à ce que j'ai pourtant vécu.* » (p. 276) Je sais, intuitivement, qu'il y a quelque chose à approfondir à cet endroit de mon vécu. Quand je perçois et ressens fugitivement quelque chose de cet instant, je suis en train de m'imprégner de la consigne. C'est probablement cet acte de recevoir la consigne à travers une posture d'écoute intérieure et d'attention large et ouverte qui me fait entrer en évocation.

Je retrouve ce type de vécu durant l'université d'été, en tant que A, dans le sous-groupe formé par Pierre, Frédéric, Eric et, moi-même. Je mentionne le fait que je « *tombe en évocation* » et, au moment où je dis ces mots, ce vécu fugitif du stage d'auto-explicitation se redonne à moi de manière tout aussi fugace. Je nomme en fait ce vécu, j'entame un début de verbalisation... Je me souviens que je dis cela en plaisantant presque. J'établis alors une association confuse avec le vécu très flou du mois de juillet. Je ne partage pas cette information dans mon groupe de co-chercheurs, elle reste une « *pensée privée* », encore à peine formulée. Je ne sais pas encore de quoi il retourne vraiment. C'est comme le petit instant de blanc dont je parle plus haut ; je laisse s'opérer un temps de décantation. Puis, au cours de la rédaction de cet article, ce bref instant se redonne avec insistance. Il se situe chronologiquement entre l'énoncé de la consigne que je note, en la laissant infuser en moi et, l'instant d'après où je me lève pour aller écrire dans le jardin. Je sais/sens que c'est un jalon important dans le fil chronologique de ma formation à l'introspection descriptive de cet été. Cette présentification produit mon étonnement rétrospectif par rapport au rôle de l'intention éveillante liée à « *tomber en évocation* ». Quand

l'acte/état d'évocation survient lors du stage d'AE, j'en ai seulement une conscience directe et non une conscience réfléchie. Pour P. Vermersch (2000), « (...) *il y a une conscience en acte, ou conscience directe qui est la conscience tout-court qu'il est possible de décrire par l'explicitation de l'expérience de sa saisie. La distinction entre conscience et conscience réfléchie précise une première acception possible du domaine du conscientisable comme "réflexivement conscientisable", et donc comme le fait de passer de l'une à l'autre.* » (p. 271) Je pressens l'importance de ce moment quand je le vis, mais je ne sais pas en quoi il est important, ni quel est son sens. Rétrospectivement, j'établis un pont entre mes différents moments de « *tomber en évocation* » et, j'identifie cet instant comme étant bien un « *tomber en évocation* », je le reconnais dans sa fugacité comme étant le premier. Peut-être dois-je même le considérer comme l'*ante*-début du « *tomber en évocation* » plus tangible et réitéré qui s'instaure pendant les interviews où je suis A dans le sous-groupe où je travaille lors de l'université d'été. Au mois de juillet, je n'ai pas assez de repères pour le mettre en mots alors que perçois quelque chose s'imprimer à l'intérieur de moi. C'est une impression qui m'est étrangère, que P. Vermersch (2006a) associe avec L. Tengelyi à la notion théorique d'un sens qui précède la mise en mots, voire même toute représentation symbolique : « *le concept de sens perceptuel, comme celui de sens expérientiel (...) est donc toujours là pour désigner un sens qui n'est pas encore ou pas du tout un sens de la mise en langue de l'expérience* » (p.27). Mon ressenti à propos de ce premier « *tomber en évocation* » ressemble à un sentiment intellectuel, quelque chose qui voudrait se dire mais, pour lequel je ne possède pas encore les bons repères, ni le vocabulaire adéquat.

Un autre aspect porté par l'étonnement vis-à-vis de moi-même lors de ce tomber/glisser dans la profondeur de l'évocation tient à ce que j'apprends de moi-même, à partir de ce moment très fugitif que je remarque à peine au départ. Je me découvre dans la reprise de ce moment peu documenté, voire peu accessible, sous un jour inédit, à travers une qualité de présence à moi-même qui m'implique totalement dans l'expérience ; j'ai envie de prolonger ce moment durant lequel se manifeste le déploiement de cette bande large et grise dans la profondeur de mon corps. Cela m'aide à maintenir mon attention en prise sur le vécu quand j'effectue cette reprise car j'ai à nouveau cette sensation « vive » de glisser, je la revis de manière plus claire et consciente et, c'est ce qui me permet de dire qu'elle participe à mon « *tomber en évocation* ». C'est donc d'un tomber/glisser en évocation qu'il s'agit et, je prends conscience rétrospectivement qu'il se poursuit durant la description de V1 ; j'en ai des traces à travers un passage où j'ai écrit que quelque chose glisse à l'intérieur de moi comme mon regard perçoit le glissement du paysage qui défile. Cela ressemble au vécu des sons/mots qui glissent en moi lors du premier Ede de l'université d'été alors que je ne les prends pas en compte sur le plan de la signification, puisque « *celle qui ne contrôle pas* » est d'abord occupée à accueillir toutes les manifestations énergétiques et sensibles qui produisent des effets nouveaux en elle au niveau de l'étage du cœur.

J'ose, depuis ma nouvelle posture, livrer en l'état, cette réflexion encore inachevée au lecteur, il me reste à établir les caractéristiques plus précises et la typologie de ce que je nomme « *tomber en évocation* ».

Bibliographie indicative :

- Ancillotti, J-P. & Maurel, M (1994). *Étude de validation d'entretiens d'explicitation successifs*. « À la recherche de la solution perdue ». collection Protocole, numéro 3, GREX
- Ardoino, J. (2002). *Discernement entre pédagogie de l'étonnement et pédagogie de la surprise ?* Colloque AFIRSE, Pau (avril, 2002), disponible en ligne à l'adresse : <http://www.arianesud.com/content/download/604/2381/file/ARDOINO%20Etonnement%20et%20Surprise.doc>

- Aumônier, B. (2018). Comment la "magie" de l'évocation en auto-explicitation opère un élargissement des contours du vécu enrichissant le statut de mon expérience. *Expliciter*, n° 117
- Aumônier, B. (2017). De la nécessité de revisiter mon expérience de la pensée Sensible à son *ante-début*, via l'introspection descriptive. *Expliciter*, n°116 (novembre 2017), p. 1-12.
- Aumônier, B. (2016). Genèse d'une recherche sur la pensée au cœur de l'expérience du Sensible. D'une quête singulière et philosophique à un engagement plus pragmatique dans une « enquête » en Sciences de l'Éducation. *Réciprocités*, n°9 (janvier 2016), p. 5-28 [en ligne, à l'adresse suivante : https://www.cerap.org/sites/default/files/files_revues/reciprocites_9.pdf]
- Depraz, N. (2018). *Le sujet de la surprise : un sujet cardinal*. Bucarest : Zeta Books.
- Dewey, J. (2014). *La quête de certitude. Une étude de la relation entre connaissance et action*, trad. P. Savidan, Paris : Gallimard, p. 37.
- Étienne, R. (2017). « Thievenaz, J. (2017). *De l'étonnement à l'apprentissage. Enquêter pour mieux comprendre*. Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur, collection Perspectives en éducation & formation. », *Éducation et socialisation* [En ligne], 46 | 2017, mis en ligne le 01 décembre 2017, consulté le 18 septembre 2019. URL : <http://journals.openedition.org/edso/2654>
- Legrand, L. (1960) *Pour une pédagogie de l'étonnement*, Delachaux et Niestlé, Paris.
- McGilchrist, I. (2010) *The Master and His Emissary: The Divided Brain and the Making of the Western World*. New haven and London : Yale University Press.
- Mérieu, Ph (2014). Mais où est donc passé l'étonnement ? « *S'étonner pour apprendre* », *Education permanente*, n°200
- Millou, Y. (2018). *Phénoménologie de la surprise et de l'étonnement face au miraculeux*. Philosophie. Normandie Université, 2018. Français. ffNNT : 2018NORMR008ff. fftel-01793221v2f Disponible en ligne à l'adresse : <https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-01793221v2/document>
- Ricoeur, P. (1949/2009) *Philosophie de la volonté, I. Le volontaire et l'involontaire*, Paris : Points Essais.
- Thievenaz, J. (2016). L'ÉTONNEMENT Presses universitaires de Caen | « *Le Télémaque* » 2016/1 N° 49 | pages 17 à 29 ISSN 1263-588X ISBN 9782841338269 Article disponible en ligne à l'adresse : <https://www.cairn.info/revue-le-telemaque-2016-1-page-17.htm>
- Vermersch, P. (1996). Pour une psycho-phénoménologie, *Expliciter* n° 13.
- Vermersch, P. (2000). Conscience directe, conscience réfléchie. In: *Intellectica. Revue de l'Association pour la Recherche Cognitive*, n°31, 2000/2. Recherches sur la conscience en sciences cognitives. p. 269-311; doi : <https://doi.org/10.3406/intel.2000.1609> https://www.persee.fr/doc/intel_0769-4113_2000_num_31_2_1609
- Vermersch, P. (2006 a). Signification du « sens expérientiel », en lisant Laszlo Tengelyi . *Expliciter*, n° 63.
- Vermersch, P. (2006 b) Vécus et couches des vécus. Questionner le déroulement d'un entretien (V3) *Expliciter* n°66, p. 32-47
- Vermersch, P. (2007a). Note autour du "sens se faisant". Essai de typologie des différentes formes de rapport au futur. Protention, anticipation, prévision, attente, vision élargie, émergence. *Expliciter*, n°70, p. 24-32
- Vermersch, P. (2007b). Approche des effets perlocutoires : 1/ Différentes causalités perlocutoires : demander, convaincre, induire. *Expliciter*, n°71, p. 1-23
- Vermersch, P. (2014) Entretien d'explicitation et éveil de la mémoire passive, surprises, découvertes, émerveillement. Disponible en ligne à l'adresse suivante : <http://www.entretienavec pierre.fr/2014/04/entretien-dexplicitation-et-veil-de-la-memoire-passive-surprises-decouvertes-emerveillement/>
- Vermersch, P. (2015) Apprendre les consignes dans l'entretien d'explicitation. Les comprendre, les dépasser, s'en libérer. La cohérence des effets perlocutoires. En ligne : <http://www.entretienavec pierre.fr/2015/12/connaitre-les-consignes-les-comprendre-les-depasser-dans-lapprentissage-de-lentretien-dexplicitation>
- Vigarello, G. (2014) *Le sentiment de soi. Histoire de la perception du corps*. Paris : Seuil.

"Qui es-tu quand tu ... ?" et "depuis quand..." ? Un détour pour aller plus loin dans le recueil d'informations sur l'action

Claudine Martinez
Avec la participation de Nadine Sion

Cet article prend appui sur un Ede réalisé avec Evelyne Rouet et Nadine Sion, lors de l'atelier de fin mars 2019, qui a suivi le séminaire comme c'est l'habitude. Les participants à l'atelier ont demandé à expérimenter le questionnement qui permet d'accéder au schème de conduite sous-jacent à un N3⁷. Nous avons expérimenté depuis 3 ans, un détour qui passe par un questionnement avec des "qui es-tu quand ..." puis "depuis quand ...". Il nous permet d'accéder à des séquences de vie où le schème recherché, sous-jacent au N3, était actif. Ce détour, par des parties de soi en œuvre, est encore en expérimentation. Ceux et celles qui n'avaient pu participer à l'Université d'été, étaient curieux et avaient envie de se l'approprier.

Je me retrouve en trio avec Nadine et Evelyne pour tenter l'expérience. Nadine se propose d'être A⁸ pour étudier un moment de son activité de formatrice, qui lui pose problème. Evelyne désireuse de savoir faire, s'installe dans la position du B et je prends la place du C, observateur. Evelyne va conduire cet entretien avec plusieurs étapes où elle utilise des déplacements et où nous faisons des pauses pour faire le point et voir comment poursuivre.

A un moment bien avancé dans l'entretien, Evelyne me fait signe de prendre le relai en B. Je vais m'appuyer sur ce qu'elle a fait émerger et en particulier sur les indices corporels pour reprendre le questionnement en "qui es-tu quand..." et arriver à un moment qui va faire tilt à Nadine et qui débouchera sur le sens ou N4.

C'est pourquoi dans cet article, je m'intéresse plus à cette partie de l'entretien où je suis B et où Evelyne a pris la position d'observateur, C.

1. Dans un premier temps, je vous donne des informations sur la partie conduite par Evelyne afin de mieux suivre la suite où je prends le relai d'Evelyne en B et où Evelyne devient C.
2. Ensuite, je vous propose la transcription de cette dernière partie de l'entretien avec quelques commentaires.
3. Et je termine, quelques réflexions pour alimenter la discussion au séminaire.

1. La partie de l'entretien dirigée par Evelyne

1.1 La situation de référence de Nadine

Nadine a choisi un moment de formation d'un stage de 5 jours, qu'elle anime depuis longtemps. Elle est avec une formatrice qui a moins d'expérience qu'elle et qu'elle doit amener à pouvoir animer cette formation.

1.2 Le problème de Nadine, à l'origine de cet Ede⁹

La jeune formatrice est dans une séquence d'animation de ce stage. Nadine est assise en observation et vit intérieurement une lutte entre des pensées contradictoires :

⁷ N3 : niveau de description du vécu, mais "impénétrable" directement car relève du potentiel ou inconscient organisationnel. "La description fine de cet acte émergent qu'est le N3 reste inaccessible". Par contre, il est possible d'accéder au "comment est organisé cette réponse émergente" par l'accès au N4, ce qui est l'objet de l'Ede présenté ici. Cf. Pierre Vermersch, *Expliciter* n° 111, p. 31-32

⁸ Dans les trios d'Ede, nous désignons par A la personne interviewée, par B l'interviewer et C l'observateur.

⁹ Ede : raccourci pour désigner l'entretien d'explicitation

- ¹⁰*"d'une part, faire confiance à cette formatrice, lui laisser toute la place". Nadine sait que c'est la meilleure façon pour qu'elle apprenne.*

- *"d'autre part si c'était elle qui animait, ce serait quand même mieux! "*

En observant la jeune formatrice, elle commente intérieurement ce qu'elle ferait. Elle la laisse faire mais ne lâche pas. Elle ne le montre pas et dit que c'est récurrent.

Là, maintenant en V2¹¹, Nadine aimerait savoir ce qui fait qu'elle ne lâche pas alors qu'elle en a l'intention. Elle a tous les éléments intellectuels mais quelque chose en elle n'est pas d'accord. Nous sommes là avec quelque chose d'irrationnel, ce que nous appelons un N3. Elle va animer la semaine qui suit et aimerait bien ne pas se retrouver dans cette situation.

1.3 Un anté-début

Nadine dit avoir été très impressionnée par l'intervention de Maryse la veille, au séminaire. Dans son article ¹²Maryse identifie toutes les parties d'elle ou "personnages" qui sont en action, lors d'une auto explicitation sur une anagramme. Parmi ces différentes parties figure la "décontractée" qui a fortement résonné en Nadine.

postgraphie de A 13 : En écoutant Maryse lors du séminaire... je cherche à dénombrer et à nommer "les personnages" qui seraient les miens. Une équipe chez moi, qui a l'air d'être plus en conflit qu'en harmonie, contrairement à la description qui est faite dans l'article.

1.4 Les différents personnages que Nadine identifie dans l'Ede

Nous sommes dans l'entretien en V2. Après les opérations de démarrage, Evelyne en B, commence par lui faire dire les données du contexte de ce moment là. Mais très vite l'attention de A se porte sur ses pensées quand elle observe la nouvelle formatrice.

¹⁴*"... quand je la regarde, je ne la trouve pas naturelle. Je pensais qu'elle s'en sortait mieux! En fait, je suis celle qui ne dit rien mais qui a l'expérience. J'anime ce stage depuis longtemps. J'ai en moi, l'idée que je le ferais mieux. Cette idée me perturbe. Je me dis que chacun a sa façon de faire, qu'il ne faut pas que je pense ça!"*

Suit une partie où A va identifier avec l'aide de B **les différents personnages** en action dans ce moment. Ils ne viennent pas tous d'un seul coup. C'est le travail d'entretien qui les fait émerger progressivement. Au total, elle va trouver :

- *"Celle qui ferait mieux qu'elle, c'est celle qui veut tout contrôler. Elle est un peu perfectionniste. Je la connais bien, elle m'agace!"*

- Puis elle va s'apercevoir que "la perfectionniste" constitue une partie distincte de la "contrôleuse", *"c'est celle qui veut faire, qui est efficace, qui a du rythme".*

- Un peu plus loin apparaît *"l'inquiète"* qui alimente bien *"la perfectionniste"*.

- Puis vient la décontractée, en écho à Maryse. *"Celle-là n'est pas inquiète... Elle n'a pas de doute : "ça va bien se passer, laisse faire ..."*

- Enfin, elle arrive à *"la formatrice"*.

La lutte qui se fait en elle quand Nadine observe sa collègue oppose les trois premières, qui s'entendent bien, la contrôleuse, la perfectionniste et l'inquiète à une autre *"la décontractée"*. Cette dernière dit à chacune : *"fous moi la paix, laisse moi tranquille, tu m'enquiquines!"*

¹⁰ En italique, ce sont les verbalisations de A dans l'entretien.

¹¹ V1, V2, V3 renvoient aux différents niveaux de vécu : le V1 est la situation évoquée dans l'entretien ou vécu de référence, le V2 est le vécu de l'entretien où A évoque le V1 et V3 est le vécu d'un nouvel entretien où A évoque son vécu en V2 c'est-à-dire son vécu dans l'entretien V2.

¹² Maryse Maurel . "Le contrôle du contrôle : un personnage? Découvrir l'équipe des personnages dans la gestion des micro-décisions". Expliciter N°122 p1-13

¹³ Nous avons repris cette procédure des postgraphies : à la lecture de l'article, A repart souvent en évocation et laisse venir ce qui lui vient d'autres lors de cette lecture.

¹⁴ En italique, ce sont des extraits de l'entretien (V2) guidé par Evelyne.

1.5 Dans le déroulement de l'Ede

- A un moment, A signale qu'elle est parasitée par l'intervention de Maryse de la veille au séminaire. Suit une interruption pour un temps d'échange entre B et C, A restant présente. A ce moment là, "l'inquiète" n'est pas encore identifiée comme telle et les deux premières sont encore associées.

A la reprise, B lui propose de changer de place et Nadine entre alors en évocation non pas de son VI initial (stage de formation) mais du moment où elle écoutait Maryse au séminaire et c'est là qu'elle identifie la décontractée et l'inquiète :

"Je vois Maryse, une image hyper précise, ses cheveux blancs, son gilet rose, ses gestes très vivants... "La décontractée" me fait écho... J'aimerais l'intégrer. Est-ce que je l'ai ? Oui, elle existe! C'est celle qui n'est pas inquiète! D'ailleurs, y a une inquiète qui alimente la perfectionniste, oui! Celle qui accepte que les choses se passent quand ces choses ne se passent pas comme elle aimerait."

- Puis Nadine propose d'elle-même, de revenir à sa place de départ dans l'Ede, quand elle sent qu'elle repart en évocation de son VI *"tout ce qui se passe à l'intérieur de moi quand je suis assise (donc dans le moment de référence : le stage). J'ai l'intention de lui laisser toute la place et je suis convaincue que c'est la meilleure façon pour qu'elle apprenne. Et je dois moi, me bagarrer avec cette partie de moi qui veut maîtriser et qui préférerait faire les choses comme elle l'entend."*

- Suit une séquence où Nadine positionne les différents personnages identifiés dans son corps :

¹⁵*"La décontractée qui doit se bagarrer avec les autres, est quelque part en moi, mais pas quand je suis assise dans la salle! Celle qui prend le plus de place, c'est celle qui aime son boulot et qui a vraiment envie que ce soit bien (la perfectionniste). Au moment où je suis dans la salle, elle (la décontractée) n'a pas beaucoup de place. Elle est dans un tout petit coin. Je peux la situer dans mon corps. La bagarre, c'est là! (montre le bas de son torse à droite). Elle est coincée là, un tout petit espace, dans un petit rectangle. Elle n'est pas absente, mais elle n'a pas beaucoup de place! Elle étouffe. Elle est à l'étroit et doit jouer des coudes pour avoir un peu de place."*

Avec les propos qui lui viennent, A découvre alors l'activité de la "formatrice". Elle *apparaît quand je respire*" et elle dit : *"oui, c'est bon! Tu sais que ça va bien se passer. Tu sais que ce n'est pas grave"*. Ces propos lui sont venus dans un premier temps et ce n'est qu'ensuite, qu'elle fait la prise de conscience qu'il s'agit du personnage de la formatrice.

"La formatrice qui est là, sait que si je donne la place à ma collègue et que si je lui fais confiance, elle fera les choses bien et les stagiaires prendront. Même les erreurs sont bien! La formatrice sait cela depuis toujours. Elle s'est intéressée à la pédagogie, à la façon de transmettre. C'est ce qui la passionne."

A ce moment, Nadine n'a pas encore fait de lien entre tous ses personnages. Et la perfectionniste-contrôleuse était plutôt négative. Le fait de regarder avec bienveillance, amène autre chose... D'où sa surprise et sa découverte : *"Il y a un lien entre tout ça, avec ce côté qui ne lâche pas prise. "La perfectionniste" s'entend bien avec la "contrôleuse" et aussi "l'inquiète". Elles prennent pas mal de place"*.

Postgraphie de A : Lorsque C propose dans une pause, de regarder , la contrôleuse , la perfectionniste et l'inquiète avec bienveillance, c'est là que les trois sont identifiées et qu'elles forment une équipe qui s'entend bien , c'est le souvenir que j'en avais et en écoutant l'entretien c'est bien cela !...

2. Une 2^{ème} partie de l'entretien où C permute avec B.

2.1. Entretien et commentaires

Dans la 1^{ère} partie de l'Ede C en observation (Cl), est complètement absorbée par ce qui se déroule devant elle. Elle voit les gestes de Nadine qui localise les différentes parties d'elle dans son corps : la formatrice dans sa tête avec la décontractée coincée dans un petit coin et les trois qui s'entendent bien mais qui ne lui plaisent pas, au niveau du ventre. C se dit alors qu'il y a du sens à aller chercher. Le premier B, Evelyne qui agit depuis un long moment lui fait signe de prendre la main pour poursuivre.

B1 : je te propose qu'on poursuive encore un peu : la formatrice qui est là-haut (Claudine montre la tête en reprenant le geste fait avant par A) ...

¹⁵ Là, Nadine passe en méta position.

A1 : oui

B2 : et les 3 autres qui s'entendent bien et occupent tout ton buste

A2 : pas tout mais trop de place !

B3 : celles-là qui s'entendent bien, à ce moment-là qui sont très actives, ça te dérange d'ailleurs, tu voudrais bien qu'elles n'y soient pas, mais elles sont là, si tu es bienveillante avec elles, celles qui sont là, elles te renvoient à qui ? Si tu es bienveillante pour les regarder...

.... silence

A3 : si je suis bienveillante pour les regarder ... silence...

B4 : à laquelle de toi elles te renvoient //¹⁶ à qui de toi elles te renvoient ?

... silence ...

A4 : à la volontaire quand même, à celle qui sait faire face aux situations difficiles...

B5 : et quand tu es la volontaire, celle qui sait faire face, qui tu es à ce moment-là ... ?

A5 : celle qui sait ce qu'elle veut, celle qui avance, qui... celle qui... qui avance toujours pour du mieux, pour aller chercher ce qui est bien, ce qui va lui servir, l'enrichir

B6 : et quand tu es celle-là, celle qui veut aller chercher pour faire toujours mieux, qui tu es là ? ///

... Tu veux aller chercher pour faire toujours mieux, qui tu es ?

A6 : ben la combative, ah oui la combative, oui, oui, il y a une combattante en moi, il y a même une guerrière en moi !

B7 : Et quand tu es une combattante, une guerrière, qui tu es là ?... Qui est celle-là ?... ...(en ralentissant) Une combattante une guerrière, est ce que, peut-être... tu peux dire qui est celle-là ? ... silence... ..

B7 bis : peut-être il n'y a pas de réponse ? Une combattante, une guerrière, peut-être tu peux dire... qui est celle-là ?

A7 : la combattante, la guerrière, je ne sais pas d'où elle me vient !

B8 : peut-être... tu peux dire à **quand** elles te renvoient ?

..... Silence....

B : si tu laisses venir !...

A8 // oui, je ne sais pas si je laisse venir là ? ...

B9 : c'est pour cela que je me permets! Donc il y a celle qui ...

A9 : je crois que... ça m'intéresserait bien, **mais je crois que ... il y a un barrage...**

Dans cette première séquence de l'entretien, Cl guide en position de B. Elle reprend les 3 personnages énoncés par Nadine. Elles s'entendent bien mais lui font problème et sont positionnées au niveau de son ventre. Pour B, c'est clair qu'il y a de l'émotionnel, du non rationnel. Claudine avait l'intuition que le questionnement en "qui" conduit par Evelyne, n'était pas achevé, car rien de plus n'est venu dans la première partie. Elle repart de ces 3 là, mais lui pose la question au singulier "à laquelle de toi..." et elle respecte ses silences. Elle la voit absorbée avec de longs temps d'arrêt, mais elle ne la lâche pas et la maintient fermement sur ce questionnement en relançant dès que Nadine termine une réponse et en reformulant ses propos chaque fois. Et puis cela semble très obscur pour Nadine (à propos de la combattante, la guerrière). Cl perçoit (non verbal) qu'elle rencontre un obstacle et Nadine le formule : "cela m'intéresserait bien, mais je crois que... silence... un barrage". La formulation de Nadine est claire pour Cl, elle est face à un obstacle, d'où la proposition d'un déplacement pour Nadine afin de lui permettre d'avoir un autre point de vue, plus distancé, tout en restant complètement absorbée dans son expérience de V1.

Postgraphie de A : "je suis d'accord avec cela, je sens-là, que tu tiens le cap et je te suis en confiance, je dirais juste que pour la combattante et la guerrière ce n'est pas obscur pour moi, je suis sous le coup de la surprise et à ce moment-là, j'ai l'intuition confuse que ça va m'amener plus loin que ce que je pouvais imaginer, je ne sais pas où... d'où le barrage que je ressens comme un blocage. Je m'entends dire « ça m'intéresserait bien »... c'est précis dans mon souvenir ce moment-là, quand je

¹⁶ Ce signe // pour signifier des silences. Un seul / silence bref, // plus long et /// assez long.

dis cela, je te donne mon accord pour continuer, mais je me donne aussi à moi-même cet accord..

Puis comme tu le dis, le déplacement va permettre d'avoir un autre point de vue, plus distancé, tout en restant complètement absorbée dans l'expérience."

B 10 : Alors tu peux regarder Nadine, là-bas ? Elle est en train de rencontrer les 3 qui s'entendent bien mais qui occupent beaucoup de place dans cette partie de ton corps (B montre le buste) voilà! Et dans toutes celles-là il y a celle que tu as dite au départ... Celle qui veut faire toujours mieux, vers du mieux, celle-là c'est une guerrière, une combattante. Peut-être de là où tu es, peut-être... tu peux en dire plus sur elle... pour s'informer de cette guerrière, combattante du moins, celle qui veut toujours mieux ?

A 10 : en fait elle ne se voit pas comme cela, ah non! Elle est surprise! Il n'y avait pas de lien entre la contrôleuse-perfectionniste dont elle avait une idée plutôt négative. Et là, de l'avoir vue avec bienveillance ça a amené autre chose. Elles sont 3 et forment une équipe!

B 11 : oui là c'est le temps de la surprise donc, on laisse... prend ce temps de la surprise!

A 11 : là je la vois avec les mains comme ça (A joint les mains devant son buste, les épaules un peu rentrées) elle est assise avec les mains comme ça...

Postgraphie de C1 : là avec cette description je revois complètement Nadine dans la posture avec laquelle elle est assise à un moment précédent dans le V2. Ce qu'elle décrit là, était complètement ça.

...et là c'est celle que je ne vois pas du tout comme une guerrière, c'est la petite fille assez timide qui ne s'est jamais vue comme ça ... pourtant assez déterminée, oui !

B 12 : une petite fille assez timide mais plutôt déterminée

A 12 : oui, oui

Juste après lui avoir proposé de se déplacer C1 lui donne la visée (B 10) pour orienter son attention (*Nadine, là-bas qui...*) puis elle résume en reprenant ses termes dans ce qui a précédé en lui redonnant les relations qui sont venues mais qui n'ont pas été reformulées ensemble. Elle lui parle lentement pour lui laisser le temps d'intégrer tout cela. C1 sait aussi que là, c'est son inconscient organisationnel qui est sollicité. Il faut donc y aller doucement en la maintenant en prise.

En fait Nadine accède à autre chose, elle se voit en V2 sur sa chaise (A11), retrouve sa posture et reconnaît une co-identité, la petite fille. Du coup C1 comprend qu'elles sont arrivées dans cet entretien, au bout de la chaîne des "qui..." et elle prend le virage de la suite à savoir le "depuis quand..." pour tenter d'atteindre son but de B, celui de ce détour, à savoir le sens du N3 ou N4.

Postgraphie A : les mots de C1 me surprennent "Nadine qui a rencontré les 3 qui s'entendent bien" c'est exactement ça ! "S'informer de cette guerrière" je laisse les mots me guider. Alors que les mots précis et lents de B me conduisent, l'image de la petite fille sur la chaise se dessine nettement, sa position en tout cas.

B 13 : depuis quand elle existe celle-là ?

*A 13 : ah ben oui, ça me revient, oui c'est la petite fille qui n'est jamais sortie, la petite fille de CM2, en pension et **qui va devoir devenir une guerrière.***

*B 14 : c'est la petite fille qui part en pension, timide et qui va devoir devenir une guerrière, si on poursuit un peu là (sorte de reformulation du contrat) ... **Et quand elle est une guerrière comment elle s'y prend ?...** En pension quand elle devient une guerrière, **qu'est-ce qu'elle fait ?** Voilà, maintenant que la co-identité est identifiée, que la relation s'est faite entre la petite fille timide et celle qui va devenir une guerrière, le questionnement part directement **vers l'action de celle-là à ce moment-là de sa vie pour identifier le schème recherché.***

A 14 : ...silence C'est pas facile! Ce qui me vient c'est la 1ère journée de 6ème, elle a tout contrôlé, elle a fait attention comment elle s'est habillée, je peux encore le décrire aujourd'hui précisément. Elle a tout contrôlé cette petite fille, en tout cas dans son apparence, oui oui de la tête aux pieds je pourrais dire comment j'étais habillée, ça faisait un an que j'étais en pension

B 15 : elle a fait attention à son paraître, comment elle était habillée, qu'est-ce qu'elle a fait d'autre ?

A 15 : elle sait pourquoi elle est une guerrière là, parce qu'elle a une longueur d'avance sur ceux qui arrivent en 6ème, elle est déjà là depuis un an. Elle joue sur le fait **qu'elle connaît tout, elle a les codes, elle sait où tout est**, elle a de l'avance sur les autres, grâce à cela elle peut mener, **elle est meneuse** ce jour-là, parce qu'elle sait, elle sait tout, il y a cette idée **qu'elle sait tout**.

B 16 : elle sait tout, elle contrôle, mais c'est une guerrière combattante ?

A 16: combattante oui, c'est à ça que ça lui sert, **elle ne va pas revivre l'année qu'elle vient de passer où les autres lui marchaient un peu dessus**. Dans ce sens là oui. Incroyable !...

B 17: dis donc ! On va peut-être changer de place. La petite fille, timide au départ mais qui est déterminée et qui devient guerrière... et donc peut-être que la formatrice qui est là, avec tout ce qu'elle a construit, qu'est ce qu'elle peut dire à celles-là qui sont combattantes ?

B ne perd pas le fil. Peut-être aurait-elle pu attendre un peu d'en savoir plus sur le comportement de cette petite fille guerrière ? Mais elle voit Nadine qui découvre le sens de tout cela. Il y a de la surprise, de l'émotion, donc B ne veut pas traîner dans les informations de ce passé lointain. Elle pense que A qui vient de faire cette prise de conscience en sait suffisamment pour avancer dans l'entretien. B revient donc à la problématique du départ (B17) et se sert partiellement d'une situation de PNL, la fertilisation croisée, pour lui faire tirer les conséquences de ce qui vient de lui apparaître.

A 17 : j'ai presque envie de me rasseoir là !

B18 : oui

A 18 : en fait elle a envie de lui dire : tu peux t'asseoir dans la salle tranquille, avec toutes les années qui sont passées, c'est bon, tu peux laisser la décontractée prendre de la place, bien au contraire ça va te donner quelque chose de plus, tu n'as plus besoin de contrôler, c'est bon tu peux faire avec ce que tu sais, c'est là ! Tu n'as pas besoin, de plus de savoir, pour être ... Laisse tomber ton savoir, tu peux regarder ce qui se passe, et ça va bien se passer, tu peux faire de la place à la décontractée qui est là aussi. Celles qui contrôlent et la perfectionniste, elles t'ont ... merci, merci, mais là vous pouvez un peu prendre le large (rire)

B 19 : c'est fini mais je pousse le bouchon un peu plus loin ...

De là où tu es Nadine laisse venir tranquillement... qu'est-ce que ça t'apprend ? Tu peux te déplacer... monter sur une chaise...ou... Nadine se lève, cherche un peu où se placer, puis monte sur une chaise.

A 19 : ah oui monter sur une chaise, voire de haut c'est pas mal !// Là je vois bien la scène, qu'est-ce que ça m'apprend ? // Ça m'apprend que je n'ai pas grand-chose à faire, que j'ai juste à faire confiance à ce qui est là en moi en ce moment. Je suis curieuse de voir ce que cela va donner, c'est une vraie prise de conscience !

Je n'ai pas grand-chose à faire, c'est cela que ça m'apprend. Merci, merci.

En A17, Nadine reprend sa position assise du début de l'entretien où la formatrice qu'elle est, exposait son problème. Elle parle de façon distancée à cette formatrice qui vivait des pensées contradictoires. Nadine fonctionne d'elle-même comme dans l'exercice de fertilisation croisée où le A ayant exploré une ressource, revient vers celle du problème. Avec la prise de conscience que l'activité de ses trois combattantes quand elle est rentrée en 6^{ème}, elle n'en a plus besoin là. Du coup, la décontractée qui n'avait qu'une toute petite place, qui était coincée, qui étouffait, du fait de ces trois autres, peut prendre toute la place. Une réorganisation de ces différentes parties d'elle s'opère.

Cl a conscience qu'elles sont arrivées à la fin de l'entretien (B19). Toutefois, comme elles sont en atelier, Cl poursuit un peu en intégrant la fin de l'exercice de Feldenkrais. Nadine vient à son sens de le dire, mais elle a quand même envie de lui en faire faire l'expérience.

Postgraphie de A : Ce dernier déplacement pour voir la scène de haut, me permet de dire plus clairement ce que j'en apprend, même si j'avais fait le lien avec la situation de départ, là il s'agit de ce que je vais en faire et mine de rien, ce " je n'ai pas grand-chose à faire" est important pour la suite me semble-t-il.

Pour terminer avec cet Ede, je ferai état (avec son accord) du mail que Nadine nous a envoyé un mois et demi après cet Ede. Après avoir écouté l'enregistrement, Nadine écrit :

Lors de la semaine de formation qui a suivi l'Ede, j'ai réussi à laisser à ma collègue, la place sans que cela me prenne toute mon énergie et avec humour et bienveillance sur mon propre besoin de maîtrise. Résultat, nous avons travaillé avec

le groupe dans une ambiance chaleureuse, détendue et studieuse. D'habitude j'en sors très fatiguée, pas cette fois!

Vous en lirez plus dans l'article de Nadine qui suit.

3. Réflexions, discussion sur l'Explicitation

3. 1 Cet entretien comporte plusieurs étapes.

- Dans une première étape c'est "l'entretien d'explicitation classique" avec la mise en évocation d'une situation spécifiée, la description du contexte...

Mais très vite quand B tente de l'amener sur l'action, elle est en évocation de ses pensées. L'amener à les énoncer précisément (N2) lui permet de formuler ce qui lui pose problème.

- Une deuxième étape, dans laquelle le premier B lui fait identifier les différentes parties ou personnages en présence ainsi que leur localisation corporelle.

- Une troisième étape, avec un 2^{ème} B, qui est la recherche du sens mais surtout du schème organisateur des parties qui lui posent problème et qui empêchent le fonctionnement de la "décontractée".

- Pour terminer, une dernière étape vise à lui permettre une prise de distance sur l'ensemble et aussi de s'approprier ce qui a émergé et ainsi de stabiliser la prise de conscience qui l'a fortement surprise. Cela entraînera un changement de sa propre conduite dans la même situation.

3. 2 Le passage des "qui es-tu..." au "depuis quand..."

La conduite de la séquence des "qui es-tu..." reste délicate. Il est essentiel d'observer le non verbal de A, car la plupart du temps, c'est ce non-verbal qui permet à B de savoir qu'il est arrivé ou non, au bout de l'enchaînement des questions "qui es-tu..." et que c'est le moment de passer à l'étape suivante à savoir le "depuis quand..."¹⁷ Le premier B avait tenté le "depuis quand..." mais c'était trop tôt et A n'y était pas allée à ce moment là.

Postgraphie de A : Ce premier "depuis quand?" me permet simplement de prendre en compte le fait que cette perfectionniste, je la connais depuis longtemps et qu'elle m'est familière.

D'autre part, il est important que B enchaîne très vite ses relances en "qui es-tu..." dès que A termine sa réponse, afin de ne pas laisser le mental (cerveau gauche) de A s'activer. La reprise exacte de ses mots y compris avec le ton est aussi très importante. Dans ce moment délicat, il est important de ne pas faire de maladresse.

3. 3 Une mise en mots : de la description ou ?...

A partir du moment où A identifie, distingue les différentes parties ou personnages en présence, puis les localise, sommes nous toujours dans de la description du vécu ? Il me semble que nous sommes toujours dans de l'explicitation. Dans quelle couche du vécu sommes-nous alors ? Nous sommes parties des pensées qui l'habitent dans sa situation de référence (c'est bien une couche de son vécu), puis de là, nous sommes allées avec les "qui es-tu...", donc dans son identité, à savoir celle qui était active dans ce moment de sa situation de référence. Mais pouvoir nommer ces différentes parties suppose déjà une activité méta d'interprétation. Toutefois, nous ne sommes pas dans un commentaire, ou un jugement, ni une opinion. Cette interprétation est fondée sur les caractéristiques descriptives recueillies par une mise en évocation et explicitation du vécu spécifié (ici, la couche de ses pensées) et elle fait l'objet d'une reconnaissance par le sujet A (critère interne de résonance). C'est bien une mise en mots de son vécu intérieur. Avec le détour des questions en "qui tu es...?" L'entretien décolle de la pure description pour aller vers des formules plus génériques. Puis quand B et A arrivent sur le "depuis quand...?" elles reviennent sur du spécifié (la petite fille, le jour de l'entrée en 6^{ème}) et la description classique en N2 peut reprendre et conduire à ce qui est recherché. Qu'en pensez-vous ?

Postgraphie de A : En tant que A c'est cela : une mise en mot du vécu intérieur, tout ce que je sais avant l'entretien, c'est que dans cette situation, je ressens des tensions internes provoquées par des contradictions que je n'arrive pas à identifier.

¹⁷ Dans l'Ede avec Joëlle, à celui qui sera le dernier "qui es-tu quand...", B vit Joëlle se rapetisser vers le sol et éclater de rire. C'était évident pour B que c'était le moment de passer à la question temporelle "depuis quand..." Cf. Expliciter n° 115, juin 2017

Décrire ces contradictions au travers de "personnages" que je cherche à nommer au plus juste, provoque des images assez nettes et plus facilement accessibles, ouvre à d'autres parties existantes mais peu actives qui pourraient être des ressources. C'est le cas de la décontractée que je vois très clairement dans un triangle très à l'étroit ...

3.4 L'écoute interprétative du B

Je ne m'intéresse ici qu'au 2^{ème} B, afin de rester dans une position de parole en 1^{ère} personne.

3.4.1 D'abord, B est bien installée dans sa posture d'interviewer, où il n'y a rien d'autre que son absorption dans les verbalisations et le non verbal de son A. Quand je dis "non-verbal" je parle de tout son corps, car nous étions debout pendant l'essentiel de cette partie. Ensuite, B est détendue, se fait confiance car elle sait qu'elle s'appuie sur une longue expérience de l'explicitation et qu'elle dispose de beaucoup d'outils. Elle est donc totalement installée dans l'instant présent et le "laisser venir". Je dirai que cet état d'être de B fait partie des **conditions de l'explicitation**.

3.4.2 Il y a eu dans cette partie de l'entretien des moments clés, des moments de bascules, où B s'est servie aussi et sans même en avoir conscience d'outils, intégrés plus récemment dans la boîte à outil de l'explicitation. Ils sont sous-jacents, car B ne les applique pas tels quel. Elle se sert de certaines façons de faire, de certains moments de ces outils.

Un premier moment de bascule, quand au départ (B3), elle lui propose de considérer ses différentes parties avec bienveillance car elles font partie d'elle. La bienveillance est une donnée mise en avant surtout avec l'auto explicitation. Là, c'est d'abord une bascule pour Nadine elle même et qui va permettre la suite. Cf. l'auto-explicitation de Nadine dans l'article qui suit.

Autre moment avec les localisations corporelles (focusing). Quand Nadine montre les endroits de son corps où elle positionne les différentes parties, c'est de suite un signal pour B qu'il y a du sens à aller chercher. Cela ne relève pas de la pensée rationnelle de Nadine.

Autre moment, quand Nadine montre par ses silences, ses hésitations et le non verbal de son corps, qu'elle n'est pas prête à poursuivre, à laisser venir ce qui risque de venir, B n'hésite pas à lui proposer de sortir de cette place où elle est, pour pouvoir regarder cette Nadine d'un autre endroit et ainsi prendre un peu de distance (B10).

Postgraphie de A : C'est exactement ce qui se passe pour moi!

3.5 Les effets perlocutoires

La mise en regard du vécu de Nadine dans son article avec ses auto-explicitations montre bien les effets des relances de B. On peut noter une relance qui n'est pas juste pour A : en B2 et A2 quand B formule "occupent tout ton buste", A rectifie : "pas tout le buste mais trop de place. Je dirais aussi que les effets perlocutoires fonctionnent dans l'autre sens de A vers B. Toutes les reprises de mots ou reformulations par B l'orientent et amènent la suite de sa relance.

En conclusion

Depuis les débuts de l'entretien d'explicitation, Pierre Vermersch a toujours cherché à aller plus loin, à explorer comment recueillir des informations plus fines ou encore cachées, inatteignables, mais conscientisables. Avec ce niveau de N3/N4, nous avons franchi un cran de plus. Voilà presque 15 ans que Pierre écrivait sur le sens, les graines de sens... Nadine Faingold a travaillé très tôt sur le décryptage du sens, du fait qu'elle était confrontée aux émotions dans les séquences d'analyse de pratique avec des enseignants ou des conseillers pédagogiques.

L'exemple décrit ici montre bien la procédure du questionnement et ses effets. Les postgraphies de Nadine Sion viennent renforcer le point de vue du B (C1) avec l'expression de son vécu en première personne. Vous découvrirez plus amplement son vécu de A sur certains points de l'Ede, dans l'article qui suit. Merci aussi à Evelyne qui avait enregistré cet entretien et a mis l'enregistrement à notre disposition.

Bibliographie

- En lien avec le sens.

Nadine Faingold : L'entretien de décryptage : le moment et le geste comme voie d'accès au sens. *Expliciter* N° 92 décembre 2011

Nadine Faingold : Le geste, mouvement incarné du sens. *Expliciter* N° 96 novembre 2012

Pierre Vermersch : Tentative d'approche expérientielle du sens se faisant. *Expliciter* N°60, mai 2005.

Pierre Vermersch : Notes autour du sens se faisant. *Expliciter* N° 70, mai 2007

Pierre Vermersch : Activité réfléchissante et création de sens. *Expliciter* N° 75, mai 2008

- En lien avec les N3/N4

Claudine Martinez : D'une difficulté à l'identification d'un N3 et de son N4. *Expliciter* n°116, Novembre 2017.

Maryse Maurel : Saint Eble 2015 : des fondamentaux de l'explicitation à l'explicitation augmentée. *Expliciter* n°108, Novembre 2015.

Pierre Vermersch : L'entretien d'explicitation et la mémoire passive. Surprise, découvertes, émerveillement. *Expliciter* N°102, mars 2014.

Pierre Vermersch : L'entretien d'explicitation comme dépassement de limites. *Expliciter* n°109, janvier 2016, p. 20-25.

Pierre Vermersch : Au-delà des limites de l'introspection descriptive : l'inconscient organisationnel et les lois d'association. *Expliciter* n° 114, mars 2017, p. 1-17.

Pierre Vermersch : Réflexions sur N2? N3, N4. *Expliciter* n° 119, mai 2018, p. 51-52

Joëlle Crozier/Maryse Maurel/Claudine Martinez : Travail en trio à Saint Eble 2016, de l'insensé à l'intelligibilité. *Expliciter* n°115, juin 2017, p. 1-21.

Joëlle Crozier/Maryse Maurel/Claudine Martinez : Pratique de l'introspection indirecte. Accès à l'intelligibilité d'une expérience. Protocole de l'Université d'été 2017. *Expliciter* n° 119, mai 2018. P. 22-38.



Le vécu de A dans la partie d'entretien menée par Claudine

Nadine Sion

Au travers de cet article largement encouragé par Claudine, je souhaite témoigner du vécu de A dans cette partie d'entretien. L'écoute de l'enregistrement un mois après l'Ede, les auto explicitations réalisées au fil des mois, m'ont permis de recueillir des éléments qui mettent en évidence ce qui se passe pour A, quand et comment il se laisse emmener dans cette aventure peu ordinaire en lien avec le rôle de B et la compréhension qu'il en a en V3.

Le choix de la 3ème personne pour écrire la suite, qui a été déjà expérimenté dans d'autres articles, me permet une mise à distance qui facilite le travail. Voici donc le témoignage de A.

A garde un souvenir fort de cet entretien et des différents moments qui l'ont articulé :

- L'apparition progressive des co identités qui permettent une prise de distance,
- la facilité avec laquelle il situe les « personnages » dans son corps,
- le moment où B propose de les regarder avec bienveillance et qui ouvre une porte pour la suite.
- La surprise provoquée par le terme « guerrière » et le lien un peu flou avec la petite fille qui entre en 6ème. A garde le souvenir précis de ses moments mais pas le cheminement qui l'a amené à cela.

1/ La bienveillance :

Lorsque Claudine propose de regarder avec bienveillance, A accepte et reconnaît que la perfectionniste et la contrôleuse l'ont servi utilement. Dans ce moment de l'entretien A peut encore ressentir l'effet produit par cette proposition « *si tu es bienveillante pour les regarder?* » le silence qui suit est plein et dense. C'est une porte qui s'ouvre.

Lorsque A fait une première Auto Explicitation sur le V2, 3 mois après l'Ede, c'est ce moment-là qui lui revient. Ce qui suit est la transcription de cette première auto explicitation que A avait enregistrée.

« Ce dimanche après-midi de juin, je m'installe pour tenter une auto explicitation à partir d'un Ede ou j'étais A et qui a eu lieu fin mars. L'entretien me semble loin, mais Claudine m'a encouragé. Un week end tranquille, je m'installe au jardin à l'ombre fraîche du gros magnolia et du pommier. Je réécoute l'entretien qui a été enregistré. Je bois un thé, je prends mon temps. Je relis les notes que j'ai prises à Saint EBLE l'été dernier lors du stage auto explicitation. J'écris en haut de ma feuille, une phrase de Pierre que j'avais notée « jouer à faire connaissance avec soi dans le lâcher prise » elle me plaît, je la relis mais rien ne vient. Je choisis de m'installée dans le hamac, et de m'enregistrer plutôt que d'écrire.
B :- Nadine tu as choisi ta place, tu es bien installée, tu profites du léger bercement du hamac, Nadine es-tu d'accord pour laisser revenir un moment ... de cet entretien... où tu évoquais avec Claudine et Evelyne la co-animation avec ta collègue et ce qui se passait en toi ... es-tu d'accord pour laisser revenir ce moment-là ? Jouer à faire connaissance avec toi dans le lâcher prise ?

-Oui, oui

B : Tu y es ?

-Je suis dans la salle avec Evelyne et Claudine, on est assise toutes les 3 ; il y a un brouhaha autour de nous, j'évoque surtout ce qui se passe à l'intérieur de moi dans cette co-animation, ce moment-là ou je suis avec toutes ces parties de moi qui se frottent les unes aux autres ... Je suis dans la salle de formation, ma collègue est là en face de moi et je suis attentive à tout ce qui se passe, pas autour de moi, mais en moi. Claudine reprend ce que je viens de dire, la contrôleuse, la perfectionniste et l'inquiète forme une équipe qui s'entendent bien. Je dis qu'elles prennent beaucoup de place, trop de place. Claudine me redonne mes mots : la décontractée que j'ai placée dans un petit triangle à droite en bas de mon buste et qui est coincée. Les 3 qui s'entendent bien prennent de la place et puis Claudine me dit : "si tu les regardes avec bienveillance...."

B : ce moment-là où Claudine te dit si tu les regardes avec bienveillance...qu'est ce qui se passe à ce moment-là ?

- A ce moment-là ça change du tout au tout, c'est un point de bascule en fait, si je les regarde avec bienveillance... je n'avais même pas envisagé ça, elles m'agaçaient, prenaient trop de place, j'avais

jamais envisagé de les regarder avec bienveillance, quand Claudine me dit cela l'image qui me vient c'est Pierre Vermersch, l'été dernier, être bienveillant avec toutes les parties de soi, lentement en détachant les mots la phrase raisonne en moi Si je les regarde... avec bienveillanceun point de bascule, ça change tout.

B : quand ça change tout, qu'est-ce que ça change ?

- la perfectionniste, l'inquiète la contrôleuse je les avais toujours envisagées comme des empêcheuses de tourner en rond, des empêcheuses...

B : qu'est ce qu'elles empêchent ?

- La spontanéité, le lâcher prise, ... je les regarde... avec bienveillance...

B : Qu'est ce qui se passe quand tu les regardes avec bienveillance à ce moment-là ?

- Je vois autre chose que des empêcheuses, la perfectionniste elle m'a appris, elle m'a rendu exigeante, empêché d'aller vers la facilité, l'inquiète m'a poussé à travailler, à apprendre, à être curieuse. Elles m'ont amené à changer. Claudine me dit de les regarder avec bienveillance, je vois autre chose.

B : quand tu vois autre chose, qu'est-ce que tu vois ?

- qu'est-ce que je vois ? ...Silence...

B : prends le temps Nadine, prends le temps, ne cherche pas, laisse revenir, tu es là dans le hamac, tu es là dans la salle avec Claudine et Evelyne, tu as envie d'explorer les « Qui » parce que Maryse a présenté l'article qui t'a interpellée ...

Le B que j'active moi-même m'entraîne vers une réflexion sur les parties de moi, leurs rôles qui sort de ce que j'évoquais ... et puis je reviens ...

- Un point de bascule, à ce moment-là quand Claudine me dit ... d'être bienveillante, quelque chose s'ouvre, ça donne accès à quelque chose de nouveau. Je l'entends avec mes oreilles, ça raisonne dans mon ventre... je l'ai souvent entendu « la bienveillance » mais là il y a une résonnance ...

B : qu'est ce qui se passe à ce moment-là ?

Claudine dit ...si tu les regardes avec bienveillance... ça fait un grand calme... je crois.... non

B : tu entends Claudine qui dit cela ?

- Je peux entendre sa voix ... je crois

B : si tu veux bien Nadine j'ai envie de revenir à ce moment de bascule,

- Je laisse arriver les mots, quelque chose se dilate au niveau de l'estomac et s'ouvre dans ma tête, ce ne sont pas que des « emmerdeuses » bien sûr bien sûr, Pierre Vermersch l'année dernière, il l'a dit et répété, bien sûr. Tout de suite ça fait tilt parce que ça me ramène un an avant à St Eble. Quand Claudine me le dit, je le reçois direct, je suis préparée, c'est compris, digéré, c'est pour cela que ça fait un point de bascule, parce que je sais déjà ... j'ai déjà expérimenté ça, j'ai déjà expérimenté la bienveillance vis-à-vis de moi-même. Là je n'y avais pas pensé, je les voyais juste comme des « emmerdeuses ». A ce moment-là quand elle me dit cela, ça me projette à St Eble assise dans le cercle, ça crée le point de bascule... silence.... Ça ouvre une porte, je l'ai déjà vécu, ça se passe vite car je l'ai déjà vécu... c'est comme une pièce qui se retourne, je voyais la face sombre et je vois la face claire, merci à la perfectionniste, merci à l'inquiète et la contrôleuse d'avoir veillé sur moi ».

Cette proposition de bienveillance, est un moment de bascule pour A qui ouvre une porte pour la suite de l'entretien.

2/ la question des « Qui » et « du quand »

Cl. en V2 : "Si tu es bienveillante pour les regarder? A qui te renvoient-elles ? "

- A la volontaire, celle qui sait faire face aux situations difficiles, qui renvoie elle-même à celle qui sait ce qu'elle veut, puis celle qui avance toujours pour "le mieux" , la combative, la combattante " la guerrière" ! La succession des questions de Claudine, "qui est celle-là, qui tu es, à ce moment-là?" fait faire des sauts dans le temps, que A situe de façon plus ou moins floue, jusqu'à la guerrière qui après une pause, un déplacement et une reprise, renvoie à la petite fille interne qui rentre en 6ème. Le terme « guerrière » surprend totalement A car il ne correspond pas au souvenir de cette petite fille plutôt timide.

C'est un moment délicat de l'entretien, c'est sans doute pour cela que, pour en savoir un peu plus sur ce moment-là, A devra tenter plusieurs auto-explicitations.

Le souvenir de ce qui s'est passé à ce moment-là dans l'entretien est flou mais A a envie de retrouver le cheminement qui l'a amené jusqu'à cette petite fille le 1^{er} jour de 6ème. Voilà ce que nous apprend l'auto-Explicitation :

La petite fille que A voit assise sur la chaise "*la petite fille assez timide mais plutôt déterminée*", Depuis quand elle existe ?... Cette question provoque un blanc court et net et A peut voir exactement ce qui se passe ... Et bien oui, C'est la petite fille en pension. Elle a parlé de la petite fille timide, elle la voit dans son univers familial, c'est très rapide mais elle voit cela : l'univers familial et tranquille, et puis timide mais assez déterminée, le contraste des 2 mots... et bien elle a quitté son univers familial, il va falloir qu'elle soit déterminée, parce que c'est ... C'est un peu comme si on la jetait dans le grand bain ... c'est à quel moment ça ? Et bien c'est quand elle part en pension ! Ça va très vite, ... à ce moment-là ... depuis quand elle existe cette petite fille ? Timide toc ! : Univers familial. Déterminée toc ! : Changement d'environnement. Changement d'environnement = Pension. Voilà ce qui se passe ... c'est comme une équation et une résolution très rapide.

A est déstabilisé à ce moment-là, ... long silence ... cela provoque de l'inquiétude qui se traduit à peu près comme cela : « *oui c'est pas facile c'est pas facile d'aller là, ce n'est pas une période facile... oh là làdepuis quand elle existe ... popopo !! Où ça va m'emmener ??* »

L'émotion est palpable ... les pensées s'agitent. « *Oh là là où on met les pieds !!* » ... et heureusement Claudine est là pour tenir le cap, Claudine contient parce que tout de suite elle lui redonne les mots, en redonnant les mots, elle lui redonne le sens C'est primordial, et puis la question « *qu'est ce qu'elle fait cette petite fille ?* » est plutôt rassurante.

En même temps dans cette auto Explicitation A découvre qu'il y a aussi une sorte de témoin qui observe, c'est celle qui apprend l'explicitation, et qui pense en entendant Claudine dire « *si on poursuit un peu là ...* » elle ne lâche pas, ah oui quand t'es B tu ne lâche pas et tu contiens l'autre comme dans tous les entretiens thérapeutiques, mais on n'est pas en thérapie ... *oh là là c'est quoi ça ?* et puis B tiens le CAP, « *qu'est-ce qu'elle fait ?* » Et c'est rassurant.

« *Le jour de rentrée en 6ème* » elle connaît ce moment, c'est un souvenir précis , mais là, elle fait un lien : cette petite fille contrôle, c'est sa façon de prendre du pouvoir sur ce qui se passe, elle a choisi ses vêtements avec un rare souci du détail (perfectionniste) , elle a une longueur d'avance puisqu'elle connaît les lieux, les règles, les personnes, les codes ... elle sait, donc elle contrôle et cela lui permet de palier à l'inquiétude que provoque l'internat qui n'est plus l'univers tranquille et familial.

A retrouve là, à sa grande surprise, l'équipe qui s'entend bien « *l'inquiète, la perfectionniste et la contrôleuse* » qui lui ont été utiles mais qui dans la situation professionnelle présente n'ont plus lieu d'être de cette façon-là en tout cas. La boucle est bouclée et c'est assez impressionnant pour A.

3/ le changement qui s'opère :

Cet Ede a provoqué un changement durable dans sa pratique professionnelle. La situation de départ est une situation professionnelle de formation qui se passe plutôt bien habituellement mais au prix d'une grande dépense d'énergie et de tensions internes notables. La semaine qui suit l'Ede, A à fait l'expérience du changement opéré dans une situation professionnelle similaire.

Mais comment ce changement s'est-il opéré ? A ne le sait pas, c'est en écoutant l'enregistrement de l'Ede que A comprend qu'elle a fait ce qu'elle a dit à savoir : "*je n'ai pas grand-chose à faire, juste faire confiance* ». Avec le recul, A, a fait confiance à sa capacité de transmettre, confiance à sa collègue et au groupe qui saura faire la part des choses. Tout cela A le sait intellectuellement depuis longtemps, mais ça se fait à un autre niveau on pourrait dire que les "parties d'elle" se sont réorganisées. Comment cela s'est fait pour permettre l'animation sans fatigue et sans tension qui s'est produite ensuite ? C'est avec cette question que A se met dans les conditions de l'auto explicitation pour laisser revenir ce moment où elle situe les "personnages" dans son corps :

"La formatrice au niveau de la tête, l'inquiète, la contrôleuse, la perfectionniste au niveau du buste et la décontractée coincée dans un triangle en bas à droite. L'image est d'une étonnante netteté, elle est fugace mais claire, c'est une image « vivante ». C'est le souvenir en V2 de cette image claire et vivante qui donne l'envie d'y revenir en V 3.

"L'image vient facilement A reste en prise avec les images animées qui se déroulent un peu à la façon d'une bande dessinée, avec des temps de silence qui marquent des étapes.

Voilà ce que A peut décrire de ce qui se passe pour lui en V1. Au niveau du ventre : il y a les bagarreuses, l'inquiète, la contrôleuse et la perfectionniste, elles ont un grand espace clair, la décontractée est coincée dans un triangle, comme dans un placard, elle ne peut même pas se lever, c'est assez sombre, elle voudrait bien en sortir, élargir son espace mais il n'y a pas de porte. L'ambiance est mouvementée, L'inquiète bouge plus que les autres, elle n'arrête pas de bouger, oh là là ça va pas... pas assez vite, trop vite, pas assez clair.... Etc. La perfectionniste c'est elle qui dit « mais ça serait tellement mieux si c'était toi qui le faisait ». La contrôleuse veut intervenir. Si on la laissait faire elle prendrait la parole à la place de la collègue. Et puis il y a la formatrice, elle a de la hauteur, elle est assez tranquille, c'est elle qui régit l'ensemble, elle sait ce qu'il faut faire. Elle dit à la perfectionniste « t'as pas la science infuse ! Tu sais faire mais il y a d'autres façons de faire tout aussi bien que la tienne. Laisse la place ! »

C'est calme dans la tête de A et c'est très agité dans son buste. Il y en a une qui pourrait calmer les 3 autres, c'est la décontractée. Mais elle est coincée."

Jusqu'à-là l'image des personnages en V1 revient facilement, mais la question pour A en V3 est « comment ce sont réorganisées les parties de soi ? » C'est l'intention éveillante que A se fait en V3. A observe alors un long silence et se met à l'écoute de sa respiration. A (en V3) calme cette agitation avec la respiration, particulièrement l'inquiète qui est la plus agitée. Silence puis Ah! La décontractée ... elle ouvre une porte, elle est debout. Elle a de l'humour, elle dit : « c'est bon ... les copines calmez-vous ! Ça va aller, écouter la formatrice là-haut, elle sait ce qu'il y a à faire, laisser la travailler tranquille ! » Elle a ouvert une porte, elle vient instiller du calme.

Maintenant, tout le monde s'est calmé, tout le monde est assis et travaille dans le même sens. L'inquiète n'est quasiment plus là, la perfectionniste est toujours là mais elle apporte quelque chose, elle est exigeante, ça va permettre d'aller plus loin, au moment où ça se présente. Comme il n'y a plus l'inquiète pour la titiller, la décontractée lui donne confiance : "Ok on a besoin de toi, dans la mesure où tu ne prends pas toute la place". La contrôleuse a un peu changé de rôle, elle est devenue la garante, garante que tout se passe bien, apparaît l'observatrice, celle qui a un regard sur l'ensemble et qui note ce qui se passe.

L'expérience est plaisante et même amusante. A pourrait faire de ce scénario si vivant un dessin humoristique, des personnages dans le personnage. Aussi étonnant que cela puisse paraître A reconnaît la justesse de ce qui se passe pour elle. Lors de cette Auto Explicitation, peut-on dire que A est passé d'une « introspection rétrospective » à une "introspection actuelle" ? (P. Vermersch : expliciter N°69 les bases de l'auto explicitation). En ce qui concerne la question de départ, A, a la réponse : La décontractée donne confiance, elle prend la place de l'inquiète, c'est une ressource. La perfectionniste est toujours là, mais elle est temporisée par la décontractée et n'intervient que ponctuellement, elle devient de ce fait une ressource également. Cela permet à l'observatrice d'apparaître plus clairement, à la contrôleuse de changer sensiblement de rôle. La formatrice, elle, gère toujours l'ensemble dans l'agitation comme dans le calme.

En conclusion

J'ai pris beaucoup de plaisir à mener ce travail au fil des mois, d'autant plus qu'il a été ponctué par des échanges avec Claudine qui m'a guidée et apportée les éclairages théoriques qui me manquaient. Je dirais, qu'au-delà de la dimension personnelle de connaissance de soi, il a été surtout une source d'apprentissage et de développement de mes connaissances de l'explicitation extrêmement riche et qu'il a contribué à assoir par un vécu kinesthésique ma propre posture en tant que B.

L'explicitation : une démarche innovante pour la formation des travailleurs sociaux.

Gérald Alayrangues,

Educateur spécialisé de formation et diplômé en sciences humaines (Master en sciences de l'éducation option formation de formateurs). Habilité à l'animation des stages de formation à l'entretien d'explicitation.

Après avoir exercé plusieurs années en Centre de formation pour travailleurs sociaux, j'ai eu l'occasion d'écrire un guide pratique en 2013¹⁸ pour la formation des aides médico-psychologiques (AMP). L'utilisation de l'entretien d'explicitation dans ce livre est abordée dans un domaine de compétence nommé « *accompagnement éducatif dans les actes de la vie quotidienne* ». Depuis 2013, j'ai eu l'opportunité de mettre en place dans la formation des AMP puis des Accompagnants Éducatifs et Sociaux¹⁹ (AES) plusieurs dispositifs qui mettent en pratique l'entretien d'explicitation. Ce que je propose dans ce court article c'est la présentation d'un nouveau guide pratique écrit cette année 2019 et intitulé « *DEAES : le guide pratique de l'accompagnant éducatif et social. Spécialité : accompagnement de la vie en structure collective.* »

Ce guide est destiné aux formateurs et aux apprenants du secteur social et médico-social. Ma pratique aux techniques de l'explicitation s'est affinée au fil des années. Depuis 2013, j'ai proposé plusieurs dispositifs en collaboration avec des professionnels²⁰ de terrain et formés à l'entretien d'explicitation. Ce qui me motive dans la formation c'est de mettre en valeur les compétences des apprenants à partir des référentiels métiers.

La logique de ces référentiels est liée aux compétences et renvoie aux différentes actions des professionnels mais aussi à des contenus de formation qui permettent d'accéder à ces compétences. Le législateur identifie trois référentiels : le référentiel professionnel qui définit le contexte d'intervention de la profession, ainsi que les fonctions et les compétences attendues, le référentiel de formation qui est lié au programme de la formation, notamment son contenu par thème de formation et le référentiel de certification qui précise les épreuves et les attendus pour l'obtention du diplôme d'Etat.

Cette nouvelle conception de la formation met au centre l'accompagnement pédagogique de la professionnalisation et de la construction de l'identité professionnelle. Le savoir-faire est articulé au savoir-être et au savoir académique (théorie) pour construire une compétence. Le processus de formation dans cette nouvelle perspective de référentiels contraint les Centres de formation à intégrer des outils qui soient opérationnels sur le terrain. Par ailleurs, les lieux de stage, dorénavant appelés « sites qualifiants », participent à ce processus de formation à travers l'alternance.

¹⁸ DEAMP : le guide pratique de l'aide médico-psychologique. Méthodologie et annales corrigées. Editeur ESF

¹⁹ Nouvelle terminologie après la Réforme du métier AMP en 2016

²⁰ Notamment Béatrice Lorence et Mercedes Carrasco, pour les formations AMP (AES) et EJE (Educateur(trice) de Jeunes Enfants)

Ainsi les exigences liées aux réformes du secteur, celles renvoyant au cadre législatif de l'accompagnement et à la formation des professionnels, amènent les formateurs à proposer aux candidats du DEAES des dispositifs adaptés, prenant en compte l'apprentissage des compétences. La méthodologie proposée par les formateurs renvoie l'apprenant AES dans un processus où il est impliqué : pouvoir expliciter ses manières de faire dans l'accompagnement et se centrer sur le « comment faire » afin d'être au plus près des compétences attendues. Par ailleurs, la notion d'évaluation est inscrite dans le processus de formation, le travailleur social doit être en capacité de formaliser ses actions et de les évaluer.

Ce guide pratique propose de répondre à ces exigences tout en intégrant en arrière-plan la dimension éthique de l'accompagnement, indispensable dans les métiers de la relation, autrement appelés « métiers de l'humain ».

Chaque domaine de compétence est abordé dans sa description thématique selon l'Annexe III du référentiel de formation. L'identification des enjeux et la description des épreuves de certification, ainsi que les entretiens d'explicitation permettent d'aborder l'entraînement aux différentes épreuves en établissement de formation (DC2²¹/DC3²²/DC4²³) mais aussi l'épreuve du DC1²⁴ proposée par les DRJSCS²⁵ (annales 2017/2018/2019).

Des travaux d'apprenants AES sont proposés et permettent d'illustrer les attendus de chaque domaine. Ces travaux concernent le dossier professionnel (DC2), l'étude de situation (DC3) et le projet d'animation (DC4). Des entretiens d'explicitation viennent illustrer les savoir-faire des apprenants AES dans chaque domaine de formation et mettent en valeur les compétences attendues. Ce guide pratique a pour visée l'émergence des savoir-faire et des compétences implicites mises en œuvre dans les pratiques professionnelles. Cette technique d'entretien a sa place en formation initiale des AES mais aussi dans la formation en général des travailleurs sociaux qui construisent leur connaissance à partir de l'expérience.

²¹ DC2 : accompagner les personnes au quotidien et dans la proximité

²² DC3 : coopérer avec l'ensemble des professionnels concernés

²³ DC4 : participer à l'animation de la vie sociale et citoyenne de la personne

²⁴ DC1 : se positionner comme professionnel dans le champ de l'action sociale

²⁵ Direction Régionale Jeunesse Sport et Cohésion Sociale

S é m i n a i r e

Vendredi 15 novembre 2019 :
à l'Espace Aurore,
23 rue des Terres au Curé, 75013,
M° Olympiades. De 10h00 à 17h30.

Samedi 16 novembre 2019 :
Journée de pratique,
à la Maison des Associations du
XVème arrondissement,
22, rue de la Saïda, 75015 Paris. M°
Convention, Bus 89, Tramway T3a
station G. Brassens. Horaires : 10h00
à 16h30.
S'inscrire auprès de Marine Bonduelle
: marinebonduelle@free.fr

S o m m a i r e n° 124

1- 3 Parcours pour l'habilitation à animer des formations au C2ATAE. Frédéric Borde, président du GREX2.

4 – 8 Description, mise en évidence, compréhension de l'intention éveillante dans la mise en évocation d'un vécu passé. Université d'été du GREX 2019. Pierre Vermersch

9 – 11 Compte rendu Université d'été 2019, Sous-groupe : Nadine – Patrick – Evelyne

12 – 36 Vécus de « tomber en évocation » et, de « l'étonnement de soi » au cours d'un été de formation intense à l'explicitation. Béatrice Aumônier

37 - 45 Qui es-tu quand tu ... ?" et "depuis quand..." ? Un détour pour aller plus loin dans le recueil d'informations sur l'action. Claudine Martinez, Avec la participation de Nadine Sion.

46 – 49 Le vécu de A dans la partie d'entretien menée par Claudine. Nadine Sion.

50 – 51 L'explicitation : une démarche innovante pour la formation des travailleurs sociaux. Gérald Alayrangues,

A g e n d a 2 0 2 0

31 janvier : séminaire et
1er février : atelier de pratique

27 mars : séminaire et 28 mars :
atelier de pratique

12 juin : séminaire et

13 juin : journée pédagogique

Université d'été de l'association
du vendredi 21 août, 9h00

au mardi 25 août, 14h00 : .

27 novembre : séminaire et

28 novembre : atelier de pratique

.....

E x p l i c i t e r

Journal du GREX 2

Groupe de Recherche sur l'Explicitation 2
Association loi de 1901

9 rue Saint Amand
75015 Paris 01 43 79 47 05

www.grex2.com

Directeur de la publication P. Vermersch
N° d'ISSN 1621-8256